

Samlingsbeskrivelse: Overgrep på nett, 6.trinn

TEMA		FORMÅL
Innhold	Denne samlingen handler om seksuelle overgrep på nett. Mange barn har erfaringer og kunnskaper vi ikke snakker så mye om. Målet er å åpne opp temaene og vise at det går an å snakke om på en nyttig, nyansert og opplysende måte for barn. Å gi barn kunnskaper til å forstå når vonde ting skjer, og gi språk til å klare å sette ord på dette, er viktig «HMS-opplæring» for barn. Det er voksnes ansvar å ta initiativ og bryte tabuene på en sunn måte. Barn blir kjent med sine rettigheter og hva som er greit og ikke greit. Slik kan vi gjøre det lettere for barn å søke hjelp. Vi har valgt å ikke ha CL-aktivitet i dette temaet, for å sikre at de elevene som blir trigget av innholdet pga. eventuelt egne opplevelser som vi ikke vet noe om, ikke skal sitte i en situasjon hvor det forventes et initiativ og samarbeid i grupper.	Gi felles kunnskap om temaet Øve på samtale om temaet Reflektere rundt temaet i fellesskap
Kompetanse til ansatte	Tiltakskort samtale med barn og unge, Indre Østfold kommune: https://www.io.kommune.no/f/p1/id01b2c34-b56d-43aa-8121-2f2be03d420c/tiltakskort-samtale-med-barn-og-unge-2020.pdf (Tiltakskortet ligger som vedlegg nederst i samlingsbeskrivelsen) Vold og overgrep, Indre Østfold kommune: https://www.io.kommune.no/tjenester/helse-og-omsorg/indre-ostfold-krisesenter/om-vold-og-overgrep/ Redd Barna: Undervisning om vold og overgrep Livet og Sånn skriver om vold: • Informasjon til læreren om å undervise om vold • Informasjon til læreren om å snakke om seksuelle overgrep • Informasjon til voksne om vold i nære relasjoner Temadagene 2025: Seksuelle overgrep på nett – NRK Skole – Lærerike programmer og klipp	Øke kunnskap og trygghet i å undervise om temaet



	Om barn buser ut med sensitiv informasjon: Gjenta det barnet har sagt, med innlevelse, slik at du viser at du har hørt. Gi en kort kommentar som anerkjenner. Unngå å bagatellisere eller overdramatisere. Forberedelse til timen: • Ledelsen på skolen har ansvar at den digitale fagøkten «Voksenrollen HMS for barn» blir gjennomført for alle ansatte før økten gjennomføres i klasserommet. • Det skal alltid være to voksne i klasserommet når økten gjennomføres. Skolens helsesykepleier kan være til stede under undervisningen og tilgjengelig i etterkant for evt. drøfting. Om dette er ønskelig må skolen avtale dato for undervisning i god tid sammen med helsesykepleier. • Økten skal ikke legges til siste skoletime eller på en fredag.	
Kunnskapsmål fra LK20	Helt konkret er målet for denne samlingen at eleven: • Vet mer om hva seksuell overgrep på nett er • Vet hva de kan gjøre hvis de opplever dette eller kjenner noen som opplever dette • Vet at det er forbudt å utøve overgrep • Vet at det ikke er deres skyld hvis det skjer mot dem Folkehelse og livsmestring Folkehelse og livsmestring som tverrfaglig tema i skolen skal gi elevene kompetanse som fremmer god psykisk og fysisk helse, og som gir muligheter til å ta ansvarlige livsvalg. Livsmestring dreier seg om å kunne forstå og å kunne påvirke faktorer som har betydning for mestring av eget liv. Temaet skal bidra til at elevene lærer å håndtere medgang og motgang, og personlige og praktiske utfordringer på en best mulig måte. Aktuelle områder innenfor temaet er fysisk og psykisk helse, levevaner, seksualitet og kjønn, rusmidler, mediebruk, og forbruk og personlig økonomi. Verdivalg og betydningen av mening i livet, mellommenneskelige relasjoner, å kunne sette grenser og respektere andres, og å kunne håndtere tanker, følelser og relasjoner hører også hjemme under dette temaet.	Ivareta de overordnede målene i læreplanen knyttet til folkehelse og livsmestring Ivareta kompetansemålene i LK20 knyttet til temaet



