

# MIN KROPP ÄR MIN



## HANDBOK FÖR VUXNA



**Pelastakaa Lapset - Rädda Barnen**  
Save the Children

# Barn har rätt till skydd mot sexuella övergrepp

Barn har rätt till skydd mot alla slag av övergrepp. Rädda Barnen rf driver omfattande samarbete nationellt och internationellt för att förverkliga barnets rättigheter, och verkar aktivt för att förhindra sexuella trakasserier och övergrepp, grooming\* och sexuellt våld riktat mot barn. Med hjälp av utbildning, påverkande arbete och undervisning i säkerhetsfrågor kan vi hos barn, ungdomar samt personer som arbetar med barn öka medvetenheten om barnets rätt till skydd mot sexuella övergrepp, särskilt i digitala medier.

Rädda Barnen rf:s webbtjänst Nettivihje mottog år 2019 cirka 3 000 enskilda tips om internetsajter med material som innehöll sexuella övergrepp mot barn samt verksamhet rörande sexuella övergrepp mot barn. Ungefär en fjärdedel av tipsen omfattade bild- och videoinspelningar i vilka barn utsattes för sexuella övergrepp. Av bilderna och videofilmerna som bedömdes vara illegala innehöll den största delen (72 procent) sexuella övergrepp mot barn under fjorton år, medan sju procent innehöll sexuella övergrepp mot barn under tre år. Nettivihjes multiprofessionella expertteam har sedan 2002 arbetat med att skydda barn mot sexuella övergrepp. Experterna betonar hur viktigt det är att prata med barn om sexuella övergrepp och ge dem färdigheter så att de också själva kan måna om sin säkerhet. Det här är en viktig del av fostran när det gäller att skydda barn och göra deras uppväxt trygg.

Rädda Barnen har i samarbete med Rädda Barnen i Norge kommit överens om att översätta handboken *Min kropp är min* och utge den i Finland. Målet är att personer som arbetar med barn samt barnens vårdnadshavare och fostrare ska få information och stöd för att tala med barnen om sexuella övergrepp mot barn. Experterna i Rädda Barnens Barn skydd och tipptjänst Nettivihje anser att det är viktigt att vara medveten om att också små barn utsätts för sexuella övergrepp. Ju yngre barnet är desto sannolikare är det att förövaren finns i barnets närmaste krets. Barn ska ges information om sexuella övergrepp på ett sätt som är anpassat till deras ålder och utvecklingsnivå, för det ger barn möjlighet att förstå vad det handlar om ifall de utsätts för sexuella övergrepp och berätta om sina upplevelser för en vuxen som är kapabel att hjälpa dem.

Handboken *Min kropp är min* är avsedd att användas tillsammans med animationsserien *Min kropp är min*. Serien produceras av Yle. Handboken är avsedd för alla som arbetar med barn, och den är ett utmärkt verktyg när man ska lära barn om säkerhet. Handboken ersätter inte undervisning i att känna sin kropp eller sexualitet, utan är gjord utifrån barnskyddsperspektiv. Handboken innehåller förslag på hur diskussioner kan inledas samt frågor som barn kanske ställer efter att ha sett ett avsnitt av animationsserien, samt tips om hur man svarar på frågorna. Animationsserien *Min kropp är min* samt den tillhörande handboken är en norsk samproduktion med Rädda Barnen Norge, Bivrost Film, norska statens direktorat för barn, ungdomar och familjer (Bufdir) samt NRK:s barnkanal Super. Undervisningsmaterialet har satts in som en del av den nationella undervisningen i daghem och förskolor samt skolklasserna 1-6. Animationen vann tävlingsklassen Emmy i Cannes år 2018. Serien har fått beröm av barn, vårdnadshavare och lärare eftersom den behandlar det allvarliga temat om beskydd av barn på ett tydligt och intressant sätt som inte är skrämmande.

Barns rätt att bli skyddade mot sexuella övergrepp stöds inte genom tystnad.

**Hanna Markkula-Kivisilta**  
generalsekreterare



Helsingfors  
Rädda Barnen

## Min kropp är min

Handboken *Min kropp är min* skrevs som ett tillägg till den animerade serien *Min kropp är min*. Syftet med animationen och handboken är att förebygga sexuella övergrepp mot barn, samt att främja tidigt ingripande vid sexualbrott mot barn. Eftersom animationens och handbokens perspektiv är barnskyddets ersätter de inte sexualupplysning och undervisning i kropps- och känslökänedom. Innan man introducerar övergreppstemat ska man, utifrån barnets ålder och utvecklingsnivå, behandla sexualitetens positiva sidor. Konceptet *Min kropp är min* har producerats i Norge och där har undervisningsmaterialet också inkorporerats i den nationella undervisningen för daghemsbarn och yngre skolelever.

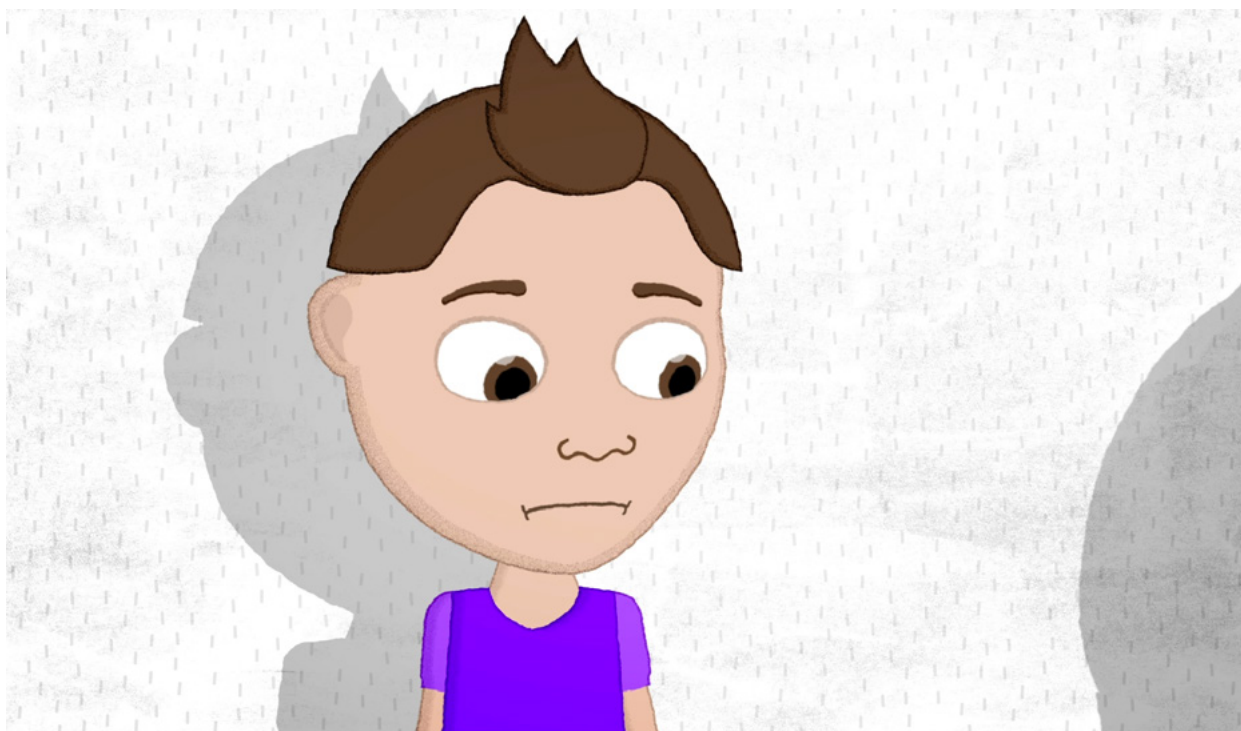
## Animationsseriens delar

Serien *Min kropp är min* är avsedd för barn. Genom fyra olika perspektiv ger animationen barnet information om kroppen, rätten till fysisk integritet, vad sexuella övergrepp är och hur barn kan få hjälp. Vi rekommenderar att barn ser seriens alla fyra delar. Barn ska ha möjlighet att tillsammans med en vuxen fundera på det de har sett och hört.

