



**- Samtyckeskultur på förskolan
Handledning för pedagoger**

MAKE
EQUAL



JÄMSTÄLLDHETS
MYNDIGHETEN

Okej med dig?

Samtyckeskultur på förskolan

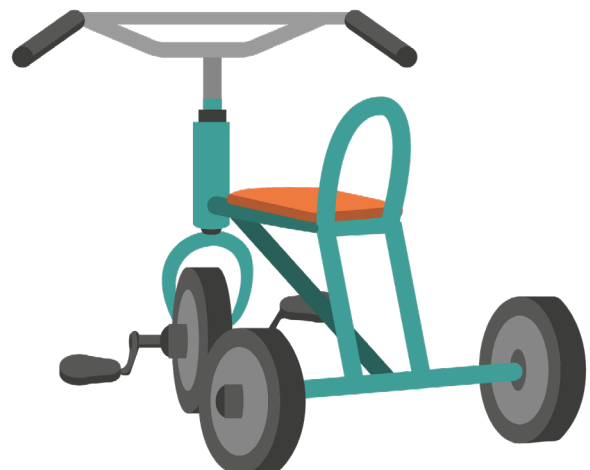
Handledning för pedagoger

Introduktion	1
Upplägg	2
Om oss	3
 På arbetsplatsträffar	 4
Samtyckesordlistan	4-7
Varför-övning	8
Reflektionsövning	8
1, 2, 3 action	9
Case-övning	10-11
 I barngruppen	 12
Övningar	12-14
Pedagogiska tips i arbetet med samtycke	15-16
Samtyckes-situationer	17
 Kommunikation med vårdnadshavare	 18
Tips för hur en kan informera vårdnadshavarna om att er förskola arbetar aktivt med samtycke och varför det är viktigt:	18
Tips för hur en kan engagera vårdnadshavarna:	18
 Mål, struktur och inspiration	 19
Veckomål	19
Månadsmål	19
Terminsmål	19
Utvärdering och feedback	20
Reflektionsverktyg	20
Övriga tips	21
 Materialtips	 22-23

Introduktion

Det sägs ofta att det här med samtycke är så himla svårt, men saken är den att det egentligen är ganska enkelt - det handlar om att försäkra sig om att en vill samma sak. Problemet är att vi är många som inte fått träna på eller lära oss det och därför är vi lite ovana vid både begreppet och hur en ska göra på bästa sätt. Detta gör oss ibland osäkra kring hur vi kan jobba med temat även på vår arbetsplats och tillsammans med vår barngrupp, vilket är synd. Att bygga en samtyckeskultur skapar bra förutsättningar för en jämlik och inkluderande verksamhet där alla kan få vara trygga och nå sin fulla potential. Det första, och kanske viktigaste steget är att faktiskt börja göra och våga testa. Oftast är det genom små insatser och mikrohandlingar som till slut stor förändring skapas. Genom nyfikenhet och ett öppet och lärande klimat i arbetsgruppen går det att komma långt.

Det handlar också om att se över det vi redan gör idag. Oftast inser vi då att vi redan gör en massa. Så mycket av det vi redan gör handlar om att ge barnen så goda förutsättningar som möjligt för att skapa trygga och fungerande relationer, men också att vi själva blir förebilder genom hur vi är och beter oss - oavsett om vi vill det eller inte. Ni är experter på er verksamhet och era barngrupper. Se därför denna handledning som en inspiration och kunskapshöjande verktygslåda att utgå ifrån och anpassa så att den fungerar just hos er. Ni kan använda den i sin helhet eller välja ut delar. Genom samtal, reflektion och övning kan vi bli fler som börjar öva på samtycke med både oss själva och barnen. Tillsammans för en samtyckeskultur!



Upplägg

Den här handledningen innehåller fem delar med olika syften och fokus. Den första delen handlar om hur ni pedagoger kan lära er mer om och träna på samtycke genom övningar som arbetslaget kan göra tillsammans på tex arbetsplatsträffar. Handledningens andra del fokuserar på arbetet i barngrupp och innehåller bland annat övningar som går att göra tillsammans med barnen samt pedagogiska tips. Den tredje delen i handledningen innehåller tips på hur ni kan informera och engagera vårdnadshavare i arbetet med samtycke. Handledningens fjärde del innehåller förslag på hur ni i arbetslaget kan strukturera upp arbetet med samtycke på just er förskola genom att sätta upp mål och utvärdera arbetet. Den femte och sista delen av handledningen innehåller tips på annat bra material som kan användas i arbetet med att skapa en samtyckeskultur i förskolan.

MAKE EQUAL

Om oss

Vi som har tagit fram denna handledning heter Make Equal. Vi jobbar lösningsfokuserat med metoder för jämlikhet och inkludering. 2020 fick vi medel från Jämställdhetsmyndigheten för att driva ett ettårigt projekt om samtycke i förskolan. Projektet heter "Okej med dig?" och resulterade bland annat i en hemsida, en barnbok, en ramsa, affischer och denna handledning. Ni hittar allt material samlat på vår hemsida okejmeddig.se.

Tack till

I arbetet med att ta fram och testa detta handledningsmaterial är det flera aktörer som bidragit och gett oss viktigt stöd. Inte minst våra samarbetsförskolor som feedbackat och testat delar av materialet. Föreningen Fatta (www.fatta.nu) har bidragit med sin expertkunskap om samtycke - tack! Slutligen hade ju ingen del av projektet varit möjlig utan stöd från Jämställdhetsmyndigheten.

På arbetsplatsträffar

Här har vi samlat övningar som syftar till att ni pedagoger på era möten och träffar ska kunna lära er mer om och träna på samtycke i förskolan. Initialt vill vi ge er möjlighet att både enskilt och kollegialt ta reda på vad samtycke är för dig och för er. Därför finns det först ut i detta avsnitt en samtyckesordlista. Samtycke innehåller många olika delar som alla behövs på sitt sätt, och likt ingredienser till en maträtt bildar dem tillsammans en bra grund för vad samtycke är. Inled därför gärna ert arbete med att läsa denna lista för att ta reda på vad samtycke är för er och fundera kring hur det bäst kan inkluderas och praktiseras i er verksamhet. Därefter kan ni själva välja hur och när ni i arbetslaget tar er an dessa övningar. Kan-ske gör ni en övning per arbetsplatsträff? Eller flera övningar på en fortbildningsdag? Gör det som passar bäst för er förskola.