	Kompetansemål: Norsk: • lytte til og videreutvikle innspill fra andre og begrunne egne standpunkter i samtaler • reflektere etisk over hvordan eleven framstiller seg selv og andre i digitale medier Samfunnsfag: • reflektere over hvordan de selv og andre deltar i digital samhandling, og drøfte hva det vil si å bruke dømmekraft sett i lys av regler, normer og grenser • Reflektere over (...) egne og andre sine grenser knyttet til følelser, kropp, kjønn og seksualitet og drøfte hva man kan gjøre om disse grensene blir brutt	
Husk	• Kosedyr/ball til å sende ut i ringen under avslutningen • Ledelsen skal sende hjem eget skriv til foresatte om at undervisningen vil bli gjennomført i løpet av mars måned. Eksakt dato for undervisning oppgis ikke.	
Tips	• Felles gjennomgang av opplegget sammen med alle voksne – se egen beskrivelse. Ansvar: Avdelingsleder/rektor. Helseesykepleier kan være til stede under gjennomgangen, dersom skolen ønsker det. Avtalt i så fall tidspunkt med helseesykepleier i god tid. • Når du øver med kollegaer i forkant, tenk på hva som evt. kan bli en utfordring i din gruppe • Vurder om det må gjøres individuelle tilpasninger ut fra gruppens eller enkeltelevers behov. • Noen elever trenger spesiell forutsigbarhet. Dere kan se på samlingsbeskrivelsen og lekene i forkant, i et samarbeid med hjemmet. Tilrettelegge etter behov. • Dersom lærer kjenner til elever som har blitt utsatt for vold eller overgrep tidligere bør lærer snakke med eleven og evt. foresatte i forkant. Det bør gjøres en vurdering av om eleven skal være til stede i timen eller ikke. • Om en lek ikke fungerer så godt, avbryt i tide. Si «Dette greide VI ikke i dag, VI prøver igjen i morgen» • Prioriter lekene om du ser at dere går tom for tid eller at elevene ikke engasjerer seg helt i samtalen	De voksne må legge til rette slik at alle elever får mulighet til å delta Unngå at leker kan brukes til å mobbe



Organisering av timen		
Ringen	Sett på inngangsmusikk: For Indre Østfold kommune: Waterloo.mp4 For eksterne kommuner: Waterloo.youtube • Vi rydder klasserom • Vi samles i ringen	Gjenkjennelse Alle kan se alle og føle fellesskap i gruppa
Pustøvelse og bevegelse	Øvelsen heter «Svinge med armene» Sansemotorisk øvelse - Svinge med armene Når du skal gjennomføre pustøvelsen med elevene, velger du selv om du vil vise filmen eller om du modellerer selv. Dersom du ønsker å benytte en annen øvelse, finner du flere eksempler på https://www.io.kommune.no/tjenester/skole-og-utdanning/robuste-barn/pust-og-bevegelse/	Bevisst på pust, kropp, nærvær, fellesskap og bevegelse
Åpne opp temaet	Innled samlingen med å introdusere temaet for elevene: I dag skal vi lære om et viktig tema: seksuelle overgrep på nett. I 1. og 2.klasse lærte dere at det finnes lover og regler i Norge som sier at det er ikke lov for voksne og utsette barn for seksuelle overgrep og hva seksuelle overgrep er. Likevel vet vi at det skjer, og derfor er det viktig at vi øver på å snakke om temaet sammen, flere ganger, så man kan bli tryggere på å be om hjelp hvis man opplever slike situasjoner selv. På 5.trinn lærte dere noe om bildedeling på nett og konsekvensene av å sende nakenbilder til andre. I dag handler det om hvordan barn kan bli utsatt for seksuelle overgrep på nett, uten at de vet det selv.	Forberede elevene på temaet
Film og samtale	Introduser filmen med å si: Nå skal vi se en film om «Levi» som er veldig glad i å game og være på sosiale medier. Han kommer i kontakt med ei jente på hans alder. De skriver noen meldinger sammen, flørter og de har det fint i starten. Så får Levi i utfordring å sende en snap til jenta hvor han viser seg naken, noe han gjør. Når Levi sier at han ikke vil mer og at han skal legge seg, får han trusler om at jenta skal dele bildene og filmene hun fikk av han til hans venner på skolen.	Gi felles kunnskap om temaet Øve på å snakke om temaet



