

# Seksuelle overgrep

9-12 år



## Innledning til lærerne

Denne Link-samlingen skal handle om seksuelle overgrep. Erfaringsmessig er det et tema som utfordrer oss. Det er vanskelig og ubehagelig å snakke om, og tanken på at det sitter ett eller flere barn/ungdom i ditt klasserom som har opplevd eller kommer til å oppleve seksuelle overgrep, kan være vondt å ta inn over seg. Vi vegrer oss og tenker kanskje at «dette er ikke mitt bord». Forskning viser at det gjennomsnittlig tar 17 år før mennesker forteller om overgrep (Steine, 2017). Derfor er det viktig at vi som voksne kan bidra til å redusere skammen. Når vi på skolen åpner opp for å snakke om det som er tabu, gis utsatte barn og unge mulighet til å få hjelp. Læreren kan si noe om hvem som kan hjelpe.

Det er laget en samling tilpasset ungdom og en tilpasset barnetrinnet for å møte elevene best mulig om dette temaet.

Seksuelle overgrep skjer. Noen ganger er det voksne som gjør overgrep mot barn. Andre ganger kan det være ungdommer som gjør overgrep mot andre ungdommer. Faktisk skjer det ifølge Kripes seksuelle overgrep mot barn hver eneste dag i Norge. Mange av disse overgrepene blir aldri gjort kjent. Overgriperens

formaninger, trusler eller voldelige oppførsel kan få barnet/ungdommen til å tie. Det samme kan følelsen av skyld og skam eller frykten for hva som vil skje med overgriperen eller en selv.

Nasjonalt kompetansesenter for vold og traumer definerer seksuelle overgrep slik: Når barn eller unge blir involvert i seksuell aktivitet som de utviklingsmessig ikke er i stand til å forstå og heller ikke kan gi samtykke til aktiviteten. Mange former for seksuelle overgrep omfatter utvendig kontakt med barnets kroppsåpninger (beføling) eller krenkelser uten fysisk kontakt (seksuell posering), (NKVTS, 2015).

Mange klarer seg bra etter overgrep, men en god del strever med etterreaksjoner. Vanlige etterreaksjoner kan være angst og frykt, nummenhet og tristhet. Konsentrasjonsvansker, økt irritasjon, sinne og utagering kan ofte forekomme. Mange vil tidvis gjenoppleve det som skjedde. Noen vil være plaget med søvnforstyrrelser og kroppslige plager, eller føle skam, selvbekredning og skyldfølelse.

Vi ser at mange, særlig i aldergruppen 10 til 14 år, først forteller om overgrepet til en venn eller venninne, men at overgrepet forblir deres hemmelighet. Hemmeligholdelse kan være med på å øke isolasjon, ensomhet og følelsen av å være helt alene, og frata den det gjelder muligheten til å få god hjelp. Et viktig budskap til barn, ungdommer og voksne som får vite om overgrep, er at slike hemmeligheter ikke skal holdes skjult. Dette går igjen i mange av oppgavene elevene skal jobbe med i samlingen.

Målet for denne samlingen er at elevene skal få en arena der de kan snakke om og reflektere rundt temaet seksuelle overgrep, om hvor de kan få hjelp og hvor de kan henvende seg for å hjelpe en venn. Gjennom oppgaver og refleksjon ønsker vi å få fram ungdommenes egne holdninger og tanker om seksuelle overgrep, og også hva samfunnet tenker om dette.

*Læreren må innledningsvis si til klassen at hvis noen har opplevd seksuelle overgrep, er det ikke meningen at de skal fortelle om det til hele gruppen i denne samlingen. De bør si det til deg eller en annen trygg voksen etter timen eller så snart som mulig.*

Når vi jobber med Link-samlingen om seksuelle overgrep vil det kunne være historier som kommer opp, eller at du som lærer får grunn til å spørre elever direkte om seksuelle overgrep etter samlingen. Noen tips i forkant av en slik samtale (se også lærerveiledning s. 21-22):

- Husk meldeplikt. Sjekk prosedyrene for hvordan din arbeidsplass håndterer avdekking av seksuelle overgrep. Hold tett dialog med barnet i denne fasen. Det er ofte skremmende og utrygt for barn når slike hemmeligheter avdekkes.

