



TALA MED DITT BARN
— om sexuella trakasserier

Vi känner oss alla trygga i att tala om tandborstning och familjens gemensamma regler med våra barn – vi behöver nu skapa en liknande självklarhet i att föra samtal och reflektioner med våra barn om våld, kön och sexualitet. Ju tidigare vi börjar prata med våra barn, om kroppslig integritet och respekt för både våra egna och andras kroppar, desto tidigare har våra barn en möjlighet att skapa trygghet i och förståelse för egna och andras gränser.

**”FÖRLÅT. JAG
SKULLE HA FRÅGAT
DIG FÖRST”**

”SLUTA”

**”RÖR MIG
INTE”**



***ICKE-BINÄR:** en könsidentitet som ligger mellan eller bortom de traditionella könskategorierna man och kvinna eller en person som väljer att inte definiera sin könsidentitet

Varför och hur uppkommer sexuella trakasserier?

Sexuella trakasserier groer i miljöer med stereotypa föreställningar om män, kvinnor och icke-binära*. Dessa miljöer bildar berättelser om och förväntningar på kön och sexualitet, såsom att vissa personers nej inte behöver tas på allvar, och att någons lust eller alkoholintag bortförklarar kränkande beteende. Hur pratar ditt barn om flickor, pojkar och icke-binära? Hur pratar ni i er familj? Alla slags nedlåtande attityder kopplade till kön och sexualitet eller en inställning att ett kön är överlägset ett annat möjliggör kränkningar och övergrepp. På vilket sätt kan du stöda ditt barn i att ta tillbaka makten från olika förväntningar? Hur skapar du trygghet i ditt barn?

Att bryta tystnadskulturer

En av de största utmaningarna då det kommer till att förebygga, förhindra och hantera sexuella trakasserier och sexuellt utnyttjande är tystnadskulturer.

Att just barn inte berättar om vad de utsatts för kan bero på olika saker. De kan känna skuld och skam för det som hänt. De kan också vara rädda för vad som kan hända om de berättar. Barnet kanske även saknar ord och begrepp för att beskriva det som hen varit med om, eller kanske inte riktigt förstår vad som egentligen hände.

Barn som utsatt andra för kränkningar behöver på samma sätt vuxnas hjälp för att bearbeta det som hänt. Annars finns det en risk att hen exempelvis skyller ifrån sig och fortsätter att utsätta andra, ensam eller tillsammans med andra. Barnet kan också vara oroligt för att det ska hända igen, eller så tror barnet att det är sådant som bara händer och ingenting som man kan göra någonting åt. Som vuxen är man den viktigaste rollmodellen för sitt barn.

Som vuxna kan vi visa på hur man kan reagera i situationer där man gör fel. Om en vuxen vill krama eller kittla ett barn och barnet säger "Sluta" eller "Rör mig inte!" ska den vuxna be om förlåtelse: "Förlåt. Jag skulle ha frågat dig först."

För att bryta tystnadskulturer behöver våra barn känna sig trygga i att vi kommer att stå på deras sida, oberoende av hur hemska saker som hänt, oberoende av hur bra situationerna kan återberättas eller förklaras. Självklart ska ansvaret att tala inte enbart ligga på våra barn. Det ska även synas i:

- vårt **bemötande**, till exempel att vi reagerar och ser våra barn, tar upp sexuella trakasserier och kränkningar och låter bli att prata nedsättande om människor. Hur reagerar du som förälder ifall ditt barn säger något kränkande om en annan persons utseende eller kropp?"
- **saker**, till exempel vilken typ av budskap om rätt och fel som förmedlas via de leksaker och saker vi köper åt våra barn, exempelvis berättelser om kränkningar i böcker, spel och filmer samt hur och om de behandlas kritiskt. Hur kan du se till att ditt barn exempelvis inte skickar kränkande bilder eller meddelande med sin telefon?
- vilka **miljöer** vi erbjuder eller tillåter våra barn att vistas i, exempelvis vad barnen tillåts konsumera via skärm, vad deras fritidsaktiviteter stöder vad gäller respekt eller hurdana platser barnen vistas på med eller utan oss vuxna. Använder ditt barns tränare, du eller andra omsorgspersoner kränkande eller nedsättande ord om personer eller grupper av människor under träning och matcher?

