



Handledarens guide



KROPPS- OCH KÄNSLOKORT

KROPPS- OCH KÄNSLOKORT

Kropp- och känslokort är ett hjälpmedel för

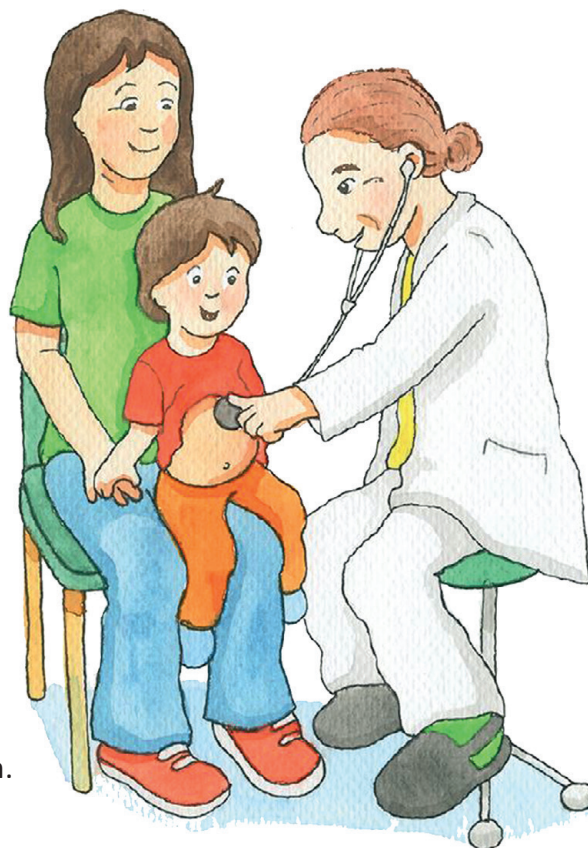
- att diskutera med föräldrar, barn och kollegor
- pedagoger på daghem, i förskolor och för lågstadiers yngsta elever
- hälsovårdare
- lekparkar
- barnskyddet

Du kan använda korten

- på utvecklingssamtalet
- på föräldrakvarten
- i smågrupper med barn
- hemma bland vuxna
- tillsammans med barnen

Det finns 21 olika kort.

Ämnena har att göra med barns kropps- och känslorstran.



HUR ANVÄNDS KORTEN?

Undersök korten tillsammans med föräldrarna eller barnen.

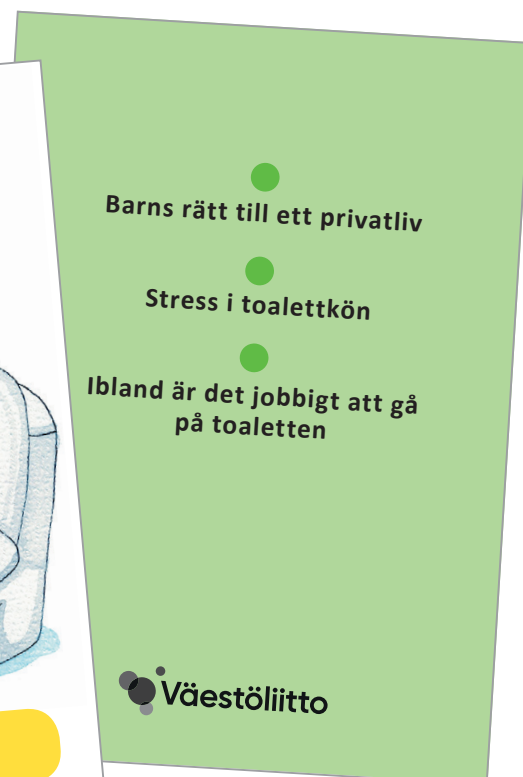
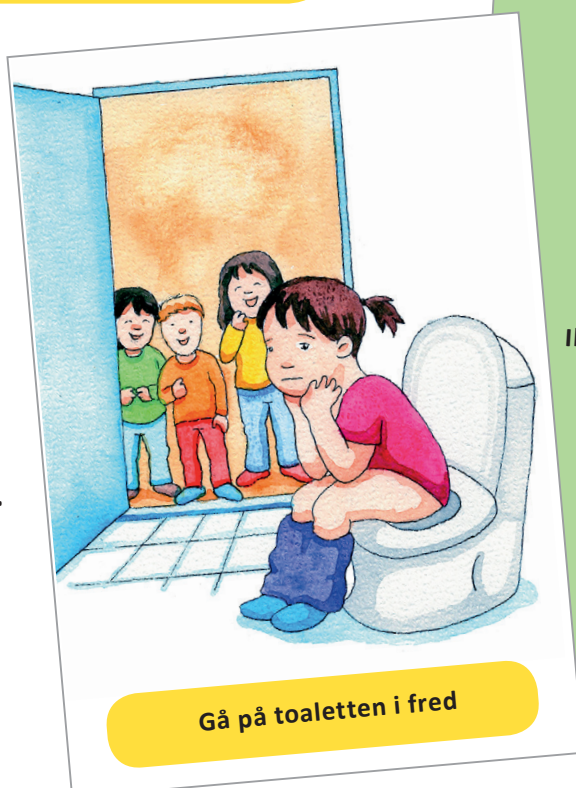
De kan välja ut de ämnen som de vill höra mer om.

Du kan fråga:

Vilka ämnen på dessa kort skulle du vilja prata om?

På kortets framsida finns en bild och en rubrik. På baksidan finns fler ämnen som har att göra med bilden.

Denna guide förklarar utförligare hur du kan diskutera de olika ämnena.



HUR TAR DU KORTEN I BRUK?

Skriv ut bildkorten på den ena sidan av ett A4-ark.
På den sidan finns då två kort.

Klipp ut korten så att både bildsidan och baksidans text kommer med i samma bit.
Då ser ett kort ut så här:



Klipp ut kortet längs strecket

Vik det utklippta kortet längs strecket så att du får ett dubbelsidigt kort.

Limma ihop sidorna.

Laminera korten om du kan, då blir de riktigt hållbara.

VAD ÄR KROPPS- OCH KÄNSLOFOSTRAN?

