

Metod- och materialboken är producerad av:

Projekt Begripligt hela vägen, Strömsund 2014

Foto: Sara Adelhult (omslaget samt sid. 120), Inga Björk (sid. 77)

Illustrationer: Annakarin Wennerberg (sid 95 samt 113 och 114)

5.

Att vara förälder



GRUPPVERKSAMHET – ATT VARA FÖRÄLDER

Det är inte helt enkelt att komma till ett främmande land och skapa ett nytt liv, långt från släkt och vänner och med helt andra förutsättningar än tidigare. Samtidigt som man kanske kämpar med minnet av svåra upplevelser förväntas man att snabbt lära sig ett nytt språk, förstå och anpassa sig till ett nytt samhällssystem och ny skolkultur, hitta ett arbete och samtidigt hitta sin roll som förälder.

Många nyanlända föräldrar vittnar om svårigheten att känna sig trygg i sin föräldraroll i sitt nya land, de känner bland annat osäkerhet kring vad som förväntas av dem och vilka rättigheter de har.

Syftet med föräldragrupsverksamheten som tagits fram av projekt Begripligt hela vägen är att stärka nyanlända föräldrar i deras föräldraroll och deras förutsättningar att bli delaktiga i samhället. Det är viktigt att de får det stöd de behöver för att kunna ge sina barn en så trygg och begriplig tillvaro som möjligt. I gruppen ges föräldrarna utrymme att samtala, diskutera och dela med sig av sina tankar, erfarenheter och åsikter – samtidigt får de också information om exempelvis det svenska skolsystemet, förändringar i samhället historiskt sett och barnuppfostran i Sverige. Vi menar att om information ska utvecklas till egen kunskap behöver deltagarna få relatera informationen till sina egna erfarenheter och pröva den på olika sätt.

Föräldragrupsverksamheten kan till exempel genomföras som en kvällsaktivitet via en ideell organisation eller via arbetsförmedlingen som en del i etableringen. Familjecentralen är också en naturlig samlingsplats för föräldragrupsverksamhet på många orter.

FAKTA – FÖRÄLDRASTÖD

De viktigaste personerna för barn är deras föräldrar. De påverkar barnens fysiska, psykiska och sociala välbefinnande, så om föräldrarna är trygga i sin föräldraroll skapar det goda förutsättningar för välmående barn. 2009 tog regeringen fram en "Nationell strategi för ett utvecklat föräldrastöd – en vinst för alla". Det övergripande målet är att alla föräldrar (oavsett vem man är, var man är född eller var man bor) ska erbjudas föräldrastöd under barnets hela uppväxttid, inte bara under de första fem-sex åren. I strategin ingår också mål om att Sverige ska satsa mer på forskning kring föräldrautbildningar, samverka mer och skapa fler mötesplatser för föräldrar.

Antal träffar

Sammanlagt tio träffar, en träff per vecka.

Tid per träff

Två timmar, inklusive fika vid lämpligt tillfälle. Det är dock svårt att säga exakt hur mycket av materialet som deltagarna hinner gå igenom på den tiden, det beror bland annat på gruppens sammansättning och engagemang.

Antal deltagare/grupp

Omkring åtta till tio deltagare ger förutsättningar för alla att ska få talutrymme och känna sig sedda.

Ledarskap

Det underlättar om det är två ledare som håller i träffarna tillsammans, då kan båda ställa frågor, följa upp det som sägs och uppmuntra till att alla bidrar till samtalen och diskussionerna. Det är värdefullt om du som ledare har erfarenheter från mångkulturellt arbete, en pedagogisk utbildning och/eller vana att leda grupper.

Tolk

Det är viktigt att anlita tolk eller tolkstöd, helst varje gång och samma person. Tänk på att det tar tid att tolka och att det måste räknas in i planeringen. Vi rekommenderar en tolk som är med på plats. Det är bra att prata med tolken innan första träffen och förklara upplägget och ta upp vilka förväntningar det finns på tolkstödet. Se mer om tolk på sidan 12 här i metodboken.

Innehåll

Det är fem fasta teman fördelat på sju träffar och sedan förslag på olika teman till ytterligare tre träffar. Observera att vissa teman kan behöva fortsätta in på nästa träff eller följas upp. Det gäller att som ledare alltid vara lyhörd och flexibel för deltagarnas behov och önskemål. På träff sex eller sju är det lämpligt att du som ledare börjar planera de sista träffarnas innehåll tillsammans med deltagarna. Vår erfarenhet är att tio träffar är lämpligt och vi rekommenderar nedanstående ordningsföljd. Men det går förstås att använda delar av materialet, om man till exempel redan har ett annat koncept och vill komplettera med någon av våra träffar.

- » Vår historia, två träffar
- » Familjen
- » Kärlek och kaos – om barnuppfostran och barns behov, två träffar.
- » Skolan
- » Sex- och samlevnad
- » Vår kropp (förslag på tema)
- » Förslag på teman till ytterligare två träffar

Tips

Inbjudan till föräldragruppträffarna bör ges muntligt med stöd av tolk och med en skriftlig översättning. Det är värdefullt om det är gruppledarna själva som informerar, det kan underlätta för de som är tveksamma att ta steget att delta i kursen. Be till exempel om att få komma till SFI och ge information vid lämpligt tillfälle.

Som i alla gruppsammanhang så har ledarens attityd och inställning en avgörande betydelse för vilken stämning och vilket samtalsklimat som utvecklas. Att som ledare bjuda på sig själv, vara positiv, tydlig och inbjudande smittar av sig till hela gruppen. Det är viktigt att du som ledare, i diskussioner inte försöker övertyga deltagarna om din mening – det handlar om att respektera och lyssna till varandra. Dessutom bör barnperspektivet löpa som en röd tråd genom alla träffar även om föräldrollen är det övergripande temat.

Det tar tid att skapa trygghet och tillit i gruppen. Kontinuitet gällande träffar och ledare påverkar detta positivt. Att alla blir sedda, lyssnade på, respekterade och att gruppreglerna följs bidrar till en känsla av tillit. Kom också ihåg att hälsa på alla deltagare. I de fall deltagarna är obekväma med handslag gäller det att vara lyhörd och hitta ett annat sätt att hälsa respektfullt.

En metod för att låta alla i gruppen komma till tals kallar vi för ”rundan”. Den innebär att alla deltagare och ledare sitter tillsammans i en ring, vända mot varandra. En fråga ställs till gruppen (*Till*

exempel; Är det något du funderat på sedan sist, som du vill berätta om? Vad förväntar du dig? Vad tycker du om detta? Hur tycker du att det har varit idag?) Alla deltagare erbjuds i tur och ordning att svara. De kan själva välja om de vill prata eller skicka ordet vidare. När man lämnar över ordet till nästa person i ringen kan man bara vända sig till henne eller honom och säga, ”*var så god, nu är det din tur*” eller så kan man använda en boll, sten, en pinne eller något annat som man lämnar vidare. Det en deltagare säger och uttrycker får inte ifrågasättas av de andra, däremot får man ställa frågor om man är osäker på om man förstått rätt.

Gruppregler

Gemensamma gruppreglerna underlättar också för tryggheten i gruppen. Börja med att låta deltagarna föreslå lämpliga regler och komplettera eventuellt med egna förslag. Bestäm gemensamt vilka regler som ska gälla och skriv upp dem på tavla eller blädderblock. Reglerna bör sättas upp på en plats där de är väl synliga vid gruppträffarna. Påminn också om tolkens tystnadsplikt.

FÖRSLAG PÅ GRUPPREGLER

- » Komma i tid.
- » Stäng av mobiltelefonen. Om man behöver ha den på, ska man berätta det och gå ut ur rummet om man måste svara.
- » Det som sägs i gruppen berättar man inte för andra.
- » Man ska lyssna på varandra.
- » Prata en i taget.
- » Visa varandra respekt.

Nya deltagare

Ibland kommer det nya deltagare efter första träffen. Kom då ihåg att på nytt låta alla presentera sig, gå igenom gruppreglerna och introducera den nya deltagaren genom en kort sammanfattning av vad ni diskuterat vid tidigare träffar. Detta kan de övriga deltagarna med fördel hjälpa till med. Varje gång man tar emot en ny deltagare så påverkas dock gruppen, det blir en ”ny” grupp och det kan påverka förutsättningar för att skapa ett tryggt och bra gruppklimat.

Utvärdering och dokumentation

Avsluta varje träff med att låta deltagarna reflektera över dagens samling. ”*Hur har det varit i dag? Vad har varit bra, vad har varit dåligt?*” Låt alla komma till tals i tur och ordning. Skriv gärna upp på tavla eller blädderblock och ta vara på de synpunkter som kommer fram. Man kan lära sig något nytt om sitt ledarskap, hur innehåll passar gruppen, hur gruppen fungerar och vad som behöver anpassas till nästa gång. Låt utvärderingen ta lite mer tid vid sista gruppträffen.

Ta dig också tid direkt efter träffen att reflektera kring vilka val du som ledare gjorde, vad det ledde till och om du är nöjd eller inte. Dokumentera kortfattat dina reflektioner, diskussioner osv direkt efter varje träff – det kan vara värdefullt både under den pågående gruppverksamheten, om du ska utvärdera verksamheten och om du ska jobba med andra grupper vid andra tillfällen.

Blankett för utvärdering finns på sidan 117.

Föräldragrupp

Tema 1, träff 1: Lära känna varandra Vår historia – Tre generationer

Syfte: Skapa en gemensam historisk grund för att samtala om föräldraskap.

Grundmaterial: Whiteboard eller blädderblock, tuschpennor, skrivpapper och pennor.

Dagens material: Text: Tre generationer kvinnor i Jämtland

Övrigt: Privata foton som du som ledare kan visa på din familj, ditt jobb osv.

Blankett: Utvärdering, se sid 117.

Tid: Två timmar inklusive fika när det passar.

Till ledaren

Genom att prata om den svenska historien och samhällsutvecklingen kan gruppen få en gemensam grund för att diskutera föräldraskap. Syftet med de två första träffarna är att visa på likheter och olikheter i olika kulturers samhällsutveckling och därmed öka förståelsen både för varandra och för olika kulturer. Det handlar om att få upptäcka att vi kanske har liknande upplevelser och erfarenheter trots att vi levtt våra liv på helt skilda platser på jorden och med helt olika förutsättningar.

Att tänka på

På första träffen lägger du som ledare grunden för gruppens kommande träffar. Det är en spännande och rolig uppgift som samtidigt kan vara krävande. Det är viktigt att planeringen är genomtänkt och tydlig och att du känner dig väl förberedd. Vi ger förslag på innehåll som du kan byta ut eller så kan du lägga till egna övningar och/eller diskussionsfrågor som kan vara särskilt viktiga för den aktuella gruppen. Ibland blir deltagarna mycket engagerade i en diskussion och behöver mera tid för att få diskutera till punkt. Att deltagarna är aktiva är ett bra tecken på att gruppen har kommit igång. Ta dig alltid tid efter träffen och reflektera kring vilka val du som ledare gjort, vad det ledde till och om du är nöjd eller inte.

Att vara med i en föräldragrupp kan vara helt nytt för många nyanlända föräldrar. Det kan väcka osäkerhet bland deltagarna och därför är det viktigt hur du som gruppleddare bemöter detta. Om du kan förmedla trygghet i din roll som gruppleddare och som person så kanske deltagarna också vågar berätta om sig själv och sin familj.

DAGENS TRÄFF

Start

1. Hälsa alla välkomna på ett lämpligt sätt när de kommer in i rummet och säg ditt namn.
2. Samla gruppen, sitt gärna i ring så alla ser och hör varandra bra.
3. Hälsa hela gruppen välkommen, presentera dig själv igen och presentera tolken.
4. Informera om tolkens tystnadsplikt.
5. Berätta kort om syfte, tidsplanering och hur ofta gruppen ska träffas. Anteckna på tavlan. Uppmuntra deltagarna att ställa frågor om de undrar något.
6. Presentera dagens tema.

Familjepresentation

SYFTE: Lära känna varandra och få en första bild av varandras livssituationer.

