

A watercolor-style portrait of a man with dark, wavy hair and a beard. He is looking directly at the viewer with a serious expression. The background is a mix of muted colors, including shades of blue, grey, and orange. The style is soft and textured, with visible brushstrokes and color blending.

Osynliga sår

Lärarhandledning
Säsong 1 och 2

FÖRORD TILL LÄRARE



Skolan är den enskilt viktigaste aktören för barn i samhället. Det är skolan som når alla barn och skolan som kan fånga upp de barn som inte mår bra och som kanske inte har föräldrar som kan hjälpa till. Vi vet tyvärr via undersökningar/forskning att barn som far illa på olika sätt finns i varje klass. Att ge dem möjligheten att se att andra kan ha det på samma sätt och att det finns hjälp att få är bland det största du som lärare kan ge dina elever.

Reyhaneh Ahangaran, barnpsykolog och författare

Det är förstas svårt att säga exakt hur många barn som blivit utsatta för våld eller övergrepp i olika former, eller som lever med en icke-fungerande förälder. Samlade undersökningar pekar dock mot att ungefär **var femte barn** lever i någon form av utsatthet. Du som lärare är en nyckelspelare i att hjälpa till att upptäcka de här barnen. Många berättar nämligen aldrig om sin situation för en vuxen; det vanligaste är att de berättar för en jämnårig. Om de berättar. Mörkertalet är stort. Att du läser den här handledningen och visar programserien *Osynliga sår* i klassrummet är ett steg på vägen mot förändring.

Det samlade forskningsläget visar på fyra viktiga delar i arbetet för att upptäcka barn som lever med våld:

- **INFORMERA** barnen om deras rättigheter och gör frågor om våld mindre svåra att tala om.
- **FRÅGA** ett barn direkt om du misstänker att det far illa. Konkreta frågor underlättar för barnet att öppna sig och våga berätta.
- **STÖTTA** genom att lyssna och finnas där när ett barn behöver prata.
- **SLÅ LARM** om du misstänker att ett barn far illa.

Programserien är uppdelad i sex delar: sexuella övergrepp, våld, hedersförtryck, missbruk, ångest och grooming. Syftet med serien är att upplysa eleverna om deras demokratiska rättigheter, och visa vilka sociala skyddsnät som finns i deras omgivning. Lärarhandledningen är utformad för att guida dig som lärare – före visning av serien till efter visning. Titta också på klippet "[Osynliga sår: Till dig som pedagog](#)" för att förbereda dig inför samtalen.

När jag arbetade som pedagog i en verksamhet för barn med behov av miljöombyte fick jag göra många orosanmälningar till socialtjänsten i mitt arbete. Jag har varit med om att barn känner sig oändligt svikna när jag har gjort detta. De har vägrat att prata med mig i veckor, de har skrikit och gråtit, en hotade till och med att ta sitt liv. Arga föräldrar har ringt mig och frågat varför jag förstört deras familj. I stunden är det fruktansvärt och nästintill outhärdligt, men flera av dessa barn har sedan kommit till mig några år senare och tackat för att jag gjorde det jag gjorde. Det jag var tvungen att göra. Om du känner oro för en av dina elever: anmäl din oro. Och kom ihåg: du är inte ensam. Du har rätt till stöd. Det är för barnens skull. Barn är starka! Tillsammans kan vi jobba för alla barns rätt till en uppväxt fri från våld, övergrepp och förtryck.

Joy Klackenberg, producent på UR

OM PROGRAMSERIEN

Serien *Osynliga sår* beskriver och gestaltar barns erfarenheter av utsatthet.

Syftet med serien är att lyfta barnets rättigheter i enlighet med svensk lag och barnkonventionen.

Syftet är också att lyfta känslan av skuld och skam från det utsatta barnets axlar och förhoppningsvis ge modet att våga berätta för en vuxen vad det har utsatts för. Serien riktar sig primärt till elever på mellanstadiet, men fungerar också på högstadiet.



Sedan 2011 står det inskrivet i den svenska läroplanen att skolan är skyldig att undervisa om barnkonventionen. I barnkonventionen står det också:

Artikel 29: Skolan ska hjälpa barnet att utvecklas och lära barnet om mänskliga rättigheter.

Kopplingar till läroplanen i samhällskunskap årskurs 4-6

Undervisningen i samhällskunskap ska behandla följande centrala innehåll:

Individer och gemenskaper

– Sociala skyddsnet för barn i olika livssituationer, i skolan och i samhället.

Rättigheter och rättsskipning

– De mänskliga rättigheterna och deras betydelse, inklusive barnets rättigheter i enlighet med barnkonventionen. Principen om likabehandling, inklusive skydd mot diskriminering.

Källa: Skolverket

Avsnittsförteckning

Sida

Säsong 1

Avsnitt 1: Våld i hemmet

Koppling till barnkonventionen, artikel 19:
 "Barn ska skyddas mot alla former av fysiskt eller psykiskt våld, skada eller övergrepp, vanvård eller försumlig behandling, misshandel eller utnyttjande, inklusive sexuella övergrepp."



7

Avsnitt 2: Sexuella övergrepp

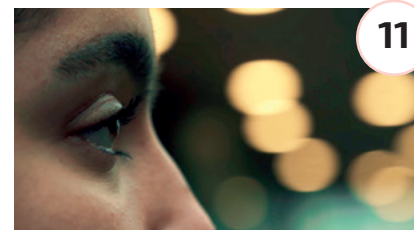
Koppling till barnkonventionen, artikel 34:
 "Barn ska skyddas från alla former av sexuellt utnyttjande och sexuella övergrepp."



9

Avsnitt 3: Hedersförtryck

Koppling till barnkonventionen artikel 16: "Barn har rätt till ett privatliv."
 Koppling till barnkonventionen artikel 19: "Barn ska skyddas mot alla former av fysiskt eller psykiskt våld, skada eller övergrepp, vanvård eller försumlig behandling, misshandel eller utnyttjande, inklusive sexuella övergrepp."