Samtyckesordlistan

Samtidigt som samtycke kan kännas lätt så kan det faktiskt även kännas ganska komplext! Det är inte alltid glasklart hur en ska inhämta samtycke eller hur vi ska tolka signaler från andra. Det finns många beståndsdelar som bör finnas för att samtycke ska kunna appliceras i praktiken. I denna samtyckesordlista finns ord och begrepp som är viktiga ingredienser för samtycke. Ni kan använda den genom att välja ett eller flera begrepp, läsa igenom och diskutera följande:

- **Vad betyder det här i praktiken i vår verksamhet?**
- **Kan vi ge några exempel på när detta sker hos oss?**
- **Varför är det här viktigt för samtycke?**
- **Vad riskerar vi att missa vi om vi saknar denna ingrediens?**

Samtyckesordlista:

- **Respekt**

Grunden i samtycke handlar om att ha respekt för andra människors värde och vilja. Att respektera andras gränser, men också att ha respekt för vad och på vilket sätt någon annan vill något eller inte.

- **Självrespekt**

Lika viktigt som respekt för andra är att ha respekt för sig själv.

- **Färskvara**

Ett samtycke är aldrig definitivt eller konstant. Det är en färskvara. Något som kan avbrytas och ändras. Ett pågående samspel där vi fortlöpande behöver lämna utrymme för oss och andra att känna av och lyssna in. Samtycke ska därför inhämtas kontinuerligt.

- **Kontrollstrategier**

Hur kan jag kontrollera att jag har samtycke? Det måste anpassas till situationen och relationen jag har till personerna runt omkring mig, men kan till exempel handla om att fråga, läsa av kroppsspråk, gå små steg framåt och ibland pausa för att lämna utrymme för reflektion, reaktion och andras egna initiativ.

- **Lyssna**

Att lyssna är en grundsten för samtycke. Det handlar dels om att lyssna på andras verbala och fysiska signaler men också att lyssna på sina egna.

- **Lyssna inåt**

Vad vill jag, egentligen? Det är många saker som kan göra att en uttrycker ja fast det

inte känns bra hos en själv. Giltigt samtycke förutsätter att en är i en trygg miljö där en verkligen kan känna efter vad en själv vill.

- **Inkännande**

En förutsättning för samtycke är förmågan att känna in sig själv och andra människor. Att känna av när någon vill, likväl som när något inte känns bra för en annan. Att vara lyhörd mot sig själv, situationen och andra. Tolka signaler och agera därefter.

- **Kontext**

Samtycke måste förstås i sitt sammanhang och är kontextuell. Genom att vuxna i högre grad reflekterar över kontextens betydelse kan vi skapa en samtyckeskultur där barnets perspektiv är i centrum. Viktiga aspekter att reflektera över kan exempelvis vara maktposition, miljö, och att alla människor är olika. Det är exempelvis inte ovanligt att vuxna ibland vill trösta barn med en kram men beroende på kontexten så kan det även här vara viktigt att fråga om barnets samtycke.

- **Empati**

Empati är en av grundstenarna i samtycke. Förmågan att sätta sig in i hur mina handlingar landar och påverkar någon annan. En förmåga och vilja att inte göra saker som inte känns okej för andra. Förmågan till empati skapar goda förutsättningar för samtycke. Vi kan känna in, känna av och göra i nuet, just för att vi har förmågan att sätta oss in i andras perspektiv.

- **Gruppträck**

Något som lätt påverkar möjligheten till samtycke, eller kanske snarare frånvaro av samtycke är gruppträck. Att en känner

sig pressad, tvingad eller tvungen att göra något för att det förväntas av en. Eller för att tillgodose andras behov. Om någon gör något mot sin egen vilja som ett resultat av grupptryck finns inte samtycke. Ett samtycke kan inte tvingas fram.

- **Maktmedvetenhet**

Samtycke kan påverkas av och förstärka befintliga maktrelationer. När makt utövas mellanmänskligt kan exempelvis en person säga ja, trots att hen egentligen inte vill. I en kontext med barn är det därför särskilt viktigt att vuxna, som ofta befinner sig i en maktposition i relation till barn, ser till att reflektera över sin egen maktposition. Det är också viktigt att vuxna pratar med barn om att dem själva har makten över sin egna kropp och aktivt tränar tillsammans på att lyssna in vad de gillar/inte gillar.

- **Egna och andras rättigheter**

En central utgångspunkt för samtycke är att förstå andra människors rättigheter att samtycka och sin egen skyldighet att inhämta samtycke. Det är därför särskilt viktigt att vi inte fastnar i en persons intentioner (i exempelvis en vuxens intention att krama ett barn) utan att istället se till barnets rättigheter att bestämma själv, dvs barnets rättighet till att samtycka.

- **Ja och nej signaler**

För att kunna samtycka i praktiken krävs det att vi tillsammans lär oss att tolka ja- och nej-signaler. Det är minst lika viktigt att tolka och förstå fysiska och kroppsliga signaler som verbala signaler. Hur kan vi veta att någon säger nej genom kroppsspråk? Hur kan vi säkerställa att en ja-signal är ett ja? Hur kan vi förstå om ett verbalt ja är ett

nej? Och hur kan vi veta om någon ändrar sig? Låt oss heller inte glömma kanske-signalerna. Kanske är inte ett ja, men kan bli, tills dess är det ett nej. Alla kan vi ibland känna tvekan eller vara otydliga med vad vi vill. Hur kan kanske-signaler ta sig till uttryck? Det kan liknas vid en gul trafiksinal som betyder invänta grön eller röd, och en får inte köra förrän det blir grönt. Men hur vi än uttrycker oss får vi inte glömma att allt annat än ett ja är ett nej.

- **(Våga) fråga**

Eftersom varje situation och person är unik så är det viktigt att vi vågar fråga om samtycke, dvs *“Okej med dig?”*. Att fråga är i sig inte en garanti för att samtycke finns, vilket är viktigt att ha med sig.