Att tala är guld

Det är vuxnas ansvar att hjälpa barnen att bli trygga i sig själva. Genom samtal med våra barn kan vi visa på vilka teman som är viktiga att prata om och dela. Istället för att fråga "Varför?", som "Varför gick du med på det?", kan vi ställa frågor som "Hur tänkte du?" eller "Hur kände du?" Detta kan stödja barnet att bearbeta erfarenheten och skapa mer förståelse för sitt handlande eller icke-handlande, även för framtida situationer. Alla handlingar har inte en förklaring. Vår uppgift är inte heller att alltid förstå, utan att finnas som stöd så att barnet kan gå vidare efter sina upplevelser, få tillbaka tilltron till sig själv och till andra, och få verktyg för hur hen kan agera i en motsvarande situation i framtiden.

***INTEGRITET:** varje människas rätt att få sin egenart och inre sfär respekterad

***KÖNSNORMER:** medvetna och omedvetna förväntningar kopplade till kön om hur vi ska vara, se ut, gilla, tänka eller uttrycka oss

Vad gör vi då vi är oroliga över att något hänt eller skulle kunna hända?



1. Sätta ord på sexuella trakasserier

Med hjälp av film, rollekar, offentliga diskussioner, löpsedlar eller en artikel du läst kan du inleda en diskussion med barnet. Böcker och serier kan vara en tacksam utgångspunkt att tillsammans reda ut vad sexuella trakasserier är. Ifall barnet redan diskuterat sexuella trakasserier, reflektera över hur barnet uppfattade diskussionen eller hens och andras erfarenheter som iakttagare, utsatta eller förövare, och vad som hände efter att kränkningen skett. Diskussionen hjälper barnet att forma en åsikt, så att barnet vet var det står i dessa frågor när något händer.

2. Vuxnas och barns ansvar

Sexuella trakasserier handlar om att ta makten över en annan persons kropp och integritet*, en frånvaro av respekt som är kopplad till kropp, integritet, kön och sexualitet. Sexuella trakasserier får inte bortförklaras som eller förminsas till någonting hormonellt eller oskyldigt eller småsaker, utan ska förstås som ett steg mot en normalisering av sexualiserat våld. Ingen förälder vill en dag få ett samtal från polisen om en anmälan där ens barn är inblandad.

Då ditt barn har utsatt någon annan för kränkningar är det viktigt att barnet tar ansvar för det som hänt och kommer till insikt om att det handlar om ett icke-respektfullt beteende. Försök öppna upp diskussionen om hur och vad som gick snett, och reflektera över könsnormer* och förväntningar som var inblandade i situationen. Exempelvis, finns det en föreställning om att kärlek börjar alltid med bråk, att flickor eller pojkar ska bete sig på ett visst sätt mot varandra, tycker barnet att det har rätt att exempelvis dra ned ett annat barns byxor för titta efter av nyfikenhet, som en del av en lek eller för att motbevisa ett barn som varken vill definiera sig som flicka eller pojke. Barn kan vara både utsatta och förövare samtidigt. De behöver stöd att kritiskt kunna granska sitt eget handlande och känna att de själva kan bidra till en förändring – inte bara för sig själva, utan också för andra. Barn behöver stöd att se att de själva kan vara aktörer och en positiv kraft i att bryta destruktiva mönster.

3. Lägga skulden där den hör hemma

Barn som utsätts för sexuella trakasserier behöver förstå att inga typer av våld och kränkningar kan skyllas på den utsatta. Den som blivit utsatt är den som definierar om någon gått över gränsen, men för att kunna göra det behöver barnet känna till och förstå definitionerna av sexuella trakasserier, trakasserier på grund av kön, och sexuellt utnyttjande.