- » Du som ledare inleder med att berätta lite om dig själv, visa gärna kort på din familj, husdjur, hur du bor eller från ditt arbete eller dina arbetskamrater. Bjud på dig själv så inspirerar du deltagarna att också berätta om sig själva.
- » Deltagarna erbjuds i tur och ordning att berätta om sig själva; vad de heter, från vilket land de kommer, hur länge de har varit i Sverige, hur många barn de har.

Deltagarnas förväntningar och farhågor

Prata tillsammans om hur deltagarna tänker och känner inför att vara med i föräldragruppen. Använd gärna ”rundan” som metod. Är det något de särskilt ser fram emot eller något de oroar sig för? Är det något som deltagarna undrar över? Anteckna svaren på tavla eller blädderblock.

Gruppregler

Förklara att det är viktigt med regler för att gruppen ska kunna fungera så bra som möjligt.

Låt deltagarna föreslå lämpliga regler.

Ledarna kompletterar med eventuella förslag.

Bestäm sedan gemensamt vilka regler som ska gälla – skriv på tavla/blädderblock

Förslag på gruppregler:

- » Kom i tid till gruppen
- » Stäng av mobiltelefonen. Om man behöver ha den på, ska man berätta det och lämna rummet om man måste svara.
- » Det som sägs i gruppen ska också stanna i gruppen. Påminn om tolkens tystnadsplikt.
- » Alla pratar bara för sig sin egen del.
- » Man pratar en person i taget.

Text: *Tre generationer kvinnor i Jämtland*

Ledaren delar ut kopior av texten ”*Tre generationer kvinnor i Jämtland*”, och läser sedan själv högt på svenska för gruppen. Börja med berättelsen om Sara Kristina. Läs ett stycke i taget och låt tolken översätta efter varje stycke. Diskutera frågorna när den första berättelsen är genomläst. Det är inte möjligt att gå igenom hela texten vid ett tillfälle, tanken är att fortsätta med texten på träff nummer två. Det finns faktarutor som kompletterar informationen som ges i de tre kvinnoporträtten. Här får du som ledare vara flexibel och utifrån gruppens behov och önskemål välja ut vad ni ska gå igenom.

Avrunda cirka 15 min innan träffen ska sluta

Använd ”rundan” som metod för att låta alla komma till tals. Förslag på frågor: Vad tycker du om träffen? Hur har det varit idag? Vill du komma tillbaka? Ta emot idéer och förbättringsförslag från deltagarna. Vad har varit bra och vad var dåligt? Skriv upp på tavla eller blädderblock.

Avsluta med att kort berätta om temat för nästa tillfälle och tacka samtidigt deltagarna för dagens träff.

Reflektera och dokumentera

Ta en stund efter träffen och gör en egen reflektion. Dokumentera dina och gruppens tankar.

Tre generationer – Kvinnor i Jämtland

Sara Kristina föddes 1861. Hon växte upp med sina syskon i ett fattigt hem i Jämtland. Hennes pappa var från Norge och hennes mamma från Sverige. Sara fick tidigt börja arbeta som piga på olika gårdar i trakten. När hon var 24 år kom en skogsarbetare från Värmland vandrande. Han hette Jon Larsson. Jon och Sara blev ett par och flyttade ihop men de gifte sig inte. Varför är det ingen som vet säkert, men kanske var det för att de inte hade råd. Det var dyrt att tillverka kläder som passade i kyrkan.

Sara och Jon bodde i Jämtland vid en sjö, långt bort från städer, vägar och större byar. De hade ett litet hus, ett torp. Huset hade bara ett rum och ett kök där Sara lagade mat över öppen eld. I en liten ladugård hade de en ko och två getter. De förvarade sin mat i en jordkällare. De slet också hårt för att ta vara på allting och få maten att räcka hela vintern både för människor och djur. De gjorde sina egna verktyg och de lappade sina kläder tills det inte fanns något kvar. Sara var duktig på att sy och hon hade alltid en stickning i handen.

Paret skötte sitt lilla jordbruk och arbetade även på större gårdar när de fanns jobb. Till exempel bakade Sara bröd hos olika familjer och Jon var skogsarbetare och snickare. De fick sju barn tillsammans. En son emigrerade till Kanada 1919. Han ville ha ett bättre liv och hoppades på att hitta guld. Så blev det inte, han förblev fattig hela livet. När Sara och Jon blev gamla flyttade de hem till sin äldste son, Johan. Han var gift med en änka som ägde en lite större gård.



På bilden är Sara 86 år och hon har två år kvar att leva. Hon har på sig sin finaste sjalett för att fotografen skulle komma. Som så många andra kvinnor på den tiden hade hon nästan alltid sjalett eller "huckle" på sig. På dialekt säger man "plågg" för den kvinnliga huvudbonaden.

1. Känner du igen något från Sara Kristinas liv?
2. Sara Kristina gifte sig aldrig, de hade inte råd. Hur tänker du kring giftemål, är det viktigt att vara gift?

Hilda föddes 1893 och växte upp med sina syskon och sina föräldrar. Det var självklart att barnen i familjen också behövde bidra till familjens försörjning. Hilda började arbeta som piga när hon var åtta år. Hon fick bo hos en familj på andra sidan sjön och passa deras minsta barn. Det var farligt för i den familjen var många sjuka i tuberkulos. Tre barn dog. Men Hilda klarade sig och hon fick också chans att gå några månader i skolan i byn och lära sig läsa. Hela livet tyckte hon om att läsa, hon läste gärna böcker och tidningar.

När Hilda var 25 år och arbetade som piga träffade hon en skogsarbetare som hette Jonas. De blev kära i varandra men kunde inte träffas så mycket eftersom han arbetade långt borta i skogen. De fick en dotter och när dottern var två år gifte de sig. De fick åtta barn tillsammans, men en flicka dog när hon bara var några månader gammal.

De var ett mycket arbetsamt par som gärna ville ha en egen gård. När de var i 30-års åldern fick de låna pengar av ett äldre par som trodde på dem. De köpte en mindre gård där de hade plats i ladugården för åtta kor, en häst, en gris, några får och lite höns. Både på vintern och på sommaren kunde Jonas vara borta i långa perioder på arbete i skogen. Hilda fick då sköta om alla djuren och de mindre barnen ensam eller med hjälp av de stora barnen. Det var tungt och slitigt på många vis och kallt i husen på vintern. Hilda lagade mat på en vedspis. Först 1939 fick de elektricitet. Något år senare fick de kallvatten i en pump i köket. Toalett blev det aldrig i huset, de hade utedass.

Deras äldsta dotter som föddes 1915 fick bara gå i skolan tre terminer, men hon var mycket duktig på att sy och öppnade en syateljé. Hennes yngre syskon fick gå mer i skolan, och de fyra yngsta syskonen fick också chans att studera vidare efter folkskolan. Bland annat tog de så kallade "brevkurser" och gick på folkhögskola. En dotter blev jordbrukare och tog också över gården 1954 tillsammans med sin man. Hilda och Jonas stannade kvar ett tag men flyttade senare till en annan dotter.

1. Känner du igen något från Hildas liv? Berätta!
2. Vilken roll och vilket ansvar har barnen haft i din kultur och i din familj?
3. Vilken roll har de nu idag?



Gunhild föddes 1934. Hon blev Hilda och Jonas *”lillflicka”*, den sista i raden av åtta barn. På bilden är hon 13 år och har en dräkt på sig som hennes äldsta syster har sytt. När Gunhild skulle börja skolan var det krig i Europa och grannlandet Norge var ockuperat av Tyskland. Det var oroliga tider och man tordes inte skicka iväg sin yngsta flicka till skolan.

Året därpå, när hon var åtta år fick hon i alla fall börja. Skolan låg flera mil bort så hon tvungen att flytta till en annan familj där hon fick bo under skolterminen. Hon kunde bara komma till sina föräldrar en gång i veckan, på lördagar rodde hennes pappa över sjön och hämtade henne. Gunhild fick gå sju år i folkskolan och sedan fick hon också möjlighet att studera på en folkhögskola. Hennes syster Kerstin studerade till sköterska men Gunhild ville hellre bli lärare.

Gunhild arbetade hela sitt liv på olika skolor runt om i Sverige. Hon och hennes man fick två döttrar tillsammans. Den äldsta fick heta Sara efter mormor Sara Kristina. När barnen var små hade familjen en barnflicka anställd eftersom båda föräldrarna arbetade hela dagarna. Men 1975 när det öppnades ett daghem i närheten fick den yngsta dottern börja där istället.

När Gunhilds pappa dog flyttade hennes mamma Hilda hem till familjen. Det var inte längre vanligt att de gamla bodde med sina barn, men det var viktigt för Gunhild att ta hand om sin mamma. Hon bodde hemma hos dem tills hon blev så gammal att hon började glömma saker och ramlar. Då fick hon flytta till ett hem för gamla människor i samma stad. Hilda dog när hon var 88 år gammal.

Gunhild och hennes man Ivan bor tillsammans i ett hus i Sundsvall. De är 75 och 80 år gamla och har fått en del sjukdomar. Men Ivan jobbar fortfarande i sitt företag ibland. De har börjat köpa lite städhjälp men annars klarar de sig själva. När barnen var små var det Gunhild som lagade den mesta maten, men på senare år har Ivan också börjat laga mat och baka bröd. Ivan tycker om att bjuda på goda middagar när döttrarna och barnbarnen kommer på besök.

1. Känner du igen något i Gunhilds historia?
2. Vad tycker du om att samhället tar hand om de gamla istället för att de bor kvar hemma?
3. Vad tycker du om att kvinnor jobbar utanför hemmet?
4. Vad tycker du om den svenska barnomsorgen? Är det bra eller dåligt med förskola och fritids?

Obs! Detta är delar av tre kvinnors liv – inte en fullständig beskrivning av Sveriges historia. Hade vi valt att berätta om en bondevinna från Dalarna eller en godsherre från Skåne med god ekonomi hade berättelsen sett annorlunda ut.

FAKTA – Myndig och rösträtt

Kvinnor hade inte samma rättigheter inför lagen som männen. Män ansågs klara av att fatta beslut bättre. Ogifta kvinnor blev myndiga men kvinnor som gifte sig förlorade rätten att bestämma över sig själv.

1863 – män blir myndiga vid 21 års ålder, ogifta kvinnor vid 25 års ålder. Från 1884 är ogifta kvinnorna myndiga vid 21 års ålder de också.

1874 – gifta kvinnor får bestämma över sin egen inkomst.

1919 – lagen om kvinnlig rösträtt kommer.

1921 – även gifta kvinnor blir myndiga vid 21 års ålder och kvinnor får rösta för första gången.

1974 – alla män och kvinnor blir myndiga vid 18 års ålder.

FAKTA – Kyrkan

Kyrkan och prästen hade en stark ställning i samhället på många vis. Fram till 1862 fungerade kyrkan som våra kommuner gör idag, förutom det kristna tron hade kyrkan ansvar för exempelvis vägar, undervisning och fattigvård. Från och med 1863 tog kommunerna över ansvaret för det ”*värdsliga*”. Men kyrkan fortsatte exempelvis att sköta folkbokföringen ända fram till 1991. Från och med 1 januari 2000 är kyrkan och staten helt skilda. Nu, 2014, är ungefär 65 procent av befolkningen medlemmar i Svenska kyrkan.

FAKTA – Skolan

Mer fakta om skolan, se träff 4.

FAKTA – Utvandrare

På 1800-talet bodde nästan all befolkning i Sverige på landsbygden. Många var fattiga och det var långa arbetsdagar för både vuxna och barn. I slutet av 1860-talet blev det svår missväxt i Sverige. Människor svalt och hade det svårt. Många valde att flytta till Amerika och en del andra länder för att få det bättre. En del flyttade också av religiösa skäl, de ville tänka och tro utan att staten bestämde. Flyttvägen pågick under många år. Sammanlagt emigrerade lite drygt en miljon svenskar (en fjärdedel av befolkningen) fram till 1920-talet.