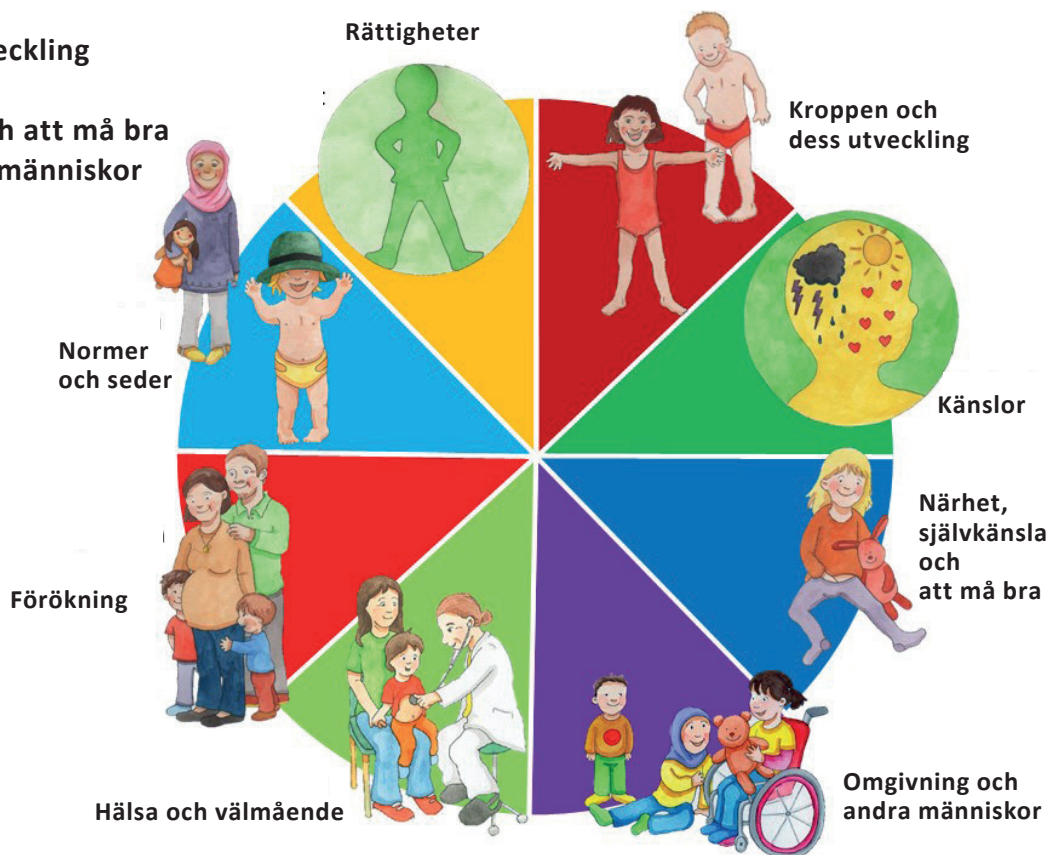
Kropp- och känslofostran innehåller information på barnens nivå om kroppen, känslor, rättigheter och annat som är viktigt i barnens åldersskede.

Sexualundervisning och fostran i trygghetsfärdigheter för små barn kallas kropps- och känslofostran. Kropps- och känslofostran som begrepp beskriver små barns utveckling och behov bättre.

Kropp- och känslofostran för barn är en omfattande helhet vars målsättning är barnets välmående.

DE ÅTTA ÄMNENA INOM KROPPS- OCH KÄNSLOFOSTRAN ÄR

- 1) Kroppen och dess utveckling
- 2) Känslor
- 3) Närhet, självkänsla och att må bra
- 4) Omgivning och andra människor
- 5) Hälsa och välmående
- 6) Förökning
- 7) Normer och seder
- 8) Rättigheter



Då man behandlar vart och ett av dessa ämnen tillsammans med barnen, förverkligar man kropps- och känslofostran på ett helhetligt sätt.

Korten behandlar alla ämnen ur WHO:s standarder för sexualfostran. Världshälsoorganisationen WHO:s regionala kontor i Europa publicerade år 2010 handboken "Standarder för sexualfostran i Europa" (WHO står för namnet World Health Organisation). Det är en handbok för experter och myndigheter om sexualfostrans innehåll för 0-18-åringar. Handboken beskriver utförligt och detaljerat hurdana ämnen och innehåll som måste erbjudas till olika åldersgrupper.

BARN S SEXUALITET

Varje barn utvecklas på sitt eget sätt, även inom sexualiteten.

Barns sexualitet har att göra med närhet, upplevandet av känslor, barnets kropp samt rättigheter. Positiv information, färdigheter och attityder på barnens nivå är viktiga att lära ut i hemmet, på dagis och i skolan.



ATT TA UPP SAMTALSÄMNET

Det är de vuxnas uppgift att föra ämnena inom kropps- och känslöfostran på tal.

Då ger man barnen

- ordförråd
- modeller för att tala
- mod att fråga och berätta om saker som de ser, hör och upplever

Det är viktigt att tala om saker som har att göra med den egna kroppen. Barn är nyfikna på dem.

Du som är vuxen, tala om saken på ett öppet och naturligt sätt.

Tala med barnen på ett sätt och språk som är förståeligt.

Då vågar barnen själva också tala och fråga.

Att tala är barns viktigaste trygghetsfärdighet.

Därför är det bäst att småbarnspedagogerna förverkligar kropps- och känslöfostran tillsammans med föräldrarna.

Tips för att föra saken på tal

- Förbered dig
- Läs på om ämnet
- Bekanta dig med material, böcker och videor innan du visar dem
- Dela med dig av informationen, rekommendera också sånt du tycker är bra för andra
- Ge dig själv och andra tid att bekanta sig med den nya informationen
- Hitta de ord som känns naturliga för just dig
- Öva med din spegelbild, kompis eller partner



UPPFÖSTRA JÄMLIKT OCH TILLSAMMANS

Kropps- och känslöfostran kan vara ett lika främmande ämne för pedagogerna som för föräldrarna.

Fundera tillsammans och ta även lärdom av varandras synpunkter.

Bemöt den andra parten med förståelse och genuinitet.
Bygg upp förtroende i förhållandet.