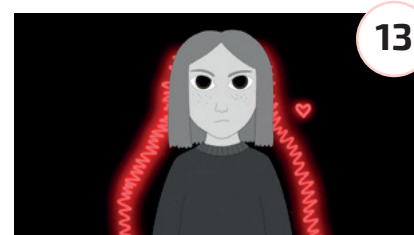


11

Säsong 2

Avsnitt 1: Missbruk

Koppling till barnkonventionen, artikel 31:
 "Barn har rätt till lek, vila och fritid."



13

Avsnitt 2: Ångest och tvångstankar

Koppling till barnkonventionen, artikel 31:
 "Barn har rätt till lek, vila och fritid."



15

Avsnitt 3: Grooming

Koppling till barnkonventionen, artikel 34:
 "Barn ska skyddas från alla former av sexuellt utnyttjande och sexuella övergrepp."



17

INFÖR ANVÄNDNING AV PROGRAMMEN

Eftersom dessa program kan komma att väcka starka känslor är det viktigt att du tittar på programmen själv innan du visar dem för eleverna. Kanske kan ni titta tillsammans i arbetslaget för att utforma lektionen? Det kan också vara en bra idé att ha med elevhälsovårdsteamet i arbetet om det är möjligt. Informera övrig personal på skolan om att ni arbetar med detta, och informera eventuellt också vårdnadshavarna i ett veckomejl eller motsvarande.

Att visa Osynliga sår för elever är att ge dem möjlighet att förstå ett annat barns situation, men också möjlighet att lära sig om barnkonventionen och vad det finns för sociala skyddsnät. Viktigt är att komma ihåg att det rör sig om undervisning. Sätt upp ramar för undervisningen, till exempel att man får säga pass om man inte vill besvara en fråga eller att man inte ska berätta sina största hemligheter för hela klassen. Du är lärare även i den här typen av undervisning, inte socialtjänst eller psykolog.

Ta också hjälp av klippet **"Osynliga sår: Till dig som pedagog"** för att förbereda dig inför samtal som kan vara av lite svårare karaktär.

Har ni skolkurator och skolsköterska på skolan är det ett bra tillfälle för dem att närvara en stund i klassrummet och berätta hur man når dem. Informera även eleverna om att det vid behov går bra att prata enskilt efteråt. För barnen den introduktionen ökar chansen att de som är utsatta berättar. Det är alltid viktigt att visa att det finns många vuxna som kan och vill hjälpa till.



Klicka på bilden för att komma till klippet

Om ett barn vill prata finns det sådant som är värt att ha med sig in i samtalet:

- **SKAPA TRYGGHET** – se till att ni kan prata ostört på en plats där barnet är tryggt.
- **SKAPA LUGN** – stäng av eventuella störningsmoment och se till att ni inte blir störda.
- **LYSSNA KLART** – låt barnet prata tills det själv signalerar att det är klart.
- **FRÅGA** – våga fråga om specifika saker som du undrar över. På så sätt hjälper du barnet att göra ämnet mindre känsligt och svårt.
- **INGE HOPP** – berätta för barnet att det finns många vuxna som vill hjälpa till och att du ska göra allt du kan för att barnet ska kunna få det bättre. Betona också att det aldrig är barnets fel när vuxna gör saker mot barnet och att det är väldigt modigt att berätta om de här sakerna.

Kom ihåg att du inte kan lova barnet att du inte ska berätta för någon med tanke på anmälningsplikten, men du kan lova att försöka se till att barnet får hjälp.

Förberedelser inför lektionen

- 1) Om du har en elev i klassen som du vet har delade erfarenheter med någon av de medverkande så ta den avsidet innan lektionen och berätta vad ni ska se. Ge eleven möjlighet att inte delta under visningen av programmet om det känns för jobbigt.
- 2) Inled lektionen med att berätta vad ni ska titta på så att eleverna är förberedda.
- 3) Se till att det finns ordentligt med tid efter att ni har tittat på programmet.
- 4) Skriv upp nummer och webbadress till viktiga aktörer som hjälper barn som utsatts för våld, till exempel Bris (116 111/bris.se).
OBS! Nämn att samtal till Bris får vara anonyma och syns inte på telefonräkningen.
- 5) Skriv upp aktuell artikel ur barnkonventionen på tavlan.
- 6) Låt eventuellt barnen rita/skriva fritt samtidigt som de tittar. Detta kan stärka såväl koncentrationen som möjligheten att ta till sig innehållet.
- 7) Informera eleverna om var de kan se programmet igen om de vill se det själva (urplay.se).

Vem ska man vända sig till som barn om man behöver hjälp?

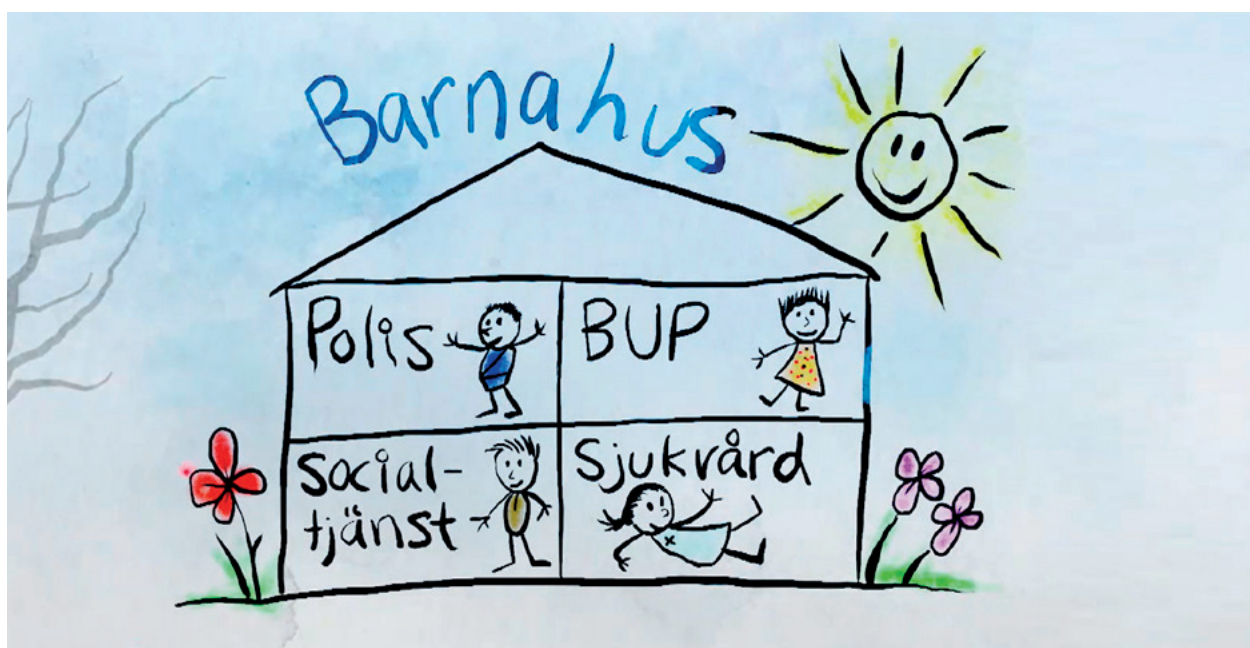
Förslag:

På skolan

- fritidspersonal
- lärare
- elevhälsovårdsteam

Utanför skolan

- Ditt ECPAT – hjälp vid hot och kränkningar på nätet eller IRL <https://dittecpat.se/>
- Bris – 116 111/bris.se
- Polisen/Barnahus – 114 14/
- BUP, Barn och ungdomspsykiatri www.bup.se
- UMO-ungdomsmottagningen på nätet www.umo.se
- Socialtjänsten – Koll på soc www.kollpasoc.se





Klicka på bilden för att komma till programmet

Avsnitt: Våld i hemmet

Koppling till barnkonventionen, artikel 19:

”Barn ska skyddas mot alla former av fysiskt eller psykiskt våld, skada eller övergrepp, vanvård eller försumlig behandling, misshandel eller utnyttjande, inklusive sexuella övergrepp.”

Viktor berättar om styvpappans misshandel. I sin berättelse beskriver han hur våldet var en del av hans vardag och hur han gjorde för att försöka undvika att bli slagen. Han försöker lista ut vad som leder till våldet och önskar hela tiden att styvpappan ska ha haft en bra dag.

Det här är barnmisshandel:

Fysisk misshandel är när ett barn blir skadat, sjukt, får ont eller blir riktigt rädd för att någon slår barnet, eller nyper, sparkar, knuffar, kastar, skakar, luggar, river eller biter barnet. Eller att någon trampar eller stampar på det eller tvingar in saker i barnets mun. Det är fysiskt våld att förgifta, bränna, skålla, riva, försöka dränka eller kväva barnet. Varje form av kroppslig bestraffning är fysiskt våld.

Det är också misshandel när föräldrar brister i omsorg så att barnet riskerar att skadas fysiskt, till exempel när ett barn lämnas ensam eller när barn inte får tillräckligt med mat och dryck, eller att kläderna inte är anpassade efter årstiden. Vanvård räknas också som barnmisshandel.

Psykisk misshandel är när ett barn systematiskt utsätts för nedvärderande omdömen, nedbrytande behandling eller avsiktligt känslomässigt lidande. Orimliga bestraffningar, förlöjligande, hån, nedvärdering, avvissande, utfrysning, orimliga krav, påtvingad isolering från sociala kontakter, att inte få delta i åldersanpassade aktiviteter, konstant vägran att lyssna till barnets synpunkter.

Läs mer om våld mot barn:

Unicef: <https://unicef.se/fakta/vald-mot-barn>

Barnafrid: <https://barnafrid.se/kunskapsportal/basprogram/>

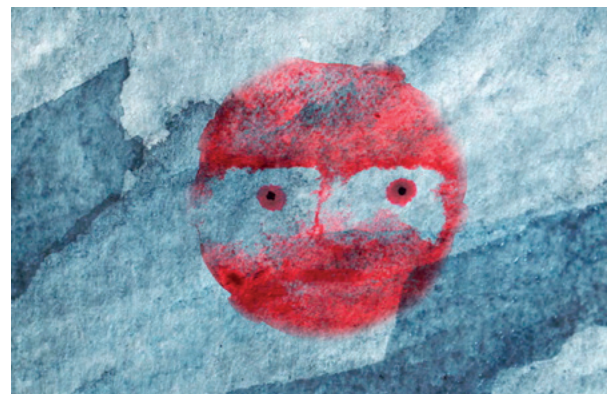


Samtalsfrågor

Inled med att fånga upp elevgruppen.

Vad känner de efter att ha sett det här avsnittet?

- Hur tror ni att det gick för pojken?
- Vad är barnmisshandel?
- Hur kommer det sig att man kan skämmas fast man vet att vuxna gör fel, tror ni?
- Hur hittar man någon att lita på? Någon man kan berätta för?



Bildövning

Rita en bild av vad du tror hände Viktor efter det att programmet tog slut. Det kan vara en känsla, en händelse eller kanske bara en färg. Inget är rätt eller fel – du ritar precis vad du själv tänker och vill.

Skrivövning

Skriv ett brev till någon som är med i det här avsnittet. Kanske vill du säga något till Viktor, eller någon annan i hans familj? Inget är rätt eller fel – du skriver precis vad du själv tänker och vill.

Vad kan du som lärare göra?

INFORMERA – Du kan berätta för barnen att all form av misshandel är helt förbjudet och att du som vuxen finns här och kan hjälpa till.

FRÅGA – Du kan fråga barnet hur det mår eller hur det har det hemma om du misstänker att det inte mår bra.

STÖTTA – Du kan lyssna om något barn berättar att det lever med våld i sin närmiljö.

SLÅ LARM – Du ska anmäla din oro till socialtjänsten om du

Ta stöd av dina kollegor om du känner oro för en av dina elever.