FAKTA – Jordbruks- och industrisamhälle

Under 1800-talet växte Sveriges befolkning snabbt. Fler flyttade in till städerna, järnvägen byggdes och industrin växte fram. Sverige gick från att vara ett jordbrukssamhälle där familjerna försörjde sig själva till ett industrisamhälle där man arbetar utanför hemmet och köper varor av varandra.

FAKTA – Kläder

I jordbrukssamhället gjorde man sina kläder själv. Man vävde, sydde och tillverkade skor. Fattiga människor på landsbygden lappade och lagade och använde sina kläder så länge det bara gick. De som hade råd kunde visa vilken grupp i samhället de tillhörde, till exempel om man var präst eller bonde. Man hade dräkter med olika färger och olika detaljer. Idag kallar vi det hembygdsdräkter.

Gifta kvinnor kunde berätta att de var upptagna genom att bära särskilda mössor. Kvinnor hade ofta sjalett när de arbetade och ända in på 1960-talet var det många män och kvinnor som hade hatt på sig, både till vardags och när de ville vara fina.

FAKTA – Barnbegränsning och föräldraförsäkring

1938 – blev det lagligt att köpa och använda preventivmedel.

1931 – Kvinnor som är hemma med barn får moderskapsersättning.

1948 – Sverige inför allmänt barnbidrag. Då var det 260 kronor per år. Idag (2014) är det 1050 kronor per månad och barn och mer om man har fler än tre barn.

1974 – Sverige får en föräldraförsäkring som gör att både män och kvinnor kan vara lediga från sina jobb och ta hand om sina små barn. Försäkringen har förändrats genom åren. Nu är det sammanlagt 480 dagar. Två månader är så kallade ”*pappamånader*” som bara mannen får ta ut.

1975 – Kvinnor får rätt att göra abort i början av graviditeten.

Föräldragrupp

Tema 1, träff 2: Vår historia – Tre generationer, fortsättning

Syfte: Skapa en gemensam historisk grund för att samtala om föräldraskap

Grundmaterial: Whiteboard eller blädderblock, tuschpennor, skrivpapper och pennor

Dagens material: **Text:** Tre generationer kvinnor i Jämtland

Arbetsblad: Livslinje

Tid: 2 timmar inklusive fika vid lämpligt tillfälle

Till ledaren

Deltagarna har kanske bara bott en kort tid i Sverige och är därmed inte vana vid vår form av utbildning och folkbildning. Samtal i grupp och grupparbeten är kanske också något helt nytt. Det är då extra viktigt att ge tydliga instruktioner och förklaringar till övningarna. Lika viktigt är att du som ledare kan vara flexibel och spontant anpassa planeringen efter gruppens erfarenhet och behov. Under den här träffen fortsätter ni att arbeta med texten ”*Tre generationer kvinnor i Jämtland*” som ni började med första gången.

Att tänka på

Som vi tidigare påtalat kan deltagarna bli mycket engagerade i en diskussion och behöva mera tid för att få diskutera till punkt. Att deltagarna är aktiva är ett bra tecken på att gruppen har kommit igång.

DAGENS TRÄFF

Start

1. Hälsa alla välkomna på ett lämpligt sätt.
(*Om det är nya deltagare eller ny tolk kan det även behövas en extra presentation.*)
2. Samla gruppen, sitt gärna i ring så alla ser och hör varandra bra.
3. Presentera dagens tema.

Gruppregler

Gå genom gruppreglerna, som ni kom överens om vid första träffen och fråga om deltagarna vill tillägga någonting. Sätt upp dem på väggen så att de är synliga för alla.

Vår historia

Text: Tre generationer kvinnor i Jämtland

Sammanfatta tillsammans det ni läste och diskuterade förra gången. Du som ledare fortsätter att läsa texten högt på svenska för gruppen. Läs ett avsnitt i taget, låt tolken översätta efter varje avsnitt. Diskutera frågorna efter att ni har läst hela texten.

ARBETSBLAD

Livslinje

LIVSLINJE – MITT LIV DÅ OCH NU



Jag föds **Idag**

UPPGIFT
Fyll din egen livslinje med saker, personer och händelser som har eller har haft betydelse för dig i ditt liv. Det kan vara människor som du har träffat eller som varit viktiga för dig. Rita bilder, figurer, symboler eller skriv på din livslinje.

Livslinje

Att jobba med en livslinje kan vara ett bra sätt för att visualisera viktiga händelser i livet. Man kan belysa utveckling och förändringar som skett. Vi utgår från att medvetenhet om förändringar i det egna livet kan ge bättre förutsättningar för att förstå den nuvarande livssituationen.

Dela ut ett vitt papper och en penna till alla. Förklara uppgiften på en tavla eller ett blädderblock. Låt deltagarna arbeta enskilt med sin egen livslinje. Om de vill, låt dem presentera sina livslinjer för varandra par om par eller i grupp.

Avrunda cirka 15 min innan träffen ska sluta

Använd "rundan" som metod för att låta alla komma till tals. Förslag på frågor: Vad tycker du om träffen? Hur har det varit idag? Vill du komma tillbaka? Ta emot idéer och förbättringsförslag från deltagarna. Vad har varit bra och vad var dåligt? Skriv upp på tavla eller blädderblock.

Avsluta med att kort berätta om temat för nästa tillfälle och tacka samtidigt deltagarna för dagens träff.

Reflektera och dokumentera

Ta en stund efter träffen och gör en egen reflektion. Dokumentera dina och gruppens tankar.

Föräldragrupp

Tema 2, träff 3: Förändringar i familjen

Syfte: Att få samtala om hur det kan vara att leva och bo i Sverige och hur olika familjemedlemmars ansvar och roller kan förändras.

Grundmaterial: Whiteboard eller blädderblock, overhead, tuschpennor, skrivpapper och pennor.

Dagens material: Text: Familjeliv idag
Arbetsblad: Vem gör vad i familjen?

Tid: 2 timmar inklusive fika vid lämpligt tillfälle.

Till ledaren

När man flyttar från ett land till ett annat kan rollerna och ansvaret i familjen förändras – hela familjesystemet kan komma i gungning. Barnen lär sig till exempel oftast språket snabbare och blir lätt familjens språkrör utåt. Det är också konstaterat att många som varit familjeförsörjare mår dåligt när tappar sin forna roll – och dessutom lever i ovisshet hur länge det ska vara så. Det kan också kännas ovant för en del familjer att både mannen och kvinnan förväntas studera heltid på SFI, Svenska för invandrare. Dagens träff blir en möjlighet att få reflektera över vilka roller som kan finnas i en familj, hur de kanske har förändrats och hur deltagarna i så fall upplever förändringarna.

Att tänka på

Sverige har kommit ganska långt när det gäller jämställdhet men det är bra att komma ihåg att det finns områden där det inte alls är jämställt, och att andra länder kan ha andra lösningar som är minst lika bra. Det kan också vara ovant och främmande för en del deltagare att prata om jämställdhet mellan män och kvinnor. Det hjälper dig som gruppleddare att knyta an till de två första träffarnas samtal om historia och påminna om att mycket har förändrats i Sverige. Vad hade vi till exempel för syn på uppdelning av hushållsarbete för 50 år sedan? När ni gör arbetsbladet ”vem gör vad i familjen” är det bra om du kan väcka tankar och funderingar på varför vissa uppgifter ligger hos vissafamiljemedlemmar istället för att fokusera på just jämställdhet

DAGENS TRÄFF

Start

1. Hälsa alla välkomna på lämpligt sätt och om det behövs - med ditt namn.
(Om det är nya deltagare eller ny tolk kan det även behövas en extra presentation.)
2. Samla gruppen, sitt gärna i ring så alla ser och hör varandra bra. Se till att gruppreglerna hänger synligt i rummet.
3. Presentera dagens tema.

Din familj

Starta dagens tema genom att ställa nedanstående fråga. Låt deltagarna fundera en kort stund för sig själva och prata sedan tillsammans om era tankar.

Diskussionsfråga:

- » Vad betyder det för dig att tillhöra en familj?

Familjeliv idag

Ledaren delar ut kopior av texten Familjeliv idag och läser den högt på svenska för gruppen. Läs ett avsnitt i taget, låt tolken översätta efter varje avsnitt. Diskutera därefter frågorna som finns efter avsnittet.

Vem gör vad i familjen?

Dela ut arbetsbladet: *Vem gör vad i familjen?*

Gå igenom alla begrepp som beskrivs på arbetsbladet.

Alternativ 1 – Deltagarna gör arbetsbladet enskilt och därefter diskuterar ni tillsammans i gruppen.

Alternativ 2 – Deltagarna gör arbetsbladet i par eller grupper om tre om man sedan tidigare är van att arbeta i grupp. Därefter diskuterar man tillsammans i gruppen.

Diskussionsfrågor:

- » Vem gör vad hemma hos dig?
- » Vem fick flest linjer och varför är det så?
- » Önskar du någon förändring? Hur skulle den i så fall se ut?

Avrunda cirka 15 min innan träffen ska sluta

Använd ”rundan” som metod för att låta alla komma till tals. Förslag på frågor: Vad tycker du om träffen? Hur har det varit idag? Vill du komma tillbaka? Ta emot idéer och förbättringsförslag från deltagarna. Vad har varit bra och vad var dåligt? Skriv upp på tavla eller blädderblock.

Avsluta med att kort berätta om temat för nästa tillfälle och tacka samtidigt deltagarna för dagens träff.

Reflektera och dokumentera

Ta en stund efter träffen och gör en egen reflektion och dokumentera dina och deltagarnas tankar.

Familjeliv idag

Människor som lever nära varandra i en familj påverkas av varandra. Oron för ett litet barn som mår dåligt kan kännas i hela kroppen hos en förälder eller hos ett syskon. Och den förälder som försökt att hålla glädje eller sorg hemligt för ett barn vet att det inte brukar gå så bra.

Det är naturligt att rollerna i en familj förändras när man flyttar från ett land till ett annat. Ofta lär sig barnen det nya språket mycket snabbare än föräldrarna. På så vis kan barnen få kunskaper om det nya landet, långt före de vuxna. Dessutom kan det bli så att barnen får agera tolk. Det kan göra att man som förälder kan uppleva att man förlorat ansvaret för eller kontrollen över sina barn.

- » Upplever du att flytten till Sverige påverkat din familj, i så fall hur?
- » Tycker du att din roll som förälder har förändrats sedan du/ni kom till Sverige, i så fall hur?
- » Är det något du oroar dig för? I så fall vad?

Som nyanländ kan man känna sig osäker för hur man ska förhålla sig till allt det nya. Vad förväntas av mig som pappa eller mamma i det här landet? Plötsligt gäller andra regler och nya lagar som man måste förhålla sig till. Kanske känner man sig ifrågasatt. Då är det bra att komma ihåg att alla föräldrar ibland känner osäkerhet, oavsett vilket land man är född i.

- » Är det något du tycker är svårt att förstå eller verkar konstigt?
(Till exempel när du lämnar ditt barn på förskolan, eller sådant du sett att andra föräldrar gör.)
- » Är det någon lag eller regel som du vill ha mer information om?

Familjelivet i Sverige har förändrats mycket under de senaste 100 åren. Idag har barnen en helt annan roll än de hade i jordbruks- och industrisamhället. Tidigare ansåg man att barn skulle hålla sig i bakgrunden, inte synas och höras så mycket. Deras arbetsinsats eller inkomst behövdes som ett bidrag till familjens överlevnad. Så är det inte i dag, att skaffa barn är nu kopplat till kärlek och en känslomässig önskan om att bilda familj.

Många föräldrar lägger mycket tid och pengar på sina barns utveckling och framgång. Till exempel finns det föräldrar som skjutsar sina barn till träningar och tävlingar flera gånger i veckan och nästan varje helg. Det diskuteras också i Sverige om att vi till och med hjälper våra barn för mycket och att vi stressar dem genom att låta dem vara med på för många aktiviteter.

- » Vad känner du är viktigt för dina barn i det nya landet?
- » Vad önskar du dig för dina barns framtid?
- » Har dina barn samma framtidsbild?

ARBETSBLAD

Vem gör vad i familjen?

