



# VÅG Å SE - VÅG Å HANDLE

Håndbok for forebygging av  
vold og overgrep mot barn



## 6

### Kapittel 1 – Hva er vold og ulike former for vold

I denne delen får du kunnskap om hva vold er, ulike typer av vold og hvorfor ansatte og barn har behov for kunnskap om vold og overgrep i nære relasjoner.

## 10

### Kapittel 2 – Konsekvenser av vold og overgrep

I denne delen får du kjennskap til omfang og skadevirkninger hos barn som har vært utsatt for vold i nære relasjoner eller har vært direkte vitne til vold. Du får også vite om hvilke grupper som er ekstra sårbare for å bli utsatt for vold og overgrep.

## 14

### Kapittel 3 – En traumatisert hjerne. Et resultat av vold og overgrep.

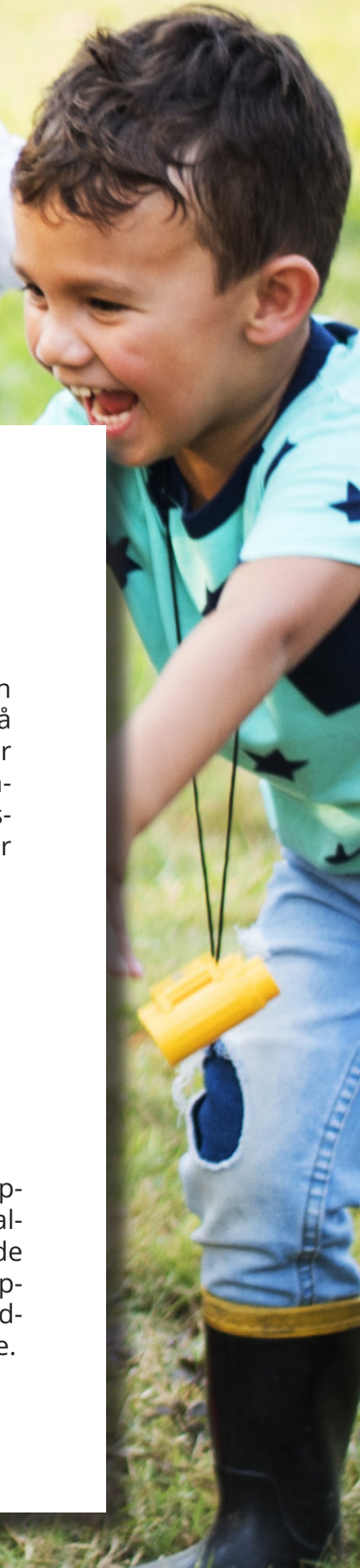
I dette kapittelet vil du i korte trekk bli bedre kjent med moderne hjerne- og traumeforskning som viser at vold får konsekvenser for hjernens utvikling. Kunnskap om hjernen kan hjelpe deg å forstå barns oppførsel bedre.

## 18

### Kapittel 4 – Kjønn, normer og vold

Hensikten med dette kapittelet er å reflektere over forestillinger som kan være med på å bygge opp rundt idéene om at jenter skal være pene, snille og søte, mens gutter skal være tøffe, pågående og aktive. Dette kan få betydning for vårt syn og legitimering av voldsbruk.

# Innhold



## 22

### Kapittel 5 – Tegn på vold og overgrep

I denne delen får du vite hva du skal se etter av ulike tegn hos barn som er utsatt for vold og overgrep.

## 24

### Kapittel 6 – Å snakke med barn om vold og overgrep

En sentral del av arbeidet med å oppdage om barn og ungdom blir utsatt for vold, skjer i samtaler. Det kan være spontane samtaler om her-og-nå aktivitet eller mer planlagte samtaler om et tema. Det finnes ingen fasit, men vi vil gi noen tips.

## 32

### Kapittel 7 – Hva gjør du?

I denne delen får du kunnskap om hvordan dere kan arbeide på din arbeidsplass for å forebygge, oppdage og hjelpe barn som er utsatt for vold og overgrep. Alle virksomheter bør ha en handlings- og beredskapsplan. Du vil få eksempler på punkter det er viktig å ha med i en slik plan.

## 38

### Kapittel 8 – Refleksjonsoppgaver

I dette kapittelet finner du refleksjonsoppgaver som egner seg godt til bruk i personalgrupper i skoler og barnehager, men de kan også brukes av enkeltpersoner. Oppgavene krever at du har lest denne håndboka på forhånd – da vil du få mer utbytte.

# Forord

Denne håndboka handler om hvordan ansatte som arbeider med barn og unge kan forebygge og oppdage vold og overgrep, samt hjelpe barn og unge som har vært utsatt for dette. Det er svært skadelig å bli utsatt for vold i nære relasjoner og mange barn forteller ikke om hva de har vært utsatt for før etter mange år. Derfor er det viktig at ansatte som arbeider med barn har kunnskap slik at de kan oppdage vold og overgrep og bidra til at de kommer inn i hjelpeapparatet og får den oppfølgingen og hjelpen de har behov for. Det er også viktig at barn har kunnskap om hva vold og overgrep er, slik at de forstår hva de har vært utsatt for og kan be om hjelp.

Denne håndboka er basert på innholdet i kurset *Våg å se – våg å handle!* som er utviklet av Likestillingscenteret og Hamar interkommunale krisesenter. Vi håper du vil finne håndboka nyttig, og håper den vil være til hjelp i det viktige arbeidet med å forebygge og oppdage vold og overgrep mot barn.

Nina Johannesen og Svein Harald Bigum, Likestillingscenteret

**Desember 2021**



---

*"Du ser det ikke før du tror det!"*

# KAPITTEL 1

## Hva er vold og ulike former for vold

### KUNNSKAP OG LOWERK

#### **FNs barnekonvensjon**

FN har vedtatt en egen barnekonvensjon, med rettigheter som gjelder alle barn under 18 år i hele verden. I FNs barnekonvensjon står det blant annet at alle barn:

- har rett til at ingen fysisk eller psykisk skader eller misbruker dem (§19)
- skal beskyttes mot seksuell utnyttelse og misbruk (§34)
- som har opplevd noe vanskelig eller skadelig, har rett til hjelp (§39)

#### **Barneloven**

I barneloven § 30 står det at barn ikke må bli utsatt for vold eller på annen måte bli behandlet slik at den fysiske eller psykiske helsen utsettes for skade eller fare. Det betyr at det ikke bare er fysisk vold som er straffbart, men all vold som utsetter barnets fysiske eller psykiske helse for skade eller fare.

#### **Rammeplanen**

I rammeplanen for barnehagen (2017) står det på s.11 at «Gjennom den daglige og nære kontakten med barna er barnehagen i en sentral posisjon til å kunne observere og motta informasjon om barnas omsorgs- og livssituasjon. Personalet skal ha et bevisst forhold til at barn kan være utsatt for omsorgssvikt, vold og seksuelle overgrep, og vite hvordan

dette kan forebygges og oppdages. Personalet skal kjenne til opplysningsplikten til barnevernet, jf. barnehageloven § 22.»

#### **Ansatte må ha kunnskap om vold og overgrep**

Ansatte som arbeider med barn må ha kunnskap om vold, overgrep, kropp og seksualitet for å forebygge, oppdage og hjelpe de som har vært utsatt for dette.

#### **Barn må ha kunnskap om vold og overgrep**

Barn trenger kunnskap om vold, overgrep og mobbing for å kjenne sine rettigheter. De må også vite hvordan de skal få hjelp hvis de er utsatt for vold eller overgrep.

Barn må vite hva vold og overgrep er for å ha bedre forutsetninger til å kunne si ifra hvis de har vært utsatt for dette. Slik kunnskap og handlingskompetanse hos barn og unge kan fremme livsmestring og forebygge vold, overgrep og mobbing.



## HVA ER VOLD?

*«Vold er enhver handling rettet mot en annen person som gjennom at denne handlingen skader, smerter, skremmer eller krenker, får denne personen til å gjøre noe mot sin vilje eller slutte å gjøre noe den vil» (Per Isdal).*

Ifølge Per Isdal har vold to hensikter; 1) påføring av skade, smerte, frykt eller krenkelse, og 2) å forsøke å påvirke eller styre atferden til et annet menneske.

Det finnes flere former for vold, og mange er usikre på hva vold egentlig er. Mange som har blitt utsatt for vold oppgir ofte at de er utsatt for mer enn en form for vold.

## VOLD I NÆRE RELASJONER

### **Hva er vold i nære relasjoner?**

Vold i nære relasjoner er all vold mellom familiemedlemmer. Det kan være vold mellom nåværende eller tidligere partnere, vold mot barn eller vold mot eldre. Tvangsekteskap, æresrelatert vold og kjønnslemlestelse regnes som vold i nære relasjoner.

### **Hva er en nær relasjon?**

En nær relasjon er familie, slekt, noen en har tillit til og/eller noen en er avhengig av. I tillegg til familie, slekt, innbefatter vold i nære relasjoner også personer utenom familien som en har et tillitsforhold til. Det kan være venner, men også personer som en kan være avhengig av eller ha tillit til, som for eksempel en trener, lærer eller lignende. Menneskehandel kan begynne som et tillitsforhold, og utvikle seg til et avhengighetsforhold med sterk grad av kontroll og utnytting.