TÄNK PÅ ATT
misstankar om
grov misshandel ska
anmälas omedelbart,
utan att föräldrarna
kontakts.



Avsnitt: Sexuella övergrepp

Koppling till barnkonventionen,
artikel 34: "Barn ska skyddas mot
alla former av sexuellt utnyttjande
och sexuella övergrepp."

Klicka på bilden för att
komma till programmet

I det här avsnittet berättar Hanna hur hennes pappa förgrep sig på henne från det att hon var sju år tills hon var 13. Hon berättade aldrig för någon och kände sig väldigt ensam under hela låg- och mellanstadiet. Avsnittet slutar med att Hanna får hjälp. Hon berättar för en kompis som mot Hannas vilja berättar för vuxna. Hon är lättad över att han gjorde det.

Om sexuella övergrepp

Sexuella övergrepp, eller sexuellt våld, är när någon tar på en annan persons kropp på ett sätt som inte känns bra för den personen. Det är också om någon tar bilder eller filmar ett barns kropp mot barnets vilja, eller om någon tvingar barnet att lägga upp bilder på sin kropp på nätet. Övergreppen kan ske med eller utan fysisk kontakt, av en vuxen eller ett annat barn. Övergrepp som sker inom familjen pågår ofta under en lång tid innan de upptäcks.

Läs mer om sexuella övergrepp:

ECPAT: <https://www.ecpat.se/>

Rädda barnen: Stopp! Min kropp! – läs mer [här](#).

Se en föreläsning om Stopp! Min kropp! och sexuella övergrepp [här](#).



Samtalsfrågor

Inled med att fånga upp elevgruppen.

Vad känner de efter att ha sett det här avsnittet?

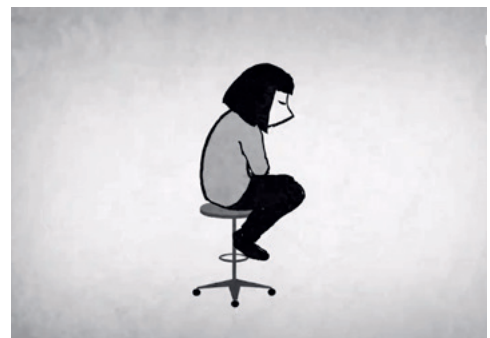
- Hur kan man visa andra att man har rätt till sin egen kropp?
- Hur visar man respekt för sin egen och andras kroppar?
- Vad är samtycke?
- Vad är ett sexuellt övergrepp?
- Vad är sexuella övergrepp på nätet?
- När får man bryta ett förtroende för att hjälpa en vän?
- Vilka vuxna kan man berätta för – på skolan? utanför skolan?



Bildövning

Vad i Hannas historia fastnade hos dig? Det kan vara en känsla, en händelse eller kanske bara en färg.

Inget är rätt eller fel – du ritar precis vad du själv tänker och vill.





Skrivövning

Skriv ett brev till någon i det här avsnittet. Kanske vill du säga något till Hanna, eller till Hannas kompis? Beskriv i brevet vad du tänker och/eller känner när du hör Hannas historia. Inget är rätt eller fel – du skriver precis vad du själv tänker och vill.

Vad kan du som lärare göra?

INFORMERA – Du kan berätta för barnen att all form av sexuella övergrepp är förbjudet. Du kan också prata med barnen om samtyckeslagen och vad samtycke egentligen innebär.

FRÅGA – Du kan fråga barnet hur det mår eller hur det har det hemma om du misstänker att det inte mår bra.

STÖTTA – Du kan lyssna om något barn berättar att någon gjort något mot deras kropp som inte kändes bra och berätta att du finns där för att hjälpa.

SLÅ LARM – Du ska anmäla din oro till socialtjänsten om du misstänker att ett barn far illa.

Ta stöd av dina kollegor om du känner oro för en av dina elever.

TÄNK PÅ ATT
misstankor om sexuella övergrepp i hemmet ska anmälas genast, utan att föräldrarna kontaktas. Men du föregriper inte en polisutredning genom att fråga: "Har någon gjort något med din kropp som du inte velat?"





Klicka på bilden för att komma till programmet

Avsnitt: Hedersförtryck

Koppling till barnkonventionen,
artikel 16: "Barn har rätt till ett privatliv."
artikel 19: "Barn ska skyddas mot alla former av fysiskt eller psykiskt våld, skada eller övergrepp, vanvård eller försumlig behandling, misshandel eller utnyttjande, inklusive sexuella övergrepp."

I det här avsnittet berättar Sara hur hennes pappa kontrollerar henne. Hon berättar att han har inloggningen till hennes App Store så att hon inte får ladda ned några appar, hur han läser hennes sms och bestämmer att hon inte får ha några killkompisar. Sara blir väldigt bra på att ljuga och hon beskriver det som att hon blir två personer "hemma var man liksom pappas lilla oskyldiga flicka som aldrig skulle gå nära en kille eller så, men när man kom ut och var med sina kompisar så var man liksom sig själv".

Sommaren när Sara ska fylla 15 så kommer hennes pappa på henne med att ha haft några kompisar hemma i lägenheten. Han misshandlar henne och hon rymmer sedan hemifrån.

Om hedersförtryck och hedersvåld

Det är viktigt att ha i åtanke när vi diskuterar hedersproblematik att våldet och förtrycket är detsamma som när det kommer till annat våld i nära relation. Att specifikt prata om och belysa det hedersrelaterade våldet och förtrycket innebär inte att det är väsensskilt från annat våld.

Läs mer om hedersförtryck:

Hedersförtryck.se [här](#)

Rädda barnen: Kärleken är fri, läs mer [här](#).

Fryshuset Elektra läs mer [här](#).

