

Snakk om kva som er lov og ikkje

Barn kan ta på sin eigen tiss om dei vil, og det kan kjennast bra. Oftast gjer ein det når ein er for seg sjølv.

Vaksne må nokre gonger hjelpe barn med å tørke seg på do, pusse tenner, vaske tissen og rumpa, gje medisinar eller smøre litt salve viss det er sårt. Det er lov når barn treng det.

Elles er det ulovleg for vaksne å ta på eller leike med tissen og rumpa til barn. Vaksne har ikkje lov til å be barn ta på vaksentissen og rumpa deira, eller få barn til å gjere det med seg sjølv. Ingen, heller ikkje andre barn skal få ein til å gjere noko ein ikkje vil.



Barn kan fortelje kva dei vil om kroppen sin, til kven dei vil!

Gode filmar og bøker kan opne opp samtalan. Det kan vere fint å sjå gjennom sjølv fyrst, innan de ser på det ilag. Du kan òg spør helse-sjukepleiar om råd, eller du kan ringe eit Nok.-senter om det er noko du lurar på.

Ressursar og brosjyrar på fleire språk finn du på: noksentrene.no/snakkom

Det er dei vaksne sin jobb å hjelpe barn om dei har det vanskeleg. Det er bra å seie ifrå.

Nok.

noksentrene.no

Nok.



Hovud, skulder, kne og ...?

Snakk med små barn om kropp, grenser og seksualitet

Visste du at:

Å vere nyfiken og å drive med seksuell leik og utforsking av seg sjølv er vanleg blant små barn. Det er fint når det er på barnet sine premiss og ikkje går over andre barn sine grenser.

Når vi snakkar ope med barn om kropp, seksualitet og grenser, blir det lettare for dei å seie ifrå dersom nokon trør over grensene deira.

Stell, bad og do kan vere naturlege rom for å sette ord på kroppen.



Snakk saman om kroppen

«Skal vi teikne kroppen? Veit du kva dei ulike delane av kroppen heiter? Hovud, auge, nase, munn, armar, tiss, skjede, rumpe, bein, mage, hjarte ...»

«Kva kan kroppen din gjere? Kva lydar kan kroppen din lage?»

«Kva blir du glad / lei deg av? Korleis ser du ut då? Kva kjenner du i kroppen då?»



«Kva for berøringar er gode/vonde? Likar du å bli klødd eller at nokon stryk deg på ryggen? Kva likar du ikkje?»

«Kroppen er din og ingen andre sin. Du kan sjølv bestemme om du vil klemme, sitje på fanget og liknande. Ingen kan gje deg ein klem viss du ikkje vil, og du kan ikkje gi andre ein klem viss dei ikkje vil.»