

## **Barn og kropp:**

Helse- og omsorgsdepartementet kom med ny strategiplan for seksuell helse i 2017. I planen «Snakk om det! Strategi for seksuell helse (2017–2022)», står det i kapittel 3.1 *Tidlig begrepsapparat og autonomi barnehagens betydning* (s.14):

*Grunnlaget for god seksuell helse legges allerede tidlig i småbarnsalder. Barna oppdager og utforsker sin egen seksualitet, kjønnsidentitet og seksuelle identitet og stiller spørsmål relatert til kropp, kjønn og reproduksjon allerede fra 3–4-årsalder. Kunnskap om kropp, følelser og relasjoner er viktige forutsetninger for at barnet utvikler mestringskompetanse for egen helse, og legger grunnlaget for en helsefremmende livsstil og valg senere i livet.*

*FNs barnekonvensjons §12 stadfester barns rett til å bli hørt. For at dette skal være reelle rettigheter, er det viktig at barn kan sette ord på og uttrykke seg også om kompliserte temaer, deriblant seksualitet, grenser og egen kjønns-identitet. Et positivt forhold til og trygghet på egen kropp gjør det lettere for barnet å skille mellom positiv og problematisk berøring og kan senke terskelen for å si fra til en voksen dersom det selv blir utsatt for krenkelser eller overgrep. Å lære å respektere andres kropp og grenser er avgjørende for å forebygge krenkelser. Kunnskap om variasjon og mangfold i familieformer og kjønnsuttrykk kan forebygge fordommer, mobbing og trakassering. Slik kan kunnskap og positive holdninger bidra til å forebygge helseplager hos individet, i barnegruppen og i befolkningen generelt.*

Målet med jobbing rundt tema kropp og helse er «Å styrke små barns begrepsapparat, selvfølelse, egenverd og respekt for identitet, kropp og grenser.»

## **Hva sier rammeplanen 2017 om dette tema, og hva blir barnehagens ansvar når vi tar utgangspunkt i ny rammeplan og strategiplanen?**

I rammeplanens verdigrunnlag kan man lese «barnehagen skal fremme demokrati, mangfold og gjensidig respekt, likestilling, bærekraftig utvikling, livsmestring og helse», (s7). Videre under *Livsmestring og helse* står det at «barnehagen skal ha en helsefremmende og forebyggende funksjon» og «barns fysiske og psykiske helse skal fremmes i barnehagen», (s.11) Et annet punkt som bør nevnes er *Kropp, bevegelse, mat og helse* hvor det står at barnehagen skal «bidra til at barn blir kjent med egne behov, får kjennskap til menneskekroppen og bli tryggere på egen kropp, får en positiv oppfatning av seg selv og blir kjent med egne følelser (s. 49-50).

Barns oppdagelse og utforskning foregår via egen kroppsutforskning, men også gjennom lek. I rammeplanen under kapitlet **Barnehagens formål og innhold** kan vi lese «barnehagen skal ivareta barnas behov for lek». Videre kan vi lese at «leken skal ha en sentral plass og at

lekens egenverdi skal anerkjennes. Barnehagen skal gi gode vilkår for lek, vennskap og barnas egen kultur. Leken skal være en arena for barns utvikling og læring». (s. 20)

## **Hvordan kan vi voksne i Trulserudenga barnehage forstå og møte barnas seksuelle uttrykk?**

### **Hva farger meg i møte med tema «Barn og seksualitet»:**

- Den enkeltes PYT
- Tryggheten til seg selv og tema hos den enkelte
- Trygghet i forhold til egen seksualitet
- Lite erfaring med den type situasjoner, gjør meg usikker
- Lite kunnskap om tema og hvordan jeg skal håndtere dette, snakke med barna, gripe det an.

### ***Tiltaksplan i barnehagen med bakgrunn i barnehagens ansvar når det gjelder tema: Barn og seksualitet:***

#### **Barnehagens holdninger til tema:**

- Være undrende og nysgjerrig sammen med barna på tema. Undre seg sammen med der det er naturlig.
- Ikke dømme leken, men være nysgjerrig på den.
- Lage / skape naturlige arena for denne type lek som er med på å gjøre nakenhet mindre tabu og mer normalt. Barn og seksualitet er naturlig og normalt.
  - Er det f.eks. greit å gå to på badet/do?
  - Legge til rette for at flere kan skifte bleie samtidig / være på badet.
    - F.eks. bleiemaling, vannlek, bading i bhg.
  - Eget rom med ulike tema
    - kroppen vår
    - doktorlek
    - bilder med nakne kropp
- Jeg som voksen må møte barns undring i forhold til tema på en måte som ikke gjør det til en skam, slik at barna får negative tanker som «dette er ikke lov», «nå blir de sinte på meg», «det er ekkelt», «æsj» osv. Vi må snakke om det, og møte det på en slik måte at barna beholder verdigheten sin og gjør tema naturlig for dem. Samtidig må vi hjelpe de til å sette egne grenser for hva som er greit. Seksualiteten er ikke allemannseie, men en privat sak. Seksualiteten er en del av sosialiseringprosessen. Det er noen rammer det er viktig å lære barna.
- Det er de voksnes ansvar i samarbeid med foreldre, at barn får kunnskap om seksualitet og hele menneskekroppen. Om hva som er gode og vonde berøringer. Barndommen bærer vi med oss hele livet. Hva slags syn vi har på egen kropp/ på oss

selv spiller en betydelig rolle for hvilket forhold du har til deg selv – og menneskene rundt deg.