- Vi har avvergeplikt. Bruk tjenestevei, men hvis ledelsen ikke vil melde så husk at vi som voksne har et selvstendig ansvar for å melde til barnevern/politi ved bekymring om vold og overgrep.
- Taushetsplikten viker for meldeplikt/avvergeplikt.
- Aldri lov at du ikke skal fortelle videre.
- Sjekk ut på forhånd hvor du kan få hjelp!
- Ta gjerne med en ressursperson på samlingen, som for eksempel helsesøster.

Video for lærer: Det var ingen som spurte om hvordan jeg hadde det

<https://www.youtube.com/watch?v=hTgH-hEq744>

Mer informasjon om seksuelle overgrep mot barn kan du finne her:

<https://dinutvei.no>

Husk å minne elevene om at hvis noen har behov for å snakke med noen etter samlingen, vil det bli mulighet for det. Sammen med krøll og kast-arket skal det deles ut et skjema som alle elevene skal fylle ut og levere. Dette gjelder for alle samlingene som tilhører På godt og vondt. Før man kaster lappene på skyteskiven skal læreren samle inn skjemaet fra alle elevene. Læreren må følge opp innen få dager dersom en elev ønsker samtale. Dersom elevene skriver at de ønsker å snakke med en voksen som ikke har anledning, så må læreren kontakte eleven for å finne andre løsninger.

## Gjennomføring i klassen

### Mål for samlingen

#### Målene for LINK

Å bidra til styrket selvbilde

Å bidra til opplevelse av tilhørighet

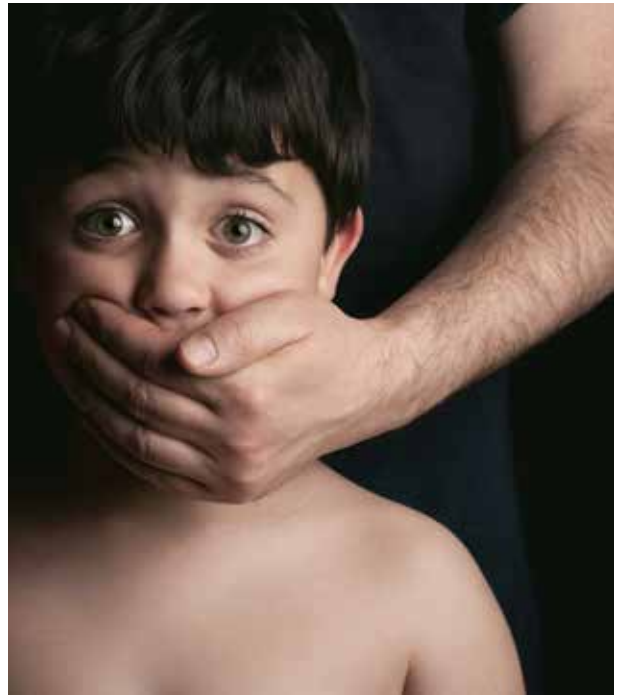
Å bidra til mestring

#### Kompetansemål for samlingen

**Kunnskap:** at elevene vet hva seksuelle overgrep er, at det ikke er lov og at det kan være skadelig.

**Ferdighet:** at elevene vet hvor og hvordan de kan henvende seg for å få hjelp av trygge voksne.

**Verdier:** at elevene blir minnet om at man bør involvere trygge voksne når overgrep har skjedd.



#### Innledningsritual

Start hver samling på samme måten. Spill gjerne musikk, tenn lys, pynt med blomster, håndhils på alle, eller gjør andre hyggelige ting. Poenget er å signalisere at dette er en link-time, og at link-timer er annerledes enn andre timer.

#### Dagens gullkorn

Alle forteller om en hyggelig ting de har opplevd siden sist samling. Husk at det er små og enkle hverdagsgledene vi er på jakt etter, ikke grense-sprengende happeninger.

#### Tema

##### Presentasjon av tema

Lærer presenterer dagens tema, helt kort. Si noen få setninger om hva samlingen skal handle om. Her kan man plukke ut noe av det som står i innledning til læreren. Innledningen skal bare spore elevene på tematikken og bør derfor ikke ta mer enn noen få minutter.

Husk å minne elevene om at hvis noen har behov for å snakke med noen etter samlingen, er det mulighet for det.

Forslag til introduksjon av tema:

I dag skal Link-samlingen handle om seksuelle overgrep. Seksuelle overgrep er for eksempel når en voksen tar på tissen din. Eller at du må ta på tissen til en voksen. Det er ikke lov! Vi skal snakke sammen om hvor kan vi få hjelp hvis det skjer. Og om hvordan vi kan hjelpe en venn, hvis du får høre om dette. Det skal vi snakke om i dag.