- **Ödmjukhet**

Ödmjukhet handlar om att ha kännedom och medvetenhet om sina egna och andras begränsningar. Att ha ett ödmjukt förhållningssätt till samtycke innebär därför att vi fokuserar på öppenhet till lärande av perspektiv och idéer snarare än att fastna i gamla sanningar.

- **Mod**

Samtycke kan också kräva mod. Ibland krävs mod för att inte ge samtycke eller för att inhämta samtycke. För att inte *“vara till lags”* eller för att våga visa oss sårbara och riskera att få ett nej.

- **Ömsesidighet**

Ömsesidighet är ett viktigt inslag för samtycke och för att alla inblandade ska må bra. Genom att ta hänsyn och respektera varandras gränser, känslor och upplevelser kan vi ge förutsättningar för det ska kännas bra för alla inblandade.

- **Gränsdragning**

Att veta vad en vill, och vad någon annan vill förutsätter också en kommunikation kring var de respektive gränserna går. Vad den andra inte vill, vad jag själv inte vill - helt enkelt vad som är okej och inte.

- **(Olika former av) kommunikation**

Kommunikation är en huvudingrediens för att skapa en samtyckeskultur och den kommunikationen kan ske på olika sätt. Kommunikation kring samtycke kan exempelvis förmedlas verbalt genom språket. Genom att exempelvis fråga "Okej med dig?" kan vi försöka tolka om en person vill eller inte. Däremot så är det viktigt att poängtera att allt annat än ett ja ska betraktas som ett nej och att ett ja varken är en garanti eller konstant. En annan viktig form av kommunikation är kroppsspråk, som sker genom att vi tolkar, känner in och läser av andra människors kroppsspråk. Om en är osäker på kommunikationen är det viktigt att stanna upp och säkerställa om allt är "Okej med dig?"

- **Olikhet**

Medvetenheten om att vi alla är olika är ett viktigt inslag för samtycke. Genom att alltid utgå ifrån att vi är olika skapar vi bättre förutsättningar för att fråga, känna och lyssna in andra människor. Detta förebygger att vi gör något mot en annan människa med lösa antaganden och spekulationer som kanske inte stämmer.

- **Integritet**

Här väljer vi att hänvisa till citat från Skolverket, då frågan om integritet är en så genomgående central del i all form av arbete när det kommer till barn och unga. Citaten i

sig synliggör även hur samtycke blir en bidragande del i att utveckla barnens integritet i förskolan.

"Integritet handlar om att själv få utveckla sin identitet och känna sig trygg i den". (Skolverket)

"Barn i förskolan ska också få möjlighet att bli medvetna om rätten till sin integritet. Förskolan har även i uppdrag att spegla de värden som finns i barnkonventionen, där flera av artiklarna kopplar till barns integritet. Du som arbetar i förskolan har därför en viktig roll i att respektera, skydda och stödja barnens integritetsutveckling." (Skolverket)

"Förskolan ska ge varje barn förutsättningar att utveckla sin identitet och känna trygghet i den samt medvetenhet om rätten till sin kroppsliga och personliga integritet." (Lpfö 18)

- **Övning ger färdighet**

För att skapa en samtyckeskultur krävs det att vi övar och avsätter tid för ämnet i tidig ålder. Vi vet att barn gör som vuxna gör, därför är det viktigt att vi praktiserar och visar vägen för samtycke. Initiativ som Rädda barnens "Stopp min kropp" har lyckats etablera färdigheter för barn i hela landet om kroppslig integritet, likt detta så kan vi skapa en samtyckeskultur genom övning.

Varför-övning

För att skapa ytterligare samsyn i arbetsgruppen kan nästa steg vara att ni gemensamt identifierar varför ni ska arbeta med samtycke. Dela in er i smågrupper och diskutera frågan *“Varför är det viktigt för oss i förskoleverksamhet att arbeta med samtycke?”*. Gör en mindmap och låt grupperna lyfta sina idéer genom en stafettrunda* tills ni fyllt den med så många tankar som möjligt. Om det går trögt att komma igång kan ni läsa upp följande exempel och sedan bygga vidare utifrån dem:

- **För att följa vårt uppdrag enligt läroplanen.**
- **För att det minskar risken för gränslösa beteenden på sikt.**
- **Skapar tryggare klimat.**

Spara gärna mindmapen och sätt upp den någonstans som en påminnelse. Ni kan också återvända till den längre fram för att se om ni identifierat ytterligare idéer eller vill omformulera någon idé ni hade initialt.

**Stafettrunda innebär att ni går rundor där varje grupp får dela med sig av en idé i taget tills idéerna är slut. När en grupp fått slut på idéer säger de “pass” och så blir det nästa grups tur. Rundan tar slut när alla grupperns idéer är slut.*

Reflektionsövning

Det är viktigt att i arbetsgruppen reflektera kring samtycke och vad det betyder även hos oss vuxna. Vi är ju en del av den kultur vi lever i. Välj ut några av dessa frågor och diskutera tillsammans i arbetslaget.

- **Vad är det första du tänker på när du hör ordet samtycke?**
- **Hur hänger samtycke ihop med normer? Vilka normer?**
- **Vad tycker vi att samtycke är kopplat till för yngre barn? I jämförelse med äldre barn eller vuxna? Skiljer det sig? Eller inte?**
- **Vilken roll spelar mitt bemötande av barn? Kom fram till tre exempel på situationer där vårt bemötande av barn kan kopplas till samtycke.**
- **Hur kan vi agera mot varandra inom personalen för att vara goda förebilder? Kom fram till tre exempel (bra eller dåliga).**
- **I vilka situationer brister vi i vårt arbete för en samtyckeskultur i verksamheten?**
 - **Vilka konsekvenser får det?**
- **Finns det situationer eller områden där vi inte bör jobba med samtycke? Vilka i så fall?**

1, 2, 3 action

Att våga granska sig själv och det egna arbetet med samtycke är viktigt för att kunna förbättra framåt. Det handlar inte om att kritisera utan att konstruktivt utvärdera vad som fungerar bra och mindre bra för att kunna utvecklas. Arbeta i smågrupper eller helgrupp med följande frågeställningar:

- **Vad fungerar bra i hur vi jobbar med samtycke på vår förskola?**
- **Vad fungerar mindre bra i hur vi arbetar med samtycke på vår förskola? Hur kan vi få det att bli bättre?**

Jobba sedan individuellt eller i fortsatt i smågrupper. Försök identifiera minst en konkret sak ni ska fortsätta göra, något ni ska sluta göra och något ni ska börja göra för att lyckas i ert arbete med samtycke.

