

Hvernig ætti að tala við yngri börn ef foreldrar hafa áhyggjur af barninu sínu?

ÁHYGGJUR

Þegar áhyggjur vakna um velferð barna vakna eða slíkt er til umræðu í samfélaginu verða margir foreldrar óöryggir og hafa skiljanlegar áhyggjur af eigin barni/börnum.

Það á einnig við ef foreldrar telja barn sitt hafa verið útsett fyrir ofbeldi.

Ef barn hefur greint frá ofbeldi ætti strax að hafa samband við barnavernd eða lögreglu.

Það ætti þó að forðast að spyrja beinna spurninga um hvort mögulegt ofbeldi eða alvarleg atvik hafi átt sér stað.

Það er vegna þess að yngri börn eru **sefnæmari** en til dæmis unglingar og fullorðnir.

Hvað þýðir **sefnæmi**?



SEFNÆMI

lýsir því að það er margt sem hefur áhrif á minni og yngri börn eru sérstaklega viðkvæm fyrir því.

Því verðum við að vanda okkur þegar við ræðum við börn eða þau greina frá ofbeldi.

Spurningar geta haft áhrif á hvernig börn svara og geta líka haft áhrif á minningar þeirra.

Forðist að spyrja beinna spurninga eins og

„Meiddi X þig?”

„Hefur einhver snert þig þarna?”

„Var það vont þegar að...?”

Þetta eru dæmi um leiðandi spurningar, því þau leiða barnið að ákveðnu svari.

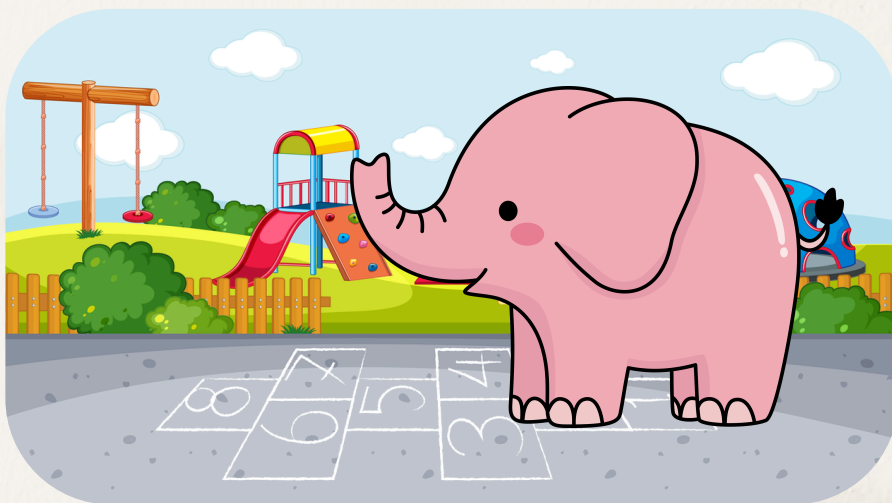
LEIÐANDI SPURNINGAR

eru þá líka varhugaverðar vegna þess að börn svara oft spurningum eins og þau *haldi* að þau eigi að svara.

Svörin verða ekki jafn áreiðanleg og búa jafnvel til nýja minningu hjá barninu eða breyta minningu sem var nú þegar til staðar.

Til dæmis, ef barn er spurt:

„Manstu eftir **bleika fílnum** á leikskólanum í dag?“



Gæti það gerst að barnið svari „já“ ef það heldur að það sé það sem við viljum heyra og getur jafnvel búið til minningu um bleika fílinn á leikskólanum, sem var þó aldrei til.

OPNAR SPURNINGAR

leiða til mun betri svara, gefa áreiðanlegri upplýsingar og leiða barnið ekki að ákveðnu svari eða eru þannig að barnið svari bara játandi eða neitandi.

Spurjum því frekar:

„Hvernig var í leikskólanum í dag?“



Þá er líkleggra að við fáum betri frásögn á því hvernig dagurinn var, án þess að búa til minningu um bleikan fíl, sem var þá aldrei til.

En ef bleiki fíllinn var til, þá fáum við frekar meiri upplýsingar en ef við spyrjum leiðandi og lokaða spurningu.

„Það var bleikur fíll og ég gaf honum að borða“

Fleiri dæmi:

Lokaðar og leiðandi spurningar: „Var gaman í afmælinu? Var einhver leiðinlegur eða meiddi þig?“

Opin spurning: „Segðu mér frá afmælinu? Hvernig var að leika við krakkana?“

EF BARN GREINIR FRÁ OFBELDI

eða einhverju sem veldur áhyggjum ætti að

Halda ró · Hlusta · Pakka fyrir · Tilkynna

Við erum ekki rannsóknarlögregla

Forðist því að spyrja spurninga eins og

Hvað, hvar, hvenær, hvernig?