Dra sträck i mellan aktiviteten och vem/vilka som oftast utför den

Handla mat	Pappa
Lagar maten	Mamma
Betalar räkningar	Dotter
Lagar kläder	Son
Reparerar saker	
Lämnar/hämtar barnen på förskola/skola	
Hjälper barnen med skolarbetet/läxorna	
Städar	
Ringer till hälsocentralen	
Diskar	
Tvättar kläder	
Leker med barnen	
Har kontakt med skolan	
Dukar bordet	

Föräldragrupp

Tema 3, träff 4: Kärlek och kaos

Om barnuppfostran och barns behov.

Syfte: Att samtala om barnuppfostran och barns behov

Grundmaterial: Whiteboard och blädderblock, overhead, tuschpennor, skrivpapper och pennor.

Dagens material: Arbetsblad: Barns grundläggande behov

Läs mer:

www.barnperspektivet.se/barnets-rattigheter/barnkonventionen

Tid: Två timmar inklusive fika vid lämpligt tillfälle.

Till ledaren

Barnuppfostran är ett vitt begrepp som tolkas olika i olika kulturer, i olika familjer och i olika tider. Därför är det viktigt att redan från början av detta tema klargöra att vi som ledare utgår från att alla föräldrar alltid vill sina barns bästa. I materialet finns underlag för att diskutera olika sätt att bemöta barn och barns grundläggande behov.

Att tänka på

De allra flesta som flyr eller flyttar till ett nytt land talar också om saknaden av sitt gamla nätverk, med vänner och släktingar. Kommer man från en familj där det är vanligt att mor- eller farföräldrar, mostrar eller fastrar har en viktig roll under barnets uppväxt kan det få stora konsekvenser om de plötsligt inte längre finns tillgängliga på grund av flytten till Sverige.

DAGENS TRÄFF

Start

1. Hälsa alla välkomna på ett lämpligt sätt.
(Om det är nya deltagare eller ny tolk kan det även behövas en extra presentation.)
2. Samla gruppen, sitt gärna i ring så alla ser och hör varandra bra.
3. Se till att gruppreglerna hänger synligt i rummet.
4. Presentera dagens tema.

Värderingsövning: Alla som... byter plats

Sitt på stolar i en ring med en extra tom stol. Ledaren säger ett påstående, till exempel "Alla som tycker att barn ska få bestämma byter plats" När alla tagit ställning och antingen bytt plats eller valt att sitta kvar, (man behöver inte förklara sitt val) säger ledaren ett nytt påstående osv. Ge deltagaren tid för att kort fundera över frågan. Det kan vara bra att starta med några påståenden som är enkla att ta ställning till så att man kommer igång.

SYFTE: Att tänka till kring temat och ta ställning utan att diskutera. Välj några av påståendena.

Alla som tycker att:

- » det är viktigt att barn har det bra
- » barn ska gå i skolan
- » barn ska få leka mycket
- » barn ska hjälpa till hemma
- » föräldrar ska krama sina barn ofta
- » barn som inte gör som föräldrarna säger måste straffas
- » barn behöver regler
- » vuxna ska lyssna på vad barn tycker
- » barn ska vara hemma på kvällarna
- » barn ska få bestämma
- » ibland måste man slå sitt barn för att de ska förstå
- » det är viktigt att barn tar hand om sina syskon
- » barn behöver kompisar

Hur ska en bra förälder vara?

Låt var och en fundera en liten stund. Gå en ”runda” och låt deltagarna säga hur de tycker att en bra förälder ska vara – skriv upp på tavlan. Prata kort om varje punkt som presenterats.

Barns behov

Dela ut arbetsbladet Barns grundläggande behov. Gå genom alla begrepp som beskrivs och låt tolken översätta dem.

Alternativ 1 – Deltagarna gör arbetsbladet enskilt och därefter diskuterar ni tillsammans i gruppen.

Alternativ 2 – Deltagarna gör arbetsbladet i par eller grupper om tre om man sedan tidigare är van att arbeta i grupp. Därefter diskuterar man tillsammans i gruppen.

Det finns en beskrivning av barns grundläggande behov att läsa i nedanstående länk hos BRIS som du kan ha stöd av i samband med att ni går igenom de olika begreppen i arbetsbladet. Att tillsammans kunna ge olika exempel hjälper deltagarna att förstå de olika behoven.

www.barnperspektivet.se/barnets-rattigheter/barns-grundlaggande-behov

Avrunda cirka 15 min innan träffen ska sluta

Använd ”rundan” som metod för att låta alla komma till tals. Förslag på frågor: Vad tycker du om träffen? Hur har det varit idag? Vill du komma tillbaka? Ta emot idéer och förbättringsförslag från deltagarna. Vad har varit bra och vad var dåligt? Skriv upp på tavla eller blädderblock.

Avsluta med att kort berätta om temat för nästa tillfälle och tacka samtidigt deltagarna för dagens träff.

Reflektera och dokumentera

Ta en stund efter träffen och gör en egen reflektion och dokumentera dina och gruppens tankar.

ARBETSBLAD

Barns grundläggande behov

Dra linjer från de olika behoven till den ålder/åldrar hos barnet som det berör.

Omvårdnad och skydd	0 – 1 år
Kärlek	2 – 5 år
Närhet till föräldrarna	6 – 12 år
Stimulans	13 – 19 år
Stöd att sätta gränser	
Bli lyssnad på	
Rätt till personlig integritet	
Rätt till båda sina föräldrar	



Föräldragrupp

Tema 3, träff 5: Kärlek och kaos – fortsättning
Om barnuppfostran och barns behov

Syfte: Att samtala om barnuppfostran och barns behov – och om svensk lagstiftning när det gäller aga och olika stöd som finns att få.

Grundmaterial: Whiteboard och blädderblock, overhead, tuschpennor, skrivpapper och pennor.

Dagens material: **Text:** Barnaga och kroppslig bestraffning
Arbetsblad: Hur gör jag nu?
Text: Stöd och hjälp till barn och föräldrar

Tid: 2 timmar inklusive fika vid lämpligt tillfälle.

Till ledaren

Det kan vara en svår balansgång mellan att skydda sitt barn och släppa efter när barnet behöver ta ett steg till för att växa i sin utveckling och sitt oberoende. Ibland kan det kännas svårt att veta vad som är det bästa för barnet.

I arbetet med föräldragrupper i projekt Begripligt hela vägen har vi sett att det finns en önskan och ett behov av att prata om de lagar och regler som finns i Sverige. Därför lyfter vi fram lagen som förbjuder barnaga på denna träff. En del föräldrar är rädda att socialtjänsten ”kommer och tar” deras barn om de berättar att de någon gång slagit barnen. Visa förståelse för att det kan vara svårt att ändra sina rutiner i barnuppfostran. Fokusera på att tillsammans i gruppen diskutera fram förslag på vad man kan göra istället för att använda aga eller andra former av kroppslig bestraffning.

Bjud gärna in en BVC-sköterska, en socialsekreterare eller någon annan som kan berätta om olika stöd som finns att få föräldrar i samhället.

Att tänka på

Övningar som inkluderar flera sinnen kan stimulera till bland annat delaktighet och aktivitet, kanske framför allt om man upplever en begränsning i det talade språket. Det ger en ökad möjlighet att uttrycka sina tankar, känslor och åsikter – men även en ökad förståelse för vad andra vill förmedla. Att gestalta situationer och därmed skapa en gemensam bild för deltagarna att diskutera utifrån kan vara mycket fruktbart. Här har vi valt att använda en gestaltningsövning på temat ”*då är det svårt att vara förälder*”.

Till denna träff finns mycket material. Du som ledare kan välja ut vilka övningar och texter du tycker passar bäst. Prioritera att ta med det sista avsnittet, ”*stöd till barn och föräldrar*”.

DAGENS TRÄFF

Start

1. Hälsa alla välkomna på lämpligt sätt.
(Om det är nya deltagare eller ny tolk kan det även behövas en extra presentation.)
2. Samla gruppen, sitt gärna i ring så alla ser och hör varandra bra.
3. Se till att gruppreglerna hänger synligt i rummet.
4. Presentera dagens tema.

Värderingsövning. "Alla som... byter plats"

Sitt på stolar i en ring med en extra tom stol. Ledaren säger ett påstående, till exempel "Alla som tycker att barn ska få bestämma byter plats" När alla tagit ställning och antingen bytt plats eller valt att sitta kvar, (man behöver inte förklara sitt val) säger ledaren ett nytt påstående osv. Ge deltagaren tid för att kort fundera över frågan. Det kan vara bra att starta med några påståenden som är enkla att ta ställning till så att man kommer igång.

SYFTE: Att tänka till kring temat och ta ställning utan att diskutera. Välj några av påståendena.

Alla som tycker att:

- » det är viktigt att barn har det bra
- » barn ska gå i skolan
- » barn ska få leka mycket
- » barn ska hjälpa till hemma
- » föräldrar ska krama sina barn ofta
- » barn som inte gör som föräldrarna säger måste straffas
- » barn behöver regler
- » vuxna ska lyssna på vad barn tycker
- » barn ska vara hemma på kvällarna
- » barn ska få bestämma
- » ibland måste man slå sitt barn för att de ska förstå
- » det är viktigt att barn tar hand om sina syskon
- » barn behöver kompisar

Gestaltningsovning. "Då är det svårt att vara förälder"

BRAINSTORM: Be deltagarna att tänka på situationer då det är svårt att vara förälder, låt dem säga vad de tänker på, skriv upp på tavla. Håll på 4–5 min tills du har ett antal situationer. Gå kort igenom situationerna som deltagarna tagit upp.

Gruppuppgift:

Dela in deltagarna i grupper med tre personer i varje. Grupperna får i uppgift att välja var sin situation av de som står på tavlan, därefter förbereda ett "levande foto" där de själva agerar personerna i situationen. Sen visar man ett "foto" i taget för de andra grupperna och diskuterar följande:

- » Vilka är personerna?
- » Vad händer?
- » Vad gör föräldern eller vad kommer föräldern att göra?
- » Skulle föräldern kunna göra på annat sätt, i så fall hur? Uppmuntra föräldrarna att komma med flera olika förslag, det är viktigt att visa på att det finns flera olika lösningar.

Barnaga och kroppslig bestraffning

Ledaren kopierar och delar ut texten Barnaga och kroppslig bestraffning och läser sedan högt på svenska för gruppen. Läs ett avsnitt i taget, låt tolken översätta efter varje avsnitt.

» Diskutera frågorna efter att deltagarna har hört hela texten.

Arbetsblad, Hur gör jag nu?

Ledaren läser texten högt på svenska för gruppen. Läs ett scenario i taget, låt tolken översätta. Diskutera därefter frågorna till scenariot.

Stöd till barn och föräldrar

Läs texten ”Stöd och hjälp till barn och föräldrar” Låt tolken översätta ett avsnitt i taget. Komplettera med information om det stöd till föräldrar som finns i er närhet.

Avrunda cirka 15 min innan träffen ska sluta

Använd ”rundan” som metod för att låta alla komma till tals. Förslag på frågor: Vad tycker du om träffen? Hur har det varit idag? Vill du komma tillbaka? Ta emot idéer och förbättringsförslag från deltagarna. Vad har varit bra och vad var dåligt? Skriv upp på tavla eller blädderblock.

Avsluta med att kort berätta om temat för nästa tillfälle och tacka samtidigt deltagarna för dagens träff.

Reflektera och dokumentera

Ta en stund efter träffen och gör en egen reflektion och dokumentera dina och gruppens tankar.

Kroppslig bestraffning och annan kränkande behandling

Att uppfostra barn kan ske på flera olika sätt, det finns alltså inte bara ett sätt som är rätt. Det är också olika i olika kulturer, olika tider och olika familjer. Synen på vem som är barn är också olika, ibland räknas man som vuxen när man kan arbeta och försörja sig.

Enligt FN:s konvention om barns rättigheter är man barn fram till sin 18 års dag. Enligt barnkonventionen har alla barn oavsett bakgrund rätt att behandlas med respekt och att få komma till tals. Bland annat ska barnets bästa komma i främsta rummet i alla åtgärder som rör barn. Sverige antog barnkonventionen 1990 men den följs inte alltid. Bland annat organisationen Rädda Barnen arbetar för att den ska bli lag.