## FYSISK VOLD

Fysisk vold er all vold som innebærer fysisk kontakt. Eksempler er slag, spark, lugging, dytting, risting, kvelertak, holde noen fast, brennmerke noen, biting, bruk av våpen eller slå noen med en gjenstand. Innesperring og isolasjon er også former for fysisk vold. Fysisk vold som blir brukt som en del av oppdragelsen er alvorlig og får store konsekvenser for barn og unge som har blitt utsatt.

## PSYKISK VOLD

Psykisk vold er bruk av ord og stemme som truer, skader, krenker eller kontrollerer et annet menneske. Eksempler på psykisk vold er utskjelling, trusler, sårende kritikk, ydmykelse, ignorering, utspørring, å komme med uriktige anklager eller begrensning av en annens frihet. Eksempler er utsagn som «jeg skal drepe deg», «du er ikke verdt noe», og «du er så stygg at ingen kan være glad i deg». Psykisk vold kan også være kontrollerende atferd som for eksempel å kontrollere partnerens profiler på sosiale medier, epost-konto eller mobiltelefon.

## MATERIELL VOLD

Materiell vold er enhver form for voldelig atferd som er rettet mot gjenstander. Det kan være å sparke inn en dør, slå i bordet eller veggen, knuse et bilde eller rasere inventar eller å ødelegge gjenstander/eiendeler som har høy affeksjonsverdi for en annen. Å se noen knuse eller ødelegge en gjenstand i sinne kan være svært skremmende og kan føre til redsel for at volden neste gang vil være rettet mot en selv i stedet for gjenstandene.

## SEKSUALISERT VOLD

Seksualisert vold er handlinger som er rettet mot en annen persons seksualitet. Denne typen vold rammer hardt og kan få store konsekvenser. Eksempler på seksuell vold er seksuell trakassering, press og tvang til å få andre til å utføre seksuelle handlinger, og voldtekt eller seksualisert tortur.

## ØKONOMISK VOLD

Økonomisk vold innebærer kontroll over andres økonomi. Den ene partneren nektes for eksempel å ha kontroll over egen eller felles økonomi. Personen får ikke ha egen bankkonto eller lures til å skrive under på gjeldspapirer.

## ÆRESRELATERT VOLD

Æresrelatert vold er en form for vold i nære relasjoner. Volden utøves for å beskytte familiens ære eller for å gjenopprette tapt ære, og blir ofte utøvet av flere enn en person. Gutter og jenter, kvinner og menn, kan bli utsatt for æresrelatert vold. Familiens ære knyttes likevel ofte til oppførselen til jentene og kvinnene i familien. Æresrelatert vold er overgrep mot et individ som familien opplever at har vanæret dem, eller som de frykter at skal vanære dem.

## SOSIAL VOLD

Sosial vold innebærer begrenset bevegelsesfrihet, ekskludering eller sosial isolasjon. Eksempler kan være at partneren din eller andre familiemedlemmer ikke liker noen av aktivitetene du holder på med og vil at du skal slutte med dem, eller ønsker at du slutter å omgås venner/kollegaer.



## LATENT VOLD

Det å ha opplevd vold gjør at en er redd for at det skal skje igjen. Det vil si at muligheten og risikoen for at ny vold kan oppstå, styrer noens handlinger ved at de blir følsomme overfor stemninger, stemmebruk, hvordan noen åpner en dør, hvordan noen går osv. Volden «ligger i lufta» hele tiden.

## KJØNNSLEMLESTELSE

Kjønnslemlestelse av jenter og kvinner er et inngrep som endrer eller fjerner ytre kjønnsdeler. Kjønnslemlestelse er svært helseskadelig. Jentene kan bli påført skader for resten av livet. Omskjæring av kvinner er derfor forbudt i de fleste land. Inngrepet skjer oftest når jentene er i alderen 5–14 år, men gjøres også på spedbarn, ungdom og voksne kvinner.

## FUNKSJONSRELATERT VOLD

Funksjonsrelatert vold handler om å utnytte noens funksjonsnedsettelse. Det er ofte en sammensetning av andre typer vold; fysisk, psykisk, seksualisert eller materiell/økonomisk vold. Men den utsatte har en eller flere funksjonsnedsettelser som gjør volden funksjonsrelatert. Dette kan for eksempel være å sette ting i veien for en som er blind eller som bruker rullestol.

## DIGITAL VOLD

Denne typen vold innebærer trusler og trakassering via meldinger, overvåking og kontroll via mobiltelefon eller sosiale medier eller stygge meldinger postet på nett. Digital vold er også trusler, trakassering og seksuelle overgrep som følge av kontakt etablert på nett. Det er viktig at barn og unge får opplæring i bruk av sosiale medier og nettvett.



# KAPITTEL 2

## Konsekvenser av vold og overgrep

### BARN SOM OPPLEVER VOLD

#### **Å være vitne til vold – er også vold**

Å være vitne til vold er like skadelig som å være direkte utsatt for vold selv. Mange foreldre som enten har utøvd vold eller vært utsatt for vold tror ikke at barna har merket volden som har pågått. Barna derimot forteller at de har hørt volden fra et annet sted i huset eller etter at de har lagt seg. De merker stemningen og kan se at den ene forelderen er redd, er skadet eller at gjenstander er ødelagt. Vold mot mor eller far er også vold mot barn.

*Barn blir utsatt for vold igjennom:*

- nedsatt omsorgsevne/fungering
- å være øyevitne til vold
- å høre vold

Å høre volden kan være enda verre enn å være øyevitne. Barn kan skape bilder av hva som skjer gjennom fantasi, og disse bildene kan være enda verre enn det som skjer i virkeligheten.

*Bruk av vold fører til:*

- fysiske skader
- psykiske skader
- skader på gjenstander
- sykdom
- en familiekultur preget av utrygghet
- nedsatt omsorgsevne/fungering

#### **En familiekultur preget av utrygghet**

Å ha opplevd vold en gang gjør at barnet vet at det kan skje igjen, og dermed er konstant redd for at det kan skje.

Barnet vet ikke hva som skjer hjemme når de er borte, og vet ikke hva som venter når de kommer hjem. Dette skaper stor utrygghet.

En baby merker det når omsorgsgiver er redd og utrygg. Når en forelder er utsatt for vold, kan den voldsutsatte ofte ha nok med seg selv, og er dermed ikke i stand til å ivareta barnet. Mange som er utsatt for vold får også psykiske skader og er av den grunn ute av stand til å ta vare på barn på en god måte.

Visste du at barn som opplever vold og overgrep har økt risiko for å få konsentrasjonsvansker?

Barn som er utsatt for vold og overgrep får ofte problemer med læring, hukommelse og er ofte plaget med dissosiering i form av blant annet flashbacks. Disse barna blir lettere syke, fordi de lever med konstant angst og stress, som er faktorer som setter ned funksjoner i immunforsvaret. Derfor er det viktig å fange opp disse barna så tidlig som mulig for å hjelpe dem. Her spiller du en viktig rolle.

### OMFANG AV VOLD OG OVERGREP I NORGE

- 1 av 5 har opplevd fysisk vold i oppveksten (Thoresen og Hjemdal 2014).
- 4 prosent av barn og unge har blitt utsatt for alvorlig fysisk vold (Havstad og Augusti 2019).
- 5 prosent av kvinner og 1 prosent av menn har blitt utsatt for voldtekt før fylte 18 år (Thoresen og Hjemdal 2014).
- Blant jenter oppgir 20 % at de har blitt utsatt for psykisk vold fra foresatte, mot 15 % av gutter (Havstad og Augusti 2019).
- 17 % av barn og unge har opplevd at mor har vært utsatt for minst en form for fysisk eller psykisk vold, mens 13% har opplevd at far har vært utsatt for dette (Havstad og Augusti 2019).



#### REFERANSER

- Hafstad, G. S., & Augusti, E. M. (red.) (2019). Ungdoms erfaringer med vold og overgrep i oppveksten: En nasjonal undersøkelse av ungdom i alderen 12 til 16 år. (Rapport 4/2019).
- Thoresen, S., & Hjemdal, O. K. (red.) (2014). Vold og voldtekt i Norge. En nasjonal forekomststudie av vold i et livsløpsperspektiv. (NKVTS Rapport nr. 1, 2014).
- Myhre, M., Thoresen, S., & Hjemdal, O. K. (2015). Vold og voldtekt i oppveksten. En nasjonal intervjuundersøkelse av 16- og 17-åringene. (NKVTS Rapport nr. 1, 2015).



## GRUPPER SOM ER EKSTRA UTSATT FOR VOLD OG OVERGREP

Barn som vokser opp i familier med kriminalitet, rusproblemer og psykiske problemer er særlig utsatt for vold og overgrep. Dårlig økonomi kan i tillegg være en risikofaktor. Barn og unge som bryter med normer for seksualitet og kjønn, personer med funksjonsnedsettelse og utviklingshemmede kan være særlig utsatt for vold og overgrep.

## Personer med nedsatt funksjonsevne

Visste du at internasjonal forskning viser at det nesten er tre ganger større risiko for at barn med nedsatt funksjonsevne opplever vold og seksuelle overgrep enn andre barn?

Årsaker kan være at funksjonsnedsettelsen i seg selv gjør at barnet har vanskeligheter for å komme seg bort fra en situasjon, rope om hjelp eller formidle hva som har skjedd. Barn med noen typer funksjonsnedsettelser trenger mer hjelp enn andre barn i intime situasjoner som påkledning og stell, noe som kan utnyttes av voksne. Dette gjelder også for mange utviklingshemmede.

