



Arbeidshefte

Trygg til handling

Ein ressurs om vald og seksuelle overgrep for alle som jobbar med barn og unge

Dette arbeidsheftet er til deg som har ansvar for gjennomføring av «Trygg til handling» på din arbeidsplass.

Førebuing

- » Sjekk ut innhaldet i modulane før du byrjar
 - » Vel ut korleis du ønsker å bruke opplæringsressursen. Den kan brukast i sin heilskap eller delast opp
 - » Vel ut den treningsoppgåva som passar best for din arbeidsplass
- Det er laga treningsoppgåver for små barn, barn og ungdom.*
- Du kan gjerne tilpasse treningsoppgåva ved å lage egne kasus.*
- » Vi tilrår å bruke «Trygg til handling» i grupper
 - » Hugs at det å snakke om vald og seksuelle overgrep mot barn kan vere belastande. Ver trygge vaksne for kvarandre

Gjennomføring av «Trygg til handling»

Informasjon du kan gi i plenum:

«Det er barn og unge i vårt nærmiljø som opplever vald og seksuelle overgrep. Vi treff dei i barnehagen, på skulen, på helsestasjonen, på leikeplassen og på fritida. Vi skal bli betre til å sjå desse barna/ungdomane og lære meir om konsekvensar av vald, seksuelle overgrep og omsorgssvikt. Vi skal auke kompetansen i å snakke med barn om vald og andre viktige tema, og bli tryggare på korleis vi føl opp barn og unge vi er uroa for.»

Gjennomføring av «Trygg til handling» i mindre bolkar

- » Vis aktuell film
- » Gjer refleksjonsoppgåvene og oppsummer gjerne i plenum
- » Utforsk ekstra ressursar/vis dei fram

Gjennomføring av «Trygg til handling» i sin heilskap

- » Vis filmane
- » Gjer tilhøyrande refleksjonsoppgåver og oppsummer gjerne i plenum
- » Avslutt med treningsoppgåve(r)
- » Utforsk ekstra ressursar/vis dei fram

Vi tilrår å sette av 2-3 timar.

Treningsoppgåver «Den viktige samtalen»

Set saman grupper på 3-5 personer. Velg ein vaksen og eitt barn, resten er observatørar.

- » Gi felles informasjon til heile gruppa om bakgrunn for at den vaksne skal snakke med barnet.
- » Ta barnet med ut på gangen og gi barnet si fortelling (gjerne i førsteperson; Du var redd, du sprang og gøymde deg).
- » Fortel barnet at det er viktig å gi litt informasjon, slik at den vaksne får trenar.

Set i gang treninga:

- » Instruer gruppa i at det er lov å ta time-out for å få hjelp av observatørane, og drøfte korleis vi går vidare i samtalen. OBS! Det kan fort bli mykje snakk om kva ein skal gjere – her er det viktig at ein faktisk prøver/trener på sjølve samtalen.
- » Time-out etter ca. 7 minuttar. Be gruppen drøfta kva som skjer, korleis dei vil gå vidare. Dei kan eventuelt byta på å vere den vaksne hvis ein av dei andre vil prøve seg. Set i gang trening igjen.
- » Ny time-out etter ca. 5 minuttar. Be gruppa snakke om korleis dette var, kva som opna for barnet/ungdommen, kva var utfordringar i den vaksne.

Gjennomgang i plenum. Be om tilbakemeldingar/refleksjonar

- » Korleis var det å vere den vaksne (utfordringar, mestrings)?
- » Korleis var det å vere barnet (kva opna/lukka)?
- » Kva la observatørane merke til?
- » Om det er meir tid kan de gjere fleire treningsoppgåver, eller de kan lage egne.