Den berättelse som Sara berättar är en uppväxt med våld som sker i hederns namn. För att kunna bemöta barn och unga som befinner sig i en liknande situation som Saras, eller riskerar att hamna i den, behöver vi förstå de mekanismer och traditioner som ligger bakom den här typen av förtryck. Det är också viktigt att ha i åtanke att skadlig kontroll av barn sker i flera olika kontexter, inte bara i kulturer som klassas som så kallade "icke-svenska". Det finns mycket samlat material för att stödja lärare i arbetat med att upptäcka barnen som lever i den här formen av utsatthet. Bland annat så har Nationella kompetensteamet en specialanpassad sida för skolan med samlad handledning och information. Läs mer på Hedersförtryck.se [här](#).



Samtalsfrågor

Inled med att fånga upp elevgruppen.

Vad känner de efter att ha sett det här avsnittet?

- När har vuxna rätt att bestämma över dig?
- Vad är att bestämma "för mycket"?
- Varför tror du att vissa vuxna bestämmer för mycket?
- När har du rätt att säga ifrån mot dina föräldrar?
- Vad innebär det att ha ett privatliv?
- Var kan man vända sig om man tycker att föräldrarna kontrollerar en själv?
- Får en förälder slå sitt barn? Vad kan man göra om en förälder gör så?



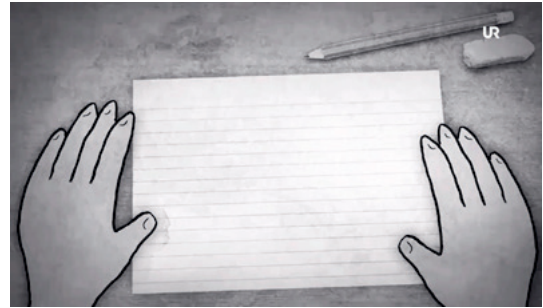
Bildövning

Vad bestämmer du över? När känner du dig fri? Rita en bild av frihet, som den ser ut för dig. Det kan vara en känsla, en händelse eller kanske bara en färg. Inget är rätt eller fel – du ritar det du själv tänker och vill.



Skrivövning

Skriv ett brev till någon i det här avsnittet. Kanske vill du säga något till Sara, eller till Saras pappa? Beskriv i brevet vad du tänker och/eller känner när du hör Saras historia. Inget är rätt eller fel – du skriver precis vad du själv tänker och vill.



Vad kan du som lärare göra?

INFORMERA – Du kan prata med dina elever om bestämmande kopplat till rätten att ha ett privatliv och få älska vem man vill.

FRÅGA – Du kan fråga barnet hur det mår eller hur det har det hemma om du misstänker att det inte mår bra.

STÖTTA – Du kan lyssna om något barn berättar att det lever med våld i sin närhet.

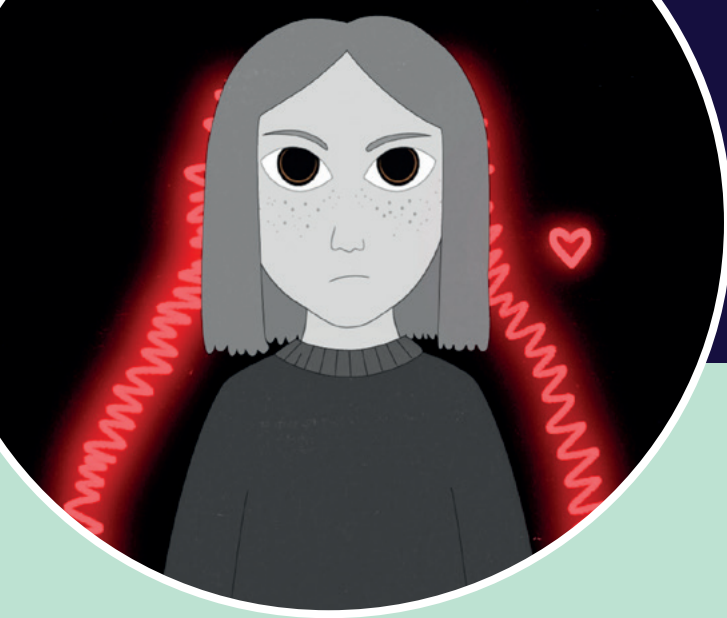
SLÅ LARM – Du ska anmäla din oro till socialtjänsten om du misstänker att ett barn far illa.

Ta stöd av dina kollegor om du känner oro för en av dina elever.

Varnings signaler att vara uppmärksam på

- Övervakning och kontroll av syskon eller andra familjemedlemmar.
- Olika villkor för syskons deltagande i sociala sammanhang.
- Olika kläd- och beteendekoder i och utanför skolan.
- Rigid kontroll av fritiden, exempelvis att eleven inte får delta i aktiviteter utanför skolan, får inte delta vid skolresor.
- Få eller inga kamratkontakter utanför skolan.
- Önskemål hemifrån om undantag från viss undervisning, till exempel musik, gymnastik, sex- och samlevnadsundervisning.
- Kontinuerliga somatiska symptom som magvärk, huvudvärk och illamående.
- Återkommande frånvaro och skolk.
- Koncentrationssvårigheter och försämrade studieresultat.

Källa: hedersfortryck.se



Avsnitt: Missbruk

Koppling till barnkonventionen,
artikel 31: "Barn har rätt till lek,
vila och fritid."

Klicka på bilden för att
komma till programmet

I det här avsnittet berättar "Noel" hur det är att växa upp med en pappa som dricker för mycket. "Noel" blir väldigt bra på att anpassa sig efter sin pappas humörsvägningar och blir som flera personer i en. I skolan är det jobbigt och han känner sig väldigt ensam. Han ber sin pappa att sluta dricka, men pappan vill inte. Therése Eriksson, grundare av organisationen Maskrosbarn, läser ur sin bok "Vi har ju hemligheter i den här familjen", och berättar om sin mammas beroendesjukdom. I avsnittet medverkar också Oskar Palmbäck som arbetar på Ersta vändpunkten, en stödverksamhet för anhöriga till någon med beroende.