Varje avsnitt i serien har en åldersgräns. Den framgår i samband med de enskilda avsnitten på Yles webbtjänst. Åldersgränserna skall följas vid offentlig visning av programmet, såsom vid undervisning. Hemma kan barnets förälder eller en annan vuxen som känner barnet väl se animationsserien med barn tre år yngre än den rekommenderade åldersgränsen.

## Handbokens innehåll

Handboken *Min kropp är min* är avsedd som stöd för samtal om ämnet samt hur man kan inleda samtalen. Den innehåller praktiska råd om hur man hjälper barn att känna igen sexuella övergrepp som de kan utsättas för, samt hur man lär barn att måna om sin säkerhet. Handboken är avsedd särskilt för personer som arbetar med barn, men också andra vuxna som verkar med barn kan ha nytta av materialet, till exempel föräldrar, vårdnadshavare och andra fostrare. Handbokens text är formulerad så att den ska stöda samtal med barn på en nivå lämplig för barnet.

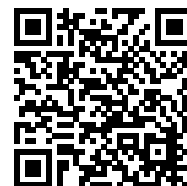


## INNE- HÅLL

Förord	2
För personer som arbetar med barn och alla vuxna	5
Varför är det bra att tala med barn om sexuella övergrepp?	6
Stöd för planering av undervisningen	7
Avsnitt 1: Rätten att bestämma över sin egen kropp	8
Avsnitt 2: Finlands lag	10
Avsnitt 3: Jag är rädd	12
Avsnitt 4: Barn är aldrig skyldiga	14
Övriga eventuella frågor från barn	16
Varför har vuxna svårt att tala med barn om sexuella övergrepp?	18
För lärare: Förberedelse inför undervisningen	19

Bilder: Bivrost Film

Ge respons om Min kropp är min –handboken:  
[pelastakaalapset.fi/minkropparmin/respons](https://pelastakaalapset.fi/minkropparmin/respons)



## För professionella:

Handboken *Min kropp är min* berättar om hur man förbereder sig för enkla undervisningsstunder grundade på animationsserien. Handboken innehåller exempelfrågor i samband med varje del i serien. Frågorna är ett stöd för diskussionerna med barnen. Handbokens text är också skriven så att den stöder diskussionen om seriens avsnitt på barnens nivå. Boken innehåller även tips om hur man ska handla ifall ett barn berättar om att hen har upplevt sexuella övergrepp, och hur man ser till att barnet får stöd och hjälp. Barn ska ha möjlighet att resonera om det de ser och hör, och fråga av vuxna om saker som de efteråt funderar på. Barnen kan ha tittat på animationsserien hemma, och då kan de spontant ställa frågor om sexuella övergrepp också i skolan. Handboken uppmuntrar dem som arbetar med barn till att tala med barn om kroppen, sexuella övergrepp och rätten till fysisk integritet. Boken ger dessutom direktiv om vad man ska göra när det finns misstanke om sexuella övergrepp.

Europarådets konvention om skydd för barn mot sexuell exploatering och sexuella övergrepp (88/2011, artikel 6) samt FN:s barnkonventions andra fakultativa protokoll bestämmer att barn i grund- och mellanstadieundervisningen ska få information i frågor som rör sexuella övergrepp, samt hur man skyddar sig mot dem. Informationen ska anpassas till barnens ålder och utvecklingsnivå. Konventionen kräver dessutom att människor som arbetar professionellt med barn ska besitta tillräcklig kunskap om sexuella övergrepp mot barn, samt hur man identifierar fenomenet. De som arbetar med barn är trots sekretesstadgan förpliktade att kontakta barnskyddet och polisen ifall de misstänker att ett barn har utsatts för sexuella övergrepp. Man ska alltid göra en barnskyddsanmälan när det uppstår oro för ett barn.

## För alla vuxna:

Barn har rätt att få kunskap om och bli skyddade mot sexuella trakasserier, grooming och sexuella övergrepp. Kunskapen hjälper barn att agera och att uttrycka sin vilja och sin nöd. Man ska också hjälpa barn att sätta ord på det de har lärt sig.

Barn kan ha frågor efter att de har sett animationsserien eller enstaka avsnitt av den. Det är bra att ge barn tid att fundera och fråga om precis allt de vill veta. Handboken och frågorna i den hjälper vuxna att förbereda sig inför att möta barnet och inleda samtalet.



# Varför är det bra att prata med barn om de sexuella övergrepp som riktar sig mot barn?

Sexuella övergrepp har en långvarig, skadlig inverkan på barns fysiska, psykiska och sociala utveckling. Barn kan bli offer för sexuella övergrepp i sin vardagliga miljö: i daghemmet, förskolan, skolan, inom hobbyverksamhet, hemma eller på besök hos vänner eller släktingar. Ju yngre barnet är desto sannolikare är det att förövaren är en person i barnets närmaste krets. När barn berättar att de har utsatts för sexuella övergrepp vänder de sig ofta till vuxna i deras vardag, till exempel de vuxna i skolan. Barn kan uppleva det lättare att berätta om sexuella övergrepp för en vän än för en vuxen. Det är överlag bra att uppmuntra barn att prata med vuxna om allt som förbryllar och känns konstigt. Det sänker tröskeln för att berätta också om sexuella trakasserier, grooming och sexuella övergrepp.

Barn som har fallit offer för sexuella övergrepp vågar vanligen inte berätta om det som de har upplevt:

- Barn kan tro att sexuella handlingar med vuxna hör till normalt umgänge.
- Den vuxna förövaren kan utsätta barn för sexuella övergrepp genom att låtsas att det är en lek, och då förstår barn inte att det är orätt och skadligt.
- Barn kan uppleva sig vara ensamma och tro att ingen kan förstå eller hjälpa.
- Skam och rädsla hindrar ofta barn från att berätta om sexuella övergrepp.
- Barn kan vara rädda att ingen lyssnar eller tror på det de berättar.
- Barn kan också bli hotade eller utpressade att hålla det sexuella övergreppet hemligt.
- Barn kan också vara rädda för att bli stämplade som elaka och dumma, eller för att ingen ska tycka om dem längre.

Barn har rätt att få information om olika former av sexuella övergrepp och var man kan få hjälp. Informationen ska anpassas till barnets ålder och utvecklingsnivå. Vi måste lära barn sexuella trakasserier, grooming och sexuella övergrepp är, för då lär de sig känna igen situationer där de utsätts för skadliga och olagliga handlingar. Det är viktigt att man lär barn att de alltid ska berätta om sådana situationer, också till flera vuxna, ända tills någon hjälper dem. Det är också viktigt att betona att sexuella övergrepp aldrig är barnets fel, och att sexuella övergrepp mot barn alltid är förbjudna och olagliga.



