



Rädda Barnen

STOPP! MIN KROPP!
LÄRARHANDLEDNING

STOPP! MIN KROPP!

Stopp! Min kropp! vänder sig till barn mellan 7 och 9 år och är ett konkret verktyg att använda i samtal om känslor, kroppens privata områden och vad man får och inte får göra med andras kroppar. Materialet är lärorikt, kul och spännande för barnen – och enkelt att använda för dig som vuxen på skolan.

Du är viktig

Ingenting är viktigare för barns utveckling än trygga relationer till vuxna och här är du, som vuxen i skolans värld, ovärderlig. Det är genom att följa, stötta och uppmuntra barnen som denna trygghet skapas. Genom att så tidigt som möjligt göra barnen medvetna om kroppens värde, och om hur de säger eller visar ja och nej, kan du ge dem en trygghet för vad som känns bra och rätt.

I ett barns vardag är det du, som vuxen i skolans värld, som har deras förtroende. Som uppmuntrar och är med barnen när de lär sig och provar nya saker. Du är en av dem de litar på. Som de lyssnar på. Som de tror på.

STOPP! MIN KROPP!

MATERIALET



Både Barnkonventionen och den svenska läroplanen slår fast barns rätt till stöd och hjälp i frågor som rör kroppen, integritet och övergrepp. Därför finns det här materialet. Vi vill att det ska vara ditt stöd och din hjälp på vägen.

Stopp! Min kropp! består av sex teman. Till vart och ett finns en animerad film, frågekort, faktakort och aktivitetskort. Teman och innehåll kan användas fritt, men både du och barnen får ut mest om delarna används tillsammans och i nedanstående ordning. Varje film refererar till kort och arbetsblad som det passar fint att arbeta med efter ni sett en film.

Det viktiga är dock inte att hinna med alla kort. Se dem som inspiration och något att ta avstamp i. Till fakta- och aktivitetskorten hör även PDF-versioner att använda med barnen eller kanske sätta upp i klassrummet. Dessa kan laddas ner här: <https://www.raddabarnen.se/lagstadiet>

Korten kan gärna få finnas framme, i klassrummen eller på fritids. Avsikten är att hålla dessa teman levande över tid och att barnen får möjlighet att återkomma till dem.

Stopp! Min kropp! består av sex teman.

- Lätta och jobbiga känslor:** Syftet med temat är att beskriva och berätta om känslolivet. Att vi kan känna olika känslor samtidigt och att de kan ändras snabbt. Till exempel att något först kan kännas pirrigt och bra, men efter en stund jobbigt och äckligt.
- Min alldeles egna kropp:** Ett tema som stärker barnens upplevelse av att bestämma över sin egen kropp. De får lära sig att sätta namn på sina privata kroppsdelar och en ökad förståelse för vad som är okej och inte okej.
- Stopp! Min kropp!** Barn som lär sig lyssna på andras signaler lär sig också att lyssna på sina egna känslor och att sätta gränser för sig själv. Temat belyser vikten av att förstå gränser och integritet – både egen och andras. Innebörden av begreppet samtycke förklaras.
- Det här är förbjudet:** Temat berör uttrycket sexuella övergrepp och vad det betyder. Att det är fel och olagligt, att det aldrig är barnets fel och att vuxna finns för att skydda och hjälpa dem.
- Bra och dåliga hemligheter:** Temat lyfter bra och dåliga hemligheter och att barn alltid får berätta om dåliga hemligheter för vuxna – även om de lovat att inte säga något. I materialet finns även förslag på vilka barnen kan vända sig till vid behov.
- Trygg på nätet:** Nätet är en stor del av barns vardag. I detta tema får barnen information om saker som kan hända på nätet kopplat till kroppen och gränser, samt hur de kan hantera detta. Vikten av att våga ta hjälp av en vuxen om något obehagligt händer betonas.

STOPP! MIN KROPP! SPELET

Spelet tar upp samma teman som skolmaterialet, men på ett än mer interaktivt sätt. Förslagsvis kan ni spela spelet efter att ni jobbat med skolmaterialet ovan. Spelet består av tre uppdrag. Varje uppdrag med introduktion, speltid, avslutande diskussion och arbete med frågor och arbetsblad tar ungefär en lektionstimme. Uppdragen ska spelas i nummerordning (alltså uppdrag ett först, nummer två sedan och slutligen nummer tre).

- Här hittar du spelet:
stoppminkropp.raddabarnen.se
eller skanna QR-koden!



- Vi rekommenderar er att spela spelet innan ni låter barnen spela.
- Viss text i spelet är utan uppläsning där barn som har svårt att läsa eventuellt kan behöva stöd från någon. Större delen av texten i spelet är med uppläsning.
- Tänk på att eleverna kan bli färdiga olika fort, se till att eleverna vet vad de ska göra när de är klara och väntar in klasskamraterna.