En studie från FN visar också att 80 procent av världens barn utsätts för åga i hemmet. I skolor världen över är våld en del av barnens vardag. I Sverige blev det förbjudet 1958 att åga barnen i skolan. På 1960-talet var det inte heller accepterat att slå barnen hemma. 1979 blev Sverige först i världen med att införa en lag som förbjuder åga av barn (*fysiskt och psykiskt*). Nu är det sammanlagt 39 länder som har förbjudit åga.

I den svenska lagen står: *”Barn har rätt till omvårdnad, trygghet och en god fostran. Barn skall behandlas med aktning för sin person och egenart och får inte utsättas för kroppslig bestraffning eller annan kränkande behandling.”*

Det betyder att:

- » Barn och unga får inte utsättas för kroppslig bestraffning, de får inte skadas eller utsättas för smärta.
- » Det spelar ingen roll om det inte gör ont så länge efter ett slag (*åga*), det är förbjudet oavsett hur hårt man slår.
- » Kränkande behandling är också förbjudet, det betyder att man till exempel inte får skrämma, hota, kalla barn för *”fula”* saker eller låsa in dem.
- » Vuxna får aldrig använda våld, tvång eller hot om våld för att bestraffa eller uppfostra barn.

Forskning visar att föräldrar som slår sina barn inte vinner någonting när det gäller barnets uppfostran. Det är tvärtom så att barnen kan få psykiska skador av misshandel. Psykiska skador som ett barn kan få om vuxna utsätter barnet för någon form av psykiskt eller fysisk straff kan vara att:

- » Barnet får låg självkänsla.
- » Tilliten till föräldrar och andra vuxna kan försämrats och/eller bli förstörd.
- » Barnet kan få svårt att hantera bråk eller konflikter.
- » Barnet kan inte sova utan känner rädsla eller oro.
- » Barnet kan visa kroppsliga reaktioner som ont i huvud eller ont i magen.

FAKTA: Anmälan till socialtjänsten

I Sverige kan du som privatperson anmäla till socialtjänsten när du misstänker att ett barn far illa eller riskerar att fara illa. Många yrkesgrupper har en skyldighet som innebär att de måste anmäla till socialtjänsten när de misstänker att ett barn far illa eller riskerar att fara illa. Som privatperson kan du göra anmälan anonymt. Du behöver inte berätta ditt namn.

För att göra en anmälan räcker det att du misstänker att barnet far illa eller riskerar att fara illa. Du behöver inte veta säkert eller ha bevis. En socialsekreterare kontaktar familjen för att diskutera anmälan och om det behövs utreder socialtjänsten hur samhället kan hjälpa barnet och familjen.

Diskussionsfrågor:

- » Sverige var ganska tidig i sin lagstiftning som förbjuder alla former av kroppslig bestraffning, hur ser det ut i det land där du bodde?
- » Varför är det skadligt att aga ett barn? Vad tror du?
- » Vad tycker du om lagen mot kroppslig bestraffning av barn?
- » Vad kan kränkande behandling av ett barn vara?
- » Vad tycker du om att man ska anmäla till socialtjänsten?
- » Vad tror du att socialtjänsten kan hjälpa barnet/familjen med?

ARBETSBLAD

Om barnuppfostran. Hur gör jag nu?

EXEMPEL 1:

Du är pappa eller mamma till en flicka som är 12 år gammal. Det är vinter och en dag vill hon gå ut med sina kompisar och leka. Du säger att du inte vill att hon leker ute på isen för att det är farligt just nu. Isen är inte tillräckligt tjock. Din dotter lovar att hon inte ska gå ut på isen och du bestämmer dig för att lita på henne. En timme senare går du ut för att handla på affären. När du går förbi sjön så ser du några barn som leker långt ute på isen. Plötsligt ser du att din dotter är en av dem. Du börjar ropa att hon ska komma in till land – men då går isen sönder och hon försvinner ner i det kalla vattnet. Du får panik och vet först inte vad du ska göra. Din dotters kompisar lyckas få upp henne ur det iskalla vattnet och hjälper henne tillbaka till strandkanten där du möter henne. När hon står framför dig och skakar i sina blöta kläder känner du att du inte kan kontrollera dina känslor längre.

- » Hur reagerar du? Vad gör du?
- » Vad känner du som mamma/pappa i den situationen?
- » Det kan vara svårt att reagera som en klok vuxen när känslorna tar över i en situation. Vad skulle kunna hjälpa dig för att hantera situationen bättre sätt så att inte känslorna får styra?

Några tips innan du tar diskussionen med ditt barn

- ta några djupa andetag och fokusera på andningen
- räkna sakta till 20
- lämna situationen och låt någon annan ta över

EXEMPEL 2:

Du är mamma eller pappa till en pojke som är 2 år gammal. Det är en torsdag och du är precis varit och hämtat tvätten i tvättstugan. När du ställt ifrån dig tvätten i sovrummet går du in i köket. Du ska laga middag. Då ser du att din lille pojke klättrat upp på en stol bredvid köksbänken. Han har en jättestor, vass kniv i handen. På bänken ligger en gurka.

- » Hur reagerar du? Vad gör du?
- » Hade du kunnat reagera annorlunda? Varför?

Några tips innan du tar diskussionen med ditt barn

- ta några djupa andetag och fokusera på andningen
- räkna sakta till 20
- lämna situationen och låt någon annan ta över

Stöd till barn och förälder

Även om man vill det bästa för sitt barn kan det ändå bli kaos eller kris i en familj. Det finns olika orsaker till att en kris eller svårigheter uppstår och det kan också drabba olika familjemedlemmar på olika sätt. Om man som förälder känner att man inte klarar av att vara en bra mamma eller pappa till sina barn kan man behöva hjälp. Man kanske behöver råd eller tips kring barnuppfostran eller stöd om ett barn inte mår bra.

Många av de människor som kommer till Sverige som flyktingar har varit med om traumatiska händelser i hemlandet eller under resan till Sverige. Även om man känner att man mår bättre nu kan de traumatiska upplevelserna finnas kvar som starka minnen och påverka hur både barn och vuxna i en familj känner i olika situationer.

Enligt Barnkonventionen är det familjen som har huvudansvaret för sina barn men staten är skyldig att stötta familjerna och underlätta för dem att ta hand om sina barn på bästa sätt.

Möjligheter att få stöd och hjälp

- » Socialtjänsten i kommunen
- » Barn och ungdomspsykiatri (BUP) – finns vanligtvis inom länssjukvården
- » Elevhälsan. Det vill säga, skolsköterska, skolläkaren och skolkurator på ditt barns skola kan ge dig stöd och information.
- » Barnavårdscentral (BVC) eller Familjevårdscentral (FVC)
- » Olika organisationer har också stöd till barn och föräldrar. Till exempel:
- » BRIS – Barnens rätt i samhället. www.bris.se
 - Barnens hjälptelefon: 116 111
 - Vuxentelefon 077-150 50 50
- » Rädda barnen. www.raddabarnen.se
 - Föräldratelefon: 020-786 786

I många kommuner finns det olika föräldragrupper där man kan samtala om olika ämnen ibland kopplat till barnens ålder. BVC erbjuder till exempel föräldraträffar under barnets första år. Olika studieförbund kan också ha föräldrastödsutbildningar, ABF erbjuder till exempel Föräldraverkstan och ABC-utbildning.

Det kan också finnas olika mötesplatser för föräldrar i kommunen. Dit kan man gå tillsammans med sina barn, träffa andra föräldrar som man kan dela erfarenheter med. Till exempel ”Öppna förskolan”, Kyrkans aktiviteter för föräldrar, Bebisträff, Mamma och pappa café.

Diskussionsfråga:

- » Vad finns det för stöd här där vi bor?

Föräldragrupp

Tema 4, träff 6: Skolan

Syfte: Att ge kunskap om det svenska skolsystemet och föräldrarnas roll i skolan.

Grundmaterial: Whiteboard eller blädderblock, overhead, tuschpennor, skrivpapper och pennor.

Dagens material: **Text:** Den svenska skolan.
Arbetsblad: Hur gör jag nu?

Tid: 2 timmar inklusive fika vid lämpligt tillfälle.

Till ledaren

Det är ingen skillnad på att prata om skolan med nyanlända föräldrar eller med föräldrar som är födda i Sverige. En del är mycket engagerade i barnens skolgång, andra mindre. De finns föräldrar som är kritiska mot skolan och de som alltid är nöjda. Ibland kan det vara så att man som förälder vill engagera sig i skolan men man kanske inte vet på vilket sätt. Det är viktigt att ge tydlig information om skolan och hur den fungerar och även visa på olika möjligheter det finns att engagera sig som förälder.

Under denna träff eller nästa är det lämpligt att börja planera och prata med deltagarna om teman på de sista tre träffarna.

Att tänka på

Referensramarna kan vara väldigt olika. Skolsystemen är vitt skilda runt om i världen. Det kan också vara så att några av deltagarna själva inte har gått i skolan.

Mer material om skolan och tips på filmer finns också i här i metodboken, i kapitlet ”*Jag, vi och samhället*”, se tema 5 om skolan.

DAGENS TRÄFF

Start

1. Hälsa alla välkomna på lämpligt sätt.
(Om det är nya deltagare eller ny tolk kan det även behövas en extra presentation.)
2. Samla gruppen, sitt gärna i ring så alla ser och hör varandra bra.
3. Se till att gruppreglerna hänger synligt i rummet.
4. Presentera dagens tema.

Värderingsövning: Alla som tycker att...

SYFTE: Att tänka till kring temat och ta ställning utan att diskutera. Sitt på stolar i en ring med en extra tom stol. Ledaren säger ett påstående, till exempel ”*Alla som tycker att barn ska få bestämma byter plats*”. När alla tagit ställning och antingen bytt plats eller valt att sitta kvar, (*man behöver inte förklara sitt val*) säger ledaren ett nytt påstående osv. Ge deltagarna tid för att kort fundera över frågan.

Alla som tycker att:

- » skolplikt är bra.
- » det är jobbigt att vara med på föräldramöten .
- » skolmaten är tråkig.
- » barnen trivs i skolan.
- » skolan är onödig.
- » det är konstiga regler i skolan.
- » det är viktigt för barn att ha kompisar i skolan.
- » skolan är en viktig del i livet.
- » föräldrar ska vara med och bestämma i skolan.
- » det är roligt att prata med lärarna om mitt barn.
- » det svenska skolsystemet är svårt att förstå.

Den svenska skolan

Ledaren delar ut en kopia av texten *"Den svenska skolan"* och läser högt på svenska för gruppen. Läs ett avsnitt i taget, låt tolken översätta efter varje avsnitt. Diskutera frågorna efter att ni har läst hela texten.

Arbetsblad om föräldramöten: "Hur gör jag nu?"

Ledaren läser texten från arbetsbladet *"Hur gör jag nu?"* högt på svenska för gruppen. Läs ett avsnitt i taget, låt tolken översätta efter varje avsnitt. Diskutera frågorna efter varje avsnitt.

Planering tre sista träffarna

Nästa träff handlar om sex- och samlevnadsundervisningen i skolan. Därefter är tanken att deltagarnas egna behov och önskemål ska styra innehållet på de tre sista träffarna. Låt var och en fundera vad de skulle vilja du veta mer om eller diskutera. Gå sedan en *"runda"* så att varje deltagare får uttrycka sitt önskemål, skriv upp dem på tavlan. Välj tillsammans ut ett eller flera teman som ni kan ta upp på de kommande träffarna.

Observera att det finns färdigt material till ytterligare tre träffar (*mer om kroppen, från födelse till död och minoritetsbefolkning*) om det passar gruppen.