Treningsoppgåve:

Små barn

1. Gruppa vel ein vaksen og eitt barn. Resten er observatørar og drøftningspartnarar
2. Du gir informasjon

Bakgrunn for samtalen (informasjon til heile gruppa)

Anna er 5 år. Barnehagen opplever at ho ofte «forsvinn», mistar fokus og det verkar som om ho ikkje er heilt til stades. Ho kan sitja og sjå ut av vindaugget og reagerar ikkje når dei snakkar til henne. Ho er engsteleg og vil helst vere i nærleiken av ein vaksen heile tida. Ho er ofte sist ut og har fleire gonger spurt om å få vere med ein vaksen heim etter barnehagen. Anna ser trist og lei seg ut.

Til den vaksne: Du skal snakke med Anna og prøve å få historia hennar

3. Barnet tas bort frå gruppa og får historia si. Snakk til barnet i førsteperson:

«Du bur med mamma og stefar Bjørn. Mamma jobbar ofte om kveldane og då er du aleine heime med Bjørn. Du likar det ikkje når Bjørn vil leike mamma og pappa og sove i senga di. Du får vondt og synast det er ekkelt. Du lèt som om du søv og du spør ofte mamma om du kan få sove hjå vener i helgane. Bjørn har sagt at det må vere hemmeleg.»

Til Anna: Kjenn etter kva som opnar/lukkar i samtalen.

4. Bruk av time-out

Det er lov å ta time-out for den som snakkar med barnet. Då kan ein rette seg til gruppa for støtte og innspel til vegen vidare.

5. Snakk saman

Snakk saman om samtalen, kva som opna og lukka og kva som kunne skjedd om ein gjorde andre val.

Treningsoppgåve:

Barn



1. Gruppa vel ein vaksen og eitt barn. Resten er observatørar og drøftningspartnarar
2. Du gir informasjon

Bakgrunn for samtalen (informasjon til heile gruppa)

Jens, 10 år, er mykje sint på skulen. Han kan gå frå timane i raseri, etter å ha kasta bøker og velta pulten. I friminutta havnar han ofte i konflikt med dei andre barna, og nokon gonger skjer det at Jens slår eller kastar ting etter andre. I går var Jens og ein annan gut ueinige om frispark i fotballbinga. Jens dytta den andre guten og vart dytta tilbake, før ein lærar kom og stoppa gutane. Læraren sa at det ikkje er lov til å slå eller dytte når ein er ueinig. «Kvifor ikkje?» sa Jens, «det er vaksne som slår dobbelt så hardt som meg».

Til den vaksne: Du skal snakke med Jens og prøve å få tak i kva han opplever

3. Barnet tas bort frå gruppa og får historia si. Snakk til barnet i førsteperson:

«Du bur med mamma, veslebror og pappa. Pappa har mista jobben og er mykje heime. Mamma og pappa kranglar om pengar og av og til dyttar dei kvarandre. Du prøver å passe veslebror, så han ikkje høyrer og ser alt. Du set du på musikk og held han oppteke inne på rommet når du høyrer at mamma og pappa byrjar å krangle. Nokon gonger, når du blir sint heime eller ikkje gjer leksene dine, dyttar mamma deg. Ein gong slo mamma deg hardt i ansiktet, men det fortente du, då du var så frekk. Du tenker mykje på mamma og pappa og synast det er vanskeleg å konsentrere deg på skulen. Du kjenner at du fort blir sint og veit ikkje heilt kva som skjer.»

Til Jens: Kjenn etter kva som opnar/lukkar i samtalen.

4. Bruk av time-out

Det er lov å ta time-out for den som snakkar med barnet. Då kan ein rette seg til gruppa for støtte og innspel til vegen vidare.

5. Snakk saman

Snakk saman om samtalen, kva som opna og lukka og kva som kunne skjedd om ein gjorde andre val.