Spelet kan spelas i klassrummet på tre olika sätt:

- 1. Individuellt – alla elever spelar själva, helst med hörlurar.*
- 2. I par eller mindre grupp – eleverna delar digital enhet och spelar tillsammans.*
- 3. Helklass – hela klassen spelar och läraren utser olika roller i klassen för hur spelandet ska gå tillväga (ett par styr, något sköter diskussionen och så vidare).*

Det går också att spela i halvklass. Vilket spelsätt eller upplägg man väljer beror till stor del på klassens storlek, tillgång till digitala enheter, antalet vuxna och klassens sammansättning.

Frågekorten är diskussionsfrågor som diskuteras med en vuxen närvarande, därför beror gruppstorleken på antalet vuxna.

LEKTION 1



Introduktion:

I detta uppdrag får du hjälpa Max att dels hitta sina kläder, och dels ta hjälp av en vuxen och få reda ut vad som hänt. Teman från Stopp! Min kropp! som berörs under uppdraget är "Min alldeles egna kropp", "Lätta och jobbiga känslor" samt "Trygg på nätet"

Efter:

När hela gruppen spelat klart uppdraget är det ett bra tillfälle att diskutera några frågor. Utgå från barnens tankar och frågor utifrån spelet. Tips på frågor:

- Nämn ett annat ord för snippan?
- Nämn ett annat ord för snoppen?
- Avsluta meningen: jag vill inte att någon rör mig på...

Det finns fler frågor på frågekorten till tema 2, "Min alldeles egna kropp"

Arbetsblad:
PRIVATA OMRÅDEN



LEKTION 2



Introduktion:

I detta uppdrag ska du hjälpa Amy att hitta delarna av en bild och sedan att hitta barnet som hon blivit osams med och få prata ihop om det som hänt med en vuxen. Teman under denna lektion från Stopp! Min kropp! är "Bra och dåliga hemligheter", samt "Trygg på nätet"

Efter:

När hela gruppen spelat klart uppdraget är det ett bra tillfälle att diskutera några frågor. Utgå från barnens tankar och frågor utifrån spelet. Tips på frågor:

- Hur kan det kännas i kroppen att veta en dålig hemlighet?
- Om en vuxen inte lyssnar eller inte tror på det ett barn berättar, vad kan barnet göra då?

Fler frågor finns på frågeskortet till tema 5, "Bra och dåliga hemligheter"

Arbetsblad:
HJÄLPANDE HANDEN



LEKTION 3



Introduktion:

I detta uppdrag får du hjälpa Charlie att prata med en vuxen om en dålig hemlighet och sedan hjälpa läraren och barnen att prata om hur en vill ha hjälp utan att bryta kroppsregler. Teman som berörs är "Bra och dåliga hemligheter", och "Stopp! Min kropp!".

Efter:

När hela gruppen spelat klart uppdraget är det ett bra tillfälle att diskutera några frågor. Utgå från barnens tankar och frågor utifrån spelet. Tips på frågor:

- Vad kan du göra om någon tar på dig på ett sätt som känns konstigt?
- Vad kan du göra om någon gör något mot din kropp som du inte vill?

Fler frågor finns på frågeskorten till tema 3, "Stopp! Min kropp!"

Arbetsblad:

STOPP! MIN KROPP!



Läs gärna Stopp! Min kropp! I den ges vägledning i hur du som vuxen kan prata med barn i olika åldrar om kroppen, gränser och sexuella övergrepp.
www.raddabarnen.se/rad-och-kunskap/foralder/stopp-min-kropp/

Vill du hjälpa oss att utveckla materialet?

Scanna koden och svara på några frågor. Det tar cirka 2-3 minuter och svaren är anonyma.



Det är alltid vuxnas ansvar att förebygga och agera för att skydda barn från att bli utsatta för olika typer av kränkningar, våld och övergrepp. Vuxna har ansvaret att vara tillgängliga för barn, göra ämnet pratbart och att ge barnen ett språk för detta.

Sexuella kränkningar och övergrepp

Sexuella kränkningar och övergrepp mot barn omfattar alla former av sexuella handlingar som påtvingas ett barn av en annan person. Sexuella övergrepp kännetecknas av att den vuxne, eller ett annat barn, utnyttjar barnets beroendeställning och utsätter det för handlingar som barnet inte kan förstå, inte är moget för, inte med full insikt kan ge samtycke till och som kränker barnets integritet. Övergreppen kan vara både fysiska och icke-fysiska. Exempel på icke-fysiska övergrepp är att barn tvingas posera, titta på pornografiskt material eller göra sexuella handlingar mot sig själv framför en webbkamera.