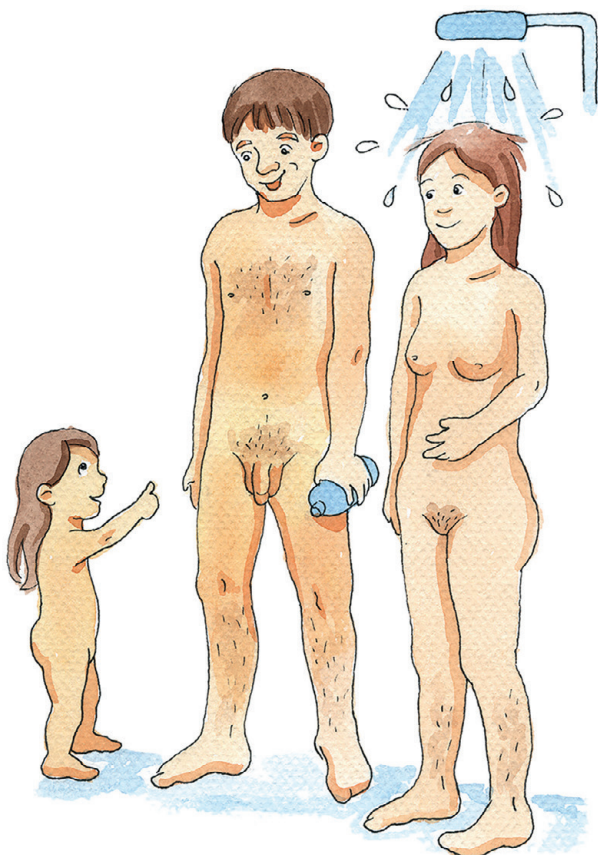
Kropps- och känslöfostran upprör ofta. Många föräldrar och pedagoger behöver diskutera ämnet.

Tala om för alla föräldrar vilka ämnen som ni behandlar, till exempel på föräldrakvällen.

Om föräldrarna inte förstår att ämnet är viktigt för barnen kan de motsätta sig.
Då lär sig barnen inte dessa saker ordentligt.

Då föräldrarna får en uppfattning om kropps- och känslöfostran kan de stöda barnen där hemma i att lära sig allt det nya.
Föräldrar kan tala med sina barn på det sätt som är lämpligt och naturligt i den egna familjen.

Lär barnen även de allmänna orden för olika saker såsom könsorganen. Då kan barnen förstå och bli förstådda på dagis och i skolan.
Där hemma kan de olika kroppsdelarna även ha smeknamn.



PRATA OM ÄMNENA PÅ KORTEN

Barns nyfikenhet

Att förhålla sig till olika slags kroppar

- Varje kropp är unik och värdefull.
- Tala på ett positivt sätt om andras kroppar och om din egen kropp.

Så starka dina ben har blivit, vad fint och långt du kan sträcka ut dem, wow! Det måste vara kul att hoppa med dem.

Barn är intresserade av kroppar

- Barn är nyfikna.
- Barn får undersöka sina egna kroppar. Bestäm en lämplig tid och plats för det.
- Barn får öppet visa sina kroppsdelar och undersöka andras kroppar.
- Guida barnen respektfullt ifall de är intresserade av andra barns eller vuxnas kroppar. Man får inte röra andras privata ställen utan lov.

Du kan säga, nu täcker vi över snippan och klär på oss byxorna. Alla har ett eget könsorgan, som är ens eget område. Man får titta på det när man har lugn och ro. Man brukar inte visa sin snippa i alla situationer. Då man går på toaletten tar var och en av sig sina byxor, då syns snippan.

Att vara naken

- En del barn tycker om att vara nakna. De bryr sig inte om ifall någon ser det.
- Det är naturligt för barn att vara nakna.
- Lär barnen vad som är lämpligt på ett mjukt sätt.

Vilka känsliga öron, skarpa ögon, duktiga händer och leende mungipor du har. Du har så kvicka fötter också, mina är lite långsammare men lika bra är de för det.

Att jämföra

- Barnen kan jämföra sina kroppar med varandras och med vuxnas kroppar.
- Du kan tala om för barnen att vi finns i alla möjliga former. Alla har kroppsdelar som passar just dem.



PRATA OM ÄMNENA PÅ KORTEN

Respektera gränser

Lekfärdigheter

- Guida barnet i att vara en schysst kompis.
- Lär barnet vad man får och inte får göra i leken. Var med och handled i lekarna.
- Berätta för barnen om deras rättigheter och om vad det innebär att respektera gränser.

Man måste aldrig delta i någon lek. Även mitt i leken får man säga till sin lekkamrat att nu vill jag inte vara med längre, och gå bort.

Att bemöta och beröra barn med respekt

- Visa barnen respekt genom att ta dig tid för lyssna på dem. Sätt dig på huk, på barnets nivå. Tala på ett varmt sätt. Visa intresse genom att ställa följdfrågor.
- Rör vid barn på ett mjukt och säkert sätt. Även större barn kan vilja sitta i famnen.
- Trösta ett barn som är ledset.
- Ibland vill ett barn inte att den vuxna kommer för nära eller rör.
- Ifall barnet inte vill ha beröring, respektera barnets vilja.

Jag märker att du inte vill sitta i min famn just nu. Kom och sätt dig här bredvid mig. Du kan alltid sitta i famnen senare om du vill.

Att hantera utmanande situationer

- Ibland kommer ett barn för nära ett annat, eller rör med för hårda tag.
- Påminn barnen om att de alltid kan neka till beröring.

Ifall barnet vill röra vid dina bröst, kan du säga att det som finns under min tröja är ett känsligt och viktigt område för mig. Jag får själv bestämma över det. Jag vill inte att du rör mig där. Du får också säga till ifall någon sorts beröring inte känns bra eller lämplig för dig. Men du får gärna krama mig utanpå tröjan, det tycker jag väldigt mycket om.



PRATA OM ÄMNENA PÅ KORTEN

Att vara kär och uttrycka det på rätt sätt

Att bli förälskad i en förälder eller kompis

- Att bli förtjust eller förälskad är väldigt vanligt bland barn. Det känns underbart.
- Hjälp barnen att namnge känslan. Tala om deras känslor på ett respektfullt sätt.
- Handled barnen att visa sin förälskelse på ett lämpligt sätt som respekterar andra.
- Ibland vill barn gifta sig med föräldrar.

