

Manus og samlingsbeskrivelse: Foreldremøte om HMS-opplæring for barn

Invitasjonstekst:

På foreldremøtet «Vondt og vanskelig» er temaet vonde hendelser som kan ramme barn. Vi ønsker å lære barn å beskytte og ivareta seg selv; både ute, på nett og i hjemmet. Derfor er det naturlig for skolen å undervise om vold, overgrep, alkohol og barn som pårørende. Når barn får kompetanse, vil flere barn kunne si ifra. Vi kaller det HMS-opplæring for barna. Undervisningen er i tråd med læreplanen. Barna får informasjon gjennom kvalitetssikrede filmer. Etterpå er det øvelser og leker i barnegruppen. På foreldremøtet vil vi fortelle om undervisningen og ha dialog om temaene.

Organisering: Foreldrene plasseres på bord i grupper, med 4 stk på hvert bord. Foreldrene oppfordres til å snakke sammen underveis i foredraget. Foreldrene skal ha to gule lapper hver.

Vi bryter isen (5 min)

Finn en kroppsdel: En lærer leder leken, resten går/danser/hopper rundt på gulvet til musikk («Up Town Funk» - Bruno Mars). Trenger du å få ut energi? Gjør det nå! Når musikken stopper, roper leder f.eks: «nese». Alle skal da stoppe opp, ta på nærmeste nese (ikke sin egen), og fryse posisjonen til musikken starter igjen. Leken er enkel, men morsom. Du kan si: lillefinger, øre, kne, fot, hår, eller enda mer spesifikt: rød genser, svart sko, klokke, etc.

Manus foredrag (40 minutter):

Robuste Barn-undervisningen skal oppleves positiv og hyggelig. Samtidig handler den også om vonde ting som barn kan oppleve, som psykisk og fysisk vold, seksuelle overgrep, problematisk bruk av alkohol hos voksne og barn som pårørende. Disse temaene er naturlige for skolen å arbeide med. Vi vil gi barna kompetanse til å forstå hva som kan være galt,





hjelpe dem til å sette egne grenser, og gi mot til å si ifra når noe ikke er greit. Vi vil også fortelle om hva som kan hjelpe.

Vi ønsker å lære barn å beskytte seg selv; både ute, på nett og i hjemmet. Når barn får kompetanse, vil flere barn kunne våge å fortelle om det som gjør at de har det vanskelig.

I læreplanen (overordnet del) står det:

*Aktuelle områder innenfor temaet livsmestring er fysisk og psykisk helse, levevaner, seksualitet og kjønn, **rusmidler**, mediebruk, og forbruk og personlig økonomi. Verdivalg og betydningen av mening i livet, **mellommenneskelige relasjoner, å kunne sette grenser og respektere andres, og å kunne håndtere tanker, følelser og relasjoner** hører også hjemme under dette temaet.*

Det står i læreplanen for 2.trinn at eleven skal kunne:

- Presentere og gi eksempler på rettigheter barn har i Norge og verden, og hva barn kan gjøre ved brudd på disse rettighetene
- Samtale om følelser, kropp, kjønn og seksualitet og hvordan egne og andres grenser kan uttrykkes og respekteres

Vold

Helt konkret er målet for denne samlingen at eleven:

- Vet mer om vold og overgrep (ord, begreper, konkrete handlinger)
- Vet hva de kan gjøre hvis de opplever dette eller kjenner noen som opplever dette
- Vet at det er forbudt å utøve vold eller overgrep
- Vet at det ikke er deres skyld hvis det skjer mot dem

Metode: Barna får informasjon gjennom kvalitetssikrede filmer. Etter filmen er det øvelser og leker i barnegruppen. Vi vil nå vise filmene og øvelsene.