Holdninger og manglende kunnskap til barnets funksjonsnedsettelse og utviklingshemming, kan gjøre at barns forsøk på å fortelle ikke tas på alvor, og ikke tillegges stor nok vekt.

Endringer i atferd som ellers ville ført til bekymring for andre barn, kan tolkes som noe som har med funksjonsnedsettelsen å gjøre, og ikke som et tegn på vold eller overgrep.



## Barn og unge som bryter med normer for kjønn og seksualitet

Visste du at barn og unge som ikke kjenner seg igjen i tradisjonelle kjønnsidentiteter er langt mer utsatt for vold og seksuelle overgrep enn andre ungdommer?

Det er gjort lite forskning på volds- og overgrepserfaringer blant barn og unge som bryter med normer for kjønn og seksualitet. Det som finnes viser at unge som ikke kjenner seg igjen i tradisjonelle kjønnsidentiteter er langt mer utsatt for vold og seksuelle overgrep enn andre ungdommer. Dette gjelder særlig alvorlig fysisk vold fra omsorgspersoner, psykisk vold, omsorgssvikt og seksuelle overgrep begått av voksne. Unge skeive er spesielt utsatte når det gjelder vold i familien. Derfor er det viktig å være spesielt oppmerksomme på disse barna og ungdommene. De som blir utsatt for vold må bli sett tidlig og få riktig hjelp. Her spiller DU en viktig rolle!

Å skape større aksept for kjønns- og seksualitetsmangfold bør integreres i pedagogikken i barnehager og skoler for å forebygge vold og overgrep, men også som en del av et antidiskrimineringsarbeid. Dette vil bidra til et bedre miljø i skoler og barnehager, noe som også forebygger mobbing. Kjønn- og seksualitetsmangfold bør også tas opp på foreldremøter.

# KAPITTEL 3

## En traumatisert hjerne. Et resultat av vold og overgrep.

Hjernen formes etter bruken. Hvis et barn bruker mye tid på å være redd, bekymret eller ofte er i alarmberedskap fordi de selv eller noen de er glade i blir utsatt for vold, vil det prege barnets hjerne. For å forstå hvordan hjernen reagerer ved fare og belastninger, må du ha kunnskap om hvilke deler av hjernen som styrer hvilke funksjoner.

### Hjernen er tredelt

1. Sanseshjernen/overlevelseshjernen (hjernekammen) regulerer hjerterytme, pust, balanse, søvn/våken, kroppens overlevelsesforsvar og aktiveringstilstand.
2. I følelshjernen/relasjonshjernen finner vi evne til tilknytning til andre mennesker, følelser, hukommelsesfunksjoner, konsentrasjon, oppmerksomhet og episodisk minne.
3. Tenkehjernen bearbeider informasjon, planlegger og tar avgjørelser. Tenkehjernen rommer også språkfunksjoner, fornuft og bevissthet.

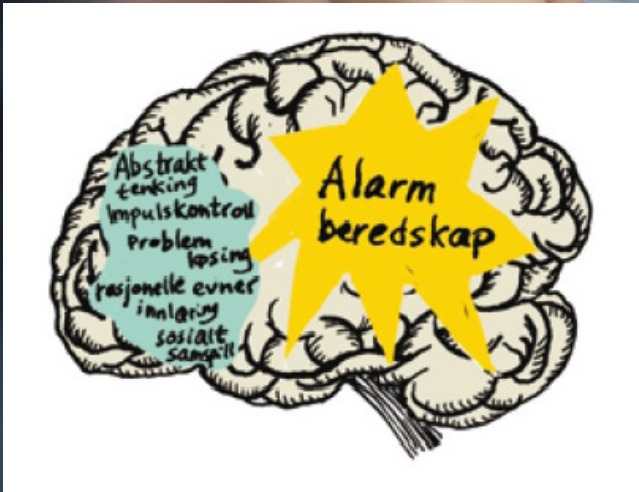
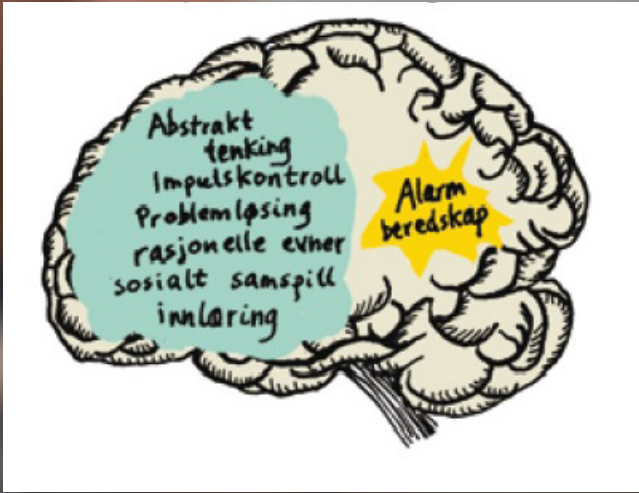
For at hjernen skal fungere som en helhet er det viktig at alle tre delene i hjernen er tilstrekkelig oppbygget og at det er gode forbindelseslinjer mellom dem.

### Normalhjernen og den traumatiserte hjernen

På illustrasjonen til høyre ser du normalhjernen øverst og en traumatisert hjerne nederst. Det grønne feltet viser følelshjernen/relasjonshjernen og tenkehjernen. Det gule viser sanseshjernen/overlevelseshjernen. Legg merke til at de ulike delene har forskjellig størrelse.

Når vi er trygge og avslappet, har vi kontakt med både sanseshjernen, følelshjernen og tenkehjernen. Vi klarer å være til stede og føre en samtale, kjenne på følelser og være i kontakt med kroppen.

Hvis barn blir utsatt for vold over tid, vil overlevelseshjernen bli overfølsom. Selv om den reelle faren er over, fortsetter kroppen å være i alarmberedskap. Følelshjernen, som lagrer minner og sorterer hva som er farlig og ikke farlig, fungerer dårligere når overlevelseshjernen blir kraftig aktivert. Høy alarmberedskap reduserer hjernens evne til å lagre ny informasjon i hukommelsen. Derfor har barn som blir utsatt for vold ofte vanskeligere for å lære. Det blir også vanskeligere å skille mellom reelle og ikke reelle farer.



A photograph of a man sitting on a wooden floor against a light-colored wall. He is wearing a white t-shirt and dark pants. He has a pained expression, with his mouth open as if crying or shouting, and his hands are pressed against his head. The lighting is dramatic, casting a shadow of his head and hands onto the wall behind him.

## KONSEKVENSER AV TRAUMER

Etter at et barn har opplevd vold kan det oppstå traumer. Da vil hjernen fortsette å varsle fare etter at barnet har kommet seg i sikkerhet og situasjonen er trygg. Inntrykk som ikke bearbeides, lagres som ubevisste minner som er svært intense. Minnene kan spille seg ut som gjenopplevelser, mareritt, eller ubehagelige følelser og kroppsforneimmelser.

Hos barn som har vært utsatt for gjentatt vold og overgrep er hjernen organisert og bygd opp rundt fare. Hvis hjernen må bruke for mye kapasitet på å være i alarmberedskap, blir det mindre plass til å utvikle ferdigheter som problemløsning og abstrakt tenkning. Det kan for eksempel bli altfor krevende å konsentrere seg om innlæring i barnehagen eller undervisning på skolen hvis det er kaos i tankene og i kroppen.



## Hjernen varsler om fare

Når barn og unge utsettes for traumatiserende hendelser, klarer ikke alltid hjernen å sette sammen inntrykkene til en helhetlig opplevelse. Det kan gi barnet en vedvarende fornemmelse av pågående fare, også når faren ikke lenger er til stede. Den vedvarende følelsen av fare skaper unormal aktivitet. Av og til kan barnet reagere impulsivt med kroppslig uro, rastløshet, hyperaktivitet og aggresjon. Andre ganger kan barn reagere med passivitet, likegyldighet og følelsesmessig nummenhet. Du kan også oppleve at barn reagerer med dagdrømming eller fravær av kontakt.

Barn og unge som er traumatiserte går lettere ut av "normaltilstand" fordi de tåler mindre påkjenning fra omgivelsene. Hendelser som tidligere har vært traumatiserende for barnet, kan føre til at barnet endrer adferd. Det kan være en dør som smeller, noen som hever stemmen, ett sint blikk, noen som slår i bordet, lukter, lyder, stemninger eller ulike smaker. Selv om barnet ikke reelt er i fare der og da, vil hjernen varsle fra om fare, og barnet kan reagere med å for eksempel løpe ut av klasserommet, gå til angrep på barn eller voksne, bli passiv, forsvinne i sin egen verden eller fryse til. Da trenger barnet hjelp fra deg for å komme tilbake i «normaltilstanden» sin.

## Hvordan hjelpe barn som er i alarmberedskap?

Traumatiserte barn kan i liten grad regulere stress og affekt selv. Det hjelper for eksempel ikke bare å sette grenser når barnet ikke oppfører seg som forventet. Hos traumatiserte barn som utsettes for reaksjoner på det atferdsmessige uttrykket over tid, kan evne til tilknytning, ny læring og konsentrasjon reduseres ytterligere. Dette vil ha negativ innvirkning på barnets evne til å knytte seg til og utvikle tillit til andre mennesker, samt evne til å regulere sin egen atferd, herunder å kunne «roe seg ned» eller trøste seg selv. Barn utsatt for vold og overgrep har ofte omsorgserfaringer der omsorgsgiver ikke tåler barnets ubehag. Barnet kan derfor mangle viktige relasjonelle erfaringer.