Fortsätt	Sluta	Börja

Case-övning

Här kommer vi att ha ett par olika case som en kan jobba med. Casen kan användas antingen som diskussionsunderlag, eller till att göra en värderingsövning - exempelvis en 4-hörnsövning*.

CASE 1

En grupp barn leker i sandlådan på gården. Sarah tycker inte att leken blir som hon vill. Hon känner att de andra barnen inte lyssnar på henne, och väljer då att bara göra. Hon flyttar om leksakerna, tar kommando och nu ska det minsann bli på hennes sätt. Det slutar med att barnen blir osams. De andra barnen tycker att Sarah bestämmer för mycket, går därifrån och kvar sitter Sarah och är ledsen.

- **Vad är det egentligen som sker här och hur skulle "Okej med dig?" fungera som ett komplement?**
- **Hur skulle du agera som pedagog för att hantera situationen som uppstår?**
- **Hur kan ni arbeta förebyggande för att undvika att liknande situationer uppstår?**

CASE 2

En barngrupp håller på att göra sig redo för heldagsutflykt. Det är stressigt - många barn som inte klär på sig ordentligt och pedagogen Hans känner att han inte hinner med. Rahwa vill inte gå på utflykt, utan vill hellre stanna inne och leka med sina vänner. När Hans för tredje gången behöver säga åt Rahwa att hon ska klä på sig men hon vägrar så tappar Hans humöret. Han tar

Rahwas jacka och börjar klä på den medan hon börjar skrika och gråta. "Det blir såhär när du inte lyssnar på vad jag säger", säger Hans.

- **Vad är det egentligen som sker här och hur skulle "Okej med dig?" fungera som ett komplement?**
- **Känner ni till hur och när ni kan och bör ta i barnen fysiskt och inte? Har ni samsyn i personalgruppen om det, enligt dig?**
- **Hur kan ni arbeta förebyggande för att undvika att liknande situationer uppstår?**

CASE 3

Några barn spelar bandy på gården. De har svårt att bestämma lag. Erik tycker att Nirav och Jonas alltid bestämmer att de ska vara i samma lag, och tycker nu att de kan pröva andra lag. Jonas blir då arg, och säger att om inte han och Nirav får vara i samma lag så gör de något annat tillsammans utan Erik. Erik blir ledsen och kastar bollen på Nirav i protest. Då slår Jonas Erik på benet med sin klubba, och någon bandymatch blir det inte. En bit bort står två pedagoger och ser delvis vad som händer. Den ena rycker på axlarna och säger till den andra: "Äh, det vet du ju, det blir ju alltid sådär när de ska spela bandy".

- **Vad är det egentligen som sker här och hur skulle "Okej med dig?" fungera som ett komplement?**
- **Finns det andra situationer där pedagoger riskerar att behandla barn**

olika på grund av stereotypa förväntningar kopplat till kön? (I det här fallet för att de är pojkar och "alltid" hamnar i bråk)

- **Hur kan ni arbeta förebyggande för att undvika att liknande situationer uppstår?**

CASE 4

Det är julavslutning på förskolan. Pedagog Adhira har planerat i veckor då hon älskar att fira högtider på jobbet. Allt är planerat i minsta detalj, och barnen har fått välja vad de vill klä ut sig till när vårdnadshavarna kommer. Dennis har däremot haft en klump i magen dagarna inför avslutningen. Han vill varken klä ut sig eller vara med i det tåg som ska uppträda, men tycker om Adhira så pass att han inte sagt något. När dagen väl är kommen bryter han ihop, han vill verkligen inte vara med! Adhira går fram till Dennis och säger: "Men Dennis, det här har vi ju pratat om - du vet ju att vi ska göra det här nu och hur mycket det betyder för mig. Seså, kom igen nu!".

- **Vad är det egentligen som sker här och vad är det som blir fel?**
- **Hur skulle "Okej med dig?" fungera som ett komplement?**
- **Pratar ni om barnen om samtycke och att deras viljor spelar roll och är viktiga?**
- **Hur kan ni arbeta förebyggande för att undvika att liknande situationer uppstår?**

CASE 5

Sigge och Otis har varit bästa vänner sedan de började på förskolan. De leker tillsammans nästan varje dag, och ibland kramas de. En dag när de leker på toaletten så pussar Sigge Otis på munnen, först en gång och sen en gång till. Otis ryggar tillbaka, blir tyst. Han vet inte vad han ska säga. "Min pappa har sagt att man får pussa den man är kär i", säger Sigge. Otis vet fortfarande inte vad han ska göra, han tycker ju så mycket om Sigge och vill inte göra honom ledsen. De fortsätter leka, och Otis försöker att tänka på något annat, men när han lämnar förskolan har han en klump i magen. "Vad ska jag göra imorgon om han pussar mig igen?", tänker han för sig själv.

- **Vad är det egentligen som sker här och vad är det som blir fel och varför?**
- **Hur skulle du agera om du vore pedagog, vad behöver göras?**
- **Pratar ni om barnen om kroppslig integritet, gränsdragningar, kärlek och samtycke?**
- **Hur skulle "Okej med dig?" kunna fungera som ett förebyggande komplement i liknande situationer?**

**I en 4-hörnsövning läser samtalsledaren ett case, en fråga eller ett påstående och övriga deltagare ska ta ställning genom att välja något hörn att ställa sig i. Hörnen ska representera olika svarsalternativ (som samtalsledaren läser upp).*

I barngruppen

I det här avsnittet hittar ni samtyckesövningar som ni kan göra tillsammans med barnen. Ni kan använda dem som de är, lägga till eller ändra något om det behövs. Övningarna är tänkta att passa för alla åldrar i förskolan, och ni pedagoger vet bäst vad som passar för barnen i er grupp, så vi lämnar öppet för er att modifiera och ändra så att övningarna passar just er. Ni kan även inspireras till att skapa egna övningar som ännu bättre passar er barngrupp. Här finns också några förslag på vad ni som pedagoger kan tänka på när ni tränar er på samtycke i förskolan. Sist finns tips på när och hur en kan fråga "Okej med dig?".