Film om Levi: https://youtu.be/IBKtvbveV4?si=z4bxHqQm6Rsy_Eih Varighet: 10.31 minutter <i>Prosess til refleksjonsspørsmålene: Åpen dialog med klassen, rekke opp hånda. Fordi temaet er vanskelig for noen, er det fint at de ivrige og trygge barna leder an, mens andre kan lytte og lære.</i> Refleksjonsspørsmål til bilde 1: Hvorfor kan det være bra for barna at foreldrene spør om hva de gjør og hvem de snakker med på nett? La elevene komme med forslag, lærer kommer med innspill ved behov. <i>For eksempel:</i> <i>Fordi foreldre skal bry seg om hva sine barn gjør på nett, så foreldre kan hjelpe sine barn hvis de opplever ugreie ting på nett, for å hjelpe barn å sette grenser på nett.</i> Refleksjonsspørsmål til bilde 2: Hva tror dere Levi tenkte og følte da han fikk den første snap'en av «SofieStar» når hun er lettkledd? La elevene komme med forslag, lærer kommer med innspill ved behov. <i>For eksempel:</i> <i>Han kan kjenne på følelser som spenning, glede, føle seg spesiell og kjenne på oppmerksomhet.</i> Refleksjonsspørsmål til bilde 3: Hvis mammaen til Levi ikke hadde vært så forståelsesfull og hjelpsom, hva kunne Levi gjort da? La elevene komme med forslag, lærer kommer med innspill ved behov. <i>For eksempel:</i> <i>Han kunne sagt det til en annen voksen som han er trygg på, f.eks. pappaen, lærer, foreldre til venner, helsesykepleier o.l. Han kunne også ringt Alarmtelefonen og snakket med noen der.</i>	Felles refleksjon Øve på å lytte til andre, dele egne tanker og vente på tur i samtalen Alle blir sett
---	---



	Refleksjonsspørsmål til bilde 4: Hvordan kan vi vite at Levi ble utsatt for et seksuelt overgrep på nett i denne filmen? La elevene komme med forslag, lærer kommer med innspill ved behov. <i>For eksempel:</i> <i>I slutten av filmen ser vi at det sitter en voksen mann bak skjermen og ikke ei ungdomsjente. I slike situasjoner hvor voksne mennesker utgir seg for å være noen andre og presser barna til å sende bilder av seg selv når de er nakne eller gjør seksuelle handlinger, utøver de seksuelt overgrep på nett. Dette er like ulovlig som å utøve seksuelt overgrep fysisk.</i> Øvelse - Grenser Læreren leser opp påstandene, og elevene svarer med å vise tommel opp, ned eller midt imellom. 1. Det er greit at noen gir meg en klem uten å spørre 2. Det er greit at noen tar bilde av meg uten å spørre 3. Det er trygt å snakke med folk jeg ikke kjenner på nett 4. Jeg sier ifra hvis noen legger ut et bilde av meg jeg ikke liker 5. Jeg kan snakke med foreldrene mine om ekle ting på internett 6. Jeg tør å si nei når noen ber meg om å sende et bilde 7. Jeg tør mer på internett enn på ekte 8. Jeg sier ifra når noen gjør noe jeg mener er ugreit	
Opplysning	Fortell om Alarmtelefonen 116 111 Gå inn på nettsiden og vis filmen om Alarmtelefonen. Om noe er vondt eller vanskelig hjemme kan man ringe til alarmtelefonen. Gå inn på nettsiden og vis filmen. Den varer ca. 30 sekunder	Gi felles kunnskap om temaet



