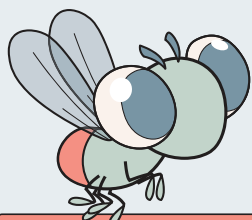




Veileder

Samtalekort
om kropp og grenser



#bliensomser





Veileder

Hvordan kan vi som jobber i barnehage bidra til at barn ikke blir utsatt for vold og overgrep? Og hvordan styrker vi utsatte barn sin mulighet til å si ifra til en trygg voksen?

Det er avgjørende at barn lærer hva vold og overgrep er. Barn skal tidlig vite hva som er lov og ikke lov å gjøre med kroppen.

Satsingen Barnas verneombud ønsker å senke terskelen for å snakke med barn om kropp og grenser. Samtalekortene vi har laget er lette å bruke og går inn på naturlige tema om kroppen på en enkel måte.

Vi har laget 12. samtalekort innenfor fire tema. Bruk tid på hvert enkelt kort, og start alltid med spørsmålet «Hva ser du her?». La barna komme med innspill, og følg opp med åpne spørsmål.

Vær oppmerksom på mulige endringer i reaksjonsmønstre hos barna. For eksempel at barn som ellers prater mye, plutselig blir stille – eller motsatt.



Skann QR-koden og lær mer om samtalekortene på barnasverneombud.no.

Denne veilederen vil gi deg eksempler på hvordan din barnehage kan bruke samtalekortene. Vi anbefaler at dere er to voksne sammen når dere skal snakke med barn om kroppen. Det er lurt å ha med penn og papir. Fordi, om et barn forteller om opplevde situasjoner som omhandler vold eller seksuelle overgrep, så er det viktig at dere skriver ordrett hva barnet sier og hva dere har sagt. Fremvisning av kortene passer i en liten gruppe barn, ta alltid barnet på alvor om det forteller om vold i en samling.

Informer alltid personalgruppa om når samtalekortene brukes. Det blir viktig å være observant i etterkant av samlingen. Det kan være barn som forteller noe til andre barn eller ansatte, eller uttrykker noe i tegninger eller lignende i etterkant.

Forbered deg på at barn kan fortelle om vold og overgrep. Derfor er det viktig at du setter deg inn i barnehagens rutiner for håndtering av en slik situasjon.

Samtalekort

Utviklet av Barnas verneombud i samarbeid med Statens barnehus, politiet, Krisesenteret i Salten og PolitiHøgskolen.

Illustrert av Johan Reisang og Ela Buria.

Layout: PBL

Trykk: UnitedPress

PBL

t 75 55 37 00

e pbl@pbl.no

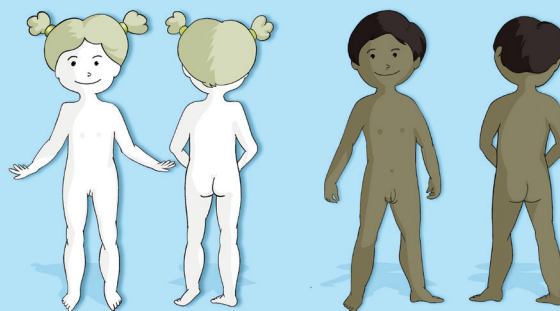
a Prinsens gate 91
8003 Bodø

1

Barnekropper

I samtale med barna:

- Hva ser du her?
- Hva heter de ulike kroppsdelene?
- Forskjeller og likheter med kropper
- Alt det fine en kropp kan gjøre
- Kroppens følelser og sanser
- Det er din kropp – dine grenser



Snakk om kroppsdelene

Når dere snakker med barna om kroppen, lag dette til noe ufarlig og noe positivt. Det er viktig at kropp ikke assosieres med vold og overgrep. Her er det naturlig å snakke om alt fra hår til ører, nese, øyne, rygg, føtter, tissen, rumpehull, tær, negler og mer. La barna benevne selv mest mulig. For å gjøre det naturlig å snakke om bryster, tiss og rumpe, snakk om dette på lik linje som du gjør med de andre kroppsdelene. Men benevn i tillegg tissen, vagina, rumpehull og bryster som «private kroppsdelene». Hva betyr det at noe er privat? Spør barna hvorfor vi har hår, øyne, negler og tiss med mer. Dette er morsomt for barna å reflektere sammen over.