# Stöd för planering av undervisningen

FÖR  
LÄRARE

I alla de korta animationerna behandlas barns rätt att bestämma över sin egen kropp och dess gränser, samt sexualitet och sexuella övergrepp mot barn. Denna handbok innehåller förslag till diskussioner med barn i samband med varje del av serien. Vi rekommenderar att man ser seriens alla delar inom en eller två veckor. Det är viktigt att barnen ges tid och möjlighet att prata och fråga om saker som de funderar på, både genast efter att de har sett en del och mellan seriens olika delar.

## AVSNITT 1:

### Rätten att bestämma om sin egen kropp

▶ SIDA 8

#### TEMAN:

- Du bestämmer om din egen kropp.
- Du kan känna många fina känslor i din kropp.
- Berätta för en vuxen om någon gör något konstigt med din kropp.

## AVSNITT 2:

### Finlands lag

▶ SIDA 10

#### TEMAN:

- Lagarna gäller alla. Lagarna berättar för oss vad som är tillåtet och vad som inte är det.
- Lagarna bestämmer att vuxna ska ta hand om barn och att vuxna inte får göra barn illa.
- Enligt lagen får vuxna inte röra barns könsorgan på ett olämpligt sätt.

## AVSNITT 3:

### Jag är rädd

▶ SIDA 12

#### TEMAN:

- Vad kan du göra om du är rädd för något, eller om någon skrämmer eller hotar dig?
- Vad får dig att känna dig trygg?

## AVSNITT 4:

### Barn är aldrig skyldiga

▶ SIDA 14

#### TEMAN:

- Det är aldrig ditt fel om en vuxen rör dina könsorgan på ett olämpligt sätt.
- För vem kan du berätta om hemligheter som gör dig ledsen?
- En god vän lyssnar och hjälper andra.

# AVSNITT 1: RÄTTEN ATT BESTÄMMA OM SIN EGEN KROPP

## ÄMNEN

- Du bestämmer om din egen kropp.
- Du kan känna många fina känslor i din kropp.
- Berätta för en vuxen om någon gör något konstigt med din kropp.



Exempelfrågor:

### 1. REPETITION

**Vad hände i avsnittet?**



### FÖRVUXNA:

Som vuxen kan man inleda diskussionen till exempel genom att fråga barnen vad som hände i avsnittet. När man ställer sådana frågor kommer det fram vad barnen förstod och vad de lärde sig. Öppna frågor visar också om barnen har missförstått något, och ger en möjlighet att rätta till saken. Vissa barn kan bli generade av ämnet. Barn kan sällan uttrycka att de har blivit utsatta för något som är fel – de har inte nödvändigtvis ord för det som hänt. Ofta lyssnar och behandlar barn själva det de lär sig. Att på nytt gå genom avsnittets händelser kan fungera som en inledning på diskussionen.

### 2. MIN KROPP ÄR MIN

I avsnittet kom det fram att alla bestämmer över sin egen kropp. Det är helt okej att be om en kram, och på det kan man svara ”ja” eller ”nej”. Många tycker om att kramas.

**Vem kramar du?**

**Vad kan du göra om någon ber om en kram men du inte vill kramas?**

**Och vad kan du göra om den du skulle vilja krama inte vill kramas?**

Du bestämmer själv när någon annan får krama dig. Också andra människor bestämmer själva om man får krama dem. Vissa människor vill kramas ofta, andra bara ibland. Båda sätten är helt okej. När man kramas ska båda vilja kramas.



### 3. EN SKÖNT PIRRANDE KÄNSLA

I det här avsnittet talade man om en skön, pirrande känsla i könsorganen. Sådana känslor är alldeles normala.

**Vad tänker du nu när du har fått lära dig om den pirrande känslan?**

**Är det något som du vill fråga om?**

Många barn tycker om att röra vid sina könsorgan eller andra intima delar på kroppen, som kan ge en skön, pirrande känsla i snoppen och i snippan. Vissa barn tycker också att det är spännande att se eller röra andra barns könsorgan. Därför är det viktigt att prata om beröring av könsorganen. Många barn undersöker och rör varandras könsorgan. Det är vanligen normalt och oskadligt. Men ingen får tvinga en annan till det, och alla har rätt att begära och kräva att den andra ska sluta. Ingen bestämmer om en annans kropp. Vuxna, äldre barn eller tonåringar får aldrig röra barns könsorgan på ett olämpligt sätt, eller be barnet röra det egna, ett annat barns eller en vuxens könsorgan, för det är olagligt och skadar barnet.

**Hur tror du att det kan skada ett barn om en vuxen rör vid barnets intima kroppsdelar?**

Om en vuxen rör ett barns könsorgan på ett olämpligt sätt kan barnet få ont, på samma sätt som när man får ett blåmärke eller en skråma. Men en vuxen människas uppmärksamhet och olämpliga beröring gör inte alltid ont. Det kan kännas pirrigt och bra i början. Men den olämpliga beröringen och uppmärksamheten skadar barnets tankar och känslor. De gör barn förvirrade, ledsna, rädda eller illamående. Sådana tankar och känslor kommer ibland fram först efter beröringen. Att göra barn förvirrade, ledsna, rädda eller illamående är det samma som att skada barn, och därför är det viktigt att man berättar för en trygg vuxen om förvirrande och otäcka upplevelser. En vuxen människa får aldrig röra barns intima kroppsdelar på ett olämpligt sätt. Intima kroppsdelar är till exempel snippan, snoppen, stjärten, bröstet och bröstvårtorna.

### 4. SÄG STOPP

Barn har ofta kul tillsammans när de leker och skämtar, men ibland händer det att leken efter en stund inte längre är rolig.

**Vad kan du göra i en situation när du plötsligt inte tycker att det är roligt längre?**

**Hur visar du de andra att du inte vill fortsätta med leken som inte längre är rolig?**

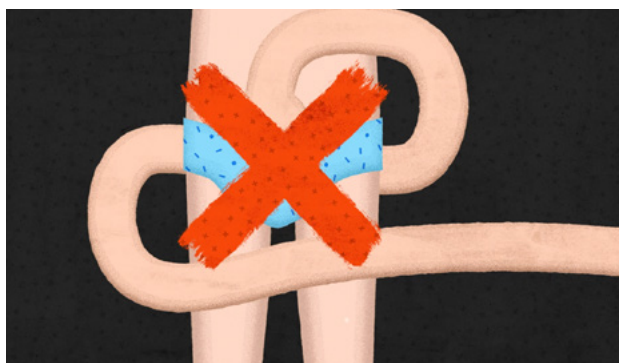
Du får alltid säga STOPP eller SLUTA. Om den andra inte slutar då ska du berätta det för någon vuxen. Om ett annat barn säger till dig att du ska sluta måste du lyda. Då måste alla sluta med leken, eller så ändrar ni leken så att alla har roligt.

### 5. AVSLUTNINGSVIS

Om någon gör något som barnet inte tycker om eller som är förbjudet måste man säga att hen ska sluta. Ett barn kan ändå ha svårt att säga det till en vuxen person som är äldre, större och starkare, och som kanske ber barnet hålla tyst om beröringen.

**Vad kan du göra om du inte kan säga stopp?**

I en sådan situation ska barnet alltid berätta om saken för en trygg, vuxen person som barnet har förtroende för. Om det behövs ska barnet berätta om saken för flera vuxna, ända tills barnet får hjälp och de eventuella sexuella trakasserier, groomingen eller övergreppen upphör.