Om noen av dere har opplevd seksuelle overgrep selv eller kjenner noen som har opplevd det så er det viktig å snakke med en voksen. Det er ikke meningen at dere skal fortelle hele klassen om hva dere eller deres venner har opplevd. Sammen med krøll og kast-arket vil det deles ut en lapp som alle elevene skal fylle ut og levere. Her skal elevene skive navnet sitt og om han ønsker en samtale med en voksen på skolen. Dette gjelder for alle samlingene som tilhører På godt og vondt.

#### Vi snakker om tema

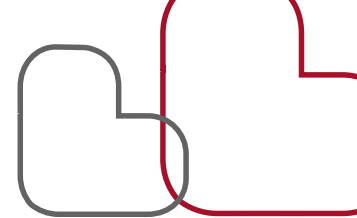
##### Alternativ 1:

Bruk utarbeidet PowerPoint(PP) som utgangspunkt for samtale om temaet. Under PP-bildene fins det støttespørsmål du kan bruke i samtalen med elevene. Du kan også lage egne spørsmål, men det er viktig at spørsmålene er åpne. De skal legge til rette for refleksjon og felles undring og utforskning. Vi er ikke på jakt etter fasitsvar, men ønsker at barn/unge skal få satt ord på egne tanker, følelser og meninger. Det ligger en film i PP som et godt utgangspunkt for å arbeide tema seksuelle overgrep.

Det ikke er et poeng å komme gjennom alle bildene. Hvis elevene har mye å snakke om til de første bildene, er det viktigere å bruke tid på disse, enn å avbryte og forte seg videre for å rekke alt.

Det er utarbeidet en PP til bruk på barnetrinnet, og en for ungdomstrinnet. Selv med denne nivå-differensieringen er det viktig å tilpasse spørsmålene til gruppa.





### Vi jobber med tema. Velg, vrak og tilpass

Her kommer mange ulike oppgaver du som lærer kan velge mellom. Det er ikke meningen å gjøre alt som er foreslått. Velg de oppgavene som passer best for din gruppe og for deg som gruppeleder. Vi anbefaler likevel at du velger oppgaver som gjør det mulig å jobbe med temaet på ulike måter, både gjennom aktivitet og samhandling, lek og latter og ikke bare gjennom å snakke.

Man kan gjerne bruke noen av filmene som er nevnt ovenfor. De er gode og kan være god støtte for lærere som synes dette er et krevende tema å jobbe med. Vi anbefaler også å gjøre samhandlingsoppgavene under. Velg de som passer både med tanke på alder, og med tanke på hva som passer i akkurat din klasse.

### Oppgaver til temaet

Samhandlingsoppgaver i grupper.

#### Oppgave 1:

##### Hemmeligheter

Vennen din forteller at idrettstreneren har bedt ham bli igjen etter trening og har tatt ham på rompa og på ryggen. Hva kan vi som venn gjøre? Skriv ned minst tre forslag.

#### Oppgave 2:

##### Hvorfor fortelle?

##### Oppgave 2: Seigmannen 1

Hvis et barn har opplevd seksuelle overgrep. Hvilke følelser kan man ha da? Hvor i kroppen tror du vi kan kjenne de følelsene?

##### Tegn på seigmannen.

##### Oppgave 3: Seigmannen 2

Når du hører om at noen barn opplever seksuelle overgrep av voksne. Hvilke følelser får du når du hører om dette? Hvor i kroppen kjenner du følelsene?

##### Tegn på seigmannen.

##### Oppgave 4: Hvorfor fortelle?

En venn/venninne har blitt utsatt for seksuelle overgrep. Nå forteller hun/han det til deg. Hva vil du gjøre da. Han/ hun sier at du ikke må si det til noen.

#### Oppgave 5. Plakat

Lag en plakat med forslag til hvem som kan hjelpe når barn har opplevd seksuelle overgrep. Skriv gjerne opp hjelpetelefoner også. Finn telefonnummer.

### Øvelser i plenum

#### STOPP-øvelsen

Det handler om å kjenne etter hvor stor egen intimsone er. Stå mot hverandre to og to. Gå sakete mot hverandre og si stopp når det er nærme nok. Snakk sammen om:

#### Hvor går din grense?

Er det likt for alle?

Hvordan er det når noen kommer for nær?

#### Masken

Noen ganger viser vi ikke til andre hvordan vi egentlig har det. Det er akkurat som om vi skjuler oss bak ei maske. Tegn ei maske som viser hvordan du ser ut på utsiden. På baksiden kan du skrive eller tegne hvordan du egentlig føler deg noen ganger.