Vi ser sammen filmen om vold: «Voksen skal aldri slå» (9 minutter)

<https://nrksuper.no/program/MSUB05000319TOLK>



Etter filmen har vi en åpen dialog med klassen, hvor barna kan velge å rekke opp hånda. Fordi temaet er vanskelig for noen, er det fint at de ivrige og trygge barna leder an, mens andre kan lytte og lære. Vi spør for eksempel:

- Har voksne lov til å bli sint på barn?
- Er det lov å bli så sint at barn blir redd for den voksne?
- Er det noen ganger lov til å klype, slå, riste, sparke eller lugge et barn?
- Hvorfor er det ikke lov å slå eller skade barn?

Refleksjon ved bordene (10 minutter): Hvilke tanker gjør du deg om hvorfor slik undervisning er viktig for barn? Snakk sammen på gruppen. Metode: Dere får utdelt to lapper hver. Legg frem én lapp hver gang du sier noe. På den måten blir ordet jevnt fordelt.

Seksuelle overgrep

Til barna sier vi: «Nå skal vi lære om noe som heter seksuelle overgrep. Vi skal se en film sammen, den handler om kroppen og at du bestemmer over din kropp. Vi skal også lære om at det er noen ting voksne aldri har lov til å gjøre med barns kropp, for eksempel å leke med barns tiss. Dette kalles seksuelle overgrep. Dere skal lære om dette fordi det er viktig at barn vet hva det er og at det ikke er lov. De som opplever sånne ting skal kunne si ifra til voksne slik at det skal stoppe. Ingen barn skal oppleve seksuelle overgrep.

Dersom noen av dere har lyst til å fortelle om noe, kan vi snakke om dette senere, når vi er alene, eller så kan dere få snakke med helsesykepleier etter timen. Etter filmen skal vi snakke litt om det vi så.»

Vi ser sammen filmen om seksuelle overgrep: «Kroppen er din» (filmen var 3.32 min)

<https://nrksuper.no/program/msue10003117/kroppen-min-eier-jeg>

Etter filmen snakker vi med barna om følgende:

- Hva betyr det at kroppen din er din?
- Hva har voksne aldri lov til å gjøre med barn sine kropp?
- Gode og vonde hemmeligheter
- Hvem kan barn snakke med om noe er vondt eller vanskelig?





Alarmtelefonen

Så forteller vi om Alarmtelefonen 116 111. ([Gå inn på nettsiden og vis filmen som forteller om Alarmtelefonen: https://www.116111.no/barn](https://www.116111.no/barn)) Det er like viktig å lære barn om 116 111, som å lære dem nødtelefonene 113, 112 og 110.

Alkohol

På tredje trinn er temaet alkohol: Hva barn kan om alkohol og hvordan de opplever voksnes alkoholbruk?

Dette er viktig «HMS-opplæring» for barn: Å gi barn kunnskaper til å forstå når noe er galt, og gi språk til å klare å sette ord på dette, er viktig. Mange barn har erfaringer som vi ikke vet noe om, fordi vi aldri snakker med barna om det. Tenkt alt barn vet om voksnes bruk av alkohol. Det er voksnes ansvar å ta initiativ og bryte tabuene på en sunn måte, slik at ingenting blir farlig å snakke om. Barn kan lære å si meningen sin om voksnes alkoholbruk og hva de synes er greit. Vi vil at det skal bli lettere for barn å si ifra, både hjemme og ute.

Før vi viser filmen har vi en åpen dialog med klassen, hvor barna kan rekke opp hånda. Vi lar de ivrige og trygge barna lede an, mens andre kan lytte og lære. Vi spør:

- Hva kan dere om alkohol? La oss skrive på en tavle hva dere kan!
- Er det forskjell på øl og vin?
- Hvem drikker alkohol?
- Kan barn drikke alkohol?
- Hvorfor drikker voksne alkohol?

Vi anerkjenner og normaliserer ved å si: Det er mye voksne gjør som barn ikke kan gjøre, som å drikke alkohol, snuse og røyke. Voksne kan drikke alkohol fordi det er godt, for å slappe av, for å feire eller fordi det smaker godt til maten.