Övningar

ROLLSPEL:

Använd handdockor, leksaksdjur, figurer eller gosedjur för att rollspela och ge exempel på samtycke. Prata om kroppsspråk, visa och träna på ja- nej och vet ej-signaler. För ytterligare inspiration kan ni använda "Okej med dig?"-ramsan som vi tagit fram. (T.ex. på samlingen)

SPEGELN, Ja/nej-signaler:

Låt barnen ställa sig framför en spegel och öva: hur ser jag ut när jag säger nej, när jag säger ja eller när jag är osäker. Både när jag visar det med kroppen och när jag säger det med ord. (T.ex. i leken eller på samlingen)

SPEGELN, känslor:

Låt barnen ställa sig framför en spegel och öva: hur känns det när jag säger nej, när

jag säger ja eller när jag är osäker? Spegeln kan kanske tyckas överflödig här, men ibland kan det underlätta att visuellt se hur vi ser när vi ska identifiera en känsla inom oss. (T.ex. i leken eller på samlingen)

KAN NATUREN/DJUREN SAMTYCKA?:

Träna empati, ödmjukhet och respekt genom att vara respektfull och snäll mot naturen och djuren. Djur kan inte svara verbalt på frågan "Okej med dig?" och eftersom de inte kan det så har vi inte fått samtycke till att föra bort dem från sitt hem eller skada dem. Anordna en frågestund vid en promenad/utflykt till skogen eller parken där barnen får svara på ja- och nej-frågor om vad en får och inte får göra i naturen och med djuren. Exempel på frågor kan vara:

- Får vi ta med ett djur hem från skogen?
- Får vi stoppa en spindel i en burk och aldrig släppa ut den?
- Får vi trampa på myror?
- Får vi ta upp en snigel i handen och sedan lägga tillbaka den på samma plats?
- Får vi dela en mask mitt i tu?
- Får vi ta grenar och kvistar från ett levande träd?
- Får vi ha en nyckelpiga i handen en stund och sedan låta den flyga iväg?
- Får vi ta med oss en massa grodyngel hem från bäcken?

Eftersom djuren inte kan ge sitt verbala samtycke och vi människor har ett maktö-

vertag mot en del djur och framför allt insekter, behöver vi alltid behandla dem med respekt. Här är ett bra tillfälle att lära barn att förstå att vi inte kan göra vad vi vill mot andra bara för att vi KAN. Sedan kan en jämföra det med vikten av att fråga vad som är *“Okej med dig?”* till sina kompisar/ medmänniskor. (T.ex. vid utomhusaktivitet/utflykt)

BOKLÄSNING:

Läs boken *“Lilla boken om samtycke i förskolan - Okej med dig?”*. Förbered gärna för ett samtal kring boken tillsammans med barnen efter läsningen. Ni kan tex prata om vad boken handlade om, vad barnen tror/tycker att samtycke är, om de kan komma på någon situation då de kunde ha frågat *“Okej med dig”* till någon, osv. (T.ex. på läsvila/lässtund)

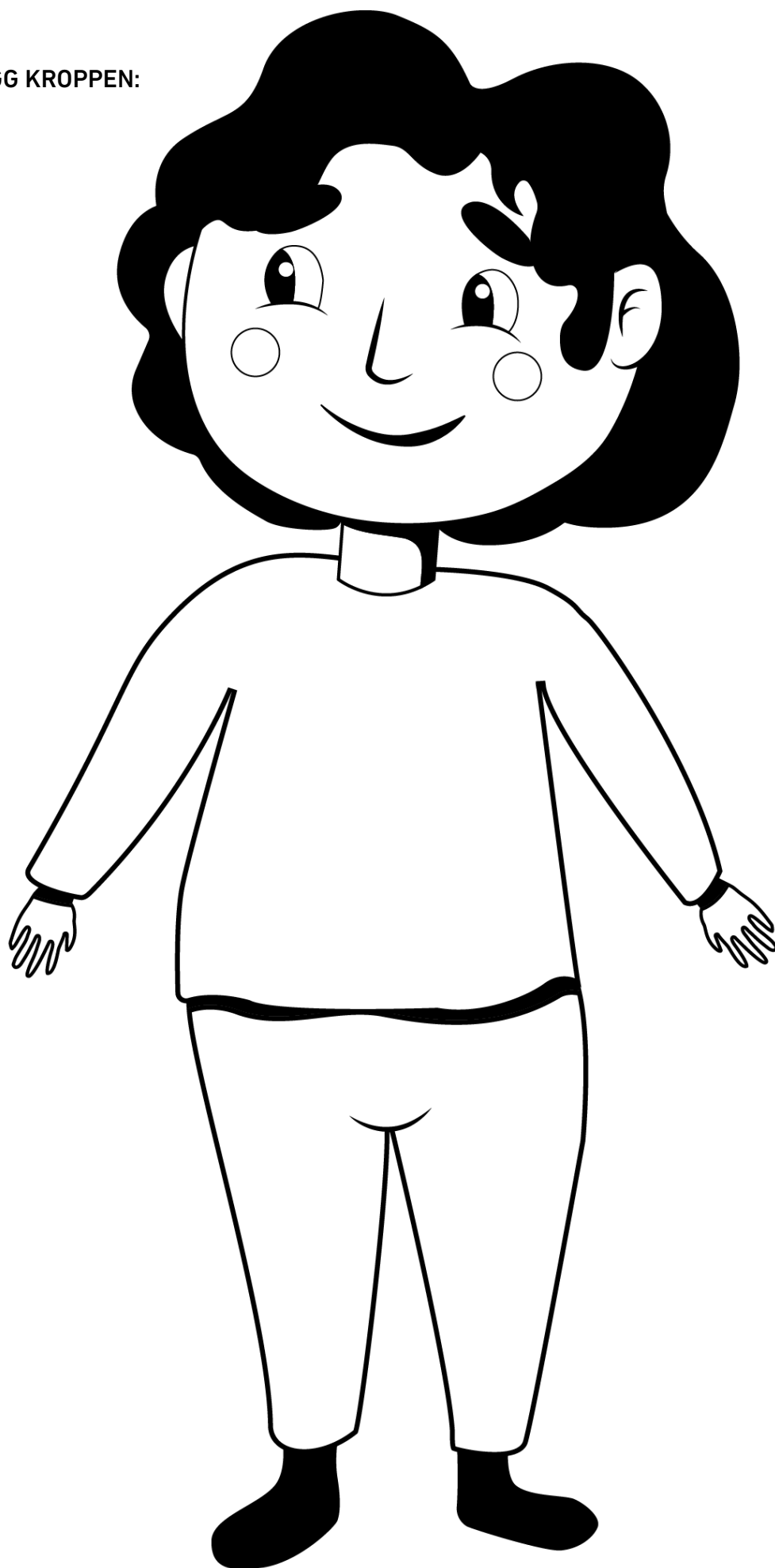
GISSA KÄNSLAN:

En pedagog föreställer en känsla med sin kropp och barnen får gissa vad pedagogen försöker säga/förmedla. Det kan vara med hela kroppen eller bara med ansiktet. Med äldre barn (kanske 4-5 år) kan de själva visa olika känslor/uttryck och kompisarna får gissa. Prata om hur det känns när någon gör något mot dig som du inte samtyckt till, tex hur det känns när någon kramar dig fastän du inte vill. Och förklara att så känner kompiserna om du gör något mot den utan samtycke. (T.ex. på samling eller planerad pedagogisk aktivitet)

FÄRGLÄGG KROPPEN:

Låt barnen genom att färglägga en teckning av en kropp/figur visa var de tycker att det är okej att personer de känner och litar på, tar på deras kropp. Röd färg där det inte känns okej att bli berörd och grön färg där det känns okej. (T.ex. vid planerad pedagogisk aktivitet)

FÄRGLÄGG KROPPEN:



Pedagogiska tips i arbetet med samtycke

Under den här delen följer korta pedagogiska tips som en kan använda sig av i olika situationer i arbetet med *"Okej med dig?"*. Det kan vara allt från små tips/sägningar till perspektivt en kan använda sig av för att exempelvis rama in en pedagogisk aktivitet en vill göra tillsammans med barnen.

- Påminn barnen om att fråga andra *"Okej med dig?"* när de till exempel vill ge en kram eller starta en lek. Ni kan även påminna om att de ska invänta ett svar, antingen verbalt eller via kroppsspråk.
- Beröm barn som inhämtar samtycke med att de är modiga, inkännande och bra på att lyssna.
- Försök att inte ställa frågor till barnen som ger ett falskt utrymme att svara nej på. Ibland frågar vi till exempel "ska vi byta din blöja nu?" när valet att svara nej egentligen inte finns. Vissa saker måste vi vuxna hjälpa barn med, som till exempel blöjbyte. Då är det bra att förklara för barnet att detta är nödvändigt och att du förstår att det kan kännas obekvämt. Då bekräftar du barnets känslor och ger barnet förutsättningar för att känna efter själv hur olika situationer upplevs. Här kan ni hjälpa barnen att hitta andra ord/uppmaningar som komplement till "nej", till exempel "pausa" och "vänta" som kan kännas enklare att säga.
- Använd ordet samtycke tillsammans med barnen så att de blir bekanta med det och på så vis lär sig vad det betyder och själva kan använda det.
- Var en förebild; inhämta samtycke från andra vuxna när ni är tillsammans med barnen. Vi vet ju att barn gör som vuxna gör. Använd gärna frasen *"Okej med dig?"* när ni gör detta.
- Var medveten om att du som vuxen och pedagog har en maktposition gentemot barnen. Det är lika viktigt att vi vuxna inhämtar samtycke från barnen som från andra vuxna. Då visar vi dem samma respekt som vi visar andra vuxna. Som pedagog kan en även lyfta att det är okej att svara ja, nej eller kanske på frågor som ställs av en pedagog.
- Försök att på rutin fråga *"Okej med dig?"* när du som pedagog vill göra något tillsammans med ett barn. När vi ställer frågan till barnen hjälper vi dem att känna efter och uttrycka sin egen känsla, vilket skapar trygghet till sin egen förmåga och även empati för andras känslor. Det ökar också chansen att de själva börjar använda/stämma av med andra genom att använda *"Okej med dig?"*.
- Som pedagog hjälper vi ofta barn vid konflikter och ibland vill/behöver någon säga förlåt till den andra. Försök att inte ta för givet att alla barn vill ta emot ett förlåt eller tröstas efter en konflikt eller dylikt. En kan hjälpa barnen att ställa frågan, "får jag be dig om ursäkt?" eller "vill du ha en kram?" Och att svaret "nej" eller "kanske senare" är okej.
- Påminn vårdnadshavare och andra vuxna som ibland ber sitt barn att krama eller tacka oss pedagoger att barnet får bestämma själv om hen vill det. Här är ett bra tillfälle att introducera *"Okej med dig?"* till vårdnadshavare och berätta hur ni arbetar med samtycke.

- Barn kan vara hårdhänta mot varandra, utan att mena något illa med det. Som pedagog kan det vara bra att påminna om att en ska beröra kompisarna mjukt. Men lika viktigt är att påminna barnen om att fråga om och var kompiserna vill bli berörd, vi kan inte ta för givet att alla vill bli berörda bara för att beröringen är mjuk.
- Visa barnen att det är okej att ändra sig, att inte vilja längre och att de själva får bestämma när de vill avsluta en lek, ett spel eller en målarstund. Tänk på att inte tvinga barn att "leka klart".
- Barn har ibland svårt att säga nej, då de flesta lärt sig att det är förknippat med något negativt - de vill inte sår den som frågat. Men att svara nej på frågan "Okej med dig?" är okej. Hjälp de barn som har svårt att säga nej och visa att det är okej, men också hur dem kan göra om dem känner sig osäkra.
- Barn ska ha inflytande i förskolans verksamhet. Se till att er förskola har ett demokratiskt klimat där barn och vuxna är lika mycket värda, där barn kan vara självständiga i så mycket som möjligt och att deras åsikter tas på allvar. Det underlättar för er att integrera samtycke i verksamheten. Att fråga "Okej med dig?", invänta svar och utgå därifrån kan då bli en del av er kultur.