Berätta för barnen att känslan av att vara kär är en underbar sak. Alla får bli kära i vem som helst, av vilket kön som helst.

Var känns det att vara kär?

- Förälskelsen kan kännas i magen eller kittla i hela kroppen.
- Man kan tala om hur det känns att vara kär.
- Det är varje människas egen kroppskänsla, som man får njuta av.

Tala om för barnet, att det är en stor heder att anses vara älskvärd av dig. Vuxna och barn kan ändå inte gifta sig. När du är äldre möter du säkert en härlig partner!

Är känslorna besvarade?

- Målet för förälskelsen svarar inte alltid med likartade känslor. Det kan hända att kamraten känner på något helt annat sätt. Det kan också hända att hen inte vill kramas eller röras.
- Hjälp barnen att tolerera besvikelse.
- Barn kan även vara svartsjuka. De vill inte att målet för förälskelsen visar uppmärksamhet till någon annan.

Det är okej att känna sig besviken. Jag lovar att känslan kommer att gå över. Jag är här med dig och kan trösta dig.

Kär i en idol

- En idol kan vara en viktig figur för barnet att spegla sig i
- En idol är trygg att beundra på avstånd



PRATA OM ÄMNERNA PÅ KORTEN

Vänskap

Kompisfärdigheter

- Att få kompisar och att få vara med är viktigt. Handled barnet i hur man är en schysst kompis. Hur man går med i andras lek. Hur man gör om det blir bråk.

Vi kan gå tillsammans och fråga om du får vara med och leka. Olika dagar kan man leka med olika barn.

Känslor

- Barn känner ofta och känslorna känns starkt.
- Barn behöver kärleksfull handledning i hur de kan hantera sina känslor.
- Uppskatta barnets känslor. Tala med alla barn om känslorna av glädje, njutning och ilska som uppkommer vid förälskelse.

Att leka vuxna

- Det är vanligt att barn iakttar de vuxnas liv, som kan fungera som modell till lekar.
- Barn kan leka till exempel att de är gravida, att de föder barn, att de jobbar, har ett hem eller gifter sig.

Att få kompisar

- Uppmuntra barnet att bekanta sig med andra barn.
- Prata om hur alla skulle kunna få en kompis och hur man upprätthåller vänskapen.
- Uppmuntra barnen att vara empatiska, att hjälpa andra och att dela med sig.

Säg till barnet som är nytt i gruppen, hej, vad kul att du kom. Jag såg fram emot att du skulle komma. Det blir en rolig dag. Kom, vi går tillsammans. Till de andra barnen kan du säga, att idag har vi fått en ny kamrat. Vad skulle ni vilja att vi leker tillsammans?



PRATA OM ÄMNENA PÅ KORTEN

Den vuxna tröstar

Att märka och uppskatta barnens känslor

- Lägg märke till barnens känslor.
Ställ frågor och hjälp barnen att känna igen det de känner.
- Namnge även dina egna känslor för barnen.
Då agerar du modell för att man får visa känslor och kan prata om dem.
- Ni kan till exempel rita på vilket ställe känslorna känns och hur de ser ut.

Empati

- Visa barnet empati ifall det är ledset eller besviket.
- Lämna inte barnet ensam med känslan.
- Uppmuntra barnen att visa empati för den som är ledsen.

Närhet och beröring ger tröst

- Barn behöver ofta få hjälp med sina svårare känslor.
- Ofta är den bästa hjälpen att ge beröring eller erbjuda en famn.
- Vissa får hjälp av att en vuxen finns nära till hands och talar på ett lugnande sätt.

Oj, slog du dig? Vill du komma och sitta i min famn? Vi kan klappa dig allihopa, och blåsa bort det onda!



PRATA OM ÄMNERNA PÅ KORTEN

Att undersöka kroppen

Barn bekantar sig med sin egen kropp

- Barn undersöker sin egen kropp på varje ställe, även vid könsorganet.
- Lär barnet namnen på alla kroppsdelarna.
- Berätta för barnet att man rör vid sina könsorgan med rena händer då man är i fred.

Barn njuter av sin kropp och är stolta över den

- Barn kan märka att det känns skönt att röra vid sitt könsorgan.
- För barn är alla kroppsdelar lika viktiga och värdefulla. Sträva till att barnen får behålla den tanken.
- Barn kan vilja visa upp sina kroppar för andra. Vissa barn vill uppträda med en naken dans.

Kroppen erbjuder trygghet och tröst

- Små barns onani skiljer sig från vuxnas onani.
- För små barn innebär onani strävan efter trivsel, lugn, tröst och trygghet.
- Onanin kan vara oroväckande ifall den är tvångsmässig eller ångestfylld.

En privat sak

- Guida barnen på ett sakligt sätt. Att onanera och att undersöka sig själv kan man göra på en lämplig plats, vid en lämplig tidpunkt.

Du kan säga, jag förstår att det känns skönt och avslappnande. Men om man onanerar hela tiden kan man glömma bort att leka med de andra barnen. Det är också viktigt. Ska vi gå och leta upp en lek för dig att leka?

Du kan säga, att man inte brukar onanera inför andra. Det är ändå en trevlig sak man kan göra då man är för sig själv.



PRATA OM ÄMNENA PÅ KORTEN

Många slags familjer

Vem hör till familjen?

- Berätta för barnen att det finns många slags familjer.
- Du kan fråga av den nya familjen: vem hör till din familj och vad kallas familjemedlemmarna?

Alla har en egen sorts familj

- För barn är den egna familjen alltid viktig och rätt.
- Gör mångfaldighet till ditt antagande. Alla familjer har sina egenheter.
- Det är även bra att mångfaldiga familjer är synliga: i böcker, som bilder på klassens eller gruppens väggar och i talspråket.

Alla familjer är lika värdefulla

- Alla familjer är lika bra.
- Tala med alla familjemedlemmar på ett jämlikt sätt.

Sådana som är kära i varandra vill ofta bo tillsammans som vuxna och bilda en familj. Var och en får själv bestämma vem man blir kär i och vem man vill bilda familj med. Kärleksfulla vuxna är de bästa föräldrarna för sina barn, oberoende av sina könstillhörigheter.