Disse barna er avhengige av at voksne hjelper dem med å håndtere følelsene deres slik at de kommer tilbake til «normaltilstand». Gjennom å se, høre, snakke og ha fysisk nærhet til barnet, kan du gjennom din aktive og trygge tilstedeværelse hjelpe barnet. Det kan gjøres ved at du trøster og signaliserer at her er det trygt og godt og at barnet skal bli ivaretatt. Din ro kan smitte over på barnet. Slike omsorgserfaringer gjør at barnet gradvis utvikler sin kapasitet til å regulere sine egne følelser og gradvis tolererer stress på egenhånd uten å bli overveldet.



# KAPITTEL 4

## Kjønn, normer og vold

Har du tenkt over at forestillingene vi har om hvordan jenter og gutter bør være, henger tett sammen med problematikk knyttet til vold og overgrep?

### Forestillinger om kjønn og legitimering av vold

Når noen venter barn, er ofte det første vi spør om: «Hva blir det? Gutt eller jente?» Allerede før fødsel har vi tanker om hvordan livet til barnet skal bli. Forventninger til kjønn er en del av dette. Det viser seg at foreldre, lærere og andre behandler selv små barn ulikt ut ifra hvilket kjønn de har, ofte ubevisst. Barn utvikler sin identitet og forståelse av seg selv som et svar på forventningene de møter. Gjennom sosialisering lærer barn hva som er tillatt og akseptert for dem. Forventningene du har til kjønn er en sentral del av sosialiseringen til barna du tilbringer tid med.

Kanskje forestillingene vi har om kjønn til og med kan gjøre at vi aksepterer vold i enkelte situasjoner? Hvis en gutt plager ei jente, kan det godt hende de voksne sier at det er fordi han er forelsket, altså tenker de voksne at det er greit at han plager henne.

*Har du tenkt over hvilke forbilder barn får å identifisere seg med fra de er små?*

HAR DERE HØRT LIGNENDE KOMMENTARER?

«Gutter er så reale de. Hvis de er uenige seg imellom, så sloss de litt, så er den saken løst.»

«En far kommer for å hente dattera si i barnehagen. Samtidig kommer ei mor for å hente sønnen sin. På vei ut går gutten mot jenta for å gi henne en klem, men jenta vil ikke ha noen klem. Mora sier til gutten: «Ikke bry deg om det, det er bare sånn vi damer er, vi gjør oss litt kostbare».

«Det var ei jente på 4 år som ikke ville gi bestemor en klem. Da sier faren: «Gi nå bestemor en klem da, ellers blir hun veldig lei seg».

### Kjønn har betydning

Forventningene du har til kjønn får konsekvenser for om du oppdager vold og overgrep. Vi vet at vold og overgrep mot barn ofte ikke oppdages, eller oppdages først etter lang tid. De fleste barn forteller ikke direkte om hva de har vært utsatt for, og det er enda vanskeligere for gutter å fortelle om at de har vært utsatt for overgrep enn for jenter. Merk deg også at vi lett kan tenke at det å være utsatt for overgrep gjelder for jenter og ikke for gutter.

Vanlige forventninger til gutter og menn er at de skal være tøffe, sterke, ikke gråte og ikke



vise følelser. Barn som bryter med normer for kjønn og seksualitet kan være sårbare for å bli utsatt for mobbing, diskriminering og vold i barnehager, skoler og på fritiden. Derfor er det viktig at alle som jobber med barn også må jobbe med kjønnsstereotyper. Barn med guttekropp som bryter med maskulinitetsidealene, er mest utsatt for negative sanksjoner. Det er derfor viktig å være spesielt oppmerksom på disse barna.

Hvis vi skal oppdage og forebygge vold og overgrep må barnehager og skoler jobbe med at alle barn skal kunne uttrykke sine følelser. Alle kjønn skal ha like muligheter til å uttrykke seg uten å bli begrenset av tradisjonelle forestillinger om kjønn. Målet er å utvide handlingsrommet slik at det blir lettere å fortelle andre om vonde opplevelser. Det er også en annen uheldig side ved å forvente at gutter og menn ikke skal snakke om følelser. Innestengte følelser kan nemlig føre til sinne, raseri og i verste fall vold. Å gi barn kunnskap om følelser, relasjoner, grensesetting og vold øker sannsynligheten for at de tar kloke valg i egne liv. Evne til kloke valg forebygger vold og overgrep.

*Det er tydelige kjønnsforskjeller når det gjelder vold og overgrep. Visste du at:*

- Jenter blir nesten dobbelt så ofte som gutter utsatt for seksuelle overgrep (Havstad og Augusti 2019).
- Gutter utsettes i langt større grad enn jenter for fysisk vold fra jevnaldrende (Myhre et al. 2015).
- Barn og unge som oppgir at gutte- eller jentekategorien ikke passer for dem, er langt mer utsatt for alvorlig vold enn sine jevnaldrende (Havstad og Augusti 2019).

- Blant de som har opplevd vold i barndommen, er det langt færre menn som har fortalt det til noen, sammenlignet med kvinner (Thoresen og Hjemdal 2014).

### **Har vi et uheldig maskulinitetsideal?**

Visste du at ca. dobbelt så mange menn som kvinner har vært utsatt for alvorlig vold etter at de fylte 18 år?

Å gi og motta vold er en del av gutters hverdag. Gutter er oftere utsatt for fysisk vold fra jevnaldrende enn jenter. Mange gutter trener på å tåle vold. Å gi og motta vold er også en del av mange gutters oppdragelse.

Vi må spørre oss om det er lettere å overse at gutter er offer for vold fordi vi forestiller oss at gutter er utøvere av vold og jenter er offer. Den tøffe og bestemte gutterollen kan gi sosial status. At gutter kan være offer, bryter kanskje med våre maskulinitetsidealer.

Hvis vi bare ser sinne hos de guttene det gjelder, og ikke Alvoret og hva som kan ligge bak, kan vi risikere å ende opp med en forestilling om at gutter er sinte av natur eller bare umulige. Denne forestillingen kan være uheldig på to måter. For det første kan det føre til at vi delvis aksepterer bruk av vold. For det andre kan det innebære at disse guttene ikke får den hjelpen de trenger.

Har du tenkt over at over dobbelt så mange menn som kvinner tar sitt eget liv?

Færre kvinner enn menn blir diagnostisert med angst og depresjon. Psykiske problemer hos menn er vanskeligere å oppdage, og hjelpen komme ofte sent. Menn kommer også senere til lege enn kvinner. Det er kanskje ikke forenlig med det maskuline idealet å oppsøke hjelp?



# KAPITTEL 5

## Tegn på vold og overgrep



*«Hvis vi skal være helt sikre på at et barn har vært utsatt for vold eller overgrep før vi gjør noe, da har vi ventet altfor lenge».*

I denne delen får du vite hva du skal se etter av ulike tegn hos barn som er utsatt for vold og overgrep. Punktene som presenteres under kan være tegn på at vold eller seksuelle overgrep har funnet sted, men det kan også være symptomer på omsorgssvikt eller andre ting barnet kan ha blitt utsatt for. Uansett er det viktig at du prøver å finne ut av årsakene til symptomene og hjelpe barnet.

## TEGN PÅ AT VOLD OG/ELLER SEKSUELLE OVERGREP KAN HA FUNNET STED HOS BARN

### **Følelsesmessige, atferdsmessige og kroppslige tegn:**

- Sterke reaksjoner på forandring i rutiner
- Økt engstelse og uro
- Angst for atskillelse, klenging
- Regresjon; tap av ferdigheter barnet tidligere har hatt
- Konsentrasjonsproblemer
- Viser ofte sinne - hyppige raserianfall
- Søvnvansker, urolig søvn og mareritt
- Redsel for personer eller arenaer som tidligere har vært trygge
- Overdreven seksualisert adferd
- Tristhet

## TEGN PÅ OM VOLD OG/ELLER SEKSUELLE OVERGREP KAN HA FUNNET STED HOS BARN FRA 6 ÅR OG OPPOVER

- Urolig søvn og mareritt
- Påtrengende tanker og sanseintrykk som er vanskelig å få ut av hodet.
- Konsentrasjonsvansker; vansker med innlæring, ta imot beskjeder, følge beskjeder
- Unngåelse
- Somatiske plager – magesmerter, hodepine og kvalme
- Viser ofte sinne, hyppige raserianfall
- Sterke reaksjoner på forandring i rutiner
- Redsel for personer eller arenaer som tidligere har vært trygge
- Overdreven seksualisert adferd
- Depresjon/tristhet
- Tap av interesse for ting de tidligere har likt
- Unormal engstelse
- Unngåelse av ting eller det som minner om de vonde erfaringene

## FYSISKE SKADER SOM BØR VEKKE MISTANKE

Når du ser noen av de fysiske skadene som er listet opp nedenfor, bør det vekke mistanke om at barn kan være utsatt for vold og overgrep. Det er også viktig å vurdere om forklaringene som barnet eller omsorgsgiver kommer med virker sannsynlige.

