



En handbok för vuxna i hur man pratar med barn om kroppen, gränser och sexuella övergrepp

2013-10-02 06:00 CEST

## Hur pratar vi med barn om sexuella övergrepp?

En undersökning som Novus gjort på uppdrag av Rädda Barnen visar att nio av tio föräldrar tycker att det är viktigt att prata med barn om kroppen och gränser vid fysisk kontakt. Samtidigt upplever många föräldrar att de saknar tillräcklig kunskap om ämnet. Rädda Barnen har därför skrivit handboken [Stopp! Min kropp!](#) med tips och råd för föräldrar om att prata med barn om kroppen, gränser och sexuella övergrepp.

Det är viktigt att göra kroppen och kroppens privata områden pratbart med barn redan i småbarnsåren. Barn ska veta att de har rätten till sin egen kropp, att det finns gränser för vad andra får göra med den, och att det är viktigt att

prata med en vuxen om någon går över den gränsen.

- Genom att våga lyfta de intima frågorna avdramatiserar vi ämnet, vilket skickar signaler om att det är okej att prata om det. **Vi vill ge barnen en självkänsla och en trygghet i att kroppen är något värdefullt som man själv bestämmer över, säger handbokens författare Anna Norlén, psykolog och chef för Rädda Barnens behandlingsverksamhet.**

Rädda Barnen får ofta frågor från föräldrar och andra vuxna om hur de bör diskutera sexuella övergrepp med sina barn. Särskilt när ämnet figurerat stort i media. *Hur ska man uttrycka sig för att inte oroa eller skrämma? Vid vilken ålder är barn mottagliga för vilken information?*

- Vi måste också underlätta för de barn som drabbats. Det är alltid den vuxne som är ansvarig vid ett sexuellt övergrepp, och det är vi vuxna som ansvarar för att skydda barn mot alla former av övergrepp. Det är svårt att förebygga sexuella övergrepp men det som vi ändå kan göra är att stärka barn i deras uppfattning om rättigheter och förmåga att säga stopp och nej, säger Anna Norlén.

Fyra av tio föräldrar vet inte vart de ska vända sig om de misstänker att deras barn har utsatts för en sexuell kränkning. Handboken innehåller råd om detta så att man kan få det stöd och den hjälp man behöver för att bearbeta övergreppet. Alla barn som utsatts ska veta att man kan få det stöd och den hjälp man behöver.

[Ladda ner Stopp! Min kropp!](#)

För mer information och för intervju med Anna Norlén, kontakta Lovisa Ågren: 08 698 92 88 eller [lovisa.agren@rb.se](mailto:lovisa.agren@rb.se)

---

*[Rädda Barnen](#) är en politiskt och religiöst obunden folkrörelse med verksamhet både i Sverige och internationellt. Med Barnkonventionen som grund arbetar vi för att barn ska få det bättre och för att barns rättigheter ska respekteras.*

Följ oss på:

[Twitter](#)

[Facebook](#)

[Bloggen - Barnrättskämpe](#)

[Youtube](#)

## Kontaktpersoner



### **Rädda Barnens pressjour**

Presskontakt

Tillgänglig för journalister mellan klockan 08.00 och 20.00.

[press@rb.se](mailto:press@rb.se)

08-698 90 90



### **Anne Thorngren**

Presskontakt

Pressekreterare

Svenska frågor

[anne.thorngren@rb.se](mailto:anne.thorngren@rb.se)

0723-57 67 56



### **Åsa Runström Awad**

Presskontakt

Pressekreterare

Internationella frågor

[asa.runstrom.awad@rb.se](mailto:asa.runstrom.awad@rb.se)

0733-55 34 33



### **Oskar Kollberg**

Presskontakt

Pressekreterare

Internationella frågor

[oskar.kollberg@rb.se](mailto:oskar.kollberg@rb.se)

0733 55 34 15



**Oscar Nelson**

Presskontakt

Pressekreterare

Presskontakt till generalsekreterare Åsa Regnér

[oscar.nelson@rb.se](mailto:oscar.nelson@rb.se)

072-454 54 85