## Avsnitt 2: FINLANDS LAG

### ÄMNEN

- Lagarna gäller alla. Lagarna berättar för oss vad som är tillåtet och vad som inte är det.
- Lagarna bestämmer att vuxna ska ta hand om barn och att vuxna inte får göra barn illa.
- Enligt lagen får vuxna inte röra barns könsorgan på ett olämpligt sätt.



Exempelfrågor:

### 1. REPETITION

**Vad hände i avsnittet?**

### 2. LAG

**Vad gör Sofias morbror med henne? Är det lagligt?**

**Vad är egentligen en lag?**

Lagarna är regler som säger vad som är tillåtet och vad som inte är tillåtet. Lagarna gäller alla, både barn, ungdomar och vuxna.

**Vilka regler har ni hemma?**

**Vilka regler har vi i klassen?**

**Varför har vi regler?**

Sääntöjä on siksi, että jokaisella olisi turvallista olla. Sama koskee lakeja. Lait on säädetty siksi, että kaikilla olisi turvallista elää ja että kaikki tietäisivät, mitä saa ja mitä ei saa tehdä, mikä on laillista ja mikä on laitonta.

### 3. SEXUELLA ÖVERGREPP ÄR OLAGLIGA

**Kommer du på något som är olagligt?**

**Vet du något som vuxna inte får göra med barn?**

Det är olagligt att göra saker som kan skada en annan människa. Det är olagligt om en vuxen rör ett barns intima kroppsdelar på ett olämpligt sätt. Det kallas sexuella övergrepp.

Det finns många slag av sexuella övergrepp. Ibland kan någon vuxen tänka fel när det gäller barn. De kan vilja röra barns snippa, snopp, stjärt, bröst eller bröstvårtor. Eller så vill de att barnet ska röra dem på sådana kroppsdelar. Allt det här är sexuella övergrepp. Det är också sexuella övergrepp om en vuxen sätter sin snopp i ett barns mun, snippa eller stjärt, eller tvingar barnet att göra så med den vuxna. Det handlar om sexuella övergrepp också om någon visar barn bilder eller film där människor rör sina snoppar, snippor, bröst och stjärtar, eller om någon tar bilder eller videofilm av barn när de rör sin egen, ett annat barns eller en vuxens snopp, snippa eller andra intima kroppsdelar. Vuxna får inte göra så. Det är olagligt.

**Gör Sofia något olagligt?**

Nej, det gör hon inte. Om en vuxen person rör ett barns könsorgan på ett opassande sätt är det den vuxna som gör fel och bryter mot lagen.



#### 4. NÄR EN VUXEN BRYTER MOT LAGEN

I Finland har vi regler och lagar samt människor som ser till att reglerna och lagarna åtföljs.

**Vem övervakar att reglerna åtföljs hemma/i klassen?**

**Vad händer om någon bryter mot reglerna?**

**Sofias morbror har brutit mot lagen. Vad tycker du att Sofia borde göra?**

**Vad tror du händer om Sofia berättar om saken för sin mamma?**

**Vet du vem som övervakar att lagarna åtföljs?**

Polisen ska se till att alla människor följer lagarna. Om vuxna människor gör något olagligt är det polisens jobb att se till att de vuxna slutar göra det olagliga. Ofta tar det en tid för polisen att utreda det som har hänt, för man vill vara alldeles säker på att den vuxna har brutit mot lagen. Det här kallas förundersökning. När poliserna gör en förundersökning talar de med olika människor, och de ställer mycket frågor för att få veta precis vad som har hänt. Om poliserna får reda på att den vuxna har gjort något olagligt berättar de om det för åklagaren. Åklagaren beslutar vad som sedan ska ske, och om det ska bli en rättegång om saken. I rättegången beslutar domarna om straffet, och om hur den vuxna personen, som har brutit mot lagen, ska få hjälp. Ibland kan straffet bli att den vuxna sätts i fängelse, där hen får stöd och hjälp för att sluta göra olagliga saker. När man gör så här skyddar man alla de människor som den här vuxna personen har skadat. Meningen med fängelsestraffet är att visa den vuxna lagbrytaren att hen har gjort något som är absolut fel och olagligt.

Mera information om rättsprocessen: [www.raddabarnen.fi/minkropparmin/rattsprocessen](http://www.raddabarnen.fi/minkropparmin/rattsprocessen)



#### FÖR VUXNA:

Det förekommer att barn som har utsatts för sexuella övergrepp tycker om förövaren och är oroliga för vad som kommer att hända ifall förövaren sätts i fängelse. Det här kan göra att barnet inte berättar om det sexuella övergreppet. Det gäller att förklara för barn att vuxna får hjälp i fängelset med att sluta göra olagliga saker och skada barn.

#### 5. LAGEN SKYDDAR BARN

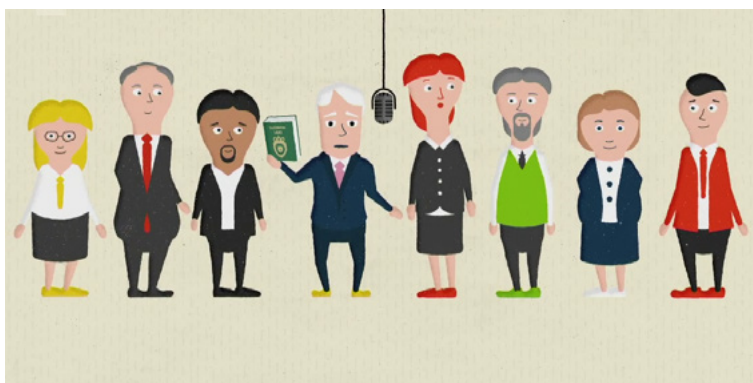
Lagen slår fast att vissa saker är olagliga och att dem får man aldrig någonsin göra. Men det finns också saker som lagen säger att vuxna människor ska göra. Lagen säger att de vuxna ska ta hand om barn.

**Hur tar vuxna människor hand om dig?**

**Vilka vuxna tar hand om dig och ser till att du har det bra?**

#### 6. AVSLUTNINGSVIS

Om vuxna människor upptäcker att barn kan skadas eller göra sig illa måste de göra något för att skydda barnet. Om de till exempel ser att ett barn ska springa ut på bilvägen måste de ingripa och göra något för att barnet inte ska skadas. Alla vuxna ska hjälpa barn som behöver hjälp. Så står det i lagen och det vet alla vuxna.



# Avsnitt 3: JAG ÄR RÄDD

## ÄMNET

- Vad kan du göra om du är rädd för något, eller om någon skrämmer eller hotar dig?
- Vad får dig att känna dig trygg?



Exempelfrågor:

### 1. REPETITION

**Vad hände i avsnittet?**

### 2. NÄR MAN ÄR RÄDD

**Vad hände Sofia i avsnittet?**

**Varför var hon rädd?**

Sofias morbror rörde vid Sofias könsorgan på ett olämpligt sätt. Han blev arg på Sofia när hon sa att hon inte ville att han skulle röra henne, och att hon ville berätta om saken för sin mamma. Sofia var rädd för sin morbror eftersom han skrämde och hotade henne. Sofias morbror sa att han skulle slå henne om hon berättade för någon om det som hade hänt. Han påstod att alla skulle bli arga på Sofia.