### **Blåmerker:**

- på barn som ikke kan forflytte seg.
- over bløtdelsområder, som kinn, ytre øre, hals, overarmer, innsiden av lår, håndflater, fotsåler, rumpe og kjønnsorganer.
- som har en form som tyder på slag med gjenstand eller hånd.
- med samme form, ofte i gruppe og/eller på to sider av kroppen, «tosidige skader».
- skade på hals/nakke, rundt håndledd og ankler.

### **Brannskader:**

- på barn som ikke kan forflytte seg.
- på et område som du ikke forventer at vil komme i kontakt med varme gjenstander eller væsker ved en ulykke, for eksempel baksiden av hendene, fotsåler, rumpe eller rygg.
- med form etter gjenstand, for eksempel strykejern eller sigarettmerker.

### **Bruddskader:**

- Bruddskader før barnet kan gå

# KAPITTEL 6

## Å snakke med barn om vold og overgrep

*«Ingen kan hjelpe alle, men alle kan hjelpe noen».*

Gjennom ditt arbeid har du ulike former for samtaler med barn hver eneste dag. En sentral del av arbeidet med å oppdage om barn blir utsatt for vold, skjer i samtaler. Det kan være spontane samtaler om her-og-nå aktivitet eller mer planlagte samtaler om et tema. Det finnes ingen fasit, men vi vil gi noen tips på hvordan ha samtaler med barn, da det er forskjellig både ut ifra alder, modenhet og kontekst.

### TA BARNES SIGNALER PÅ ALVOR

Det er viktig at vi som jobber med barn ser etter og er spesielt oppmerksomme på signaler eller ulike symptomer på at barnet er utsatt for vold og overgrep. Gjennom vår profesjon har vi en unik mulighet til å oppdage barn som blir utsatt for vold eller overgrep, fordi vi tilbringer mye tid sammen med dem.

Det kan være noe barnet gjør, eller små utsagn barnet kommer med som gjør at du mistenker at noe ikke stemmer. Ulike somatiske plager, plutselige atferdsendringer, regresjon, konsentrasjonsvansker og tap av interesse for ting barnet har likt tidligere, kan som vi allerede har nevnt være signaler på at noe ikke er bra i barnets liv. I tillegg kan vi møte barn som har fysiske skader som kan vekke mistanke om at barnet er utsatt for vold hjemme.

Hvis et barn kommer med et utsagn som gjør at du mistenker at det kan være utsatt for vold eller overgrep, eller forteller det direkte til deg, er det viktig at du snakker med barnet om det. Bruk muligheten – den kommer kanskje ikke tilbake

Vi har samlet noen råd om hvordan vi kan snakke med barn om vanskelige temaer som vold og overgrep.

Hvis barnet kommer med utsagnet i undervisning eller under et måltid, kan du ta barnet til side etterpå for å snakke om det. Ikke utsett samtalen lengre enn nødvendig, da kan barnet oppleve at du ikke tok det hen sa på alvor. Da kan vi risikere at barnet ikke tar opp saken igjen senere med deg eller andre, og at de vonde hemmelighetene forblir hemmelige.

### PLANLAGTE SAMTALER

For at barnet skal tørre å åpne seg for deg som voksen er det viktig med en god, trygg relasjon og at barnet har tillitt til deg. Barn som forteller deg om alvorlige hendelser må møtes med nærhet, innlevelse og genuin interesse.

### **Hvordan kan du forberede deg selv til samtaler med barn om vold og overgrep?**

Det er viktig å ta seg tid til å kjenne etter hva slags tanker og følelser du selv har, fordi det å være mentalt forberedt er viktig. Da vil du være bedre i stand til å ta imot den informasjonen barnet har.





Spørsmål du stiller deg selv i forkant av samtalen kan være:

- Hva tenker jeg om barnets situasjon?
- Hva gjør denne situasjonen med meg?
- Hvordan kan jeg formulere meg?
- Hvordan kan jeg komme til å reagere hvis jeg får høre noe ubehagelig?

### **Hvordan kan du forberede barnet til samtalen?**

- Fortell barnet at du ønsker å ha en samtale.
- Vær tydelig på hva samtalen skal dreie seg om.
- Spør om det passer for barnet.
- Avtal tid og sted.

### **Har de fysiske rammene noe å si?**

De fysiske omgivelsene kan ha mye å si for samtalen. Det er viktig å finne et sted hvor barnet kan føle seg trygg, hvor du selv føler deg bekvem og hvor dere kan sitte uforstyrret.

- Rydd vekk elementer som kan forstyrre samtalen, som for eksempel mobiltelefon, blader og bøker.
- Ha skrive- og tegnesaker tilgjengelig.
- Ha gjerne noe tilgjengelig som barnet kan ha i hånden, for eksempel en bamse eller et kosedyr.

### **Hvordan kan jeg etablere god kontakt med barnet?**

Ta deg god tid til å opprette kontakt med barnet her og nå.

- Begynn med å få barnet i tale om alminnelige temaer som barnet er opptatt av.
- Vis interesse på barnets premisser.
- Vis at du har til hensikt å lytte til barnet.

### **Hvordan kan jeg introdusere barnet til temaet?**

Du må ta tak i det barnet tidligere har uttrykt eller sagt. Utfordringen er å både være åpen og målrettet samtidig.

Still åpne spørsmål som oppmuntrer til en fri og spontan fortelling:

- «Du sier at ...»
- «Det vil jeg høre mer om»
- «Fortell meg mer om det»

Ett eksempel:

«Da du skulle til moren din forrige gang sa du at du ikke ville dit, og at du syntes hun er ekkel og dum. Jeg har tenkt på det du sa. Jeg lurer på hvordan du har det når du er sammen med moren din. Jeg ønsker at du forteller meg om det.»

Vær forberedt på å ta imot det barnet forteller deg. Du må være spørrende og nysgjerrig, men samtidig være lyttende og tåle pauser og stillhet.

### **Hvordan bør jeg avslutte samtalen?**

- Oppsummer samtalen i grove trekk.
- Spør barnet om du som voksen har forstått riktig og om det er noe mer barnet vil fortelle.
- Snakk med barnet om hva som skal skje videre.
- Tilby at dere kan snakke sammen igjen senere.
- Lukk samtalen ved å komme over på dagligdagse temaer igjen.

## FREMMENDE KOMMUNIKASJON

Fremmede kommunikasjon brukes i både planlagte og akutte samtaler. Akutte samtaler kan være når et barn plutselig forteller at det har blitt utsatt for et seksuelt overgrep.

### **Still åpne spørsmål**

Å stille barn åpne spørsmål innebærer å ikke legge antagelser eller føringer i spørsmålet. Med et åpent spørsmål får barnet mulighet til å fortelle ut fra seg selv og sine subjektive erfaringer. Med et lukket spørsmål kan et usikkert og utrygt barn bare bekrefte det du sier, og vi kan risikere å få feil informasjon.

Eksempler:

- Et åpent spørsmål er:  
«Fortell meg hvordan du har det.»
- Et lukket spørsmål er:  
«Er du veldig lei deg?»

### **Lytt aktivt**

Aktiv lytting innebærer å vise interesse og følge med ved å bekrefte og støtte det barnet sier ved å nikke, si «jeg forstår» eller «fortell meg mer». Slik kan barnet fortsette å fortelle uten at du behøver å stille et nytt spørsmål.

### **Godta stillhet**

Det kan være en utfordring å tåle stillhet. Da er det viktig å huske at stillheten kan bety at barnet tenker og gjenkaller minner. Ofte stiller voksne nye spørsmål for tidlig hvis barnet blir stille. Tenk deg derfor godt om før du stiller nye spørsmål. La barnet få den tiden det trenger.

### **Støtt barnet**

Du må vise barnet at du er interessert, at du tar barnet på alvor og at du tåler å høre på det barnet har å si. Prøv å skille dine egne følelser og de følelsene du opplever at barnet viser. Du kan vise at du aksepterer barnets følelser ved å anerkjenne dem og sette ord på dem.

Eksempler:

- «Jeg ser du er urolig, hva tenker du på?»
- «Du blir stille nå, jeg forstår det er vanskelig, men prøv å fortell meg allikevel.»

### **Vær tydelig**

Du bør gi barnet tydelig informasjon om hvorfor du vil snakke med det.

Eksempler:

- «Jeg trenger å snakke med deg fordi ...»
- «Det du har fortalt meg nå er veldig viktig, og for at du skal få det bedre må jeg ...»



## TIPS TIL VERKTØY

Det finnes ulike verktøy ut ifra alder og modenhet som kan støtte både den ansatte og barnet i vanskelige samtaler. Det kan være lurt å sette seg inn i ulike verktøy og øve. Det kan være bøker, film og spill. Gjør deg kjent med hvilke verktøy du har tilgjengelig og finn noe du synes passer for barnet og deg. I tillegg kan det være fint å snakke med kollegaer og øve seg på slike samtaler, hvis du ikke har så mye erfaring.

### **SNAKKE MED BARN**

[www.snakkemedbarn.no](http://www.snakkemedbarn.no)

Opplæringsplattformen er utviklet av RVTS nasjonalt på oppdrag fra Bufdir.

SNAKKE MED BARN skal øke fagkunnskap og handlingskompetanse hos alle som arbeider med barn. Det er en hjelp til bevisstgjøring og øvelse. I simuleringen er det søkelys på å stille åpne spørsmål og kommunikasjon som fremmer fri fortelling.