PRATA OM ÄMNENA PÅ KORTEN

Mångfald

Att vara flicka, pojke eller annan

- Det finns många slags människor.
- Det finns även barn som inte upplever sig tillhöra någondra av de två könen.
- Varje barn har rätt att vara sådan som den upplever sig själv att vara.

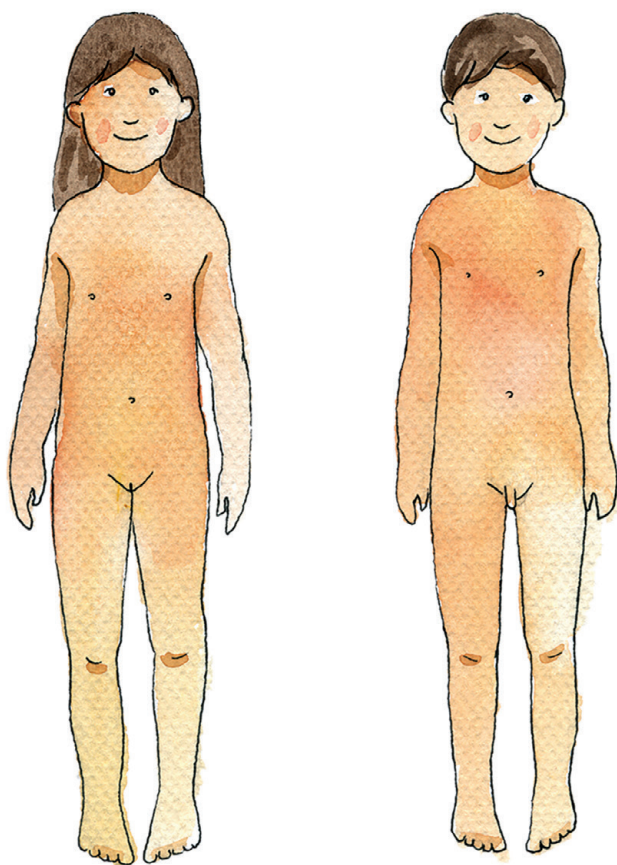
Vi kan alla leka samma lekar tillsammans. Till exempel kan det finnas två pappor i leken, och vem som helst får vara pappa. Alla som vill får ha på sig fina klänningar.

Könens mångfald

- Barns uppfattning om den egna könstillhörigheten kan ändras.
- Det är inte möjligt att styra med uppfostran, så vitt man vet.
- Uppskatta barnets upplevelse.
- Uppmuntra barnen att acceptera mångfaldiga sätt att vara flicka, pojke eller annan, både då dom talar och då dom leker.

Alla är speciella

- Alla kroppar är unika på varje ställe. Till exempel fingeravtryck är helt unika.
- Förhåll dig till alla barn och vuxna på ett positivt och uppskattande sätt.
- Ge alla barn och deras familjer lika mycket beröm.



PRATA OM ÄMNENA PÅ KORTEN

Kroppens olika delar

Namnge varje kroppsdel

- Ge sakliga namn även till könsorganen. Till exempel snippa och snopp är ord som passar för barn.

Den värdefulla kroppen – egen och andras

- Tala positivt om kroppar i alla storlekar och av alla färger.
- Kom även ihåg att inte kritisera din egen kropp.
- Vikt är ett komplicerat ämne. Tala om vikt endast bland vuxna.
- Man kan inte byta ut sin kropp.

Rätt att klä av sig i fred

- Barn får klä om sig i enrum ifall de vill det.
- En del barn vill hålla sin kropp privat.
- En del barn kan klä av sig till och med mitt bland hela gruppen.

Barn kan fråga, varför vissa har en stor snopp och andra en liten. Du kan säga att snoppen och snippan är kroppsdelar, precis som händerna, fötterna och öronen. Alla människor är olika. Även könsorgan ser olika ut. Var och en har de kroppsdelar som passar just en själv bäst.



PRATA OM ÄMNENA PÅ KORTEN

Rätt att säga nej

Respektera barnets vilja

- Barnet får själv välja om de vill att någon rör eller kramar en.
- Ibland måste du kanske röra ett barn mot hens vilja. Då är det bra att förklara varför, före eller efteråt.
- Det är viktigt att barn själva får bestämma särskilt om de delar av kroppen som inte syns när man har på sig baddräkt

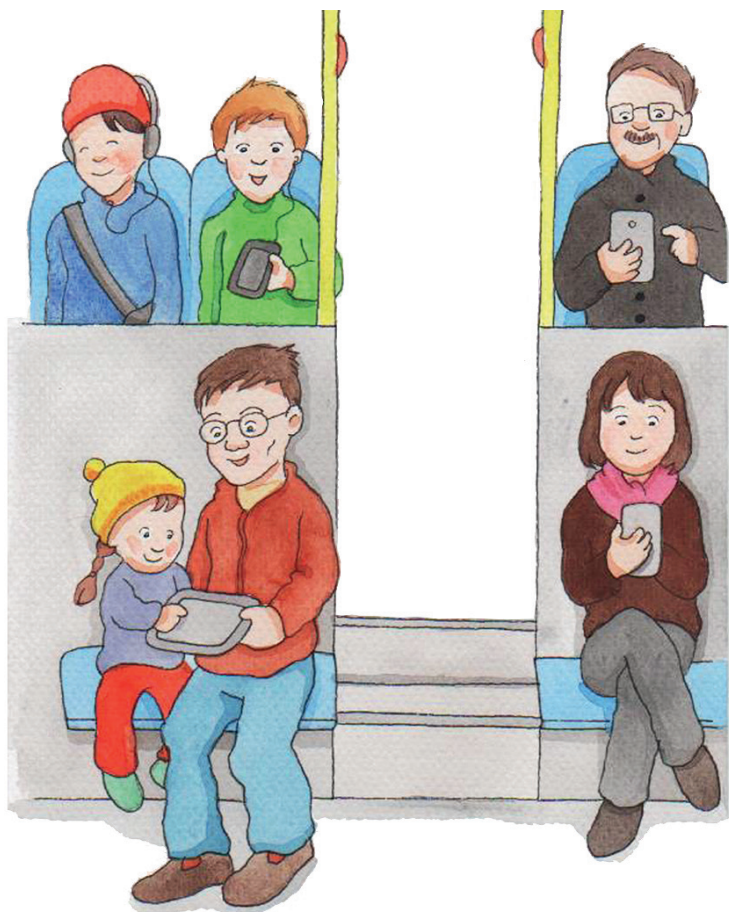
Barn får bestämma om någon får röra vid dem

- Tala om regler för beröring.
- När man rör vid varandra på ett bra sätt känns det tryggt och bra.
- Det får inte göra ont eller kännas obehagligt då man rör vid varandra.
- En beröring får inte vara en hemlighet.