**Tycker du att Sofias morbror har rätt? Kommer alla att bli arga på Sofia om hon berättar om det som hände?**

Sofia har inte gjort något fel. Ingen blir arg på Sofia. Det är Sofias morbror som har gjort fel, och alla vuxna vet att det som han gjorde är olagligt. När Sofia berättar om saken för någon annan vuxen måste hennes morbror sluta och Sofia får hjälp. Också hennes morbror får hjälp.

**Vad är du rädd för?**

**Hur känns det när du är rädd?**

### 3. I SÄKERHET

**Vad hjälper när du är rädd?**

**Vad kan du göra för att du inte ska känna dig så rädd?**

Om du är rädd för något kan du berätta om det för en vuxen person som du är trygg med. De vuxna tröstar och tar hand om dig. Du har kanske en god vän eller en speciell leksak som tröstar och hjälper dig i svåra stunder. Men du måste ändå berätta också för vuxna, för då kan även de hjälpa dig.



#### 4. EN TRYGG VUXEN

Sofias morbror gör olagliga saker med Sofia, och han gör henne illa. Han säger saker som gör Sofia rädd.

##### Vad tycker du att Sofia borde göra?

Sofia ska berätta om saken till en vuxen person som hon är trygg med.

##### Vem vänder du dig till om du vill tala om någonting som kan kännas svårt?

##### Hur kan vuxna få dig att känna dig trygg?

##### Har du hört talas om nödnumret?

Du har rätt att ringa till nödnumret 112 om en vuxen rör dina intima kroppsdelar på ett opassande sätt eller är våldsam mot dig. Man får ringa nödnumret när som helst, också på natten. I Finland finns också ett hjälpnummer för barn och unga. Du kan ringa numret om du har stött på något konstigt eller skrämmande. De som svarar i telefonen är vuxna som är riktigt bra på att hjälpa barn och ungdomar. Du visste väl att alla barn kan ringa hjälptelefonen på numret 116111 om de upplever något konstigt och otäckt, om de är ensamma, eller om det inte finns en trygg vuxen som de kan berätta för vad de har varit med om.



#### FÖRVUXNA:

Den trygga vuxna personen som avses här kan vara vilken vuxen som helst i barnets liv. Den väsentliga frågan är om barnet vågar anförtro sig åt en vuxen. Man kan försöka sänka tröskeln genom att skapa en trygg och uppmuntrande stämning där man får fråga och tala om vilka saker som helst.

#### 5. AVSLUTNINGSVIS

De flesta vuxna gör aldrig barn illa, de gör aldrig heller något olagligt eller skrämmande. Tyvärr finns det ändå en del vuxna som gör barn illa. Om du träffar en vuxen som gör konstiga eller skrämmande saker med dig ska du alltid berätta om saken för någon annan vuxen. Om det behövs ska du berätta om saken många gånger och för flera vuxna, ända tills du får hjälp.



# Avsnitt 4: BARN ÄR ALDRIG SKYLDIGA

ÄMNEN

- Det är aldrig ditt fel om en vuxen rör dina könsorgan på ett olämpligt sätt.
- För vem kan du berätta en hemlighet som gör dig ledsen eller olycklig?
- En god vän lyssnar och hjälper andra.



Exempelfrågor:

## 1. REPETITION

**Vad hände i avsnittet?**

## 2. HEMLIGHETER SOM GÖR EN LEDSEN

**Vad råkade Orak ut för?**

**Vad är Oraks hemlighet?**

Orak har en hemlighet. Hemligheten är att Mia har rört vid sitt könsorgan när Orak fanns i samma rum. Mia rörde också vid Oraks könsorgan på ett olämpligt sätt. Orak är ett barn och Mia är vuxen.

**Hur tror du att det känns för Orak?**

Orak mår dåligt när han tänker på det som hände. Det här är ingen trevlig hemlighet, det är en hemlighet som gör en ledsen. Först tyckte Orak att det som Mia gjorde var på något sätt spännande. Men Orak förstod ändå att vuxna människor som Mia inte får röra barns könsorgan på det sätt som Mia gjorde. Orak blev rädd. Han kände sig också lite skyldig, för han bad inte Mia sluta. Han var på något vis med i leken och sa inte stopp.

**Gjorde Orak något olagligt?**

Det gjorde han inte. Det Mia gjorde var fel och olagligt, men inte det Orak gjorde.

**Vad gjorde Mia som var olagligt?**

Mia rörde sitt könsorgan när Orak var med henne. Mia smekte Oraks snopp och kittlade honom i stjärten. Mia visade också filmer där vuxna rörde vid sina och varandras könsorgan. Lagen säger att vuxna aldrig får röra barns könsorgan på ett olämpligt sätt eller visa filmer där vuxna rör vid varandras könsorgan.

**Varför tror du att Mia säger att många kommer att bli arga på Orak?**

Mia säger det eftersom hon vill skrämma Orak till att hålla tyst om Mias olagliga beteende. Mia vill att Orak låter bli att berätta för någon om det som hände.

## 3. DET ÄR ALDRIG DITT FEL

**Varför vågar Orak inte berätta för sin pappa om det som hände?**

Det kan vara svårt att berätta om hemligheter som gör en ledsen och får en att må dåligt. Orak är kanske rädd att de vuxna blir arga på honom, särskilt eftersom Mia sa just det till Orak. Orak ångrar att han ljög för sin pappa. Orak är rädd och han tror att det som hände var hans fel. Men det är aldrig ett barns fel om en vuxen rör barnets könsorgan på ett olämpligt sätt. Orak tycker också om Mia. Orak tycker det är roligt att en vuxen kompis vill vara med honom och leka med honom. De har haft skojigt tillsammans. Orak är rädd för vad som kan hända om han berättar för andra vuxna om det som Mia gör. Men Orak måste ändå tala om saken med någon annan vuxen, trots att han tycker mycket om Mia. Det som Mia gör är olagligt och andra vuxna måste hjälpa henne att sluta med det.



#### 4. VEM KAN DUTALA MED?

Till slut berättar Orak om hemligheten och om det som han och Mia har gjort.

##### För vem berättar Orak om saken?

Orak berättar om saken för sin pappa. Oraks pappa blir inte arg, han tröstar Orak och är förstående. Alla vuxna ska se till att barn är trygga och i säkerhet. Så säger lagen. Därför är det väldigt viktigt att du alltid berättar för någon vuxen om det händer dig något som gör dig förvirrad, rädd eller ledsen. Också hemligheter som gör en ledsen är det viktigt att berätta om för vuxna.



##### Hur kände Orak sig efter att han hade pratat med sin pappa?

##### Vem är den vuxna personen som du helst berättar ledsamma eller svåra saker för?

Du har kanske många vuxna som du kan prata med och berätta saker för; en lärare, mamma, pappa, mormor, morfar, farmor eller farfar. Det är alla vuxnas uppgift att ta hand om dig och se till att du har det tryggt och bra. Alla dessa vuxna, och dessutom många andra, är människor som du kan tala med ifall du är rädd för något. Vad gör du om den du råkar berätta för inte lyssnar till dig? Då ska du berätta om saken för någon annan vuxen! Det finns också en hjälptelefon för barn och unga. Dit kan du ringa, numret är 116111. Genom att ringa till det här numret får du prata med trevliga vuxna som är jättebra på att hjälpa barn.