- Vi må hjelpe barna til å sette rammer for leken. Hva er greit/ ikke greit? Er det greit å bruke gjenstander? Hva hvis alle ikke vil være med? Hva hvis mamma/ pappa sier de ikke får lov? Er det greit å undersøke ordentlig, eller bare lov å se? Hva er forskjellen på å undersøke og å se? Må trusa være på, eller er det lov å ta den av? Hvordan skal ramma se ut? Hva er greit innenfor denne type lek?
- Viktig med et godt foreldresamarbeid. Viktig at vi forteller foreldre om observasjoner vi gjør.

Hvordan skal ramma for hva som er greit og ikke se ut i Trulserudenga barnehage? Hva er vår definisjon?

Hvordan definerer vi «seksuell lek / utforsking» hos oss?

- Doktorlek
- Utforsking / nysgjerrighet av kropp
- Familielek
- Gjensidighet – frivillighet – lystbetont
- Onanering

Innafor ramma	Utenfor ramme
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Utforsking / nysgjerrighet er greit. Se på, og ta på er innafor.</li> <li>• Nakenhet i naturlige settinger slik som når vi bytter til badebukse og skal løpe i sprederen.</li> <li>• De voksne opptre diskret og sjekker om alle involverte barn synes det er greit å være med på leken – gjensidig frivillighet. Vil alle delta?</li> <li>• Ta ut barn vi vet ikke får lov å være med på leken.</li> <li>• Det er lov å avbryte seksuell lek på samme måte som alle annen lek. Bare si på en vennlig måte; snart skal vi ut, vi skal spise, nå skal vi gå en tur.</li> <li>• Voksne må reflektere over hvordan de møter barn som leker seksuelle leker. Barn skal slippe kjenne på skam og frykt – og kanskje til og med bli redde for følelser knyttet til kropp og seksualitet.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Onanering – snakke med barnet om at dette er greit, men at det kan gjøres når han/ hun er alene. Hjelpe til med å ramme inn/ sette grenser. Gi de et alternativ for hvor de skal gjøre det. Dette handler om sosial oppdragelse. Hvis det blir mye i barnehagen, slik at det går utover sosial samspill og deltagelse i fellesskapet, må man snakke med foreldrene om dette. Kanskje man må bestemme at det ikke skal gjøres i barnehagen. Hvis det blir mye, er det viktig å lage rammene sammen med foreldrene.</li> <li>• Unormal atferd som sleike på, smake på, stikke gjenstander oppi, bruke fingre inni er ikke lov. Da må vi snakke med de barna dette gjelder.</li> <li>• Ikke greit å løpe naken rundt omkring i barnehagen.</li> <li>• Voksne som kjefter eller formidler skam til barnet er ikke greit. Selv når barnet</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Viktig for barns selvbilde å få et naturlig forhold til egen kropp. Barns privatliv må respekteres. Banke på døra.</li> <li>• De voksne skal følge med og være påkobla på hva som skjer når barn leker seksuelle leker. OBS når barn trekker seg unna – vil være i fred, da skal vi vokse være på vakt.</li> </ul>	<p>gjør ting som ikke er lov. Da må vi snakke med barnet på en måte som fortsatt viser de respekt og verdighet.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Det er ikke greit at voksne overser, kjefter på, avviser eller straffer barn som bare viser vitebegjær og nysgjerrighet i forhold til egen kropp. Hvis jeg som voksen synes dette er vanskelig må jeg snakke med min overordna leder om det.</li> </ul>
---	--

## Trulserudenga barnehage sin plan for å jobbe med tema «Barn og kropp».

### Hestehoven og Hvitveisen:

Hva	Hvordan	Hvorfor
Min kropp	<p>Benevne alle kroppsdelene og vise på hverandre; alle har vi øyne og ører. Bilder på veggen av nakne kropper samt kroppsdelene. Bøker og sanger. Hinderløype og uteliv for å jobbe med grovmotorikk. Forming med f.eks. modellkitt og maling osv. for finmotorikk. Vannlek i smågrupper uten klær.</p> <p>Minirøris</p> <p>Gi rom for naturlig utforsking av seg selv i f.eks. stellesituasjon.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bevisstgjøre</li> <li>• Etablere språk og begrep</li> <li>• Få kjennskap til egen kropp</li> <li>• Etablere handlingsstrategier</li> </ul>
Følelser	<p>Sette ord på følelser; sinne, lei seg, glede. Bilder på veggen som viser ansiktsuttrykk. Baller med «følelser», bøker og sanger</p>	
Øve seg på å sette grenser for seg sjøl – og respektere andres	<p>Vi veileder barna her og nå; si stopp når det er noe man ikke vil – bruke både stemme og hånd som sier stopp. Samt «bevisstgjøre» den andre på at den ble møtt med et stopp og at det betyr at den andre ikke vil at du skal gjøre. Jobbe aktivt med turtaking</p> <p>Voksne må være gode rollemodeller. Vi må respektere barnas grenser og bl.a. si ifra før vi gjør noe. Eksempelvis kan vi si</p>	