Om beroende

Drygt var femte barn i Sverige beräknas idag växa upp med en förälder som dricker för mycket, enligt Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning (CAN). När man lever med en förälder som har ett beroende så är risken stor att det påverkar tillvaron negativt. Anpassning, medberoende och att ta mycket vuxenansvar tidigt i livet är vanligt. Det skiljer sig mycket åt i hur påverkat ett barn blir, men det är inte ovanligt att barn i den här familjesituationen gör allt de kan för att dölja föräldrarnas beroende för utomstående.

Att känna skam och ta på sig skuld är något som nästan alla barn med missbrukande föräldrar uttrycker att de känner. Detta kan också leda till försämrad psykisk hälsa hos barnet och försummelse vad gäller mat, kläder och omsorg från föräldern som har en beroendesjukdom.

Här kan man läsa mer om beroende och få stöd som anhörig:

JUNIS har stödgrupper för barn till föräldrar med alkoholberoende.

De finns i hela landet. Läs mer här:

<https://www.junis.se/om-junis/>

1177 skriver om alkoholberoende här:

<https://www.1177.se/sjukdomar--besvar/psykiska-sjukdomar-och-besvar/beroende-och-skadligt-bruk/alkoholberoende/>

UMO har en samlingssida om alkohol, tobak och narkotika här: <https://www.umo.se/tobak-alkohol-droger/>



Samtalsfrågor

Inled med att fånga upp elevgruppen.

Vad känner de efter att ha sett det här avsnittet?

- Hur tror du att Noel kände när hans pappa inte tvättade eller städade hemma?
- Varför tror du att Noel inte berättade för någon om vad som hände med hans pappa?
- Vad är "bra" hemligheter och vad är "dåliga" hemligheter?
- Kan man älska någon och samtidigt vara arg på den?
- Vad kan man göra om man känner att en förälder glömmer bort att ta hand om en själv för att den ofta är full?



Bildövning

Rita en karaktär eller en händelse ur avsnittet. Det kan vara något som hände, eller något som du önskar skulle ha hänt.



Skrivövning

Skriv ett brev till någon i det här avsnittet. Kanske vill du säga något till Noel eller Therese? Beskriv i brevet vad du tänker och/eller känner när du hör dem berätta sin historia. Inget är rätt eller fel – du skriver precis vad du själv tänker och vill.

Vad kan du som lärare göra?

INFORMERA – Du kan prata med dina elever om vad ett missbruk är och när det är viktigt att berätta för en annan trygg vuxen om ens förälder dricker för mycket.

FRÅGA – Du kan fråga barnet hur det mår eller hur det har det hemma om du misstänker att det inte mår bra.

STÖTTA – Du kan lyssna om något barn berättar.

SLÅ LARM – Du ska anmäla din oro till socialtjänsten om du misstänker att ett barn far illa.

Ta stöd av dina kollegor om du känner oro för en av dina elever.





Avsnitt: Ångest och tvångstankar

Koppling till barnkonventionen,
artikel 31: "Barn har rätt till lek,
vila och fritid."

Klicka på bilden för att
komma till programmet

I det här avsnittet berättar "Liam" hur det är att ha ångest och känna sig utanför. "Liam" får hjärtklappning, hög puls och panikkänslor när han tror att kompisarna hittar på något utan honom. Han vet inte då att det han känner är ångest och flyr från den genom att spela. För Tilda är vardagen svår att få ihop eftersom hon har tvångstankar. Hon tvättar händerna femtio gånger om dagen och har svårt att göra sådant som hennes kompisar gör. Medverkar i avsnittet gör också barnpsykologen Reyhaneh Ahangaran som besvarar frågorna "Vad är ångest?" och "Vad kan jag göra om jag inte mår bra?".

Om ångest och tvång

Att ha ångest är en del av livet, men för vissa blir ångesten och oron stark och riskerar att ta över. Forskningen visar att 5-10 % av barn i Sverige idag uppfyller kriterierna för ångesttillstånd, enligt BUP. Utöver det är det vanligt med orostankar/tvångstankar/tänk om-tankar i förpuberteten, under puberteten och tonåren.

Läs mer om ångest och tvång:

BUPs information om ångesttillstånd och var man kan få hjälp hittar du [här](#).

BRIS skriver om orostankar [här](#).

Svenska OCD-förbundet har samlad information om OCD och tvång [här](#).

Att prata om känslor, både jobbiga och bra, hjälper barn att kunna sätta ord på det som känns inuti och är ett första steg till att våga berätta när man inte mår bra.

Känslan av ångest kan bero på flera olika saker: omständigheter som skapar oro hemma eller i skolan, NPF-diagnoser, rädsla för att hamna utanför eller oro för att misslyckas. Ångesten i sig är aldrig farlig, men kan störa livet så mycket att man hamnar utanför eller inte klarar av skolan. I allvarliga fall kan ångesten göra att livet känns meningslöst.



Samtalsfrågor

Inled med att fånga upp elevgruppen.

Vad känner de efter att ha sett det här avsnittet?

- Varför tror du att Liam inte berättade för kompisarna hur han kände?
- Vad kan man göra om man känner sig mycket orolig?
- Hur beskrev psykologen ångest, vad är det egentligen?
- Tilda tvättade sina händer 50 gånger om dagen. Varför gjorde hon det?
- Varför är känslor viktiga?



Bildövning

Måla en bild av något du tycker om att göra. När känner du dig glad och avslappnad?



Skrivövning

Skriv ett brev till någon i det här avsnittet. Kanske vill du säga något till Liam eller Tilda? Låtsas att du är kompis med någon av dem och precis har fått höra hur de mår, vad skulle du vilja säga då? Inget är rätt eller fel – du skriver precis vad du själv tänker och vill.

Vad kan du som lärare göra?

INFORMERA – Du kan prata med dina elever om att känna oro och att det inte är något farligt i sig.

FRÅGA – Du kan fråga barnet hur det mår eller hur det har det på nätet om du misstänker att det inte mår bra.

STÖTTA – Du kan lyssna om något barn berättar att det blivit utsatt för något som känns obehagligt på nätet eller IRL.

SLÅ LARM – Du ska anmäla din oro till socialtjänsten om du misstänker att ett barn far illa.

Ta stöd av dina kollegor om du känner oro för en av dina elever.