#### 5. AVSLUTNINGSVIS: EN GOD VÄN LYSSNAR OCH HJÄLPER

De vuxna ska ta hand om barn, men också barn kan ta hand om varandra! En god vän lyssnar, hjälper och tar hand om dig. Vi är extra goda vänner då vi tar hand om varandra.

##### Hur kan vi ta hand om varandra?

Barn kan ta hand om varandra genom att inte göra något som den andra inte tycker om eller inte vill göra. Leken kan vara skojig men ändå händer det ibland att någon säger att leken inte längre känns rolig. När det här händer kanske det barnet ber att ni ska sluta leka, hen kan bli ledsen eller kanske plötsligt bara bli tyst. Då måste man ändra på leken så att den blir rolig för alla igen, eller så slutar man helt och hållet med den leken.

##### Vad gör du om en vän berättar om en hemlighet som gör hen ledsen eller får hen att må dåligt?

Det kan vara svårt för dig att veta vad du borde göra om din vän berättar att någon har gjort hen något som gör hen ledsen eller fått hen att må dåligt. Din vän kanske säger att du måste svära på att inte berätta om saken för någon. Men även om du har lovat att bevara hemligheten måste du berätta om saken för en vuxen person. Inga barn borde ha hemligheter som gör dem ledsna eller får dem att må dåligt. När sådant händer behöver barn alltid vuxnas hjälp.

Du kan föreslå att ni tillsammans berättar om saken för någon vuxen person. Eller så berättar du själv om saken för en vuxen. Goda vänner hjälper varandra och hemligheter som man blir ledsen av ska man berätta om, även om man har lovat att ingenting säga.



##### FÖRVUXNA:

De är bra att avslutningsvis ännu prata med barnen om de vuxna som barnen litar på. Påminn barnen om att också läraren är en vuxen person som de kan tala med. Det är bra att hitta någon aktivitet med barnen som hjälper dem att bättre minnas nödnumret 112 och hjälptelefonen 116111 för barn och unga. Aktiviteten kan vara en teckning som man gör tillsammans, en sång man sjunger eller en lek man leker. Senare kan man upprepa aktiviteten med barnen, som en repetition. Om det finns tid kvar är det bra att låta barnen öva på "Lär barn använda telefonen rätt - också i nödfall". Övningen finns detaljerat beskriven här: [www.raddabarnen.fi/minkropparmin/112](http://www.raddabarnen.fi/minkropparmin/112)

# Övriga eventuella frågor från barn

Nedan finns en del frågor som barn kan ställa efter att ha sett animationsserien. Dessutom har vi samlat tips och exempelsvar som stöd för diskussionen.

## 1 Hur har jag kunnat vara ett frö? Hur hittade fröet in i mammas mage?

I ett avsnitt av animationsserien *Min kropp är min* visade man att barn har fått sin början av en pytteliten spermie och en äggcell en gång. När det kommer sperma ur mannens snopp och sperman träffar en äggcell i kvinnans mage så bildas ett embryo. Embryot är en liten människobörjan, det är pyttelitet, som ett litet frö. De flesta barn blir till när mamman och pappan pussas och kramas nakna. Då känner mamman och pappan att det pirrar skönt i könsorganen. Det gör pappas snopp hård och mammas snippa glatt. De sätter in pappas snopp i mammas snippa. Snippan är öppningen som flickor och kvinnor har mellan kisshålet och stjärthålet. När pappas snopp är inne i mammas snippa kommer det vit vätska ur den. Vätskan kallas sperma och den innehåller spermier, som också kallas sädesceller. Spermier simmar snabbt mot mammas äggcell. Ibland kan spermier simma så långt att en av dem träffar mammas äggcell, och då bildas en liten början till en baby. I nio månader växer babyn djupt inne i mammas mage, och sedan är babyn färdig! Ibland behöver föräldrar hjälp med att få en baby. Det finns också familjer av olika slag, vissa barn har kanske bara en förälder, andra har kanske flera föräldrar.



### FÖRVUXNA:

Svaret ovan är bara en möjlig förklaring. Svaren ska alltid anpassas till barnens ålder och utvecklingsnivå. Dessutom ska man beakta barns olika bakgrund, som regnbågsfamiljer och nyfamiljer. Inga barn får känna sig utpekade eller diskriminerade.

## 2 Varför vill en del vuxna röra barns könsorgan och intima kroppsdelar på ett olämpligt sätt?

Det här är en mycket bra fråga som det inte finns endast ett svar på. Ett sexuellt intresse som riktar sig mot barn är ett komplicerat fenomen, och förekomsten kan inte förklaras med en enskild faktor. Det kan vara svårt att förklara för barn varför någon vill utsätta barn för sexuella övergrepp. Det som man i alla fall säkert vet är att sexuella övergrepp aldrig är barnets fel, att det alltid är olagligt att på ett olämpligt sätt röra barns intima kroppsdelar och könsorgan, och att det inte finns några ursäkter eller orsaker till det. Vuxna som gör så här behöver hjälp av andra vuxna för att sluta göra så. Barn som blir utsatta för sexuella övergrepp behöver hjälp. Därför är det oerhört viktigt att de berättar om saken för en trygg vuxen.



### FÖRVUXNA:

Barn har rätt till information och man ska svara på deras frågor. Ofta strukturerar och analyserar barn världen och olika sammanhang genom att ställa frågor. Det betyder ändå inte att de ska få information eller alltför uttömmande svar, som de ännu är för unga för. Frågan ovan är en typisk exempelfråga och ett förslag till svar som inte innehåller alla olika förklaringar till varför någon skulle vilja utsätta ett barn för sexuella övergrepp. Man kan också svara barnet genom att säga: "Det där är en mycket bra fråga. Varför tror du att en vuxen människa skulle göra så mot ett barn?" På det här viset kan man också kullkasta eventuella felaktiga uppfattningar barn kan ha, eller stärka barnets egna tankar om orsakerna till sexuella övergrepp.

Det är viktigt att man är medveten om att barn ibland frågar om saker av andra orsaker än ren vetgirighet. Ett barn kan vilja berätta om något som hen har upplevt och öppnar samtalet om det skedd genom att ställa frågor. Det är viktigt att barnet ges möjlighet till detta. Däremot ska man inte låta barnet inför gruppen berätta om att hen har upplevt sexuella övergrepp. Det gagnar inte barnet. I en sådan situation ska läraren styra diskussionen och se till att barnet får möjlighet att för yrkesmänniskor i en trygg miljö berätta om det som hen har varit med om.



### **3 Pappa satte medicin i min stjärt när jag var sjuk. Det gjorde ont och kändes otäckt. Får man göra så?**

Ibland måste vuxna hjälpa barn och röra barns kroppar och intima kroppsdelar. Barn kan till exempel behöva en vuxens hjälp med att torka stjärten när man har bajsat, tvätta könsorganen eller ge medicin. Ibland kan vårdåtgärderna kännas obekväma för barnet och det kan rentav göra ont. Vuxna måste ändå göra sådana saker för att barn ska bli väl skötta och hållas friska. Det är tillåtet och alldeles normalt.

### **4 Varför är det fel och olagligt att ha barn att röra vuxnas intima kroppsdelar?**

Om en vuxen och ett barn rör vid varandras könsorgan på olämpliga sätt kan barnet få ont. Det kan göra ont i barnets mun, stjärt, snippa eller snopp. Barn kan bli rädda, förvirrade, uppskakade eller illamående. Sofia tyckte att det var konstigt när hennes morbror bad henne kamma håret runt hans snopp. Efteråt mådde Sofia dåligt och hon blev rädd för att träffa sin morbror. Sofias morbror hade inte lov att göra det här, för det är fel och olagligt. Lagen säger det mycket tydligt.