Avrunda cirka 15 min innan träffen ska sluta

Använd *"rundan"* som metod för att låta alla komma till tals. Förslag på frågor: Vad tycker du om träffen? Hur har det varit idag? Vill du komma tillbaka? Ta emot idéer och förbättringsförslag från deltagarna. Vad har varit bra och vad var dåligt? Skriv upp på tavla eller blädderblock. Avsluta med att kort berätta om temat för nästa tillfälle och tacka samtidigt deltagarna för dagens träff.

Reflektera och dokumentera

Ta en stund efter träffen och gör en egen reflektion och dokumentera dina och deltagarnas tankar.

FAKTA

Den svenska skolan

Sedan 1696 har det varit lag på att alla ska lära sig läsa. Det var viktigt att kunna läsa bibeln och psalmboken när man skulle konfirmeras och bli vuxen vid 15-års åldern. Man lärde sig läsa och skriva hemma av någon släkting eller av prästens medhjälpare, klockaren.

År 1842 kom lagen om folkskola – tanken var att det skulle finnas en skola i alla socknar (*kommuner*). Men det fungerade inte som nu med två terminer per år. Barnen kunde gå några månader på hösten ena året och några månader på våren två år senare. Några barn gick inte alls i skolan för de behövdes hemma. Det var vanligt med barnarbete både på landet och på fabriker i städerna. Först 1949 blev det förbjudet för barn under 15 år att arbeta i fabriker. År 1936 bestämde politikerna att Sveriges alla barn skulle gå sju år i folkskolan.

Det var tillåtet för lärarna att aga barnen i skolan om de tyckte att de behövdes. Men 1958 blev det förbjudet att aga barnen i skolan och på 1960-talet var det inte heller accepterat att slå barnen hemma. Sedan 1979 finns det en lag som förbjuder vuxna att aga barn.

FAKTA

Rättigheter och skyldigheter, några exempel

- » Föräldrar har rätt till tolk eller telefontolk på föräldramöten eller vid samtal med lärare eller annan skolpersonal. Detta gäller om föräldern inte kan göra sig förstådd, och inte heller kan förstå och uttrycka sig på svenska som han eller hon kan på sitt modersmål.
- » Föräldrar har rätt att vara med på barnens utvecklingssamtal i skolan.
- » Föräldrar har rätt att be om studiehandledare och modersmålundervisning för sina barn. (*Särskilda regler gäller om man sedan får handledare eller undervisning*).
- » Det är skolplikt för barn mellan 7 till 16 år. Föräldrar/vårdnadshavare ansvarar för att deras barn går i skolan och uppfyller skolplikten.
- » Föräldrarna ansvarar för att meddela skolan om barnet är hemma och är sjukt.

Den svenska skolan

När barnet fyller sex år är kommunen skyldig att erbjuda en plats i en förskoleklass. Det är frivilligt att låta sin sexåring gå i förskoleklass. Men alla barn som är mellan 7 och 16 år och bosatta i Sverige har skolplikt. Det är både en rättighet och skyldighet att gå i skolan. Det är du som är förälder (*vårdnadshavare*) som ansvarar för att barnet går till skolan och är med i undervisningen.

Skolplikten innebär att barnet ska vara med på alla ämnen och annan verksamhet som anordnas i skolan, som till exempel friluftsdagar. I den svenska skolan arbetar flickor och pojkar tillsammans, har samma rättigheter och skyldigheter. Den svenska skolan har förändrats mycket sedan 1950-talet, då fanns betyg i alla ämnen från första klass. Barnen fick även betyg i ”*ordning och uppförande*”. Om barnen bröt mot skolans regler fanns bestraffningar. Lärarna kunde till exempel slå barnen med pek-pinnen eller skicka ut dem i korridoren för att skämmas. Idag får ingen form av fysisk bestraffning förekomma i skolan och barnen får betyg för första gången i årskurs 6.

Leken är viktigt i den svenska skolan, framförallt för de yngsta barnen. Leken är viktig för utveckling och lärande. Den stimulerar fantasi, kommunikation och förmåga att samarbeta och lösa problem. Genom lek kan barnet också uttrycka och bearbeta upplevelser och känslor. Ofta används musik och bild i olika ämnen för att stimulera alla sinnen och bidra till inläringen.

Ju äldre barnen blir, ju mer förväntas de också kunna ta ansvar för sin skolgång. Komma ihåg sina läxor, arbeta självständigt och tillsammans i grupp och även be om hjälp om de känner att de behöver det.

I de lagar och regler som styr skolan och förskolan står det att elever och barn har rätt att påverka och tycka till, det gäller både undervisningen och arbetsmiljön. Barnen får säga sin mening i klassrummet, i samtal med sin lärare och i särskilda elevråd tillsammans med andra elever. Det kan till exempel handla om bråk på fotbollsplanen, skomaten eller arbetsro i klassrummet. Skolan ska också anlita tolk när det behövs till möten och samtal (*till exempel utvecklingssamtal*). Berätta för skolan i god tid före möten om du behöver tolk.

Skolan ska också samarbeta med föräldrarna. De ska kunna ha inflytande på verksamheten och det som händer i skolan. Om man som förälder har synpunkter, frågor eller funderar över något som händer en vanlig dag i skolan, vänder man sig till lärare eller annan personal. Om man av någon anledning inte vill prata med läraren om en fråga, kan man vända sig till chefen (*rektor eller förskolechef*). På skolan finns också kurator och skolsköterska som både barn och förälder kan prata med.

Ett läsår i skolan kallas årskurs och är uppdelat i vårtermin och hösttermin. En gång per termin är det utvecklingssamtal, både för skolelever och för 6-åringar. Då är förälder, barn och lärare med. Vid samtalet diskuterar man barnets utveckling och situation i förskolan eller på skolan. En gång per termin är det föräldramöte. Då är bara föräldrar och lärare inbjudna. Lärarna informerar om saker som är viktiga för alla föräldrar i barngruppen eller i klassen.

Simning och lekar i vatten är en del av undervisningen i ämnet Idrott och hälsa (*ett obligatoriskt ämne*). Att kunna simma kan vara roligt men också väldigt viktigt för att kunna förhindra olyckor med tanke på att vi har så mycket sjöar i Sverige. När eleverna går ut årskurs sex ska de kunna simma minst 200 meter och hantera nödsituationer vid vatten. De får också lära sig hur man ska bete sig när man badar vid stranden eller i badhuset, till exempel att man inte ska bada ensam.

Diskussionsfrågor:

- » Har du fått gå i skolan?
- » Hur många år gick du i skolan?
- » Vad känner du igen från din egen skoltid?
- » Om du jämför den svenska skolan med skolan i ditt hemland, vilka likheter eller olikheter ser du?
- » Vad tycker du om skolplikten?
- » Vilka krav ställer den svenska skolan på dig som föräldrar?
- » Vilka krav får du som föräldrar ställa på skolan?

ARBETSBLAD

Om föräldramöten: Hur gör jag nu?

Ahmed är pappa till tre barn. Förra vintern kom han och hans familj från Sudan till Sverige som kvotflyktingar. De bor i en lägenhet i en liten kommun i mellersta Sverige. De två yngsta flickorna har nyligen börjat i förskolan och inskolningen gick mycket bra. Pappa Ahmed är bekymrad över sin son Faisal som har börjat i tvåan. Faisal är ofta ledsen när han ska på skolan – pappan förstår inte riktigt varför och tänker att han ska prata med hans lärare på det kommande föräldramötet.

När Ahmed kommer till föräldramötet vet han inte riktigt hur han ska göra så han sätter sig längst bak i rummet. Ingen hälsar på honom och han har svårt att förstå vad läraren och de andra föräldrarna säger. Han känner sig väldigt utanför.

Diskussionsfrågor:

- » Har du någon gång upplevt en liknande situation?
- » Hur kände du då?
- » Har du utifrån din egen erfarenhet något tips eller råd till Ahmed?

Ahmed hade förväntat sig att han skulle kunna prata med läraren om sin oro för Faisal och om hur han mår. Men på föräldramötet diskuterade man bara om en klassutflykt där man skulle grilla korv och vad föräldrarna skulle hjälpa till med. Pappan tycker att det är väldigt konstigt i Sverige, att skolan gör sådana saker med eleverna. Ahmed tycker att Faisal ska lära sig läsa och skriva i skolan och inte grilla korv.

Diskussionsfrågor:

- » Har du någon gång känt likadant? Vad hände då?
- » Vilka tips har du till Ahmed?

Föräldragrupp

Tema 5, träff 7: Sex- och samlevnadsundervisning

- Syfte:** Ge information om och samtala kring sex- och samlevnadsundervisningen i skolan.
- Grundmaterial:** Whiteboard eller blädderblock, overhead, tuschpennor, skrivpapper och pennor.
- Dagens material:** Text: Sex och samlevnadsundervisning i den svenska skolan.
Arbetsblad: Hur gör jag nu?
Eventuellt illustrationer från tema 6, "Vår kropp".
- Tips på nätet:**
Material att beställa och använda: www.lafa.nu
Ungdomsmottagning på nätet: www.umo.se
Riksförbundet för sexuell upplysning: www.rfsu.se
- Tid:** 2 timmar inklusive fika vid lämpligt tillfälle.

Till ledaren

Det är inte alla människor som känner sig bekväma att prata om sex- och samlevnad. Men det är viktigt att du som gruppledare vågar prata om ämnet även om du kanske inte har någon specialkompetens inom området. Det finns bra material på internet som man kan använda sig av. Ditt förhållningssätt som ledare kan ha en avgörande betydelse för hur deltagarna upplever samtalsklimatet i gruppen, tillåtande eller fördömande. Det viktigt att deltagarna får pröva sina tankar och åsikter utan att de värderas.

Synen på sexualiteten är alltid kopplad till den kultur, det samhället och den tid som man lever i. Att tillhöra det som anses normalt (*normen*), innebär för de flesta människor den fördelen att man inte blir ifrågasatt. Bryter man däremot mot normen kan man uppleva det som utanförskap eller känna sig diskriminerad.

Som gruppledare är det bra att tänka på de normer och strukturer som påverkar hur vi ser på människor av olika kön, etnisk tillhörighet, religion, sexuell läggning, ålder eller funktionsnedsättning. En viktig uppgift för en gruppledare kan vara att ifrågasätta normer och inte att omedvetet förstärka dem. Försök att synliggöra personer och grupper som befinner sig inom och utanför normen. Om du och deltagarna inte bestämde vilket innehåll de sista träffarna ska ha förra gången är det lämpligt att diskutera det idag, se förslag på upplägg på sidan 104. Observera att om deltagarna är intresserade av att lära mer om kroppen (*det kvinnliga och manliga könsorganen, preventivmetoder, menstruation och graviditet*) så finns ett färdigt material för en sådan träff.

Att tänka på

Normer är tidsbundna och föränderliga och därför är det värdefullt att du har med ett historiskt perspektiv och tänker tillbaka på hur det var här i Sverige tidigare. Vilka normer fanns när det gällde sexualitet och relationer och hur tänkte man kring det som låg utanför normen? I Sverige fanns och finns fortfarande skillnader mellan vilka normer som gäller i städerna och på landsbygden. Deltagarna kan komma från länder där det ligger utanför normen att prata om sex och samlevnad. Det kan också vara så att man inte är van att prata i grupper där både män och kvinnor deltar. Då är det viktigt

att du som ledare samtalar kring ämnet på ett ödmjukt sätt som bland annat kan innebära att anpassa språket till deltagarnas förståelse eller kunskapsnivå och att inte vara privat. Försök att vara lyhörd som gruppleddare för att få en förståelse för "var gruppen befinner sig".

DAGENS TRÄFF

Start

1. Hälsa alla välkomna på lämpligt sätt.
(Om det är nya deltagare eller ny tolk kan det även behövas en extra presentation.)
2. Samla gruppen, sitt gärna i ring så alla ser och hör varandra bra.
3. Se till att gruppreglerna hänger synligt i rummet.
4. Presentera dagens tema.

Sex och samlevnad i skolan – inledning

Börja med att ställa nedanstående frågor till gruppen. Anteckna det som sägs på tavlan.

- » Varför tror du att man har sex- och samlevnadsundervisning i skolan?
- » Vad tror du att eleverna får lära sig?
- » Vad tycker du om det?