### **JEG VET**

[www.jegvet.no](http://www.jegvet.no)

«Jeg vet» er en kunnskapsbasert læringsressurs for alderstilpasset opplæring om vold, overgrep og mobbing i barnehager og skoler.

## BARNEBØKER – OG HVORDAN BRUKE DEM I SAMTALER

Barnebøker kan være et godt utgangspunkt for samtaler med barn om vold og overgrep. Det er viktig at du er trygg i rollen og er forberedt på det barnet kan komme til å fortelle. Hvis barnet forteller at det har vært utsatt for vold eller overgrep, så vis at du tåler å høre det barnet forteller, og følg opp slik at barnet får god hjelp.

### Innhold i bøkene

- Tenk over hvilke barnebøker du kan bruke i samtaler om vold og overgrep med barn.
- Bøker som tar opp kropp, seksualitet, vold og overgrep, følelser som sinne, sjenanse, forelskelse, redsel, sjalusi, sorg og lykke kan være aktuelle.
- Vi anbefaler å bruke bøker som er lagt opp slik at de kan inspirere barna til diskusjon og til egne tanker og refleksjoner.

### Høytlesing sammen med barn

Les bøkene med alvorlige temaer. Her får du noen tips til hva det kan være viktig å tenke over når du skal lese slike bøker for barn og unge.

- Gjør deg godt kjent med boka på forhånd og reflekter over temaet den tar opp.
- Vit at for noen barn er dette kjente opplevelser.
- Innledningsvis kan det være lurt at du forteller

litt om hva boka handler om.

- Til små barn er det ikke alltid nødvendig å lese hele boka.
- Hvis du ikke leser hele boka, så fortell om historien – at det går bra til slutt.
- Les sakte og bruk god tid når du leser for barna.
- La barna stille spørsmål underveis.
- Sett av god tid til samtale etterpå.
- Innholdet i boka kan støtte barna i å skaffe seg det ordforrådet som trengs for å snakke om vanskelige følelser og hendelser.

Lesing av en bok med vanskelig tema må aldri bli hengende i løse luften. Du må åpne opp for samtale, fordi barnet må få en mulighet til å åpne seg. Det er viktig å være åpen for å ta imot det barnet har å fortelle. Du må våge å stå i samtalen og situasjonen, selv om det kan oppleves tøft.

### TIPS TIL VERKTØY

#### **Kanvas**

[www.kanvas.no](http://www.kanvas.no) - filmer

Bruk av bøker i samtale med barn om kropp og seksualitet.



## SAMTALER MED BARN OM KROPP OG SEKSUALITET

Har du tenkt over at det å ha samtaler med barn om kropp og seksualitet er et forebyggende tiltak?

Kropp, seksualitet og kjønn er noe det ofte snakkes for lite om i barnehage og skole. Kanskje opplever mange tematikken som et tabu?

Det er viktig at du kan lære barn å sette ord på og uttrykke seg om seksualitet, grenser og egen kjønnsidentitet. Hvis barnet har et positivt forhold til og trygghet på egen kropp, er det lettere for barnet å skille mellom vanlig positiv berøring og problematisk berøring. Det kan senke terskelen for å si fra dersom barnet selv blir utsatt for krenkelser eller overgrep.

Det å lære om kropp og om å respektere andres grenser er avgjørende for å forebygge krenkelser. Å lære å sette ord på og uttrykke seg om seksualitet, grenser og egen kjønnsidentitet er derfor en viktig del av arbeidet både med å forebygge, og oppdage, vold og overgrep.

### **Kunnskap om kropp og seksualitet kan:**

- Forebygge overgrep
- Gi barn kunnskap om hva som er greit og ikke greit at andre gjør mot deres kropp
- Lære barn å forstå og respektere andres grenser
- Bidra til at barn lettere kan fortelle hvis de har vært utsatt for vold og overgrep
- Gi barn og unge et sunt forhold til kropp og seksualitet





## **Seksualiteten utvikles gjennom hele livet**

Har du tenkt over at seksualitet er en integrert del av et menneskers personlighet og utvikles gjennom hele livet, fra fødsel til død?

Det er naturlig, uavhengig av alder, å uttrykke sin seksualitet. Ansatte som arbeider med barn, bør ha kunnskap om hva som er naturlig seksualitet på ulike alderstrinn slik at de ikke begrenser barns naturlige seksualitet og skaper usikkerhet og skyldfølelse. Samtidig er det viktig å fange opp barn som har bekymringsfull seksuell atferd for å kunne sette i gang hjelpetiltak.

## **Skadelig seksualisert adferd hos barn**

Visste du at omtrent 30 % av seksuelle overgrep mot barn og unge utføres av andre barn og unge?

Av barn med skadelig seksualisert atferd er ca. 90% gutter og 10% jenter. En stor andel er under 15 år. Det er viktig å fange opp barn med skadelig seksuell atferd tidlig, så de kan få hjelp og det kan settes inn hjelpetiltak før de begår vold og overgrep mot andre barn.

Å ha kunnskap om barns normale seksuelle utvikling er viktig på flere måter. Du må vite hva som kan være skadelig seksuell adferd, for å fange opp barn med skadelig seksuell adferd tidlig.

For at du skal kunne oppdage og hjelpe barn med skadelig seksuell atferd må du være oppmerksom på disse tegnene: Mange har levd, eller lever, med omsorgssvikt. Omtrent 1/3 har selv vært utsatt for seksuelle overgrep eller vært vitne til skadelig seksualitet i hjemmet. Andre tegn kan være tilknytningsvansker, reguleringsvansker, lærevansker, konsentrasjonsvansker og sosiale vansker.

## **Barns ordforråd er sentralt i arbeidet med å oppdage vold og overgrep**

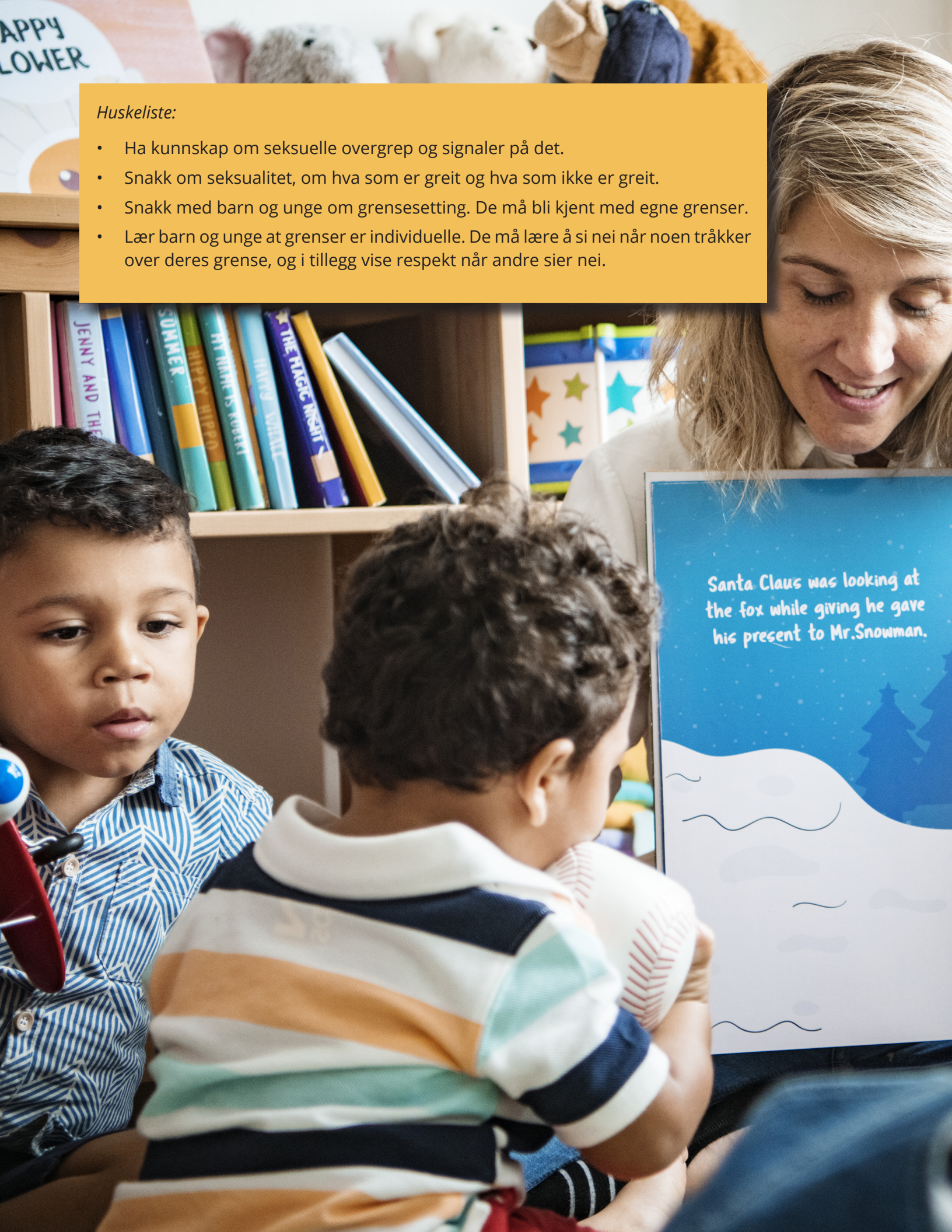
Visste du at hvis barn skal kunne fortelle at de har vært utsatt for overgrep må de vite hva kjønnsorganer heter, og at det ikke er tabu å snakke om kropp og seksualitet?