### **5 Får barn röra varandras intima kroppsdelar?**

Många barn tycker om att röra sitt könsorgan. Många barn tycker också att det är roligt att undersöka och röra andra ungefär lika gamla barns intima kroppsdelar, och att till exempel leka doktor. Det får man göra om alla tycker att det är en rolig lek som bara varar en stund. Man får inte tvinga någon eller lura någon att vara med och röra könsorganen eller leka doktor. Varje barn har rätt att bestämma över sin egen kropp. Man ska respektera andras kroppar och man får inte röra någon annans könsorgan utan lov.

### **6 Får vuxna röra varandras intima kroppsdelar?**

Vuxna får röra och smeka varandras könsorgan om både vill det. Vuxna vill vanligen göra det på tumanhand och i fred. Många vuxna tycker om att göra det här när de har en vuxen flick- eller pojkvän eller partner. Men vuxna får aldrig smeka och röra könsorganen när barn ser på, det är fel och olagligt.

### **7 Varför skrämmer Sofias morbror henne? Varför säger Mia till Orak att många människor kommer att bli arga på honom?**

Sofias morbror och Mia skrämmer Sofia och Orak eftersom de är oroliga och rädda för att andra vuxna ska få veta att de gör något som är illa och olagligt. De vill inte bli fast, för då måste de sluta göra sådana saker. Fastän man inte får röra barns intima kroppsdelar på ett olämpligt sätt så vill vissa vuxna göra så. De skrämmer barnen för att kunna fortsätta göra sådant och för att inte bli fast. Det här måste barn berätta för någon annan vuxen, även om de är rädda för att göra det. När det händer sådana saker behöver barn alltid vuxnas hjälp. Också vuxna som gör barn illa behöver hjälp av andra vuxna.

### **8 Vad händer om barn berättar för någon om sexuella övergrepp? Vad händer om Sofia eller Orak berättar för en vuxen?**

Då ska den vuxna personen hjälpa barnet och ringa till polisen. Polisen ser till att Sofias morbror och Oraks vän Mia slutar bete sig så här. Sedan får Sofia och Orak berätta om det som har hänt för vuxna som hjälper dem. Det här är vuxna som är mycket bra på att prata med barn om saker som gör barn rädda eller arga eller ledsna, och saker som känns konstiga och får barn att må dåligt.

### **9 Varför kan Sofia inte berätta för någon eller ropa ”stopp”?**

Människor fungerar olika i konstiga och skrämmande situationer. Vissa skriker och andra springer undan. Vissa blir så förvirrade eller rädda att de blir alldeles tysta och vågar inte röra sig. Det kan nästan kännas som om man frös till is. Kanske det var så det gick för Sofia.

Sofia tycker också att det är svårt att inte göra som hennes morbror säger. Det är oftast vuxna som bestämmer vad barn ska göra. Barnen ska vanligen lyssna och lyda de vuxna. Men barn ska inte lyda vuxna som vill göra något som är fel, dumt och olagligt, till exempel röra barns könsorgan på ett olämpligt sätt. I sådana fall har barn rätt att säga stopp och berätta om saken för andra vuxna.

# Varför har vuxna svårt att tala med barn om sexuella övergrepp?

Vuxna kan vara osäkra på hur de ska berätta och prata med barn om sexuella övergrepp. Det kan finnas flera orsaker.

## Oro för att barn ska bli skrämnda

Barns sexualitet skiljer sig väsentligt från vuxnas sexualitet. Barn kan också reagera på många olika sätt när man diskuterar sexuella övergrepp. Det finns barn som kan bli uppskrämnda när de hör att det finns vuxna som gör olagliga saker med barn. Men vi talar också om andra skrämmande saker med barn, som faror i trafiken och vad man ska göra om det börjar brinna. Det känns naturligt att tala om sådana faror och vi försöker hitta en balans i det, så att vi kan lära barn att agera tryggt och skydda sig utan att skrämna dem för mycket. Den här balansen måste vi hitta också då vi talar med barn om sexuella övergrepp. Barn känner sig trygga när de vet att de har rätt till fysisk integritet, rätt att säga stopp och att de alltid kan berätta för en vuxen person om de upplever något skrämmande. Den här handboken ger råd och förslag till hur man diskuterar ämnet med barn.

## Oro för att barn börjar berätta påhittade historier

Det är fel att utgå från att barn börjar hitta på historier och ljuga om vuxna efter att man, beaktande barnens ålder, har berättat för dem om sexuella övergrepp samt hur man skyddar sig mot dem. Vanligen tonar barn ner eller låter helt bli att berätta om sexuella övergrepp som de utsatts för från vuxna. Det är ett uttryck för förtroende om ett barn berättar att hen har utsatts för sexuella övergrepp. Då bör man omedelbart göra en anmälan till barnskyddsmyndigheterna och polisen för vidare åtgärder. Det är myndigheternas uppgift att bedöma om barnets berättelse är sann. Vår uppgift är att tro på barnet och stöda barnet i vardagsmiljön.

## Fel föreställningar om barns utveckling

Det finns vuxna som befärdar att sexualundervisning uppmuntrar barn att experimentera med sin sexualitet innan de i ålder och utveckling är mogna för det. Men barn har känslor av sexuellt pirr i kroppen och de är nyfikna på sin egen och på andras kroppar. Många barn utforskar och rör vid sina könsorgan redan i ung ålder. Det är naturligt, sunt och vanligt.

Åldern när barn börjar utforska sin sexualitet varierar. Vuxna ska förhålla sig till barns naturliga nyfikenhet med godkännande och öppenhet. Man ska prata med barn om sexualitet, gränser och sexuella övergrepp som riktar sig mot barn. Vuxna ska hjälpa barn att hitta sina gränser och sin rätt till fysisk integritet. Det här gör att barn utvecklar respekt också för andras gränser och fysiska integritet. Det är inte skadligt för barn att utforska sin kropp och röra sitt könsorgan. Barn ska ändå förstå vad som är rätt och vad som är fel, vad som är farligt och vad som är olagligt.

## Man blir generad över personliga frågor om kropp och sex

Ett samtal med barn om sexuella övergrepp förutsätter att man också talar om kropp och sexualitet. Innan man talar med barnet är det bra att fundera på hur man själv förhåller sig till sexualiteten, och också bli medveten om sina egna känslor och tankar. Den vuxnas förhållningssätt eller eventuella brist på kunskap kan inverka på samtalet med barnet.

Samtal med barnet om de här ämnena kan för många kännas besvärande och obekvämt. Man ska ändå svara ärligt på alla barnets frågor. Om barnet frågar om vuxnas sexliv kan man svara genom att berätta att det handlar om privata saker mellan de vuxna. Det viktiga är att man inte slår ifrån sig utan låter barnet fråga. Att fråga är inget man ska behöva skämmas för. Barnet har rätt att få kunskap om och bli skyddade mot sexuella övergrepp. Den här handboken koncentrerar sig på att förebygga sexuella övergrepp och ersätter inte ålderssanpassad sexualupplysning.

Mera information om sexualitetens utveckling hos barn samt sexualupplysning finns till exempel här:

[www.raddabarnen.fi/minkropparmin/merainformation](http://www.raddabarnen.fi/minkropparmin/merainformation)

# För lärare: Förberedelser inför undervisningen

Det är viktigt att vara väl förberedd.