Sex och samlevnadsundervisning i den svenska skolan

Ledaren delar ut texten "Sex- och samlevnadsundervisning i den svenska skolan" och läser sedan högt på svenska för gruppen. Läs ett avsnitt i taget, låt tolken översätta efter varje avsnitt. Diskutera och jämför innehållet med deltagarnas svar på ovanstående frågor.

Hur gör jag nu?

Ledaren delar ut och läser texten på arbetsbladet, "Hur gör jag nu?" högt på svenska för gruppen. Läs ett avsnitt i taget, låt tolken översätta efter varje avsnitt. Diskutera därefter frågorna.

Obs! Låt deltagarna först själva fundera över fråga 1, diskutera sedan frågan tillsammans. Gå sedan vidare med fråga 2 och så vidare.

Avrunda cirka 15 min innan träffen ska sluta

Använd "rundan" som metod för att låta alla komma till tals. Förslag på frågor: Vad tycker du om träffen? Hur har det varit idag? Vill du komma tillbaka? Ta emot idéer och förbättringsförslag från deltagarna. Vad har varit bra och vad var dåligt? Skriv upp på tavla eller blädderblock. Ledaren avslutar med att kort berätta om temat för nästa tillfälle och tackar samtidigt deltagarna för dagens träff.

Reflektera och dokumentera

Ta en stund efter träffen och gör en egen reflektion och dokumentera dina och deltagarnas tankar.

Sex- och samlevnadsundervisning i den svenska skolan

Ett av människans grundläggande behov är sexualiteten. Den påverkar våra känslor, tankar och handlingar. Särskilt unga människor befinner sig i en period av livet då de har många funderingar och frågor kring sin egen sexualitet och identitet. Skolan har ett stort ansvar för unga människors utveckling. Personalen har bland annat i uppdrag att arbeta med barnens hälsa och ge dem bra förutsättningar för att utveckla en trygg och säker sexualitet. Alla elever har rätt att få kunskap om kroppens utveckling, puberteten, sexualitet och rätten till sin kropp.

Sedan 1955 är sex- och samlevnadsundervisning obligatorisk i den svenska skolan¹¹. I början fanns det föräldrar som var negativa och trodde att skolan uppmuntrade de unga till att ha sex, men nu ser de flesta föräldrarna positivt på detta. Ungdomarna själva tycker också att det är viktigt att få prata och få svar på sina frågor. De upplever det som en fördel att få prata om detta med någon vuxen som har kunskap i ämnet och som har förståelse för det som händer under tonårstiden. Syftet med undervisningen är att unga människor lär sig att ta ansvar för sin egen kropp och sexualitet – och för sitt eget liv. Precis som de lär sig att simma eller vilka regler som gäller i trafiken, så får de lära sig om kroppen, hur könsorganen fungerar och sexualitetens betydelse.

Sex och samlevnadsundervisning i skolan är inget eget ämne utan det ingår i flera ämnen. Det är en naturlig del i biologi, historia, religion, hemkunskap, idrott och hälsa och samhällskunskap.

Undervisningen sker på olika sätt beroende på barnen och ungdomarnas ålder. Ibland visar läraren till exempel bilder eller filmer, ibland kan det vara studiebesök hos barnmorskan och ibland läser barnen en text och diskuterar. Undervisningen kan till exempel handla om:

- » Kroppens uppbyggnad och funktion
- » Kroppens utveckling under puberteten
- » Sexuell identitet
- » Menstruation
- » Graviditet
- » Information om olika preventivmedel
- » Sexuellt överförbara sjukdomar
- » Samlevnad

¹¹. EFTERSOM DET FINNS SKOLPLIKT FÖR ALLA UNGA MÄNNISKOR MELLAN 7 OCH 16 ÅR, KAN MAN INTE TACKA NEJ TILL UNDERVISNINGEN I SEX- OCH SAMLEVNAD

ARBETSBLAD

Sex och samlevnad. Hur gör jag nu?

EXEMPEL 1

Du är pappa eller mamma till en flicka som är 11 år. En dag kommer hon hem från skolan och är jätteledsen, hon gråter och gråter och när du frågar henne vad som har hänt då svarar hon inte. Hon vill inte berätta för dig varför hon är så ledsen. Dagen efter är hon väldigt ledsen igen när hon kommer hem från skolan och du som föräldrar blir nu ännu mera orolig. Nu vill du verkligen veta vad som är orsaken. Du ger inte upp utan frågar igen och till slut säger hon att hon är väldigt sjuk eftersom hon blöder i underlivet. Hon berättar att hon har stoppat toapapper i sina trosor men att det inte slutar blöda.

Diskussionsfrågor:

Låt deltagarna börja med att själva först fundera över första frågan, diskutera sedan frågan tillsammans. Gå sedan vidare med fråga 2 osv.

- » Vad berättar du för din dotter?
- » När tycker du att man ska prata med sina barn om menstruation (*mens*)?

EXEMPEL 2

Du är mamma eller pappa till en pojke som är 13 år. En morgon går du in i hans rum för att väcka honom. Han ligger naken i sängen och hans täcke har ramlat ner på golvet. Han sover fortfarande och du ser att han har stånd (*hans penis är erigerad*).

Diskussionsfrågor:

Låt deltagarna börja med att själva först fundera över första frågan, diskutera sedan frågan tillsammans. Gå sedan vidare med fråga 2.

- » Vad är det som har hänt?
- » Hur reagerar du? Varför reagerar du så?

Föräldragrupp

Valbart tema, träff 8: **Vår kropp**

- Syfte:** Öka kunskapen om människans kropp, våra könsorgans uppbyggnad och funktion.
- Grundmaterial:** Whiteboard eller blädderblock, overhead, tuschpennor, skrivpapper och pennor.
- Dagens material:**
- Illustrationer:** Kroppens anatomi, kvinnans könsorgan, mannens könsorgan och graviditet
 - Ordlista:** Beskrivning av organens funktion
 - Text:** Sexualitet
 - Bildspel om menstruation:**
www.umo.se/Kroppen/Mens/Varfor-far-man-mens/
 - Bildspel om befruktning:**
www.1177.se/Vastmanland/Tema/Gravid/Bli-gravid/Att-bli-gravid/Film-Befruktning/
 - Extra information:**
www.umo.se/Sex/Skydd-mot-graviditet/
www.rfsu.se/sv/
- Tid:** 2 timmar inklusive fika vid lämpligt tillfälle.

Till ledaren

När vi i projekt Begripligt hela vägen samtalade med deltagare om skolans sex- och samlevnadsundervisning uttryckte föräldrar behov av att få veta mera om hur kroppen är uppbyggd och hur den fungerar. De ville också veta mera om menstruationens betydelse, hur man blir gravid eller hur man kan undvika detta. Vi utgår från att det kan finnas fler nyanlända föräldrar som befinner sig i samma sits och har därför gjort tagit fram material till en träff.

Ett tips är att du börjar på en neutral nivå med allmän kunskap om kroppens uppbyggnad och funktion. Att utgå från anatomin kan vara en bra start då det handlar om konkreta fakta och man kan träna på kroppsdelarnas namn. Detta kan bidra till att man känner sig tryggare då man vet vilka ord man kan använda när man ringer till hälsocentralen eller går på läkarbesök.

Det är naturligt att kunskapsnivån varierar bland deltagarna. De kanske kommer från länder och kulturer där förutsättningarna för kunskap om kroppen är helt annorlunda än i Sverige. Man har kanske inte samma tillgång till information som vi har genom böcker, internet och skola. Det kan vara så att även om en kvinna har fött barn, kanske hon aldrig har sett ett manligt könsorgan eller vet hur en slida ser ut. Erfarenheter visar att många upplever att det är bättre med tecknade bilder istället för fotograferade kroppsdelar.

Faktablad – Kroppens organ

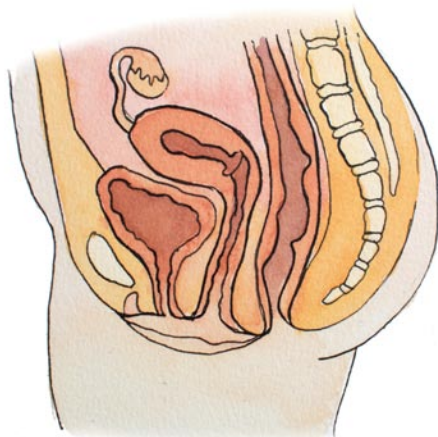
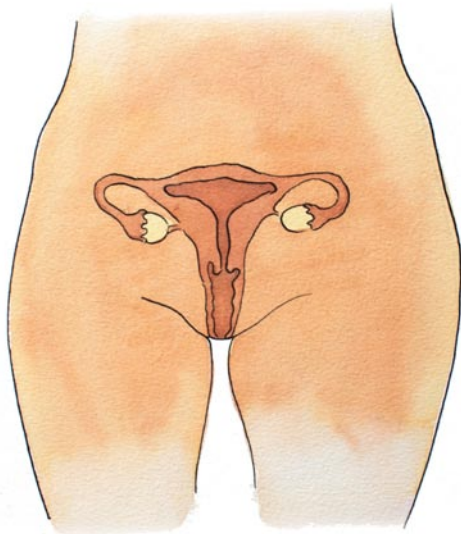
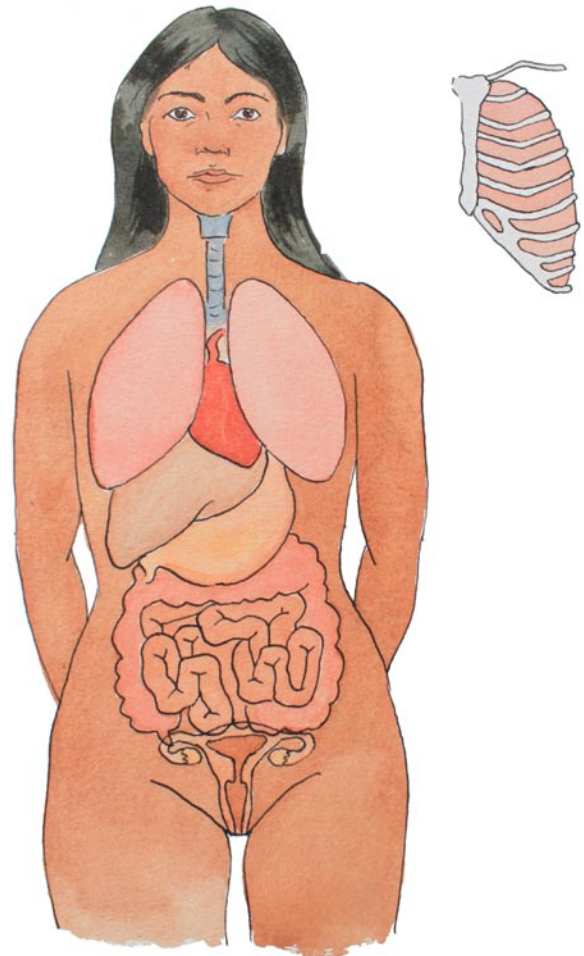
LUNGORNA – tar upp syre till kroppen, avger koldioxid från kroppen.

HJÄRTAT – pumpar runt blodet i kroppen.

MAGSÄCKEN – tar hand om maten och börjar bryta ner den till mindre beståndsdelar.

TARMARNA – tar upp näring och vätska från maten.

URINBLÅSAN – samlar upp urinen innan man kissar.



◀ Kvinnans könsorgan

ÄGGSTOCKARNA – producerar äggceller, ett ägg varje månad.

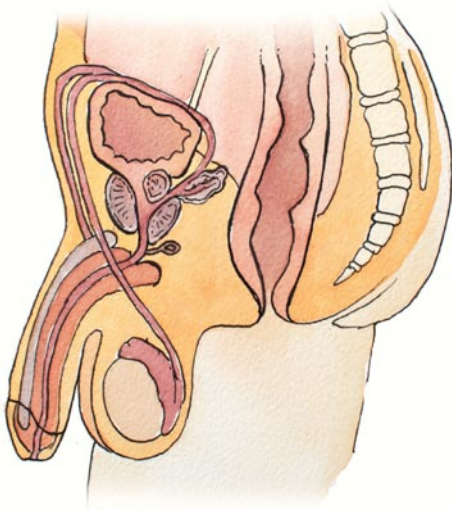
ÄGGLEDAREN – fångar upp ägget, och transporterar det ner till livmodern.