Sexuella trakasserier kan beskrivas på fem olika sätt:

1. Gester eller miner som har en sexuell ton – till exempel att granska en persons kropp från topp till tå, visa sexuella gester då barnet ser eller bakom dess rygg, eller göra sexuella miner för att kränka eller få barnet att skämmas.
2. Fräcka och sexualiserade kommentarer, kränkande skämt och påpekanden eller frågor om kropp, klädseln eller privatlivet – till exempel en påträngande komplimang om ens kropp som sägs i förbifarten i en skolkorridor, påstående om ens sexuella aktivitet eller nedsättande kommentarer och skämt om ens kropp.
3. Pornografiskt material (text, bild, video och ljud som e-post, sms, telefonsamtal eller via alla typer av social media och appar) – till exempel ett privat meddelande som innehåller nakenhet kopplat till sex i form av en bild, ljud eller en videosnutt, eller att offentligt koppla samman ett barn med en sexuell bild, text eller ljud.
4. Fysisk beröring – till exempel att utan lov dra i någons behå-band, tafsa, nypa eller slå på intima kroppsdelar.
5. Förslag eller krav på samlag eller andra sexuella handlingar – till exempel skämt om sex eller hot om våldtäkt, men också krav eller förslag på sexuella handlingar bland andra eller i enrum.

Vi kan på olika sätt stöda våra barn att bygga en trygghet i sin kropp och sexualitet.

1. **Respekt för kroppar, din egen och andras**
Barn behöver redan tidigt lära sig att deras kropp är något värdefullt och något som de själva bestämmer över. De behöver få en trygghet i att själva kunna bestämma när de vill vara nära och hur de kan säga till om något inte känns bra. Vi måste respektera om barnet plötsligt en dag inte vill ha den där kramen av dig eller av morföräldrarna, också om det känns svårt för dig. Fundera över hur du tillsammans med ditt barn kan samtala kring kropp och värde, exempelvis via konkreta exempel om någon säger något, vad ni kan läsa eller se på nätet.

Du kan också tala om baddräktsregeln: de kroppsdelar som är täckta av en bikini eller badbyxor får ingen någonsin röra utan att barnet uttryckligen gett tillåtelse. Med äldre barn kan en diskutera om vad göra om barnet hamnar eller hamnat i situationer som upplevs kränkande och besvärliga, och hur de själva garanterar att de inte går över andras kroppsliga gränser.

Diskussioner om hur vi respekterar andras nej är minst lika viktiga som hur vi själva kan säga eller visa ja och nej. Samtycke* och ömsesidighet* borde vara självklart för barn, samt att det alltid lönar sig att fråga en gång för mycket än en gång för lite. "Får jag ge dig en kram?" är inte en ängslig fråga, utan en fråga om samtycke och att vara två om en kram. Flirt kräver också ömsesidighet mellan minst två personer.

2. Närhet och sex är härligt

Barn behöver få veta att närhet och sex är något fint och fantastiskt att dela med en annan människa. Vi kan inte utgå från att våra barn är heterosexuella eller att de haft eller inte haft sexuella upplevelser – därför är det viktigt att vi har ett inkluderande sätt att prata. Ett exempel är att använda ordet "partner" istället för "flickvän" eller "pojkvän", eftersom "partner" inte förutsätter ett visst kön eller ett visst könsuttryck. Om dessa diskussioner känns svåra finns det bra material på Setas hemsidor (www.seta.fi). Vi behöver vara tydliga med att våra diskussioner om sexuella trakasserier i slutändan handlar om att skapa förutsättningar för att närhet och sex alltid ska vara förknippat med något positivt.

3. Var påläst och initiera diskussion om sexuella trakasserier

Det är uppenbart att definitionen av sexuella trakasserier inte är självklar för alla vuxna, vilket betyder att barn plockar med sig både det ena och andra, exempelvis via social media, om vad som är rätt och fel. Var uppdaterad om hur diskussionerna kring sexuella trakasserier och sexualbrott ser ut bland barn, ta upp tematiken och fråga vad ditt barn tänker om dessa frågor, om hen hört om något som hänt och vad som skedde efteråt. Barn behöver ha platser att reflektera över dessa frågor och skapa sig en trygghet i att veta var det själv står, och varför, så att barnet kan handla mera tryggt om något händer. Du kan dela med dig av dina reflektioner, så att du visar att du är öppen för diskussionen. Om barnet inte vill prata just då kan det löna sig att initiera diskussionen igen vid ett senare tillfälle.

***SAMTYCKE:** främst en juridisk term om att parterna har agerat i samtycke, båda eller alla har varit med på en viss aktivitet

***ÖMSESIDIGHET:** att lyssna, respektera och visa hänsyn



HEM OCH SKOLA



EKVALITA