Lek	Amøbeleken <i>Formål:</i> Humor og spenning <i>Beskrivelse:</i> Stein – saks – papir lek. Alle starter på samme nivå på gulvet og krabber rundt som amøber. Du gjør stein-saks-papir med den som er nærmest. Dersom du vinner rykker du opp til neste nivå og blir dinosaur. Da gjør du stein-saks-papir med andre dinosaurer. Dersom du taper, rykker du ned ett hakk og blir amøbe igjen. Dersom du vinner, rykker du opp et hakk til menneske, så prins/prinsesse og til slutt konge/dronning. Nivåer: amøbe – dinosaur – menneske – prins/prinsesse – konge/dronning Amøbe: krabbe rundt på gulvet på alle fire og si «sssss». Dinosaur: gå krokete, samle hendene foran seg som små tyrannosaurus-forbein, klore rundt deg og si «wrææh- wrææh» med aggressiv stemme. Menneske: gå rundt med stil, hendene på hoftene og smil blidt Prins/prinsesse: vink kongelig med handa og si «ding-ding- ding» med høy, pipete stemme. Konge/dronning: gå opp på en stol og nyt synet av alle de vanvittige uttrykkene de andre har. Så gjør du stein-saks-papir med en annen stående konge eller dronning. Hvem faller ned et hakk? Leken er evigvarende – og må avsluttes av en voksen.	Øve prososiale ferdigheter Erfare fellesskap og dele gode opplevelser Relasjonsbygging og vennskapsopplevelser
Oppsummering sammen	Vi setter oss i ringen og oppsummerer sammen. <i>Prosess:</i> Sende en ball e.l. rundt i ringen. Alle får ordet etter tur. Elevene sier en ting hver. Det er helt fint å si det samme som de andre, eller noe annet. Vi tar et spørsmål av gangen. Vi bytter spørsmål underveis, f. eks når 5-6 elever har svart. • Hva likte du i dag? • Hva lærte du? • Hvorfor er dette viktig? • Hva kan vi øve på?	Repetisjon Bevisstgjøring Avslutning og lukking av økta Vi lærer å lytte til hverandre og vente på tur. Alle blir sett.



Hva gjør jeg

VED MISTANKE OM VOLD OG SEKSUELLE OVERGREP MOT BARN?

- for deg som jobber med barn, er offentlig ansatt eller er nabo

SE

- Sår og blåmerker, gjerne flere steder på kroppen (se bilder i elektronisk veileder)
 - Brann- og stikkskader
 - Svimmelhet
 - Søvn og spiseforstyrrelser
 - Vondt i magen
 - Uro og irritabilitet
 - Depresjon
 - Uriagerende eller «pleasende» adferd
 - Reaksjoner ved berøring
 - Hyppige legebesøk og innleggelses på sykehus (med diffuse symptomer)
 - Familien motsetter seg innsyn i familien
 - Bruk av rusmidler
- Vær obs på "skjulte" budskap

SPØR

Prøv å spørre om hva som har skjedd, mens du samtidig ivaretar barnet.

Start gjerne med:

- «Jeg er bekymret» Beskriv det du ser:
- «Det virker som du ofte har vondt i magen»
- «Jeg ser at du har blåmerker på armen».

Fortsett med:

- «Dette gjelder kanskje ikke deg, men min erfaring er at mange som ikke har det så greit hjemme kan få sånne plager. Hva tenker du om det?»
- «Hvordan er det å være deg hjemme?»



Tips!

- Gjentatt det barnet sier.
- Still åpne spørsmål (ikke ledende)
- Bruk støtteord som «hmm...», «ja», «fortell», «fortell men»
- Spør gjerne flere ganger, si «Jeg er her og kom innom hvis du vil snakke med meg».
- Avtal et nytt møte med barnet.

HVA GJØR DU?

- > Informer leder om mistanken din
- > Observer, skriv ned hva som har skjedd, angi tid og sted

AV- KLAR

Et barn kan fortelle om hendelser hjemme litt plutselig, for eksempel i en samlingsstund, i frikvart osv. Inviter da barnet til samtale:

- «Da du sa det ... tidligere i dag, hva mente du da?»
- «Jeg har ikke vært der, fortell så godt du kan...»
- «Hva skjer videre da?»
- «Du har fortalt meg om...»

Utvis varsomhet og ikke spør for detaljert, det er politiet eller barnehusene som foretar avhør av barnet og ønsker være den første som spør barnet om detaljene. Få barnet til å fortelle åpent!