Videre spør vi: Hva er bra med alkohol? (Vi kan si: Noen barn synes det blir koselig stemning og at de voksne blir snillere. Hva synes du? **Hva er dårlig med alkohol? Hva kan skje?** (Vi kan si: Voksne kan drikke for mye. Noen barn synes de voksne forandrer seg på en dårlig måte. Voksne kan si og gjøre ting de ikke mener.)

Så viser vi en film fra NRK Super: Film om Mina «Fyllefant skal selv ha bank» (3/5).
https://www.nrk.no/video/fyllefant-skal-selv-ha-bank-310_267942 (05.37 minutter)



Etter filmen spør vi:

- 1) Mina ville gi moren sin en lærepenge. Hva syns du om løsningen?
- 2) Hva ville du gjort?
- 3) Hva kan barn gjøre når voksne drikker for mye alkohol?
- 4) Hva er for mye alkohol? Det merker barn. Si: Barn kan si meningen sin om voksnes alkoholbruk og hva de synes er greit.
- 5) Hvilke råd vil du gi til voksne om alkohol? Vi lager en liste og skriver på tavle.

Refleksjon ved bordene (10 minutter): Hvilke tanker gjør du deg om hvorfor slik undervisning er viktig for barn? Snakk sammen på gruppen. Bruk «snakke-lappene». Noen som vil dele noe fra gruppen?

Hva du som foresatt kan gjøre

Undervisningen kan trigge reaksjoner og minner hos barn. Om barnet ditt forteller om en vanskelig opplevelse, er det viktig at du beholder roen. Så kan du spørre rett frem og helt konkret: - Fortell hva du så? Hva du hørte?

Om barnet forteller om krenkelser, kan du spørre:

- Jeg har tenkt på det du sa om å suge på tissen. Du sa «Leo suger på totten, det er ekkelt å suge på tissen.» Hvor har du lært det? Har du gjort det noen gang? Med hvem? Prøv å stille mest mulig konkrete spørsmål til det barnet selv forteller, om når, hva, og hvordan, og - «kan du vise meg?» Spør om detaljer, som farger, lyder, steder, folk.

Selv om vi blir forskrekket, må vi kunne si beroligende og gode ting: - «Så fint at du forteller, det hørtes ikke greit ut. Sånn skal ikke barn oppleve. Jeg vil hjelpe deg»

Det kan være godt å ha noen å drøfte situasjonen med. Som foresatte kan dere når som helst ta kontakt med skolens ledelse eller med skolens helsesykepleier. Kommunen har et tverrfaglig konsultasjonsteam, hvor flere fagpersoner er med og kan gi råd. Som regel er det mulig å drøfte bekymringen anonymt, med mindre forholdene er små. Det går også an å ringe direkte til RVTSeene rundt i landet, eller ringe til Barnehusene for å få råd. Ved alvorlig bekymring kan du som foresatt også ringe direkte til barnevernet eller til voldsavsnittet i politiet for å drøfte.





Hvordan vi som skole ivaretar ekstra sårbare elever i slik undervisning

Undervisningen skal oppleves god for alle. For noen barn er det vanskelig med timer som er annerledes.

- Noen trenger ekstra forberedelse. De trenger å vite eksakt hva som skjer. Lærer kan lage avtale med hjemmet om å sende hjem samlingsbeskrivelsen i forkant. Samlingen kan også gjennomgå med barnet på skolen.
- Noen er ekstra berørt av et tema. De kan trenge ekstra forberedelse, eller mulighet til å gjøre noe annet. Det er viktig at foresatte melder fra til skolen når barna av ulike grunner er ekstra sårbare.
- Det vil alltid være god voksen-tetthet i samlingene.

Til slutt

Lapper: Skriv gjerne en tilbakemelding på dine gule lapper. Bruk noen minutter på dette.

Ordet fritt: Noen som har lyst til å gi en tilbakemelding i plenum?

Anne-Kristin Imenes, 2023