Lär barnen säga nej

- Lär barnen 1-2-3 regeln:
 1. Säg nej!
 2. Gå bort
 3. Berätta vad som hänt för en vuxen som du litar på.
- Öva med barnen att säga "NEJ".
- I otureliga situationer får man vara oartig. Man behöver inte alltid lyda, inte ens en vuxen.

*Ibland måste man hålla i eller röra barn mot deras vilja.
Du kan säga: Nu jag måste ta dig i famnen, annars hade du gjort dig illa.
Du har fortfarande rätt att säga nej, också åt mig.
Jag tog dig i famnen för att skydda dig.
Du får alltid tala med mig om olika situationer.
En beröring får aldrig vara en hemlighet.
Och du får alltid säga, om du inte vill att någon rör dig.*



PRATA OM ÄMNENA PÅ KORTEN

Barn och media

Vuxna och barn tillsammans

- Var intresserad av barns mediebruk och spelande.
- Handled barnen i att använda olika medieapparater på ett tryggt sätt.
- Man får inte dela nakenhet eller våld i media.

Använda internet tryggt

- Lär barnen att det finns både bra och dåligt innehåll på nätet.
- Skydda barnen från sexuella bilder och sexuell information som är avsedd för vuxna.
- Hur ska man agera i en jobbig situation?

Åldersgränser

- Åldersgränser skyddar barnen.
- Du kan lära barnen att märka och beakta åldersbegränsningarna.

Vuxnas bruk av media

- Var en modell för hur man har kontroll över sitt bruk av medieapparater.
- Dela bilder av barn endast om du har barnets lov att göra det.
- Kränk inte barnens integritet i bilder du delar.

Till små barn kan du säga att om du ser eller hör något jobbigt eller skrämmande på apparaten, så behöver du inte titta på det. Gå bort och tala om det för en vuxen. Lär äldre barn även att ta en skärmdump.

Om du vill varna för porr kan du säga att i media kan det finnas videor där vuxnas bröst och snoppar viftar omkring. De är gjorda av skådespelare och man behöver inte titta på dem. De kan se skrämmande ut, men de är påhittade.

PRATA
OM ÄMNENA
PÅ KORTEN

Många sätt att få ett barn

Förökning

- Barn är intresserade av bebisars födsel.
- En del barn ställer fler frågor om hur barn blir till: hur de kommer in i magen och hur de kommer ut därifrån.
- En baby kan börja växa i livmodern, som är babys hem i en kvinnas mage.
- Berätta detta för barnen absolut senast innan de börjar skolan. Där kommer de att få den korrekta informationen av en trygg vuxen.

Samlag

- Berätta på ett enkelt sätt hur fröna för bebisar kombineras.
- Du kan till exempel säga att mannen och kvinnan är nakna och kärleksfulla mot varandra.
- Du kan även säga att en man och en kvinna kan föra samman snoppen och snippan ifall båda vill det.

Gåvofrön

- Graviditeten kan inledas på många olika sätt.
- Man kan få fröna för en baby som gåva ifall man inte har dem själv.
- Då kan en läkare sammanföra babyfröna i ett provrör.

Adoption

- Barn kan födas i olika slags familjer, och komma sin familj via adoption.
- Då har båda föräldrarna kommit överens om att det ska bli så.

Fosterfamilj

- En del barn lever i fosterfamiljer. Då har barnet flera familjer.
- Fosterfamiljen hjälper barnet i vardagen.



Du kan tala om fröna för en baby, som man får från en vuxen man och en vuxen kvinna.

Om ett barn frågar om vad sex är, kan du säga att det är vuxnas närhet, som båda parterna njuter av. Man är ofta naken då man har det. Om barnet ställer fler frågor, kan du även berätta om förökning.

Om två kvinnor vill bilda familj så kan en läkare genom provrörsbefruktnings föra ett donerat babyfrö in i den ena kvinnans livmoder. Två män kan få ett barn genom att adoptera.



PRATA OM ÄMNENA PÅ KORTEN

En bebis föds i familjen

Graviditet

- Barn är intresserade av att babyn är inne i magen.
- Lär barnen enkla begrepp för vad graviditet, livmodern och babyns hem är.
- Babyn växer i livmodern i flera månader.
- Barn kan leka att de är gravida, att de föder ett barn och att de sköter om en baby.
- Alla vill eller kan inte få barn.

Födelse

- Ofta föds barnet med huvudet före genom mammans födelskanal.
- Ibland kan en läkare ta ut babyn ur livmodern genom en operation.
- Efter det får föräldrarna ta babyn i sin famn. Även syskonen kan få sköta om babyn.

Amning

- När en kvinna fött barnet, kommer det oftast mjölk ur hennes bröst för att amma babyn.
- Babyn kan även dricka mjölk ur en nappflaska.

Mina bröst är större än dina eftersom jag är vuxen och bröstet har vuxit i takt med att jag har vuxit upp. Dessutom växer bröstet då en kvinna ammar. Alla har olika, unika bröst och de är bra precis som de är.



PRATA OM ÄMNENA PÅ KORTEN

Regler som har att göra med kön

Barns rollspel

- Det är vanligt att barn provar på olika roller. De kan leka att de representerar olika kön. Samtidigt funderar de över regler som har att göra med kön.
- Låt barnen leka med alla sorters roller. För dem är det viktigt att uppleva och prova på.
- Barn behöver inte passa in i någon viss form.

Könsmedveten uppfostran

- Ge barnen alltid möjligheten att agera så att könsrollerna inte utgör en begränsning för hur man får vara eller göra.
- Låt bli att klassificera könen i ditt tal och i dina tankar.
- Ändra på alla sätt som begränsar barnens drömmar, talande och lekar.