Klicka på bilden för att komma till programmet

Avsnitt: Grooming

Koppling till barnkonventionen, artikel 34: "Barn ska skyddas mot alla former av sexuellt utnyttjande och sexuella övergrepp."

"Ayla" har en vuxen i sin närhet som hon litar mycket på. En dag ber han henne om en nakenbild och eftersom "Ayla" är rädd att förlora den här personen skickar hon en bild fastän det känns fel. Mathilda får kontakt med en "16-åring" som hon börjar tycka mycket om, men han visar sig vara någon annan än han utgett sig för att vara. När han börjar säga att han vill träffas svarar hon nej, men en dag kommer han till hennes skola ändå. Han utsätter henne för övergrepp och tar bilder. Medverkar i avsnittet gör också barnrättsjuristen Isabella Kim som besvarar frågorna "vad är grooming?" och "vad kan jag göra om jag blivit utsatt, eller riskerar att bli det?"

Om grooming

Grooming är, enligt polisens definition, när en person över 15 år tar kontakt med en person under 15 år i sexuellt syfte. Det är olagligt och straffbart i enlighet med brottsbalken 6 avsnitt 10a§.

Sexuella övergrepp eller sexuella ofredanden på nätet är också straffbart, och där görs ingen skillnad i om det sker på nätet eller IRL. Alltså är själva kontakten det som går under definitionen av ordet "grooming", den i sig är straffbar, och fristående från ofredande eller övergrepp även om detta ofta sker i anslutning till att kontakten tagits.

Barn idag lever sina liv såväl online som utanför nätet. Många relationer utspelar sig också på nätet vilket i sig inte behöver vara riskfyllt eller farligt men det är bra att vara vaksam, lära sig känna igen signaler och få nycklar för hur man kan agera i en situation där risken finns att utsättas. Det är också viktigt att polisanmäla om man blivit utsatt även om det kan kännas pinsamt eller läskigt.

Tyvärr ser vi att antalet fall av grooming ökar. Detta syns bland annat genom mängden anmälda groomingbrott till polisen samt det ökade trycket på stödlinjer för barn som utsätts för sexuellt ofredande på nätet. Förövare finns där barnen finns: i sociala medier och spelappar. Förfarandet kan gå till på olika sätt: det kan

Läs mer om grooming:

ECPAT: <https://www.ecpat.se/>

Rädda barnen: Stopp! Min kropp!

– läs mer [här](#).

Polisen: läs mer [här](#).

vara en vuxen person som barnet känner som utsätter barnet, det kan vara en främmande person som utger sig för att vara någon annan, eller en kompis/pojkvän/flickvän som sprider bilder på nätet mot sin kompis vilja.

Ibland byggs kontakten upp över längre tid. Man bygger ett förtroende. Andra gånger kommer det som direkta hot eller är en fråga om utpressning. Det kan också hända att kontakter på nätet leder till att man träffas IRL och där blir utsatt för övergrepp.



Samtalsfrågor

Inled med att fånga upp elevgruppen.

Vad känner de efter att ha sett det här avsnittet?

- Hur beskriver programmet vad grooming är?
- Vad kan man göra om någon frågar om en bild på nätet?
- Är det olagligt att be någon om bilder via sociala medier eller i spelchattar?
- Mathilda följde med killen fast det kändes fel, varför tror du hon gjorde det?
- Kan man lita på att folk är dem som de säger att de är i sociala medier?
- Var kan man vända sig om man har blivit utsatt för grooming?
- Både Saga och Mathilda känner skuld över det som händer, varför?



Skrivövning

Skriv ett brev till någon i det här avsnittet. Kanske vill du säga något till Saga eller Mathilda? Beskriv i brevet vad du tänker och/eller känner när du hör dem berätta. Inget är rätt eller fel – du skriver precis vad du själv tänker och vill.

Vad kan du som lärare göra?

INFORMERA – Du kan prata med dina elever om grooming och trygghet på nätet.

FRÅGA – Du kan fråga barnet hur det mår eller hur det har det på nätet om du misstänker att det inte mår bra.

STÖTTA – Du kan lyssna om något barn berättar att det blivit utsatt för något som känns obehagligt på nätet eller IRL.

SLÅ LARM – Du ska anmäla din oro till socialtjänsten om du misstänker att ett barn far illa. Ta stöd av dina kollegor om du känner oro för en elev.

Ta stöd av dina kollegor om du känner oro för en av dina elever.

TÄNK PÅ ATT

Föräldrar eller vårdnadshavare har också ett ansvar att prata med sina barn om det här, och det finns många bra sidor att läsa på kring hur man kan stötta sina barn i detta.

Polisen har samlat en del tips till föräldrar om hur man pratar med sina barn om grooming [här](#).

Rädda barnen har tagit fram materialet #nätsmart som finns att ta del av [här](#).

Ecpat ger exempel på hur det kan gå till och vad du som förälder kan göra [här](#).

EFTER PROGRAMMEN

Det kan hända att det kommer upp saker i samband med att ni sett programmen tillsammans. Det kan ske i anslutning till lektionen eller en tid efteråt. Se därför till att du har frigjort lite tid efter lektionen och planera helst inte in lektionen så att den genomförs sist en dag. Ge också dina elever möjlighet att få prata enskilt, vid behov. Se mer om det på sida 5.

I referensgruppen av lärare som sett Osynliga sår kom önskemålet upp om att få vägledning i hur man som lärare bör agera för att hjälpa barnet på bästa sätt. UR samtiden spelade sommaren 2020 in föreläsningen "När något har hänt", med legitimerad psykolog Josefine Paulsen på Rädda barnen. Du kan se föreläsningen [här](#). Den skriftliga handboken från Rädda barnen hittar du [här](#).

Om anmälningsplikten och att göra en orosanmälan

Att anmäla sin oro till socialtjänsten går under anmälningsplikten och det är din uppgift som lärare att göra det. Det kan ibland vara svårt att avgöra vad som är vad i barnets berättelse. Diskutera gärna i arbetslaget eller elevvårdsteamet på skolan. URs program Nya lärare frågade psykologen Jenny Klefbom när det är dags att göra en orosanmälan och hur det går till.