Ansatte som arbeider med barn, skal bidra til å gi barn et godt forhold til egen kropp og egne følelser. Barn som ikke vet hva kjønnsorganene heter, og som er usikre og skamfulle over egne følelser og egen kropp, har større vanskeligheter med å fortelle om overgrep, vold og andre ubehagelige situasjoner.

Hvis det ikke er lov til å snakke om kropp og seksualitet hjemme eller i barnehagen/skolen blir det vanskelig for barn å vite hva vold og overgrep er.

*Huskeliste:*

- Ha kunnskap om seksuelle overgrep og signaler på det.
- Snakk om seksualitet, om hva som er greit og hva som ikke er greit.
- Snakk med barn og unge om grensesetting. De må bli kjent med egne grenser.
- Lær barn og unge at grenser er individuelle. De må lære å si nei når noen trækker over deres grense, og i tillegg vise respekt når andre sier nei.



# KAPITTEL 7

## Hva gjør du?

### HANDLINGS- OG BEREDSKAPS- PLANER I BARNEHAGER OG SKOLER

En handlings- og beredskapsplan kan utarbeides ut ifra oppsatte mål. Hvilke plikter barnehage og skole har i lovverket, knyttet til avdekking av vold og seksuelle overgrep, bør inngå i planen. Planen skal bidra til kunnskap om vold og seksuelle overgrep mot barn. Videre skal den gi informasjon om rutiner og prosedyrer for hva vi gjør når vi er bekymret for et barn, eller når et barn forteller oss at det er utsatt for vold eller overgrep.

Redd Barna har utarbeidet en mal som skoler og barnehager kan bruke som et utgangspunkt. Malen kan endres og tilpasses

ut fra behov og situasjon. På Redd barna sine hjemmesider kan dere bestille beredskapsplaner for barnehage og skole.

Under presenterer vi punkter som skal være med i en handlings- og beredskapsplan.

### Forebyggende arbeid

Barnehager og skoler skal:

- Ha en plan for hvordan gi barn alders-tilpasset kunnskap om kropp, vold og seksuelle over-grep. Barn i skolealder må få informasjon om hvor de kan få hjelp.
- Gi foresatte informasjon om vold og overgrep for eksempel på et foreldremøte. Dere bør ikke informere foresatte om når temaet vold og overgrep skal tas opp med barna.
- Samarbeide med råd/utvalg i virksomheten og aktuelle eksterne instanser om arbeidet med å forebygge og avdekke vold og overgrep (helsestasjon, barnevern).
- Sikre godt samarbeid mellom de ansatte.
- Implementere arbeidet med å forebygge og oppdage vold i daglige rutiner.
- Utøve et systematisk og godt foreldresamarbeid.
- Sette mål som er målbare og tidfestede.
- Etablere faste rutiner for evaluering av arbeidet.





## «Du ser det ikke før du tror det!»

### **Kunnskap og øvelser**

Alle ansatte i skoler og barnehager må ha grunnleggende kunnskap om vold og overgrep. De skal vite hva de gjør når de er bekymret for et barn, eller når et barn forteller om vold eller overgrep. Barn forteller til ansatte som de har tillitt til.

- Alle ansatte skal ha en gjennomgang av handlings- og beredskapsplanen ved ansettelse.
- Alle ansatte og ledere skal ha opplæring om vold og overgrep.
- Alle ansatte skal få jevnlig faglig oppdatering om vold og overgrep og ha kjennskap til aktuelt lovverk.
- Det skal gjennomføres jevnlig øvelser der ansatte trener på ulike scenarier som for eksempel:
  1. at et barn er utsatt for vold fra familie-medlemmer.
  2. at et barn er utsatt for vold/overgrep fra noen i hjemmet
  3. at et barn er utsatt for vold/overgrep fra noen utenfor hjemmet
  4. at en ansatt utsetter barn for seksuelle overgrep

I øvelsen bør det også inngå hvordan vi vil samarbeide med barnet ut ifra alder og modenhet og hvordan gå fram for å kontakte aktuelle eksterne instanser.

### **Hva kan du gjøre når du er bekymret for et barn?**

- Vis omtanke og spør hvordan barnet har det.
- Snakk med barnet og si at du vil hjelpe.
- Drøft med kollegaer og legg en plan for hva dere kan gjøre for å legge til rette for at barnet kan fortelle, og få mer kunnskap om situasjonen.
- Rådfør dere med eksterne instanser med kompetanse om dere er i tvil om hva dere bør gjøre.

### **Hva kan du gjøre når et barn forteller om vold eller overgrep?**

- Lytt til barnet. Vis at du tror på det som fortelles, selv om det kan oppleves som vanskelig å tro på.
- Vær en aktiv lytter ved å gjenta det barnet sier eller si «fortell».
- Det kan være lurt å spørre om hvilke andre personer som vet om det, om det har skjedd med andre og om de tror det vil skje igjen.
- Skriv ned det du og barnet sier. Dokumentasjon er viktig for å sikre god oppfølging av saken videre. Forklar barnet hvorfor og hva du skriver.
- Vis gjerne at du blir berørt og lei deg av det barnet forteller, men vær tydelig på at du tåler å høre det og at det er riktig å fortelle.

## Å MELDE SAKER VIDERE

Dersom et barn er utsatt for vold eller overgrep skal saken meldes til politiet eller barnevernet. På Bufdir sine hjemmesider kan du finne mer utfyllende informasjon.

### **Meldeplikt barnevernloven § 6-4**

Offentlig ansatte og andre med meldeplikt etter barnevernloven § 6-4 har plikt til å melde fra til barnevernet, uten ugrunnet opphold

- a. når det er grunn til å tro at et barn blir utsatt for alvorlige mangler ved den daglige omsorgen eller annen alvorlig omsorgssvikt, jf. barnevernloven § 6-4 første ledd
- b. når et barn viser alvorlige atferdsvansker i form av alvorlig eller gjentatt kriminalitet, misbruk av rusmidler eller en annen form for utpreget normløs atferd, jf. barnevernloven § 6-4 første ledd.

Den som har meldeplikt trenger ikke være sikker på at barnet er i en situasjon som beskrevet i barnevernloven § 6-4 første ledd, men det må foreligge noe konkret som indikerer alvorlige mangler ved barnets omsorgssituasjon eller som tilsier at barnet har alvorlige atferdsvansker.

Meldeplikten etter barnevernloven innebærer et personlig ansvar for å melde, og går foran lovbestemt taushetsplikt.

De aller fleste som får hjelp av barnevernet får hjelpen hjemme. Omsorgsovertakelse skjer bare i de mest alvorlige tilfellene.

### **Opplysningsplikten**

Det følger av opplæringsloven § 15-3 og barnehageloven § 22, at personalet uten hinder av taushetsplikten, av eget tiltak skal gi opplysninger til barnevernet når det er «grunn til å tro» at et barn blir mishandlet i hjemmet, blir utsatt for alvorlig omsorgssvikt eller når et barn har vedvarende alvorlige atferdsvansker. Kravet om at det må være «grunn til å tro» innebærer at det må foreligge en begrunnet bekymring for at barnet befinner seg i en slik situasjon. Det må foreligge noe mer enn en vag mistanke.

### **Straffeloven § 196 Avvergeplikten**

«Med bot eller fengsel inntil 1 år straffes den som unnlater gjennom anmeldelse eller på annen måte å søke å avverge en straffbar handling eller følgene av den.»

#### *Når har jeg avvergeplikt?*

Som tjenesteyter og offentlig ansatt kan du av og til oppleve at personer som er risikoutsatte for vold og overgrep, er i akutt fare. Du har plikt til å avverge vold og overgrep når det er sikkert eller sannsynlig at en straffbar handling vil bli begått eller gjentatt.

Eksempler på straffbare handlinger du har plikt til å avverge:

- grov vold
- seksuelle overgrep
- mishandling
- gjentatte trusler
- gjentatt tvang
- gjentatt frihetsberøvelse
- andre krenkelser i nære relasjoner



## RUTINER OG HÅNDTERING VED VOLD OG OVERGREP

### Rutiner for varsling

- Varsle ansvarlig leder
- Ansvarlig leder varsler politiet
- Offeret skal til voldtekstmottak/legeundersøkelse
- Søk råd hos lege og politi hvis du er i tvil

### Håndtering hvis du blir vitne til vold eller overgrep fra en ansatt mot et barn/elev

- Sikre spor
- Sikre åstedet
- Lås inn dokumenter/gjenstander
- Skriv logg
- Begrens kjennskap til overgrepet
- Ikke konfrontere antatt overgriper
- Politioppgaver overlates til politi
- Meld saken til politi eller barnevern

### Håndtering av informasjon

Det skal ikke spres informasjon til flere enn dem som trenger den for å håndtere saken eller ivareta barnet.

*Dersom vi har mistanke om at et barn er utsatt for vold eller overgrep, skal ikke foresatte kontaktes, fordi mange barn utsettes for vold og overgrep av foresatte.*

### Samarbeidspartnere

Gode eksterne samarbeidspartnere bør etableres før en hendelse oppstår. Det er derfor nyttig å ha en liste med hvilke instanser du kan henvende deg til for å få veiledning og som har ansvar for å følge opp barnet videre.