Klädesnormer

- Barn kan och får prova alla sorters kläder
- Oftast vill barn prova andra roller med hjälp av att klä ut sig
- Undvik att skilja på vilka kläder eller färger som får användas av vilket kön

Då du behöver hjälp som kräver mod, kallar du på pojken eller på flickan? Vem kallar då på då du behöver hjälp i köket? Om ett barn insjuknat, ringer du upp mamman eller pappan?



PRATA OM ÄMNENA PÅ KORTEN

Många slags kulturer och seder

Toalettetikett

- Små barn kan ofta gå på potta eller på toaletten i samma utrymme eller på samma gång.
- En del barn vill stänga dörren bakom sig och gå på toaletten i lugn och ro.

Hygien och att göra själv

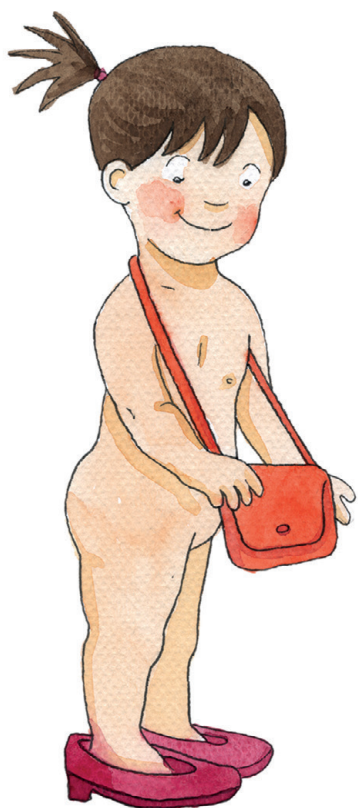
- På dagis övar man på att göra själv.
- Barn lär sig att ta hand om sin egen hygien redan då de är små, om man lär dem att göra det.
- Låt barnen öva.

Pedagogens kön

- I vissa familjer får endast kvinnan tvätta barnets könsorgan.
På dagis är det inte alltid möjligt.
- Alla pedagoger har utbildning och färdigheter i att ta hand om barns hygien.

Många sätt att agera

- I en del familjer är nakenhet förbjudet.
- I en del familjer kläs även barnen väldigt täckande.
- Många barn är vana vid att klä om sig i enrum.



PRATA OM ÄMNENA PÅ KORTEN

Regler om vad som är lämpligt

Att lära barn om vad som är lämpligt

- Barn kan inte veta om vad som är lämpligt innan man lär dem det.
- Berätta för barnen och handled dem mjukt till gott uppförande och goda sätt.
- Barn behöver flera upprepningar och påminnelser innan de lär sig reglerna.

Uppfostra utan skam

- Låt bli att ge barnen skam då du guidar dem i gott uppförande. Det stärker barnens självkänsla.
- Många barn känner skam väldigt lätt.
- Stark skamkänsla är skadligt.
- Genom att uppföra på ett positivt sätt mår barnen bättre.

Gemensamma regler

- Involvera barnen i att skapa regler som alla ska följa.
- Då följer barnen reglerna bättre.
- Diskutera de gemensamma reglerna även bland vuxna.

Du kan säga att bajs och pruttar är viktiga saker, som vi kan diskutera närmare efter att vi har ätit.

PRATA
OM ÄMNENA
PÅ KORTEN

Gå på toaletten i fred



Barns rätt till enrum

- Barn har rätt att gå på toaletten i fred.
- Respektera barnens behov att göra sina behov utan brådska och i lugn och ro.
- En del barn vill inte gå på toaletten ifall där finns andra barn eller vuxna.

Stress i toalettkön

- Många barn kan känna sig obekväma och stressade inför att det är kö till toaletten.
- Barnen kan tro att de måste uträtta sina behov väldigt snabbt, så att de andra barnen också kan gå på toaletten.

Ibland är det jobbigt att gå på toaletten

- En del barn lider av t.ex. förstoppning eller smärta vid avföring.
- Barn som har svårigheter med att gå på toaletten behöver tid, uppmuntran och empati av såväl pedagoger som vårdnadshavare.
- En del barn kan hålla sig på dagis, särskilt för att bajsas, och känna sig obekväma hela dagen.
- Gör toalettupplevelsen trygg för barnen.
- Var tillgänglig för barnen så att de inte behöver ropa för att få hjälp med torkandet.

Får man tala om bajs?

Var man kan tala om bajs, kiss och rumpen

- Barn förstår saker helt konkret: ifall du talar om "toalettord" så tror de att man inte får tala om dessa saker eller kroppsdelar på andra ställen än på toaletten.
- Barn måste ha lov att få prata om dessa saker när som helst. De har ofta att göra med besvär eller med att bli retad.
- Barn kan när som helst komma på att de vill berätta något.
- Då barn har lov att tala, ökar det deras trygghet.

Lov att tala om könsorgan och utsöndringar

- Till exempel snippan och snoppen är lika viktiga och intressanta som alla andra kroppsdelar.
- Kalla inte könsorganen för svärord eller "toalettord", utan tala om dem på ett uppskattande sätt
- Om barn upprepar dessa ord väldigt mycket kan du förklara vad de innebär, ge mer information och själv behålla ditt lugn.
- Då den vuxna är öppen och lugn tar upprepandet ofta slut.