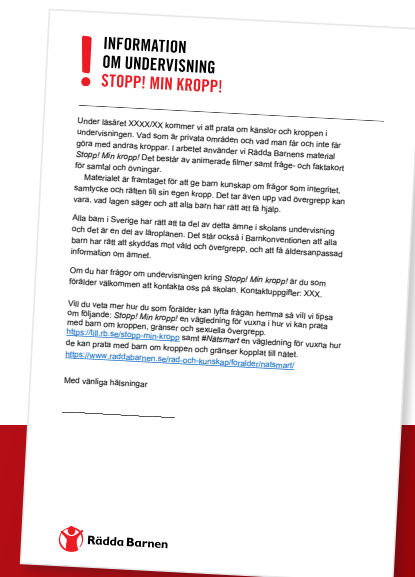
Om det uppstår frågor eller funderingar om Stopp! Min kropp! är du välkommen att kontakta Rädde Barnen på 08-698 90 00. Fråga efter någon på Rädde Barnens Centrum för stöd och behandling.

ATT INFORMERA FÖRÄLDRAR

Överlag brukar föräldrar tycka att dessa frågor är viktiga och uppskatta att barnen får prata om dem i skolan. Men det är ändå bra att informera om undervisningen med *Stopp! Min kropp!* Både för att göra föräldrarna delaktiga, och för att ge dem en chans att förbereda sig inför de funderingar och frågor som barnen tar med sig hem.

Ibland kan det uppkomma oro över att elever inte har tillåtelse hemifrån att ta del av vissa teman som tas upp i *Stopp! Min kropp!* En viktig utgångspunkt är då att försöka hitta ett förtroende och ett samarbete med föräldrarna. Ni på skolan behöver inte i detalj redovisa hur undervisningen går till. Men det är bra att klargöra att undervisningen utgår från barns rättigheter och att den har stöd i både Barnkonventionen och läroplanen.

På <https://www.raddabarnen.se/lagstadiet> finns en brevmall med förslag på information att utgå från när ni informerar föräldrar; som en punkt i ett veckobrev eller som utgångspunkt för information vid exempelvis föräldramöten.



OM ETT BARN BERÄTTAR

Ett viktigt syfte med *Stopp! Min kropp!* är att göra dessa ämnen pratbara. Att barnen vågar och vill dela sina tankar och jobbiga känslor med vuxna de litar på. Detta innebär ibland att barn berättar om olika erfarenheter av utsatthet. Då är det viktigt att bekräfta att det är bra och viktigt att berätta om dessa saker, men tänk på att du som vuxen har ansvar att hjälpa barnet att prata vidare enskilt och se till att de barn som behöver får möjlighet till det.

Har du väl fått ett förtroende är det betydelsefullt att visa att du står på barnets sida och kan hjälpa. Berätta för barnet att det som hänt är vuxnas ansvar. Tänk på att lyssna utan att ifrågasätta. Låt det ta tid och försök att inte avbryta, även om berättelsen kan vara fragmentarisk och osammanhängande. Det finns inga perfekta ordval och du behöver inte sitta på alla svar.



Läs gärna #nätsmart (2021). I den ges vägledning i hur du som vuxen kan prata med barn i olika åldrar om kroppen, gränser och sexuella övergrepp på nätet.

www.raddabarnen.se/rad-och-kunskap/foralder/natSMART/

VID ORO FÖR ETT BARN

När det kommer till kroppen, kroppsregler och samtycke uppstår ibland oro kopplad till hur barnen är med varandra. Det kan handla om att de lekt pusslekar på rasten eller haft mobiltelefoner med kamera med sig i omklädningsrum. Här är det viktigt att se vilka risker som finns och sedan skapa regler tillsammans med barnen om vad som är okej och inte.

Ibland kan det uppkomma misstanke om att ett barn far illa. Ta din egen oro på allvar och lita på din magkänsla. Du som är en viktig vuxen för barn på skolan känner ofta av när något inte är som det ska. Här är det ofta bra att ta stöd av skollledning och elevhälsoteam.

- Ni som skola ska inte utreda oron vidare utan så snart som möjligt informera socialtjänsten och göra en orosanmälan. Är du osäker så ring till socialtjänsten för konsultation.
- Kontakta socialtjänsten innan ni samtalar med föräldrarna gällande oro för att ett barn far illa. De behöver ibland göra en akut skyddsbedömning kring barnet innan kontakt med föräldrarna kan tas.
- Er uppgift är att lyssna på barnet och fortsätta finnas där. Det är ovärderligt.

DU HITTAR MATERIALET PÅ: WWW.RADDABARNEN.SE/LAGSTADIET

Handledning



Kortlåda



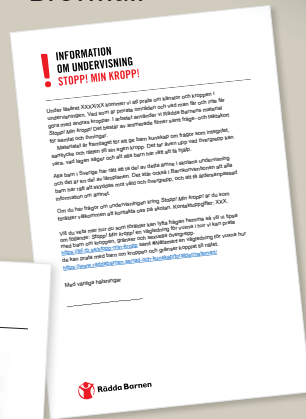
Filmer



Arbetsblad



Brevmall



Spel



Faktablad



© Rädda Barnen 2024

Illustrationer: Maria Borgelöv.

Formgivning och layout: Längre Leve kommunikation.

Foto: Johnér.

Rädda Barnen är en demokratisk, partipolitiskt och religiöst obunden folkrörelse, som kämpar för barns rättigheter i Sverige och i världen.



Rädda Barnen