Samtyckes-situationer

Samtycke kan tyckas vara abstrakt och innehålla många olika delar. Här har vi försökt göra det lite mer konkret och vill med hjälp av dessa tips visa att frågan "Okej med dig?" kan göra det enkelt att inhämta samtycke.

Exempel på när en kan fråga "Okej med dig?"

- När en vill ge någon en kram
- När en vill leka tillsammans med någon
- När en vill hålla någon i handen
- När en vill ge någon en puss
- När en vill dansa med någon
- När en vill kittla en kompis
- När en vill vara nära och gosa med någon annan
- När en ska hjälpa ett barn vid toalettbesök
- När en ska tvätta av/torka ett barns mun ansikte
- När en ska trösta ett barn
- Vilka fler förslag kan du/ ni komma på?

Exempel på hur en kan fråga "Okej med dig?"

- "Får jag?"
- "Vill du?"
- "Ska jag?"
- "Ska vi?"
- "Okej med dig?"
- "Går det bra?"
- "Vill du leka?"
- "Hur känns det för dig?"
- "Om vi gör så här, blir det bra för dig?"
- "Hur vill du göra?"
- "Åh det här tyckte jag var kul, vill du fortsätta?"
- "Får jag krama dig?"
- "Ja vad kul! Vill du också?"
- "Vill du testa det här?"
- "Hur skulle du vilja göra?"
- "Vilken grej vill du göra?"
- "Vad vill du göra nu?"
- "Jag vill gärna att du är med, vill du det?"
- "Får jag hjälpa dig?"
- "Tycker du om det?"
- "Vill du leka kull?"
- "Får jag hålla dig i handen?"
- Sträcka fram handen mot en kompis hand
- Hålla ut sina armar likt en kramgest och närma sig en kompis
- Söka ögonkontakt och gestikulera med handen "vill du komma?"
- Vilka fler förslag kan du/ ni komma på?

Kommunikation med vårdnadshavare

Under det här avsnittet följer tips och tricks på hur en kan involvera vårdnadshavarna i arbetet med samtycke. Mycket av det pedagogiska arbetet med barn i förskolan involverar vårdnadshavarna så ett nära samarbete är ofta gynnsamt. Barnen har med sig erfarenheter och tankar hemifrån till förskolan och på samma sätt tar barnen med sig erfarenheter och tankar från förskolan, hem till vårdnadshavarna.

Tips för hur en kan informera vårdnadshavarna om att er förskola arbetar aktivt med samtycke och varför det är viktigt:

Att informera vårdnadshavare ger viktig insyn och bidrar dessutom till att samtyckesarbetet med barnen kan ske både på förskolan och hemma vilket är en framgångsfaktor. Använd gärna vår mailmall som du hittar här: [Hej vårdnadshavare!](#)

som stöd i att informera vårdnadshavare om arbetet ni gör kring samtycke.

Tips för hur en kan engagera vårdnadshavarna:

De flesta tipsen kommer från förskolepedagoger som arbetar aktivt med samtycke på sina förskolor och har även hjälpt till med att testa detta handledningsmaterial.

Här följer därför en tipslista på konkreta sätt en kan använda sig av för att engagera vårdnadshavare. Ni kan ...

- I era brev/utskick/instagraminlägg skicka med små faktarutor om samtycke eller små vänliga tips om hur en kan prata om samtycke med sina barn hemma.
- Diskutera samtycke med hjälp av diskussionsfrågor på familjemöten, för att skapa engagemang och ökad kunskap för frågan.
- När vårdnadshavarna hämtar kan du som pedagog tillsammans med barnet visa de teckningar de målat eller saker de gjort på temat samtycke - och på så sätt skapa samtal.
- På olika sätt jobba med rollspel med gosedjur. En kan be vårdnadshavaren att skicka med ett gosedjur eller annan sak inför att ni ska jobba med samtycke. Då får de både information om vad ni ska göra, kan fråga barnet eller er pedagoger efteråt om vad ni gjort och även fortsätta samtalet hemma då gosedjuret som fått medverka för samtycke följer med hem.
- Be vårdnadshavarna att uppmuntra barnet att berätta om "Okej med dig?" hemma, till exempel vad det betyder och när en kan säga det.
- Låta vårdnadshavare få ta del av "samtyckesordlistan".
- Synliggöra "Okej med dig"-affischerna på er förskola.
- Synliggöra denna handledning för vårdnadshavare på familjemöten.

Mål, struktur och inspiration

För att ni inte ska behöva lägga mer tid än nödvändigt på planering och istället kunna köra igång med ert samtyckesarbete så snart som möjligt, har vi här tagit fram några exempel på mål som ni kan använda er av för att få en struktur på ert "Okej med dig?"-arbete. Ni kan med fördel även utforma egna mål som passar er och er barngrupp. Välj mellan veckomål, månadsmål och terminsmål. Ett tips är att börja med ett mål per vecka och se hur det känns. Är ni redan övertygade om att ni vill jobba fullt ut med detta så kan ni gå direkt på terminsmålen såklart!

Veckomål

Exempel på mål:

- Gör "Okej med dig?"-ramsan minst en gång på samlingen denna vecka.
- Använd/ta upp ordet samtycke i en konversation med barnen minst en gång denna vecka.
- Fråga "Okej med dig?" minst en gång denna vecka. Tips! Tänk på att du kan fråga både barnen eller en vuxen framför barnen.
- Hjälp ett barn att fråga någon annan "Okej med dig?" denna vecka.

Månadsmål

Exempel på mål:

- Gör "Okej med dig?"-ramsan minst en gång i veckan på samlingen denna månad.

