

JEG  
VIL  
VITE

JEGVILVITE.NO

## Veiledning for å snakke med barn om vold og overgrep

Det er mulig å snakke med selv små barn om vold og overgrep. Dette er en viktig lærdom som barna trenger. Det er IKKE farlig å lære barn hva som er lov og hva som ikke er lov.

### Mål:

1. Barna skal vite hva vold og overgrep er etter en samtale.
2. Barna skal vite hvor de kan si i fra dersom de trenger hjelp.
3. Barna skal forstå at det aldri er barnas skyld når voksne utsetter dem for vold eller overgrep.
4. Barna skal kunne nummeret til Alarmtelefonen 116 111.

### Når man skal snakke med barna om dette er det viktig å huske på hvorfor vi gjør det.

1. Barn som vet hva som ikke er lov har lettere for å si i fra dersom det skjer noe med dem.
2. Voksne har ALDRI lov til å skade barn. Hverken gjennom fysisk vold, psykisk vold eller seksuelle overgrep. Ved å prate om dette med barna kan vi forebygge at det skjer og avdekke tidligere.
3. For at barna skal kunne si i fra er det viktig at de innehar kunnskapen om hva som ikke er lov.

### Før man snakker med barna bør man tenke på følgende:

1. Man må være forberedt på at barna kan komme med ord, uttrykk og spørsmål som inneholder såkalte stygge ord som pikk, fitte, pule, knulle etc. Ta en gjennomgang med deg selv og eventuelt andre om hvordan du vil reagere på slike ord. Barn bruker ofte ord og uttrykk de har plukket opp uten helt å forstå hva de betyr. Ta deg tid til å forklare hva ordene betyr på en saklig måte og spør gjerne hvor de har lært dem.
2. Dersom noen begynner å fortelle om egne opplevelser bør man ta en samtale med disse i etterkant av undervisningen. Etter en samtale må man vurdere om man vil sende en bekymringsmelding til barnevernet, eller snakke med politiet.

### Å snakke om fysisk vold

Det første man kan gjøre er å spørre om noen vet hva vold er. Slik kan man få i gang en dialog med barna om de vet hva det er. Noen vil sikkert ha referanser fra filmer, TV, nyheter o.l.

Etter at man har hørt hva barna vet fra før er det viktig å forklare hva vold er når det kommer til barn. At noen barn faktisk opplever vold hjemme. Det kan være at de blir slått, sparket, kløpet, lugget, klapset eller riset. Her må man poengtere at det ikke er lov til å gjøre sånt mot barn og hvis noen opplever det så er det viktig at de sier i fra.

Her kan man også forklare at mange barn opplever dette fra sine foreldre, og at det kan være vanskelig å snakke om det og fortelle det til noen. Men noen ganger trenger foreldrene hjelp, og da er det viktig å si i fra. Uansett hva som skjer er det viktig at volden mot barna må stoppe fordi det ikke er lov.



## Å snakke om psykisk vold

Her bør man starte med å forklare hva som menes med psykisk. For små barn så trenger man ikke kalle det for psykisk vold, men heller forklare direkte at det å true et barn eller snakke nedsettende til et barn ikke er lov. Også her kan man starte undervisningen med å spørre barna om de vet hva trusler er, for eksempel.

Så kan man forklare dette med enkle ord og poengtere at dette heller ikke er lov til å gjøre mot et barn. Også her bør man poengtere at mange barn opplever dette fra sine foreldre og at det kan være vanskelig å snakke om det og fortelle det til noen. Fordi noen ganger trenger foreldrene hjelp og da er det viktig å si i fra. Uansett hva som skjer er det viktig at volden mot barna må stoppe fordi det ikke er lov.

## Å snakke om å være vitne til vold

Her bør man starte med å forklare hva et vitne er. Også påse at barna husker fra i stedet hva fysisk og psykisk vold er. Dette er noe som mange barn faktisk opplever. Og det er potensielt like skadelig for et barn å være vitne til vold som å bli utsatt for vold og overgrep.

Her kan man si at mange barn er redde når foreldrene krangler. Spesielt hvis de bruker høye stemmer mot hverandre eller slår hverandre. Det er faktisk like ulovlig at et barn er vitne til vold som det er å rane en bank! Og barn som opplever dette må si i fra til noen de stoler på. Det er viktig for da kan både barnet og foreldrene få hjelp.

## Å snakke om seksuelle overgrep

Her bør man starte med å spørre om noen vet hva sex er. Nesten uansett alder vil det bli litt fnising, og noen har en anelse om hva det er. Tiss mot tiss er et veldig godt begrep som er forståelig for barn.

Man kan forklare i korte trekk at sex er noe som voksne har med hverandre når de er glade i hverandre. Da blir guttetissen stiv og koser med jentetissen. Det er sånn barn blir til. Da har man tiss mot tiss med hverandre. Men så er det noen voksne som har lyst til å ha dette med barn. Og noen voksne som vil være kjæreste med barn. Det er ikke lov! Det er like ulovlig som å rane en bank! Derfor er det viktig at barn som opplever dette sier i fra. Noen ganger kan det også være godt for et barn, og man kan føle skyld og skamme seg. Men det er ALDRI barnet sin feil.

## Det er aldri barnet sin skyld!

Når du er barn er det aldri din skyld når en voksen utsetter deg for vold eller seksuelle overgrep. Når man har snakket om de ulike tingene er det viktig å påpeke at det aldri er barnet sin skyld at det har blitt utsatt for noe av voksne.

## Hvor kan man si i fra?

Barna bør finne en voksen de stoler på og si i fra til denne. Dette kan være lærer, helsesøster, politiet, barnevernet eller en annen trygg voksenperson i et barns liv.

Eller så kan barn alltid ringe **Alarmtelefonen 116 111**. Der vil man få hjelp! Det er de unges alarmtelefon hvor man vil få veiledning av flinke personer.