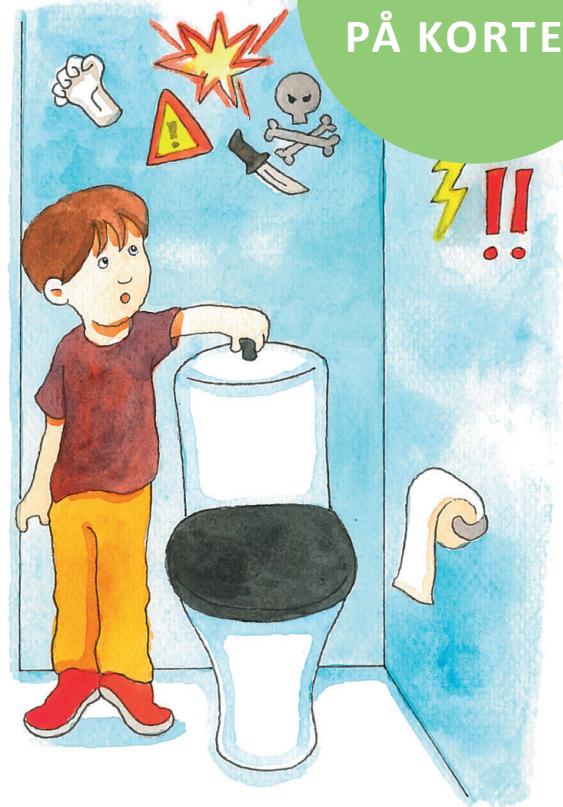
Sakliga, lämpliga ord

- Kom tillsammans överens om vilka ord ni kan använda i vardagen
- Alla kroppsdelar och utsöndringar måste ha något tillåtet och lämpligt ord.

Svärord är en skild sak

- Sakliga ord som har att göra med kroppsdelar och utsöndringar är inte svärord.
- Förklara för barnen vad svärord innebär på ett sätt som de förstår.
- Ofta räcker det att förklara vad orden betyder för att avsluta barnens upprepande av svärord.

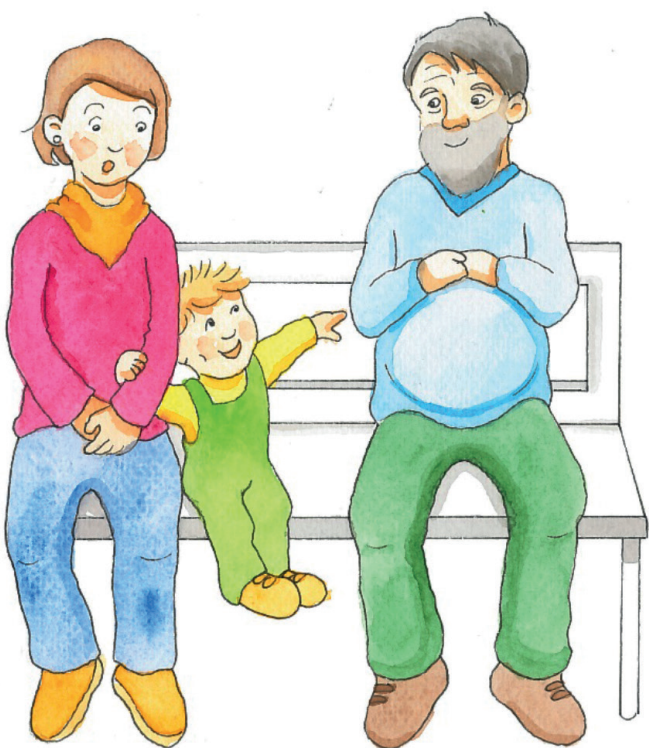
PRATA
OM ÄMNA
PÅ KORTEN



Du kan säga, okej, ska vi prata mer om detta ämne? Strax kan vi läsa en rolig bok som handlar om detta.

Till exempel är bajs ett lämpligt ord, medan skit är ett svärord.

Säg till exempel, att svärord är fula ord som kan förolämpa och som därför inte passar att använda i artigt tal.



PRATA OM ÄMNENA PÅ KORTEN

Lov att fråga

Positiv attityd till barns nyfikenhet

- Barn har rätt till information och till att undra över saker
- Barn är öppna av naturen. De är nyfikna på frågor som rör vad det är att vara människa.

Rätt att få ett ålderslämpligt svar

- Barn har rätt att få information om livets intressanta saker, på ålders- och utvecklingsnivå, av trygga vuxna.
- Svara sakligt och uppskattande på barnens frågor.
- Då du tar en time out, får du själv tid att förbereda dig.
- Kom ihåg att återvända till ämnet! Då får barnen upplevelsen av att deras frågor är viktiga och att de blir besvarade.

Att uppskatta barnens perspektiv

- Uppskatta barnens frågor och funderingar
- Skratta inte åt dem och skämta inte om dem

Om du får en svår fråga, kan du säga till barnet att det var en viktig fråga det, jag återkommer till dig till exempel då vi kommer hem eller imorgon med en lämplig bok.



PRATA OM ÄMNENA PÅ KORTEN

Könsstympning av flickor

Flickor duger som de är

- En flickas könsorgan är bra och fungerande så som de är.
- En flickas kropp är perfekt som den är skapt.
- Flickor har rätt till kroppslig integritet.

Könsstympning är skadligt för hälsan

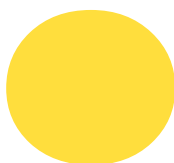
- Vet ni vad det innebär att omskära eller stympa flickors könsorgan?
- Det är pedagogens uppgift att ställa denna fråga.
- I en del kulturer finns en skadlig tradition av att stympa flickors könsorgan.
- Det är skadligt för flickans hälsa i alla dess former, redan som barn och hela livet igenom.

Könsstympning är ett brott

- I Finland är det mot lagen, alltså ett brott.
- Kvinnlig könsstympning är ett brott även om det skulle utföras i ett annat land.
- Traditioner som skadar barns hälsa måste ta slut.
- Könsstympning eller att planera sådant leder till att barnet omhändertas för att säkra dess integritet.

Rita en bild, eller limma
fast någon bild som du
har valt ut.

Du kan också bara
skriva ner rubriken för
ämnet.



Något annat ämne

Vad vill du prata om

- Om de andra korten saknar ett sådant ämne som du vill prata eller fråga om, kan du själv välja ämnet.

Välj ett eget ämne

PRATA
OM ÄMNENA
PÅ KORTEN

Småbarnspedagogers feedback om upplevelserna av en fyra månaders period av kropps- och känslöfostran

"Hela atmosfären har förändrats. Det är okej att tala om den egna kroppen, dess delar och allt som har att göra med en

själv. Det är en stor upptäckt för både barn och vuxna."

"Hela gruppens välmående har förbättrats i och med detta. Barnen har lärt sig mer om sig själva och om andra. De har lättare att vara."

"En tydlig förändring i barnens rättigheter. Allt oftare märker vi att barnen vet vad de ska göra. Om någon stör dem kan de säga nej, jag vill inte, jag tycker inte om det där."

