



STOPP MIN KROPP!

Lektionsförslag F-3 - Integritet
och samtycke.



www.superhjalparna.se



Lektionsförslag F-3 - Integritet och samtycke.

Innehållet vänder sig främst till F-3 men en del av det kan även användas i högre åldrar. Allt kanske inte passar just dina elever, använd det som fungerar och ta bort/förändra/anpassa resten efter din elevgrupp. Ordningen nedan är endast ett förslag.

Obsevera att lektionsförslagen inte ska ses som något som kan klaras av på en temavecka och sedan är det "färdigt", utan det här är ett förhållningssätt som ska genomsyra hela verksamheten.

Boktipsen kan användas både som inledande material eller som resurs under temats gång. Se till att du är väl insatt i materialet innan du påbörjar arbetet med eleverna och att du är förberedd på olika frågor som kan komma upp. Ta tid till de diskussioner som uppstår och utgå ifrån elevernas tankar och funderingar.

Syftet är att eleverna ska lära sig om **samtycke** och **integritet**, rätten till sin kropp och respekten för andras.

1. Fråga eleverna om de har hört ordet samtycke någon gång, eller om de har någon tanke om vad det kan handla om.
2. Titta därefter på klippet "Samtycke för barn":
<https://www.youtube.com/watch?v=nC3uMlpKZOU>
3. Låt eleverna sätta ord på det de har sett samt diskutera innehållet och deras tankar om klippet.
4. Gör därefter en övning där ni samtalar om privata delar på en kropp. Vad är privata delar och var känns det okej eller inte okej att någon rör vid dig? Uppmärksamma dem på att detta är olika för olika människor och att det därför är så oerhört viktigt med samtycke och att respektera andra människors gränser, andra behöver inte ha samma gränser som just du har! Ta även upp att ens gränser varierar beroende på om det är någon man känner väl eller om det är en främling.
Det kan kännas svårt för många att prata om detta och ett bra sätt kan vara att istället låta eleverna rita ut "ok" ställen och "inte ok" ställen



på en tecknad figur. Låt dem då rita olika versioner beroende på om det är någon de känner väl eller inte. Exempel på material för att göra detta, (se sida 5): <https://www.raddabarnen.se/rad-och-kunskap/foralder/stopp-min-kropp/arbetsmaterial/>

Ovan länk är en fantastisk resurs som vi uppmuntrar er att ta del av, arbetsmaterialet som är gratis går utmärkt att kombinera med våra tips.

5.

- Prata om hur det **känns** i kroppen när man vill och hur man kan **visa** att man vill (kramas exempelvis). Visa själv olika exempel och låt också eleverna visa olika sätt.
- Gå vidare till att prata om hur det **känns** i kroppen och hur man kan **visa** att man inte vill. Låt bl.a. eleverna öva på att **säga** och att visa stopp! Viktigt att ge eleverna möjlighet att träna på att säga "Stopp!"/"Nej!" och gärna ta fram stopphanden samtidigt.



Tänk på att syftet är att ni övar på att identifiera hur "ja" respektive "nej" känns inuti, hur man kan visa det med kroppen och vad man kan säga om man vill/inte vill ex. kramas. Eleverna ska öva på de olika uttrycken utan att de resulterar i en faktisk kram.



- Vidare kan ni även prata om att det kan hända att man känner sig tvingad till något man inte vill (ex. farmor vill ha en kram innan hon går), vad kan man göra då? Säger stopp/nej? Vinka istället? Be någon annan vuxen om hjälp att säga stopp? Vad har eleverna för förslag?
- Prata också om att det aldrig är ett barns fel om någon annan har gjort något mot hens vilja, oavsett om barnet vågade säga stopp/nej eller inte. Se till att barnen vet att om det händer ska de berätta om händelsen för någon vuxen de litar på.

6.

- Gör en övning där du och/eller eleverna en i taget visar ja/nej/ stopp med kroppen och resten av gruppen ska gissa om hen vill eller inte. Använd gärna Superhjälparnas skyltar med "Stopp!" "NEJ!?", "Ja" och "Vet inte" (finns sist i häftet) och låt samtliga elever hålla upp den skylt de tror stämmer med personens kroppsspråk.

Kom ihåg att även ta upp exempel där personen inte visar stopp/nej men inte heller visar ja, vad gör man då? **Frågar!** Alltid fråga om du inte är helt säker på att den andra vill. Det är det samtycke handlar om. Hellre fråga en gång för mycket än en gång för lite och se till att respektera personens vilja!

Exempel på tecken på att någon inte vill:

Backar, blir tyst, undviker ögonkontakt, skakar på huvudet, blir stel, säger nej - vilka fler kan ni komma på?

Exempel på tecken på att någon vill:

Ser glad ut, ler, flyttar sig närmare, skrattar, säger ja - vilka fler kan ni komma på?

Övningen syftar till att eleverna ska träna på att läsa andra människors signaler samt vikten av att respektera andra människors gränser.