LIVMODERN – här utvecklas fostret under 9 månader.

SLIDAN – ”ingång” för penis och spermier vid samlag och ”utgång” för menstruationsblodet (mensen) och barnet vid förlossning. Ligger mellan urinröret och ändtarmen.

KLITORIS – ligger framför urinrörets mynning, består av svällkroppar och är känslig för beröring.

BLYGDLÄPPARNA – täcker delvis slidöppningen, de yttre är hårbevuxna, de inre är klädda med slemhinna.



◀ Mannens könsorgan

PENISEN – har svällkroppar som fylls med blod så att penis blir hård och kan föras in i slidan. Vid sexuell utlösning slungas spermier ut via urinröret.

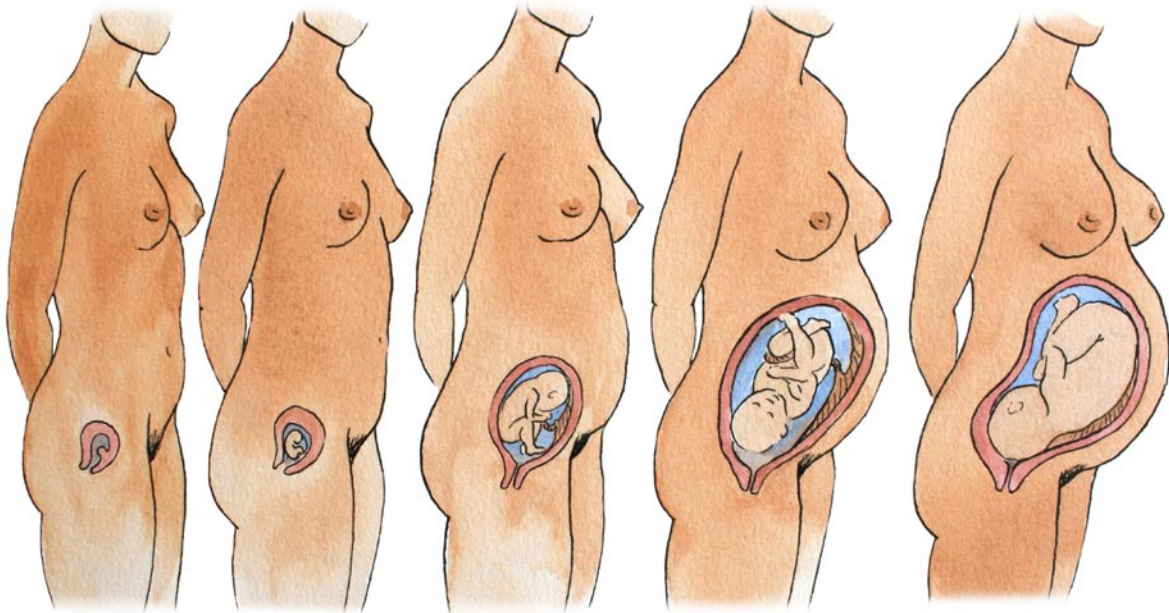
OLLONET – penisens yttersta del, som normalt skyddas av förhuden (hudveck). Är känslig för beröring.

PUNGEN – hudpåsen under penis som innehåller två testiklar.

TESTIKLARN – producerar spermier, spermierna tål inte för höga temperaturer därför är testiklarna placerade utanför kroppen.

SPERMIER – innehåller mannens könsceller. De består av en X- och en Y-kromosom och bestämmer könet på barnet.

SÄDESLEDAREN – kanalen som transporterar spermierna.



HORMONER – är ämnen som kontrollerar olika processer i kroppen som till exempel tillväxt, ämnesomsättning, pubertetsutveckling, graviditet och fostrets utveckling.

EXEMPEL PÅ HORMONER:

- **Insulin** – transporterar glukos in i cellerna och sänker därigenom blodsockerhalten
- **Östrogen** – kvinnligt könshormon
- **Testosteron** – manligt könshormon
- **Oxytocin** – stimulerar livmodern till sammandragningar vid förlossning och stimulerar mjölkkörtlarna vid amning.

Föräldragrupp

Valbart tema

träff 9 och 10:

De sista tre träffarna är vikta åt gruppens önskemål. Det finns dock material till träff 8 om deltagarna vill tala mer om kroppen. Här ges också två förslag på teman som kan användas till träff 9 och 10.

Syfte:

Att möta deltagarna där de befinner sig. Låta gruppen bestämma vilka teman som de tycker är viktiga att ta upp.

Grundmaterial:

Whiteboard eller blädderblock, overhead, tuschpennor, skrivpapper och pennor.

Blankett:

Utvärdering

Tid:

2 timmar respektive träff, inklusive fika vid lämpligt tillfälle.

Till ledaren

Det är en konst att vara lyhörd för människors behov och önskemål. Vi som ledare kan ha synpunkter på vilka teman som de nyanlända föräldrarna behöver eller vill diskutera och det kan säkert stämma många gånger. Men det är också viktigt att vi är lyhörda för de tankar och funderingar som rör sig bland deltagarna.

Ett önskemål som tydligt uttrycktes i en av våra grupper var att man ville veta hur olika livshändelser, som födelse och död hanterades inom den svenska kyrkan. Vi vände oss då till en församling och en lokal begravningsbyrå som kunde hjälpa oss med information och studiebesök.

En annan frågeställning som lyftes fram var att man ville veta om det fanns något naturfolk i Sverige och hur de i så fall levde. Vi tolkade detta som ett behov av att man ville undersöka om man kunde känna igen sig i, identifiera sig med naturfolkets tillvaro. Då vår kommun är ett samiskt förvaltningsområde så var det lätt att möta detta önskemål. Deltagarna som i huvudsak kom från Eritrea upplevde att de kunde känna igen sig i samernas sätt att leva, närheten till naturen och att tillhöra en minoritet. Mötet stimulerade deltagarna att berätta sin egen historia och se likheter och olikheter.

Att tänka på

På sista träffen är det bra att planera lite extra tid för utvärdering. Förslag på blankett finns.

DAGENS TRÄFF

Start

Hälsa alla välkomna och presentera dagens tema enligt samma metod som förut.

Från födelse till död – förslag på tema träff 9

Bjud exempelvis in en diakon från Svenska Kyrkan och en begravningsentreprenör från en lokal begravningsbyrå som kan dela med sig av sina kunskaper och sitt yrke.

Förslag på frågeställningar

- » Hur gör jag om jag vill döpa mitt barn?
- » Hur går dopet till?
- » Vad händer när någon har dött?
- » Hur blir man medlem i svenska kyrkan?
- » Vem bestämmer om barnets namn?
- » Hur gör man för att få en gudmor eller gudfar?
- » Hur snabbt kan man få en begravning ordnad?
- » Måste man använda en kista?
- » Måste kroppen ligga på en kyrkogård?
- » Tar man hänsyn till de muslimska reglerna i kommunen?
- » Vilka kostnader är det?

Studiebesök

Det kan vara lämpligt att komplettera informationen med ett guidat studiebesök i kyrkan och på kyrkogården. Om det finns ett krematorium kan det ju också besökas om deltagarna önskar. Begravningsbyråerna brukar kunna tillhandahålla översatt skriftlig information om begravningar i svenska kyrkan och vilka andra övriga önskemål som kan tillgodoses.

Samerna, ett naturfolk – förslag på tema träff 10

Bjud in kommunens samiska samordnare eller någon annan lämplig person som kan berätta samernas historia och hur de lever idag. Ge deltagarna möjlighet att delade med sig av sina erfarenheter och belysa likheter och olikheter med samernas kultur och livsvillkor.

Förslag på frågeställningar

- » Hur bodde man förr och hur bor man nu?
- » Hur försörjde sig samerna förr och hur försörjer de sig nu?
- » Vad har renens för betydelse?
- » Hur går märkning och slakt till?
- » Hur är det att leva med årstiderna?
- » Vad finns det för matkultur?
- » Vad finns det för slöjdtraditioner?
- » Vad finns det för samiska språk?

Komplettera samtalet med ett studiebesök på ett museum om det finns något i närheten som visar samiska berättelser och samlingar, det finns på ett flertal ställen i landet. Eller kanske finns det ett rengärde i närheten? Låt deltagarna smaka exempelvis på torkat renkött, kokkaffe och kaffeost.

Avrunda cirka 15 min innan träffen ska sluta

Använd ”rundan” som metod för att låta alla komma till tals. Förslag på frågor: Vad tycker du om träffen? Hur har det varit idag? Vill du komma tillbaka? Ta emot idéer och förbättringsförslag från deltagarna. Vad har varit bra och vad var dåligt? Skriv upp på tavla eller blädderblock.

Ledaren avslutar med att kort berätta om temat för nästa träff och tackar samtidigt deltagarna för dagens träff. Om det är den sista träffen kan det vara lämpligt att beräkna en längre stund för att fylla i en utvärdering och ett bra avslut för gruppen.

Reflektera och dokumentera

Ta en stund efter träffen och gör en egen reflektion och dokumentera dina och gruppens tankar.

UTVÄRDERING – vid varje träff

Hur tycker du att det har varit idag?



Vad har varit bra?

Vad har varit dåligt?

Har du något förslag på ändring?

Hur tycker du att ledaren har fungerat?



UTVÄRDERING – vid kursens slut

Hur har du upplevt att vara med i föräldragruppen?



Vilka teman har varit bäst/viktigast att få information om/diskutera?

Sätt ett X över



Hur tycker du att ledaren fungerat?



Skulle du vilja gå i en föräldragrupp igen om till exempel ett år?

Sätt X över



Källor och länkar

I material- och metodboken finns en mängd länkar och hänvisningar till annat material. Fördelen är att andras goda arbete får spridning, nackdelen är att vi inte kan ansvara för att allt material och att länkar riskerar att bli inaktuella. Berätta gärna för oss om du hittar länkar som inte fungerar, mejla till begripligt@stromsund.se

Här nedan specificerar vi några källor till två kapitel. I övrigt hänvisar vi till länkar och fotnötter på respektive sida.

KAPITEL 3

Jag, vi och samhället

Faktablad om skolhälsovården, sidan 45:

Skollagen Elevhälsa:2 kap, §25, §26, § 27, § 28

Socialstyrelsens riktlinjer för skolhälsovård, artikelnr 2004-130-2, ISBN 91-7201-881-X

Socialstyrelsen, SOSFS 2006:22 Vaccination av barn, ändrad SOSFS 2012:19

Överenskommelse kring vissa nyanlända invandrare 0–17 år mellan Jämtlands läns landsting och Regionförbundet

Jämtlands läns landsting: Rekommendation Hälsoundersökning – asylsökande/nyanlända invandrarbarn 0–17 år Jämtlands län

KAPITEL 5

Att vara förälder

Vår historia, sidorna 83–86:

Skolan, barnen och samhället av Bengt Sandin

www.distans.hkr.se/ita101/Texter/sandin_skolan_barnen_samhallet_ur_KMN.pdf

Det är ett utdrag ut boken ”Kobran, nallen och majjen. Tradition och förnyelse i svensk skola och skolforskning”. Boken kan laddas ner från skolverkets hemsida.

So-rummet, undervisning på nätet:

www.so-rummet.se

Texterna bygger också på egna kunskaper och faktakontroll med personal på Riksarkivet.

HUR GÖR MAN MIGRATIONEN BEGRIPLIG för en 8-årig kvotflykting från Somalia eller en 16-åring från Irak?

Här i boken hittar du vår metod och vårt material som vi tagit fram i projekt Begripligt hela vägen.

Mer information finns också på vår hemsida www.begripligt.nu

Vill du ha kontakt? Mejla till begripligt@stromsund.se



Är du även nyfiken på barnens arbetsbok? Läs mer på sidan 14 här i metod- och materialboken.