Snakk om forskjeller og likheter

Hva tenker barna selv her? Her er det naturlig å snakke om gutt/jente, ulike farger og ulike størrelser og fasoner på kropp. Gjør dette morsomt for barna. Pek på kroppsdelene ut fra kortet, og la barna finne svaret. Benevn til slutt hva mange voksne kaller tissen og bryster for, som vagina og penis etc. Også kort **1b** kan brukes her for å benevne forskjeller på gutt og jente.

Snakk om alt det fine en kropp kan

Hva tenker barna selv her? Snakk sammen med barna om hvordan vi ser med øynene og lukter med nesen. Snakk om gode lukter, vonde lukter, smaker, synsinntrykk og om å bli tatt på. Hva er godt? Hva er ekkelt? Hva er spennende?

Kroppens mange gode følelser og sanser

Her kan du lage enkle spørsmål og øvelser der du spør barna: Hvor i kroppen kan du kjenne når noe spennende skjer? Når noe trist skjer? Hva er trist, og hva er spennende? Når er du glad? La barna legge hendene på egen kropp der de kjenner følelsene sine. Der de er glade. Eller der de er triste og lei seg. Gi barna rike muligheter til å fortelle om egne opplevelser. Også det å ta på kroppen sin, eller at andre tar på. Hvor kjennes det godt og hvor kjennes det rart/ikke godt? Påpek at det er lov å si nei, og å si fra om noe er ekkelt, vondt eller godt.

Her er det også viktig å komme inn på at når noen tar på dine private deler, kan det kjennes godt. Men om en voksen gjør dette med barnets private deler, gjør den voksne en ulovlig ting med barnet. Og alle voksne og alle ungdommer vet det. For eksempel at en som er større enn deg koser med dine private deler, som tissen eller brystene dine. Det kan kjennes godt. Og det kan også kjennes ekkelt og vondt. Uansett har ikke den voksne lov til å gjøre dette mot barn. Barnet har heller aldri skyld – selv om det føles godt for barnet.

Det er din kropp, dine grenser

Alle har lov til å spørre om en klem, og man kan si ja eller nei. Spør barna om de gir klemmer, og hvem er det godt å gi klem til. Er det noen ganger de ikke har lyst? Undre sammen med barna hva gjør vi når vi ikke har lyst (Poeng: det er lov å si nei).

1a Leke doktor

I samtale med barna:

- Hva ser du her?
- Å leke med egen kropp er lov og det kan være gøy
- Å være nysgjerrig er fint – det er normalt å undersøke kroppen, men det er også grenser.
- Om du vil leke med kroppen sammen med noen andre: Spør alltid først om de vil.
- Om noen vil leke med din kropp, kan du si ja om du har lyst – og du kan si nei.
- Store barn og voksne har ikke lov til å leke med barns private kroppsdeler (tissen, rumpehull, skjede, bryster). Dette vet alle store barn og voksne at de ikke har lov til. Om noen gjør det med deg, si fra til en voksen du er trygg på.



Forberedelser

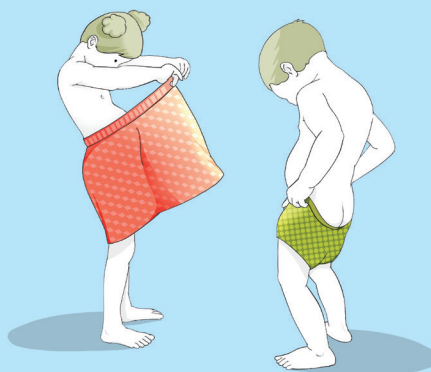
Her er det naturlig å spørre barna om de har eksempler på hva det vil si å leke med kroppen sin. Støtt barna på at det er fint å bli kjent med kroppen ved å leke med den. Ikke vær opptatt av kjønnsorganene her, men kroppen i sin helhet.

Kom inn på kjønnsorganer som en naturlig del av resten av kroppen, slik som vi anbefaler i kort 1. Også her er benevning av kroppsdeler naturlig (se kort 1) og at du kommer inn på «private deler»: Tiss, rumpehull, skjede og bryster. Dette kortet egner seg fint til å snakke om forskjeller på gutter og jenter.

1b Barn i lek – gutt og jente

I samtale med barna:

- Hva ser du her?
- Hva betyr det at du bestemmer over kroppen din?
- Hva er forskjell på gutt og jente?



Forberedelser

Her er det helt naturlig å komme inn på hvordan gutter og jenter ser forskjellig ut – og utvikler seg forskjellig. For eksempel at gutter blir til menn og får skjegg og at de har penis. Og å benevne kjønnsdelene til guttene og jentene. At jenter når de blir voksne kan føde barn.