Hvor kan du henvende seg for å få mer informasjon og hjelp?

- Ditt lokale krisesenter
  - Kommunal barneverntjeneste
  - Statens Barnehus
  - Konsultasjonsteam via Statens Barnehus
  - Politi (Telefon: 02800)
  - Nok.-sentrene, finn ditt lokale senter på <https://noksentrene.no/>
  - [www.jegvet.no](http://www.jegvet.no)
  - [www.jegvilvite.no](http://www.jegvilvite.no)
  - [www.dinutvei.no](http://www.dinutvei.no)
- Nasjonal veiviser ved vold og overgrep

*Eksempel: Liste over samarbeidspartnere*

| Instans      | Kontaktperson | Telefonnummer |
|--------------|---------------|---------------|
| Politi       |               |               |
| Barnevern    |               |               |
| Helsestasjon |               |               |
| Krisesenter  |               |               |

## Sjekkliste

Sjekkliste kan brukes for å få en oversikt over hva som foretas i virksomheten for å forebygge og oppdage vold og overgrep. Sjekkliste kan brukes som et grunnlag for planlegging av konkrete tiltak og for å synliggjøre hvor langt virksomheten har kommet i arbeidet. Sjekklisten nedenfor er ment som eksempler på tiltak. Virksomheten må selv vurdere hva som er relevant for sin praksis.

| <b>Forankring av arbeidet med voldsforebygging</b>  | <b>Sett kryss</b> |
|---|-------------------|
| Har virksomheten mål for arbeidet med å forebygge og oppdage vold og overgrep?  |                   |
| Har virksomheten utarbeidet en handlingsplan for å sikre forebygging og at vold og overgrep oppdages?                       |                   |
| <b>Organisering av arbeidet med voldsforebygging</b>  | <b>Sett kryss</b> |
| Det voldsforebyggende arbeidet er forankret i ledelsen.   |                   |
| En eller flere av de ansatte i virksomheten har voldsforebygging som sitt definerte arbeidsfelt.                            |                   |
| Ledere får opplæring i arbeidet med voldsforebygging og hvordan oppdage vold.   |                   |
| Det er vedtatt planer for arbeidet med voldsforebygging.  |                   |
| Det er tydelig hvilke ansatte som har hovedansvaret for å implementere arbeidet med voldsforebygging i de daglige rutinene. |                   |
| Temaet kjønn, kropp og seksualitet inngår i det pedagogiske arbeidet.   |                   |
| Har virksomheten mål for opplæring og kompetanseutvikling om voldsforebyggende tiltak?                                      |                   |
| Tilbyr virksomheten opplæring om vold i nære relasjoner og seksuelle overgrep til egne ansatte?                             |                   |
| Tilrettelegger virksomheten for at ansatte kan bruke tid og ressurser på å oppdage og forebygge vold i nære relasjoner?     |                   |
| De ansatte i virksomheten har tilstrekkelig kunnskap om, og er bevisste på, risikogrupper.                                  |                   |

# KAPITTEL 8

## Refleksjonsoppgaver

I dette kapitlet finner du refleksjonsoppgaver som egner seg godt til bruk i personalgrupper i skoler og barnehager, men de kan også brukes av enkeltpersoner. Oppgavene er tenkt som en støtte til å videreutvikle og forbedre egne ferdigheter i å forebygge og oppdage vold og overgrep mot barn. Du bør tenke over det dere er gode på og hvilke områder dere kan forbedre. Oppgavene krever at du har lest denne håndboka på forhånd, da vil du få mer utbytte.

### FØLELSER OG KJØNN

#### Tenk over:

*En foreleser ved universitetet viste et filmklipp av en baby som gråter til to grupper av studenter. Til den ene gruppa sa foreleseren at det var en liten gutt som gråt og spurte studentene om hvorfor de trodde han gråt. Studentene svarte at gutten gråt fordi han var sint. Foreleseren viste det samme filmklippet til en annen gruppe studenter og sa at det var ei jente som gråt og spurte dem om hvorfor de trodde hun gråt. Studentene svarte at det var fordi hun var redd.*

- Hva sier denne historien om våre forestillinger om kjønn?
- Kan det få noen konsekvenser for måten vi trøster et barn på?

#### Refleksjonsoppgave om følelser:

- Hvorfor er det viktig å snakke med barn om følelser?
- Hvordan kan dere snakke med barn følelser?
- Hva kan dere gjøre for at spesielt gutter kan bli bedre til å snakke om følelser?

#### Refleksjonsoppgaver om maskulinitet og vold:

- På hvilke måter kan det være en sammenheng mellom våre forestillinger om kjønn og aksept for vold?
- Gutter er ofte utsatt for vold fra jevnaldrende i oppveksten. Hvilke erfaringer har du med vold i gutters oppvekst og hvordan det har blitt håndtert?
- Hva kan årsakene være til at vi lettere tenker at gutter ikke kan være utsatt for vold og overgrep?

#### Arbeid med kjønn, normer og vold:

- Hva kan dere gjøre for å motvirke kjønnsstereotyper i deres barnehage eller skole?



## KROPP OG SEKSUALITET

- Hvorfor er det viktig å snakke med barn om kropp og seksualitet?
- Hvordan kan dere snakke med barn om kropp og seksualitet?
- Hva kan dere gjøre for å bli bedre til å snakke med barn om kropp og seksualitet?
- Hvordan kan dere hjelpe barn med å sette grenser for seg selv og akseptere andres grenser?

## VOLD OG OVERGREP

- Hva kan dere gjøre for å bli bedre til å snakke med barn om vold og overgrep?
- Hva kan være årsakene til at barn og unge synes det er vanskelig å fortelle om at de har blitt utsatt for vold og overgrep?

## TRAUMA

Hvordan hjelpe barn som er traumatisert? (Se kapittel 3 om hjernens utvikling.)

- Hvordan kan dere hjelpe barn som reagerer impulsivt med kroppslig uro, rastløshet, hyperaktivitet og aggresjon?
- Hvordan kan dere hjelpe barn som reagerer med passivitet, likegyldighet og som du ikke får kontakt med?

## HVA KAN VI GJØRE PÅ VÅR ARBEIDSPASS FOR Å OPPDAGE VOLD OG OVERGREP?

### Refleksjonsspørsmål:

- Hvordan kan dere jobbe for å bli bedre til å oppdage vold og overgrep?
- Hvilke symptomer kan dere se hos barn som har blitt utsatt for vold og overgrep?
- Hvordan kan dere samtale med barn når du har mistanke om at det kan være utsatt for vold eller overgrep?
- Hvordan kan dere bruke bøker i samtaler med barn om vanskelige tema?
- Hvorfor skal dere ikke kontakte foresatte når du har mistanke om at et barn er utsatt for vold og overgrep?

### Foreldresamarbeid

- På hvilke måter kan dere bevisstgjøre og samarbeide med foreldrene om temaene i denne håndboka?









### **Sinna Mann**

Filmen beskriver usikkerheten, uroen og drama-tikken når pappaen i familien forandrer seg og blir «sinna mann».

Link: [vimeo.com/11461124](https://vimeo.com/11461124)

### **Seksualitet hos barn og ungdom**

Noe seksuell atferd hos barn og unge kan bekymre oss og være direkte skadelig. Da er det viktig at du som voksen griper inn. Animasjonsfilm basert på verktøyet "Trafikklyset" - utviklet i 2019 av RVTS Øst og Statens Barnehus.

Link: [youtu.be/a9EeGvr7XGE](https://youtu.be/a9EeGvr7XGE)

### **Start praten**

Filmen er laget av Mental Helse. Flere unge menn snakker om å være mann og vise følelser.

Link: [vimeo.com/289839602](https://vimeo.com/289839602)

### **Marius - Toleransevinduet**

Denne filmen forteller om hvordan man kan samregulere (eller koregulere) et barn som har det vanskelig. Marius (11) reagerer uventet på fotballbanen og fosterfar Kåre må finne roen sammen med gutten, og hjelpe ham med å forstå seg selv og finne en løsning. Fra RVTS.

Link: [youtu.be/mHXBK3K1eI0](https://youtu.be/mHXBK3K1eI0)

### **Kanvas**

Bruk av bøker i samtale med barn om kropp og seksualitet. Filmene er delt inn i 1-2 år, 3-4 år og 5-6 år.

Linker:

[www.kanvas.no/1-2-ar/](http://www.kanvas.no/1-2-ar/)

[www.kanvas.no/3-4-ar/](http://www.kanvas.no/3-4-ar/)

[www.kanvas.no/5-6-ar/](http://www.kanvas.no/5-6-ar/)



*Likestillingscenteret* er en ideell stiftelse etablert i 1983. Vi er et tverrfaglig kompetansesenter med likestilling som fagområde. Senterets målsetting er å bidra til et inkluderende og rettferdig samfunn med like muligheter for alle.

Målsettingen er knyttet opp mot et bredt likestillingsbegrep som inkluderer alle diskrimineringsgrunnlag: kjønn, kjønnsidentitet og kjønnsuttrykk, etnisitet, livssyn, alder, seksuell orientering og nedsatt funksjonsevne.



# LIKESTILLINGS- SENTERET



Parkgata 12, 2317 Hamar  
Tlf. 625 47 460  
post@lss.no

@Likestillingscenteret  
#likestillingscenteret  
www.likestillingscenteret.no