#### Filosofiske spørsmål

For de som er ekstra glad i å filosofere. Velg de spørsmålene som passer i din gruppe.

- Hvorfor tror du at noen barn som opplever seksuelle overgrep ikke forteller det til noen?
- Hva er fordeler ved å fortelle om seksuelle overgrep til en voksen?
- Hvordan vil et samfunn uten seksuelle overgrep være?

#### Bare for gøy

Det er et poeng at alle skal le i løpet av en LINK- time, også når vi snakker om vanskelige ting, ja kanskje særlig da. Velg minst en av øvelsene fra øvelsesheftet.

I ei gruppe som er trygg på hverandre, kan denne leken være befriende med tanke på leken og ufarlig nærhet.

#### To plasser til høyre

##### Formål: God opplevelse

**Utstyr:** Dere har en stol mindre enn det er deltakere. Elevene sitter på stolene i en ring. En står i midten. Han sier: "Alle som har".....også må han finne på noe for eksempel: "Alle som har på seg t-skjorte skal flytte.....så finner han på noe igjen for eksempel: tre plasser til venstre". De det gjelder flytter seg ifølge instruks. Hvis den stolen de kommer til er opptatt må han/hun sette seg på fanget. Flere instruks følger. Etter hvert kan det bli stabler med elever. Leken anbefales bare i klasser hvor elevene er trygge på hverandre, og hvor dette vil morsomt for alle.

## Oppsummering

Som oppsummering anbefaler vi krøll-og-kast-oppgaven, men dere kan også velge 3 ting.

### Krøll-og-kast

Krøll-og-kast-oppgavene finner dere i opplegget for samlingen. Elevene skal svare på spørsmålene anonymt og krøller arket sammen. Spør så hvem som vil være dagens skyteskive. Vedkommende stiller seg opp med ryggen mot gruppa. Resten peprer skyteskiva med papirballene sine. Skyteskivas privilegium er at hun/han får lese opp noen av svarene, kanskje tre ark er passelig? Hvis det er populært å være skyteskive, er det viktig at dette går på omgang. Noen synes det er stas når deres svar blir lest opp og vil gjerne si det, andre vil helst ikke gi seg til kjenne. Begge deler er helt greit. Det er lov å komme med positive kommentarer til det som leses opp.

### Tre ting

Alle noterer ned 3 ting de husker fra dagens samling, og 3 ting de har lært. Læreren ber noe lese hva de har skrevet. Elevene kan selv velge hva de vil dele.

### Avslutningsritual

Avslutt alltid samlingene på samme måte. Ritualet skal være hyggelige og bidra til at elevene føler seg verdsatt. Et avslutningsritual kan være at alle elevene står i ring og sender klassebåndet i sirkelen mens man spiller et musikkstykke.

Klassebåndet lages ved at alle elever klipper til et tøyestykke på ca.50 cm. Hver elev får velge sitt tøyestykke. De kan eventuelt også få litt tid til å pynte det. Alle båndene knyttes så sammen til en sirkel. Vi foreslår at alle tøystykkene legges i en haug, og så får en og en elev bind for øynene og trekker hvilket tøyestykke som skal være det neste. På den måten blir rekkefølge og sammensetning tilfeldig. Fordelen med å knytte båndene i stedet for å sy, er at man kan gi rom til nye tøystykker dersom gruppa får nye medlemmer.

Klassebåndet er et symbol på at alle hører til, at alle har en plass i fellesskapet. Vi er knyttet til hverandre. Derfor er vi avhengig av hverandre og vi velger å ta vare på hverandre. I gruppa skal alle ta plass, og alle skal gi plass. Båndet sirkulerer og binder oss sammen.

Læreren kan også stå i døra og dele ut stå-på-kort eller seigmenn til elevene mens de forlater samlingen. Stå-på-kort ligger under ekstramateriell. De kan skrives ut og eventuelt lamineres.

**Krøll og kast oppgaven**  
**Seksuelle overgrep**  
*Svar på en eller flere oppgaver*

1. Hva er et seksuelt overgrep?

---

---

---

2. Hva vil du gjøre hvis du får vite at en av dine venner opplever seksuelle overgrep?

---

---

---

3. Hva kan du gjøre hvis du opplever seksuelle overgrep?

---

---

---

4. Skriv opp en voksen på din skole som kan hjelpe.

---

---

---