- Skolan rekommenderas ha en tidsenlig **handlingsplan** för olika situationer med sexuella trakasserier, grooming och sexuella övergrepp. Planen ska omfatta förebyggande åtgärder samt klara förhållningsregler. Planen ska beaktas i skolans verksamhet och omsättas i praktiken. Skolans personal, eleverna och deras vårdnadshavare ska känna till planen. Om skolan saknar en färdig handlingsplan kan man få tips för en bland annat här: [www.raddabarnen.fi/minkropparmin/handlingsplan](http://www.raddabarnen.fi/minkropparmin/handlingsplan)
- **Skolans gemensamma handlingsprinciper.** Skolans anställda ska tillsammans diskutera sexualundervisningen för barn, sexuella övergrepp och säkerhetsfrågor. Vi rekommenderar att undervisningen sker tillsammans med en andra lärare, skolhälsovårdaren eller läkaren, eller skolkuratoren. Skolans hela personal ska känna till handlingsprinciperna angående sexuella övergrepp och undervisningen om dem.
- **Vem ska man kontakta?** Läraren bör på förhand utreda hur hen ska agera och vem hen ska kontakta om barn berättar att de har upplevt sexuella övergrepp, eller om läraren misstänker att så har skett. Be i första hand om råd och professionell hjälp av kommunens social- och krisjour eller polisen. Övriga stödjourer är till exempel Rädda Barnen rf:s Barn skydd och tiptjänst Nettivihje samt Brottsofferjouren.
- **Övning ger färdighet.** För många vuxna kan det kännas svårt att tala med barn om sexuella övergrepp. Det hjälper om man övar sig på att tala om ämnet och svara på frågor som barnen eventuellt kommer att ställa. Läraren ska använda rätt terminologi och berätta för barnen om kroppens olika delar med deras rätta namn. Vi rekommenderar att man låter bli omskrivningar. Till exempel snippa och snopp är lämpliga termer för barn.
- **Information till vårdnadshavare.** Vårdnadshavarna ska informeras om att barnen kommer att få undervisning rörande sexuella övergrepp under skolarbetet. Men undvik att ge föräldrarna datum för undervisningen, eftersom:
  - Om ett barn kommer i kontakt med sexuella övergrepp hemma kan föräldern eller föräldrarna hålla barnet hemma dagen då undervisningen ska ske.
  - Om barnet har upplevt sexuella övergrepp kan hen själv besluta sig för att stanna hemma eftersom hen är rädd.
  - Om barnet är frånvarande av andra orsaker den dagen kan detta orsaka grundlösa misstankar.

Här finns en modell för information till föräldrarna: [www.raddabarnen.fi/minkropparmin/foraldrarna](http://www.raddabarnen.fi/minkropparmin/foraldrarna)

- **Om ni vet att ett barn tidigare har utsatts för sexuella övergrepp ska ni beakta saken när ni planerar undervisningen.** Ni ska berätta för barnet som upplevt sexuella övergrepp samt föräldrarna om den kommande undervisningen. Diskutera undervisningen i förväg också med elevvårdens personal. Om ett barn som har upplevt sexuella övergrepp deltar i undervisningen ska hen ges möjlighet att i förväg gå genom undervisningsmaterialet tillsammans med en vuxen. Kom överens med barnet i förväg om hur barnet önskar att saken ska skötas, och av vem barnet vid behov kan få samtalshjälp. Obs! Lärare känner inte alltid till om det i en grupp finns barn som har upplevt sexuella övergrepp. Barn tar inte skada av att få information om sexuella övergrepp och hur man skyddar sig mot det. Tvärtom, informationen skyddar barnet.
- **Efter undervisningen.** Berätta för barnen att de har möjlighet att ställa frågor och diskutera saken också efter undervisningen – också på tumanhand med läraren eller elevvårdens personal. Läraren bör också konkret förbereda sig på att ett barn efter undervisningen berättar om sexuella övergrepp som barnet upplevt. Kom ihåg att det inte är bra för barn att i gruppen berätta om upplevda sexuella övergrepp.

Den norska animerade serien och undervisningsmaterialet till Min kropp är min har skapats i en stor multiprofessionell expertgrupp:

- **Stine Kühle-Hansen**, lärare, auktoriserad sexualrådgivare (NACS), utvecklare i den nationella organisationen National Association against Sexual Abuse, LMSO, som grundades för att motarbeta sexuella övergrepp.
- **Anne Kristine Bergem**, läkare, specialist i psykiatri, författare och forskande doktor i universitetet Nord
- **Inger Lise Stølsvik**, jurist, chef för stödcentret i Telemark för offer för incest och sexuella övergrepp
- **Tom Nybø**, sexualterapeut på specialnivå (NACS) i kyrkans familjeterapi (Stiftelsen Kirkens Familievern, Sør-Rogaland)
- **Pia Friis**, småbarnspedagog (Kanvas Kompetanse)
- Svein Schøgren, lärare, redaktör och ordförande i nätverket Utsattmann, för män som utsatts för sexuella övergrepp
- **Kari Stefansen**, forskare (välfärdsforskningsinstitutet NOVA och NKVTS, nationella kunskapscentret om våld och traumatisk stress)

Den finska handboken Min kropp är min baserar sig på den norska handboken, och den svenska versionen är översatt från finska. Handboken har producerats av Rädda Barnen rf:s Barn skydd och tippstjänsten Nettivihje:

- **Nina Vaaranen-Valkonen**, specialsakkunnig (PM, psykoterapeut, hälsovårdare, TF-CBT)
- **Hanna-Leena Laitinen**, sakkunnig (SVM, socialarbetare)
- **Pauliina Sillfors**, sakkunnig (PM)
- **Minna Kylmälahti**, sakkunnig (PeM)

Den andra upplagan av handboken Min kropp är min är producerad av Rädda Barnen rf:s Barn skydd och tippstjänsten Nettivihje:

- **Hanna Mäki-Tuuri**, specialsakkunnig (Psykolog (PsM), fil.mag., klinisk sexolog)
- **Eveliina Karhu**, sakkunnig (MA International Relations)
- **Janita Tasa**, sakkunnig (barnmorska, magister i hälsovetenskaper)
- **Pauliina Sillfors**, sakkunnig (pol.mag.)

Följande experter har deltagit i kommenteringen av den finska handboken:

- **Taina Laajasalo**, docent (PsD)
- **Reetta Aalto-Setälä**, psykoterapeut på krävande specialnivå (PsM)

Textbearbetning: kommunikationskoordinator: **Senni Puustinen**

Layout: kommunikationskoordinator **Atte Nykänen**

Hanboken har överstatts till svenska av **Karin Nynäs-Aspö**



Medfinansierat av Europeiska unionens  
fond för ett sammanlänkat Europa

Upphovsmannen ansvarar för publikationens  
innehåll. Europeiska unionen tar inget ansvar  
för hur innehållet används.



**Pelastakaa Lapset - Rädda Barnen**

Save the Children

**Pelastakaa Lapset ry - Rädda Barnen rf**  
Forsbyvägen 38, PL95, 00610 Helsingfors  
Puh. 010 843 5000

[www.raddabarnen.fi](http://www.raddabarnen.fi)

Rädda Barnen rf grundades 1922 och är en politiskt och religiöst obunden medborgarorganisation, som stöder särskilt barn som lever i svåra förhållanden.