Treningsoppgåve:

Ungdom

1. Gruppa vel ein vaksen og ein ungdom. Resten er observatørar og drøftningspartnarar
2. Du gir informasjon

Bakgrunn for samtalen (informasjon til heile gruppa)

Zara, 14, går på ungdomsskulen. Ho klarar seg greit fagleg og sosialt. Den siste tida har ho vore stille og går meir for seg sjølv. Ho har ei god venninne som går i ei anna klasse. Neste veke er det planlagt leirskule, men Zara nektar og seier at ho ikkje skal på tur. Ho har gått fra skulen når dei skal planlegge turen og seier at ingen kan tvinge ho på leirskule. Foreldra hennar har spurt deg om du kan snakke med Zara for å finne ut kva som plagar ho.

Til den vaksne: Du skal snakke med Zara og prøve å finne ut kva som skjer.

3. Zara tas bort frå gruppa og får historia si. Snakk i førsteperson:

«For nokre månadar sidan vart du ven med ein gut på Snap. Han går på ein annan skule, men du har høyrte at de skal på same leirskule. Denne guten var veldig hyggeleg, de vart gode vener og sendte mange meldingar og bileter til kvarandre. Du sendte eit nakenbilet til han. Seinare fekk du vite at han hadde vist biletet til nokon. Han ba deg sende fleire bilete, hvis ikkje skulle han sende det vidare til andre. Du har ikkje sendt fleire bilete, men er skikkeleg kvalm og redd for at han skal vise biletet på leirskulen, eller til andre. Du veit jo at du eigentleg ikkje skulle sende slike bilete, men du trudde du kunne stole på han. Du er redd for kva mamma og pappa vil seie, du vil jo ikkje skuffe dei.»

Til Zara: Kjenn etter kva som opnar/lukkar i samtalen.

4. Bruk av time-out

Det er lov å ta time-out for den som snakkar med Zara. Då kan ein rette seg til gruppa for støtte og innspel til vegen vidare.

5. Snakk saman

Snakk saman om samtalen, kva som opna og lukka og kva som kunne skjedd om ein gjorde andre val.

Vegen vidare



Korleis skal vi bruke det vi har lært?

Korleis kan vi nytte «Trygg til handling» i vår kvardag?

- » Bruk opplæringsressursen **aktivt** (åleine eller saman på arbeidsplassen)
- » **Gjer deg kjent** med rutiner og hjelpetenester i din kommune
- » Har din kommune **handlingskort** tilpassa di teneste?
- » **Jamnleg oppfølging:** Vald i nære relasjonar er fast tema på personalmøte minst ein gang i året
- » **Hald fokuset oppe:** Sikre jamnlege drypp og øving i personalet

Tren meir!

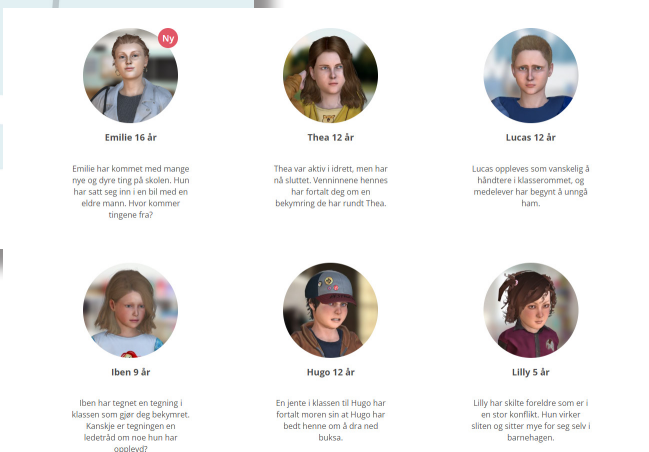
Barn og unge er treng vaksne som ser, tør å spørre og toler å høyre!

Då må vi trene på samtalar. Når vi er trygge på å snakke med barn er det lettare å snakke med dei barna vi er ekstra bekymra for.

På snakkemedbarn.no kan du trene på å snakke med ulike barn og unge.

Kva gjer eg ved bekymring?

- » Drøft di bekymring anonymt med ressursar i din kommune (barnevern, konsultasjons-team, politi, barnehus)
- » Vurder avvergeplikt og opplysningsplikt





www.rvtsvest.no/trygg-til-handling