Klippet är två minuter: [Hur gör jag en orosanmälan?](#)



Om anmälningsplikten och att göra en orosanmälan

Checklista orosanmälan

1. Berätta allt du vet och hur du fått informationen som är grunden till din oro.
2. Var saklig.
3. Uppge namn och kontaktuppgifter.
4. Skolan informerar föräldrarna om att anmälan har gjorts.

Socialtjänstens jobb

Du som anmäler bör få en bekräftelse på att anmälan tagits emot, av vem och med kontaktuppgifter till den personen. Du får bara veta hur det går om barnets familj tillåter det. Socialtjänstens utredning ska vara klar inom fyra månader.

Föräldrarna har grundlagsenlig rätt att ta del av allt material som socialtjänsten samlar in under utredningen. En utredning kan leda till att familjen klarar av sin situation på egen hand. Eller så har socialtjänsten och föräldrarna kommit fram till att barnet och familjen behöver stöd. Man kan till exempel få samtalsstöd eller avlastning i form av en kontaktfamilj eller stöd i hemmet.

TÄNK PÅ ATT

- Om du känner dig osäker kan du alltid ringa till socialtjänsten och be om råd. Så länge du inte uppger barnets namn betraktas det inte som en anmälan. Fråga om rutinerna, berätta om vad du sett och hört. Vad tycker de?
- Din anmälan får inte vara anonym. Du ska meddela rektor att du gör en anmälan. Det är vanligt att rektor är den som skriver under, men det är inte nödvändigt. Ni kan vara flera som gör en anmälan tillsammans.
- Du är skyldig att anmäla sådant du får kännedom om i tjänsten.

OBS! Om du befarrar att det är fara för barnets liv ska du ringa socialtjänsten direkt för att göra en muntlig orosanmälan som sedan kan kompletteras med en skriftlig anmälan i efterhand. Du kan också alltid ringa 112 vid en sådan situation.

När det gäller misstanke om grov misshandel och sexuella övergrepp är det viktigt att ha klart för sig att man absolut inte får vänta med sin anmälan. En anmälan ska ske genast och utan att man kontakter föräldrarna om man befarrar att det är de som utsätter barnet. Du får nämligen inte föregripa en polisutredning. Är det någon annan som är förövare behöver du självklart även informera föräldrarna.

Många tror att socialtjänsten alltid håller familjer under uppsikt efter en utredning. Det stämmer inte. När en utredning är klar, och man har kommit fram till att familjen inte behöver stödinsatser, får socialtjänsten inte kontakta familjen igen utan att en ny anmälan gjorts. Därför är det viktigt att du anmäler igen om du fortfarande är orolig.

Fler program om barns rättigheter från UR

- **Rättighetsbärarna**

Att barn har egna rättigheter låter så självklart, men vad innebär det egentligen och hur blir vi bättre på att leva upp till dem? Vi lyssnar till barns erfarenheter och berättelser utifrån barnkonventionens olika artiklar. Vi låter även makthavare och experter lyssna, kommentera och ge vägledning.

- **Rättighetsbärarna-expertråd**

Experter ger konkreta råd kring hur yrkesverksamma kan göra för att bland annat inkludera fler, bli bättre på att lyssna och pröva barns bästa. Psykologer, lärare, forskare, läkare, med flera, berättar om hur de själva arbetar och belyser var de ser brister i hur barns rättigheter blir tillgodosedda.

- **Barnens rätt**

I fem radiodokumentärer berättar barn om sina erfarenheter. Genom att höra hur andra barn reflekterar och tänker kan lyssnaren börja fundera över sin egen vardag och samtalen kan börja. Varje avsnitt är fristående och knyts till artiklar i barnkonventionen.

- **Med all rätt**

I tio korta dramatiserade berättelser sätts olika artiklar från barnkonventionen in i sammanhang där barn som bor i Sverige kan känna igen sig själva eller sina klasskamrater. Berättelserna belyser barns rättigheter med syftet att ge en ökad förståelse för när dessa rättigheter kränks.

- **Snacka om sex**

Vi pratar om sådant du behöver veta om din kropp, dina känslor och dina relationer. Vi tittar närmare på allt från hormoner, målbrott och mens till samtycke, könsidentitet och kärlekens kemi.

Läs mer om

- **Sexuella övergrepp**

[Rädda barnens handbok "Detta borde alla veta om sexuella övergrepp mot barn" – tillgänglig som pdf](#)

- **Våld mot barn**

[Barnafrid – basprogram om våld mot barn för lärare och andra yrkesverksamma](#)

- **Hedersförtryck och hedersrelaterat våld**

[Hedersförtryck.se – för skolan och förskolan](#)

- **Socialtjänsten och orosanmälan**

[Skolverket – skolans ansvar för barn som far illa](#)

- **Att vara ett stöd för barn och unga**

[Bris – stöd för unga och vuxna](#)

Upphovsrätten till innehållet i den här lärarhandledningen tillkommer UR, om inte något annat särskilt anges. Lärarhandledningen får fritt kopieras, distribueras digitalt och visas i undervisningssammanhang. När lärarhandledningen eller delar av innehållet används på olika sätt ska den ideella upphovsrätten iakttas.

Det här betyder att du som lärare i din undervisning bland annat får kopiera upp så många kopior du behöver av hela eller delar av lärarhandledningen och dela ut till elever, tillhandahålla den digitalt till eleverna i en elevportal eller liknande, eller visa i en Powerpointpresentation. Viktigt att tänka på när du använder lärarhandledningen, på olika sätt, är att det alltid ska gå att se vem eller vilka som har upphovsrätten. Om lärarhandledningen kopieras upp i sin helhet så framgår det redan, men om det är så att du väljer att bara använda någon del behöver du skriva i anslutning till det du använder vem eller vilka det är (UR och/eller annat namn, som framgår i lärarhandledningen).