Gjør det fint og artig, og bruk gjerne dette kortet i kombinasjon med kort 1. Pek på barnets kropp. Vis hvor skjeden er, og vis at gutten har tissen utenpå kroppen mens jenter har tissen sin inni.

2 Toalettbesøk

I samtale med barna:

- Hva ser du her?
- Når har voksne lov til å ta på private deler av kroppen din?
- Når de voksne hjelper deg på do, hva har de lov til da?
- Den voksne har ikke lov å kose på de private delene til barn. Dette vet alle voksne er ulovlig.
- Voksne har ikke lov å be barn om å ta på eller kose med voksne sine privat deler.



Forberedelser

Med dette kortet ønsker vi å få frem dagligdagse situasjoner der voksne må hjelpe barn med å vaske og stelle kroppen sin, som for eksempel dobesøk og ved bading/dusjing.

Spesielt i stellesituasjoner er barn sårbare for overgrep. Derfor er det viktig å snakke med barna om at barnet må si fra til en trygg voksen, om noen gjør noe som barnet ikke liker.

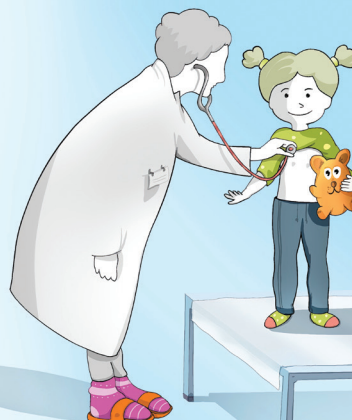
Mine notater

2a**2b**

Besøk til lege/tannlege

I samtale med barna:

- Hva ser du her?
- Hva er jobben til en lege?
- Hva er jobben til en sykepleier?
- Hva har lege og sykepleier lov til å gjøre?
- Hvorfor kan det være ekkelt å bli undersøkt av en lege?



I samtale med barna:

- Hva ser du her?
- Hva er jobben til en tannlege?
- Hva har tannlegen lov til å gjøre?
- Hvorfor kan det være ekkelt å bli undersøkt av en tannlege?



Forberedelser

Med disse kortene er det viktig å få frem ulike situasjoner i helse- og tannhelsetjeneste. Fortell at de er til for å hjelpe barn med å bli friske – og at de kan be barn om å ta medisiner for ikke å bli syke. Få frem at barn kan si ifra om de synes det er ekkelt eller vondt – for eksempel når de skal ta sprøyte, medisiner, eller bore i tenner. Spesielt når det gjelder medisiner opplever mange barn unødig tvang av lite sensitive voksne.

Mange barn har erfaringer her som de vil kunne snakke om. Normaliser det de sier, og støtt dem på at det kan være vanskelig å være i slike situasjoner. Reflekter sammen med barna hvordan de kan hjelpe seg selv til å klare å ta en enkel medisin, gape opp til tannlegen eller få sprøyte. Barna har helt sikkert ulike eksempler på dette.

Det er viktig å snakke sammen med barna om at det er vanlig å synes at ting er ekkelt eller vondt hos lege/tannlege – og at det er fint å si ifra om dette. Da kan barnet få hjelp. Om noen barn har erfart at de har sagt ifra, og ikke fått støtte og hjelp: Takk barnet for at det sa ifra til deg. Dette øver barnet på å kunne fortelle om det som er vanskelig, og at det som er vanskelig blir tatt imot av en trygg voksen.

3a

Barnet ligger i senga og er redd

I samtale med barna:

- Hva ser du her?
- Er det noe du er redd for?
- Hva er du redd for?
- Voksne har ikke lov å skade kroppen din
- Hva kan du gjøre hvis du er redd for noe?
- Hva trenger du for å føle deg trygg?



Forberedelser

Det er viktig ikke å legge ord i munnen på barna, ved at den voksne blir for ivrig i å tolke. Noen barn vil se et bilde der et barn har drømt noe vondt, og en voksen kommer og hjelper. Andre barn vil knytte det at barnet i senga er redd, til at mannen kommer inn døra.

La barna fortelle hva de ser før du gir noen eksempler på hva dette kan være. Bruk da eksempler på når voksne er på en slik måte at barn kan bli redde.

Eksempler du kan bruke:

- Noen voksne kan bli så sinte at de roper høyt og skriker stygge ting.
- Voksne har ikke lov til å skremme barn.
- Om et barn opplever dette. Er det ikke barnets skyld. Det er den voksne som gjør noe ulovlig.
- Dersom det skjer, så kan barn si fra til en trygg person i barnehagen som kan hjelpe.