Sanser	<p>nå skal jeg tørke nesa de – i stedet for å bare gjøre det. Respektere barnas motstand.</p> <p>Tilby ulike aktiviteter hvor barna får tatt sansene i bruk; lytte til lyder og musikk, smake, lukte, kjenne på ulike «ting» med ulike overflater. Bøker og sanger</p>	
--------	--	--

### Rødkløveren og Firkløveren:

Hva	Hvordan	Hvorfor
<p>Min kropp – hvordan fungerer den?</p> <p>Følelser: Redd Sinne Lei seg Glede Ensomhet</p> <p>Empati / medfølelse</p> <p>Ha mot / sladding</p> <p>Relasjoner - familier</p>	<p>Emma og Thomas bøkene – snakke om ulikheter gutter og jenter.</p> <p>Se på boka «Jeg er meg, min meg» Kroppslotto Puslespill om kroppen Tegne barna på store ark, benevne kroppsdelene. Snakke om hvordan vi blir til på en naturlig måte. Lage kropp i trolledeig Høre på hjerte til hverandre. Både når det har jobbet og ikke. Masere hverandre Lage kroppsrom – se og snakke om bilder Doktorlek Familielek Bruke hverdagen og snakke om hva som er bra for kroppene våre både fysisk og psykisk. Bruke kroppen vår som instrument – se på / kjenne på Gi barna mestringsfølelse Snakke om følelser både egne og andres, og gode og vonde. Lære seg å sette grenser for egen kropp og respektere andres grenser. Lære de til å si Stopp – jeg liker ikke at du gjør det. Øve oss på å bruke signalet og respektere det.</p> <p>Bruke hverdagen – leken – og samlinger til dette. Tema på barnemøter.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bevisstgjøring: følelser, uttrykk</li> <li>• Hvordan fange opp andres følelser</li> <li>• Språk og begrep</li> <li>• Kunne sette seg inn i andres situasjon, forhold seg til andres følelsesuttrykk</li> <li>• Kunne si ifra / sette grenser</li> <li>• Aksept og respekt for ulike familiesituasjoner</li> <li>• Bevisstgjøring og tilknytning</li> <li>• Etablere handlingsstrategier</li> </ul>

<p>Øve seg på å sette grenser for seg sjøl – og respektere andres</p> <p>Sanser</p>	Rollespill	
---	------------	--

### Blåklokka:

Hva	Hvordan	Hvorfor
<p>Oppfølging fra tema tidligere år.</p> <p>Naturlig tema å snakke om denne alderen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kjærester</li> <li>• Fanglek</li> <li>• Kysselek</li> <li>• Jente- guttelus</li> <li>• Gode / vonde følelser</li> <li>• Gode / vonde og ulovlige berøringer</li> <li>• Gode / vonde og ulovlige hemmeligheter</li> <li>• Nysgjerrig på egen og andres kropp</li> <li>• Hvordan blir baby til?</li> </ul>	<p>Ha som tema på barnemøte og barnesamtaler.</p> <p>Lese bøker om tema: Blåmann Klåmann Sinnemann – Se filmen og snakke om den.</p> <p>Se filmen «Trøbbel» - har du en vond hemmelighet? Hvem kan du fortelle til? Hei Spillet Grønne og røde tanker opplegget Steg for steg</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bevisstgjøring</li> <li>• Etablere handlingsstrategier</li> <li>• Motvirke skyldfølelse</li> <li>• Bevisstgjøring</li> <li>• Kunnskap</li> <li>• Positive holdninger</li> </ul>

### Et viktig hjelpemiddel for barn fra 3 år og oppover: Samtale med barna. Hvordan da?

- Undre seg sammen med
- Lytte – tørre være stille
- Sette til side egne følelser
- Bruke ordet «Fortell meg.....»
- Være der barnet er i det de forteller.
- Lek situasjonen med barnet, men snu rollene; Den voksne er barnet, og barnet den voksne. Viktig å ikke avbryte – leke på barnas premisser, og ikke avbryte.
- Bekreft barnet; Bekreft det du ser. «Du er jammen meg mye trøtt – fortell». Eller «Du har forandra deg så – fortell».

**Foreldresamarbeid:**

Viktig å fortelle foreldre om observasjoner og opplevelser vi er sammen med barnet om. Dette være seg i lek eller utforskning.

Ved mistanke om seksuelle overgrep, fysisk eller psykisk vold skal foreldre ikke informeres om vår mistanke eller bekymringsmelding.