Förslag på litteratur att utgå ifrån/komplettera med:

"Bara den som vill" av Anna-Carin Magnusson

Boken tar upp barns rätt att bestämma över sin egen kropp. Många bra samtal att utgå ifrån, bl.a. rätten att säga nej, vad man kan göra om någon inte lyssnar när man säger nej, kroppens privata delar och att bara krama den som vill. Boken passar utmärkt att läsa i samband med/inför övningarna under punkt 5 och 6, då boken tar upp exempel på just detta.





“Barnen i Kramdalen - en saga om integritet, tafsare och nättroll”

av Andréas och Emelie Sjölander

Boken handlar om vad integritet är, att säga stopp, att du bestämmer över din egen kropp, kroppens privata delar, om “tafsare”, att det aldrig är ett barns fel om någon gör något mot hens vilja och även lite om faror på nätet. I slutet av boken finns några diskussionsfrågor att utgå ifrån efter att man har läst boken.

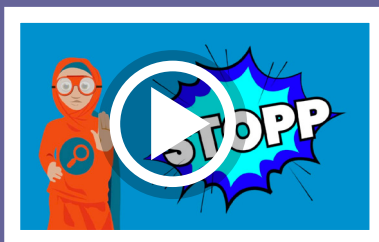


“Har du någon hemlighet? : om skillnaden mellan bra och dåliga hemligheter” av Jennifer Moore-Mallinos

Boken handlar om att det finns bra och dåliga hemligheter. Bra hemligheter får alla att bli glada medan dåliga hemligheter kan göra att man känner sig ex. ledsen eller rädd. Dåliga hemligheter ska man alltid berätta för någon vuxen man litar på. Utifrån boken kan ni i klassen diskutera vad som skulle kunna vara just “bra” och “dåliga” hemligheter. Var noga med att det inte är elevernas egna erfarenheter som ska diskuteras utan allmänna idéer. Börja gärna själv med att ge några förslag inom respektive kategori. Innehållet i boken går även enkelt att koppla till just integritet och rätten till sin kropp.

Rädda Barnen om bra och dåliga hemligheter:

<https://www.youtube.com/watch?v=NSbVSRa4f6E>



Sånger att använda under arbetet:

“Stopp min kropp-sången”

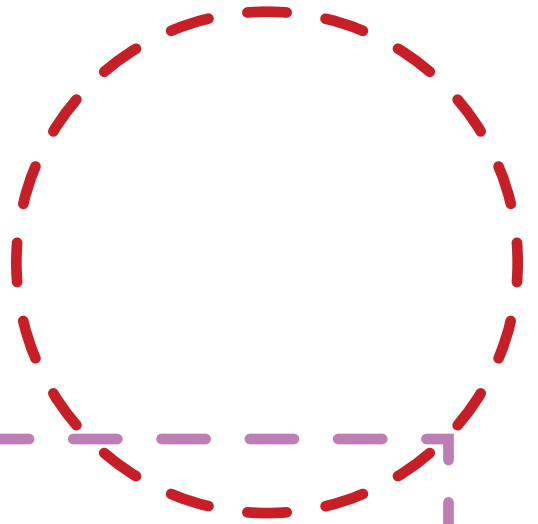
av Magnus Jonsson:

<https://www.youtube.com/watch?v=c2m7utBFD4M>

“Stopp min kropp”

<https://www.youtube.com/watch?v=Ha7p7n9otcc>





Länkar för pedagoger att fördjupa sig inom innan arbetsområdet.

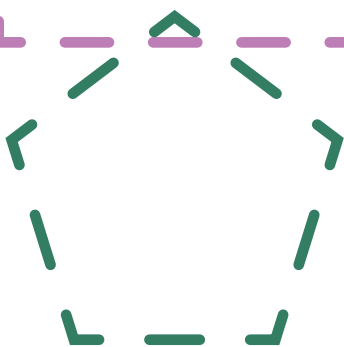
(Det är inte tänkt att du ska ta upp allt detta med eleverna utan ska ses som ett sätt för dig att få lite mer kunskap om ämnet och hur du kan förhålla dig till det i den åldersgrupp du arbetar med.):

https://www.raddabarnen.se/globalassets/dokument/rad--kunskap/handbocker/stopp-min-kropp/stopp-min-kropp_vagledning_2019.pdf

<https://urplay.se/program/204327-la-rarummet-stopp-min-kropp>

<https://www.raddabarnen.se/rad-och-kunskap/foralder/stopp-min-kropp/arbetsmaterial/>

<https://www.dagsattprataom.se/overgrepp/vaga-prata/professionella/information-om-sexuella-overgrepp-skola-och-forskola/>



Det är okej att säga nej, du bestämmer över din kropp! Det är också okej att ångra sig, har du först sagt ja men sedan känner nej så är det ditt nej som gäller!

Om du inte är helt säker på att någon vill, fråga alltid först!

Var uppmärksam på andras gränser och respektera dem. Hjälpt även varandra att säga stopp om det är någon som inte vågar eller kan själv!

Om du inte vågar eller kan säga nej i en situation där någon gör något mot dig som du inte vill är det ändå aldrig ditt fel! Berätta om det som händer för en vuxen du litar på.