- Når barnet er ferdig med sin fortelling, bekreft det barnet har sagt, og tydeliggjør at det hun/han har sagt er viktig.
- Ikke lov barnet at du ikke skal si det til noen. Forklar at du må snakke med noen andre voksne om det barnet har fortalt, men at du skal fortelle når du gjør det, og hvem du snakker med.

HVA GJØR DU?

- > Noter ned det som barnet har fortalt, så ordrett som mulig. Dokumentasjon er viktig, skriv "mor sier...", "barnet forteller..."
- > Du kan drøfte saken anonymt med barnevern, krisesenter eller politi
- > Drøft gjerne den konkrete saken med leder og helsesøster, der dere sammen legger en plan over hvem som gjør hva, når (akutte tiltak, bekymringsmelding, henviser til hjelpeapparat).

Volden kan ha mange ansikter – den kan være fysisk, psykisk, seksuell, økonomisk eller omsorgssvikt. Følg intuisjonen din!

Vold og overgrep kan skje i alle familier, uavhengig av sosial bakgrunn. Prøv å se bak fasaden!

AVVERGEPLIKT:

Alle har en personlig plikt til å anmelde eller på annen måte avverge og hindre alvorlige forbrytelser.

AKUTT

Når du har grunn til å tro at et barn vil komme til å bli utsatt for vold, har du avvergeplikt.

- ved fysiske skader
- ved symptomer etter psykisk vold
- ved alvorlige trusler
- ved mistanke om seksuelle overgrep
- når barnet viser redsel for å gå hjem
- når barnet blir hentet av ruset foreldre
- ved mistanke om nært forestående eller gjennomført kjønnslemlestelse eller tvangsekteskap

> Politiet varsles umiddelbart.

Barnevernet / barnevernvakta

varsles samtidig.
NB! Ved mistanke om vold mot barn, skal IKKE foreldre kontaktes.

Ved synlige skader, ta gjerne bilder med egen telefon. Vurder om barnet skal til lege for å sikre bevis.

Din plikt er selve varslingen. Politiet vil etterforske og sørge for avhør ved barnehusene.

Vær oppmerksom på at faktorer som samlivsbrudd, arbeidsledighet, sykdom, trygd og rusmisbruk i familien kan bety økt risiko for alvorlig vold.

HANDLE



HVA GJØR DU VED MISTANKE OM AT ET BARN UTSETTES FOR VOLD?

> Bekymringsmelding sendes barnevernet

Den skal inneholde: Personalia, årsaken til bekymring – hva har du sett, hørt, observert, oppgi kontaktperson og hva som allerede er gjort.

Meldingen sendes i samarbeid med leder. Hvis leder motsier seg å signere, har du et selvstendig ansvar for å sende meldingen med din underskrift.

Barnevernet gir melderens tilbakemelding når melding er mottatt og undersøkelsen er avsluttet. Som venn eller nabo får du kun vite om meldingen er mottatt.

Husk!

Du skal kun melde fra om din bekymring. Det er barnevernet som undersøker saken og avgjør videre tiltak.

> Anonyme drøftinger

Er du usikker? Ring barnevernet for å drøfte saken anonymt.

HVIS SAKEN ER HENLAGT, MEN VOLDEN FORTSETTER?

> Ny melding til barnevernet.

Meld forholder på nytt til barnevernet, som i mellomtiden kan ha mottatt flere bekymringsmeldinger.

> Informasjon om hjelpetilbudene til hjemmet

Gi elever og foreldre informasjon om vold i nære relasjoner og hjelpetilbudene. Send med brosjyrer hjem eller del ut på foreldremøter. Mosseregionen har egen brosjyre med felles info om krisesenter, familievern, konfliktråd, sinnemestringskurs. (Krisesenteret har brosjyrer og undervisningsmateriel)

MELDEPLIKT:

Du har en selvstendig plikt til å melde til barnevernstjenesten ved mistanke om vold mot barn.



VIKTIGE TELEFONNUMRE

Barnevern, vakttelefon	Politiet	Kompetanseteamet mot tvangsekteskap, kjønnslemlestelse og negativ sosial kontroll
98901100	02800/112	47809050
Krisesenteret IØK	Statens Barnehus Moss	
69894569	45979800	
Helsestasjonen IØK	Alarmtelefonen barn og unge	
69702000	116 111	