Haldið ró og einbeitið ykkur að því að hlusta og spurja opinna spurninga eins og

„Segðu mér aðeins meira?“

„Hvernig leið þér með það?“

„Viltu útskýra það nánar fyrir mér?“

Við þurfum ekki að vita nákvæmlega gerðist. Það er nóg að gruna eitthvað varhugavert. Þið þurfið því ekki að vera 100% viss. Sérfræðingar í viðtölum við börn fá það hlutverk.

Skrifið hjá ykkur eftir samtalið það sem barnið greindi frá og reynið að nota orðalag barnsins en ekki umorða.

Tilkynntu til barnaverndar með því að hringja í **112** eða hafa samband við barnavernd í þínu sveitarfélagi.

Ef þið eruð óviss um hvort að það sem barnið greindi frá sé þess eðlis að þurfi að tilkynna það, er hægt að hafa samband við barnavernd til þess að fá þeirra álit.

EN HVERNIG Á ÉG ÞÁ AÐ VITA HVORT EITTHVAÐ HEFUR GERST VIÐ **BARNIÐ** MITT?

Þar sem það er ekki ráðlagt að spyrja börn beint geta foreldrar upplifað óöryggi um hvernig þau ættu þá að vita hvort eitthvað hafi gerst.

Best er að opna á slíkt samtál með fræðslu um mörk og samþykki, snertingu, líkamann, vináttu og tilfinningar.



Hér eru leiðbeiningarnar
Öruggari snerting sem auðveldar
foreldrum að eiga samtöl við börnin
sín um slíkt.



Hér má finna gagnlegt efni til að
efla **tilfinningafærni barna**.

Börnin verða að sjá og finna að það megi tala við okkur um viðkvæm málefni, spyrja spurninga og að forvitni þeirra sé mætt án skammar.

Einnig er gott að vera vakandi fyrir vísbendingum um að barn hafi orðið fyrir ofbeldi eða alvarlegu atviki.



VÍSSENDINGAR UM AÐ OFBELDI EÐA ALVARLEGT ATVIK HAFI ÁTT SÉR STAÐ

Athugið að þetta eru vísendingar en þýðir ekki endilega að barn hafi orðið fyrir ofbeldi og margvíslegar ástæður gætu legið að baki.

Tilfinningaleg vanlíðan

Skyndilegar breytingar í skapi eða hegðun:

- Sýnir merki um ótta, kvíða eða þunglyndi.
- Reiði, martraðir og erfiðleikar með svefn.
- Barn byrjar að eyðileggja hluti, brjóta reglur.
- Barn verður dofið eða sýnir merki um minnisleysi.

Félagsleg tengsl

Skyndilegar breytingar í félagslegri hegðun barns:

- Barn dregur sig í hlé, forðast umgengni við annað fólk eða lætur lítið fyrir sér fara.
- Vilja ekki umgangast ákveðna aðila eða vera skilin eftir hjá þeim.

Líkamleg vanlíðan

- Kvarta undan óþægindum í maga eða hausverk án þess að önnur merki um veikindi séu til staðar
 - Ítrekuð en ekki tilfallandi veikindi án eðlilegra útskýringa.

Eftirfarandi gæti gefið til kynna um að kynf. ofbeldi gæti verið að ræða:

- Þekking sé meiri en hún ætti að vera miðað við þroska.
- Kvarta yfir sársauka, verk eða kláða í kynfærum.
- Byrja að sýna kynferðislega hegðun sem er oft ýkt og ekki í samræmi við aldur eða þroska barns.
 - Upplýsingar um eðlilega kynhegðun barna má finna á QR kóða á næstu síðu

FRÆÐSLA

Kynfræðsla er ein helsta forvörnin gegn ýmsum tegundum ofbeldis og er ávallt miðuð að aldri og þroska barna. Fyrir yngri börn snýst það til dæmis um að læra um líkamann, samþykki, mörk, góð samskipti, vináttu og hreinlæti.



Frá tabú í traust. Frítt net námskeið
fyrir foreldra og starfsfólk og fjallar um kynfræðslu yngri barna, veitir góð ráð til þess og hvernig má auka líkurnar á að börn greini frá ofbeldi ef þau verða fyrir því og hvernig bregðumst við.



Að ná áttum
Bæklingur sem hugsaður er sem stuðningur við aðstandendur barns þegar upp hafa komið áhyggjur af velferð þess vegna alvarlegs atviks.



Frekara ítarefni og fræðsluefni
Hér má finna ýmislegt fræðsluefni til að undirbúa þig undir kynfræðslu, fræðsluefni um áföll og fleiri góð ráð. Einnig efni um eðlilega kynhegðun barna eftir aldri, ,