Si fra til en trygg voksen, for eksempel en voksen i barnehagen.

Mine notater

3b

Vold i hjemmet der barnet er til stede

I samtale med barna:

- Hva ser du her?
- Voksne har heller ikke lov å slå, lugge /skade hverandre. Det vet alle voksne er ulovlig.
- Hva kan du som barn gjøre hvis voksne skader hverandre?
- Hva trenger du for å føle deg trygg?
- Hvem kan du si fra til hvis dette skjer deg?



Også her er det viktig å få frem hva barna selv ser i bildet. Det er viktig at du introduserer at voksne ikke har lov å slå og lugge hverandre. Dersom det skjer, kan barnet si fra til en trygg voksen i barnehagen. Om den voksne ikke hjelper barnet, må barnet si fra til en ny voksen helt til barnet får hjelp. Det er aldri barnets skyld om voksne slåss. Hvis barnet forteller at de hjemme krangler, er det viktig å få barnet til å fortelle hva dette handler om. Å være uenig er lov, og noen voksne og barn kan snakke og rope veldig høyt.

Få frem forskjeller og nyanser på dette. Vis hva som skiller det å være opprørt, sint og lei seg – fra å være krenkende.

Også her kan barn fortelle at vold har skjedd hjemme når de sitter sammen med andre barn. Bruk da samme prosedyre som i kroppskort **3**: Planlegg en bekymringssamtale med barnet uten de andre barna til stede. Se modul «*barnesamtale*».

3c

Stoppkort

I samtale med barna:

- Hva ser du her?
- Hva kan du gjøre hvis du ikke synes leken er gøy lenger/noen plager deg?
- Det kan være vanskelig å si stopp til en voksen eller en som er eldre og større og sterkere.
- Kan du si stopp uten å bruke ord?
- Hva gjør du hvis du ikke klarer å si stopp eller ikke blir hørt om du prøver?
- Si ifra til en voksen som du er trygg på.
- Om den voksne ikke hjelper deg, si fra til en annen voksen.



Forberedelser

Dette kortet er fint å vise frem i forbindelse med alle de andre kortene. Det er et «stoppkort» og kan være et fint utgangspunkt for samtale med barna om hvordan de kan stoppe den/dem som gjør skade på barnet – både fysisk og psykisk.

4

Gode/dårlige hemmeligheter

I samtale med barna:

- Hva ser du her?
- Hva er gode hemmeligheter?
- Hva er dårlige hemmeligheter?
- Få barna til å fortelle hva de tenker er en god hemmelighet.
- Fyll på med eksempler, for eksempel hemmelighet om en presang til jul.
- Hvilke hemmeligheter er vonde hemmeligheter?



Forberedelser

Her er det viktig å komme inn på eksempler på hemmeligheter som gjør godt, som får det til å krible i magen og som er spennende – og de som kan gjøre barn redde/gi vondt i magen. Eksempel på vonde hemmeligheter er når noe blir sagt eller gjort og barnet ikke får lov til å fortelle det videre fordi den voksne da blir sint eller lei seg. Det kan også være hemmeligheter som gjør at barn blir lei seg – eller om at noen har gjort noe ulovlig.

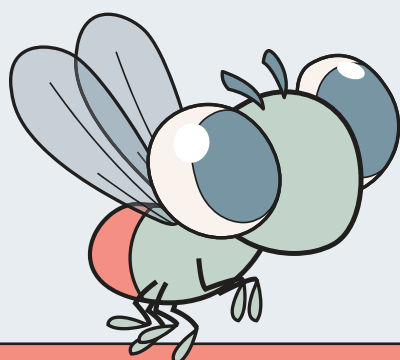
Det er viktig at barnet får informasjon om at en vond hemmelighet kan kjennes som vondt i kroppen – gjerne vondt i magen. Om barn opplever at noen større enn seg selv sier til de skal holde på vonde hemmeligheter, er det viktig at barnet forstår at det kan si fra om dette til en annen trygg voksen.

Også her er det viktig å oppfordre barnet til å si fra om dette til en trygg voksen i barnehagen. Barn som opplever dette hjemme, får ikke nødvendigvis hjelp og støtte av sine foreldre. Barnet må fortsette å si ifra til en ny voksen helt til barnet får hjelp.

Mine notater



pbl.no | barnasverneombud.no



#bliensomser

Er du en som ser?

Gratis opplæring på nett om omsorgssvikt,
vold og seksuelle overgrep mot barn



Skann QR-koden og
#bliensomser