- Läs "Okej med dig?"-boken minst en gång i veckan denna månad.
- Prata med en vårdnadshavare om "Okej med dig?" eller samtycke minst en gång denna månad.
- Inkludera information eller inspiration kring "Okej med dig?" i ett månadsbrev eller veckobrev till vårdnadshavarna.
- Fråga "Okej med dig?" minst en gång i veckan denna månad.

Terminsmål

Exempel på mål:

- Diskutera på en APT eller hemvist/avdelningsmöte om barns inflytande i förskolan och hur det kan kopplas ihop med samtycke. Exempel på begrepp som kan vara till hjälp i diskussionen är: demokrati, allas lika värde, vuxennorm, makt, barnperspektiv VS barns perspektiv. Se efter vad som står i läroplanen och i de globala målen. Finns det kopplingar till detta i läroplanen och de globala målen?
- Samtliga vårdnadshavare ska ha fått information om "Okej med dig?".
- Genomför minst ett av veckomålen varje vecka.
- Genomför minst ett av månadsmålen varje månad.
- Gör samtliga övningar i "Okej med dig?"-handledningen i barngrupp.
- Om ni arbetar utifrån ett årshjul kan ni sätta in terminsmålen i era tårtbitar där de passar bäst och på så vis smidigt integrera arbetet med samtycke i er verksamhet.

Utvärdering och feedback

Att utvärdera och att ge och ta emot feedback är en viktig del i förändringsarbete. Om ni känner er bekväma med det, kan ni i arbetslaget observera varandras arbete med målen och ge varandra feedback löpande. Alternativt kan ni lägga till en punkt för feedback på dagordningen vid något av era möten med arbetslaget och där redovisa för varandra hur det har gått med ert mål och be kollegorna ge sin feedback. Använd gärna vårt reflektionsverktyg *“Hände, kände, lärde, behöver”*.

Reflektionsverktyg

HÄNDE? -> KÄNDE? -> LÄRDE? -> BEHÖVER?

Det här handlar om att skapa en kontinuerlig reflektion - individuellt och tillsammans. Utgå från en situation eller händelse som inträffat och fundera kring:

- Vad hände?
- Vad kände jag när det hände?
- Vad lärde jag mig av situationen som uppstod?
- Vad har jag för behov framöver kopplat till situationen och liknande situationer?

Positiva effekter av att använda sig av reflektionsverktyget hände, kände, lärde:

- Ett sätt att avsätta tid för reflektion och utvärdering
- Tänka “less is more”, behöver inte ta lång tid och därför låg tröskel
- Ett sätt att skapa kollektiv intelligens i arbetsgruppen
- Stöttande kollegor - feedbackkultur
- Kontinuerlig utveckling för individ och verksamhet
- Lära oss av våra erfarenhet
- Skapa bättre förutsättningar i framtiden
- Identifiera förbättringspotential i strukturer, rutiner och bemötande

Övriga tips

Vad känns bäst för ert arbetslag? Vill ni turas om att utföra övningarna en pedagog/vecka eller provar ni alla på en gång och ger varandra feedback löpande? Gör det som känns bäst för dig/er. Ett exempel på hur en kan ta sig an denna handledning är att börja med att sätta upp ett mål i veckan eller i månaden. Om det känns bra kan ni utöka det till fler mål. Glöm inte att utvärdera och ge varandra feedback i den mån det är möjligt utifrån tid. Kom ihåg att ni alltid kan föra egna anteckningar och när tid finns kan ni ta fram dessa och utvärdera/reflektera.

Målen som vi har angivit ovan är exempel, ni kan själva utforma mål som känns relevanta för er och er barngrupp.

Det finns inga rätt eller fel sätt att göra detta på.

Allt ni gör för att skapa en samtyckeskultur på er förskola är bra. Tänk på att vara empatisk och icke-dömande mot varandra, att ni har en trygg miljö där ni tillsammans kan lära er att jobba med samtycke för barn.



Materialtips

Under denna del finner en rad olika materialtips som ni kan använda er av i arbetet med samtycke. Det är allt från böcker till filmer och handböcker - väldigt mycket bra har redan gjorts, och det vore dumt att inte ta vara på det!

Böcker

Lilla boken om Stopp min Kropp!

I Lilla Boken om Stopp! Min kropp! kan små barn lära sig om integritet och samtycke på ett lekfullt sätt. Boken tar upp händelser i både hemmet och på förskolan som yngre barn lätt kan känna igen sig i, och är ett bra stöd för barn och vuxna i samtal om kroppen och gränser.

Författare: Åsa Karsin

[Lilla boken om Stopp min kropp!](#)

Bara den som vill

I barnboken följer vi Liv, som själv vill bestämma vilka hon ska krama och vara nära. Med hjälp av kompisen Alice blir det både fnissigt och allvarligt när Liv lär sig att barn faktiskt får bestämma sånt själva. De märker att det kan vara svårt att veta vem som vill vara med och kramas. Och att det inte alltid är enkelt att säga nej eller stopp.

Författare: Anna-Carin Magnusson

[Bara den som vill](#)

Barnen i Kramdalen 1, 2 och 3

En bokserie som på ett roligt och lekfullt

sätt tar upp ämnen som integritet, rätten till sin egen kropp, fördomar och utanförskap.

Författare: Andreas Sjölander och Emelie Sjölander

[Barnen i Kramdalen](#)

Känslodeckare

Olika är ett förlag som jobbar aktivt med jämlikhet, inkludering och hållbarhet. Kopplat till samtycke är bokserien Känslodeckare ett bra tips. I bokserien hänger vi med Alvis och Hamsa på kluriga äventyr med känslor. Genom att undersöka olika känslor lägger vi grunden för att alla barn ska förstå sig själva och andra, skapa empati och respekt för egna och andras gränser.

Författare: Kristina Murray Brodin Illustratör: Bettina Johansson

[Känslodeckare](#)

Lilla nej-boken

I Lilla nej-boken följer vi Bille som lär sig att sätta gränser i vardagen. Är det okej att säga nej när förskolekompisen vill kramas? Vad ska man göra när någon är elak? Hur gör man stopp-handen för att visa att man inte vill något? Boken underlättar för både föräldrar, andra vuxna anhöriga och förskolepersonal att prata med små barn om ett svårt men livsviktigt ämne.

Författare: Sarah Sjögren Illustratör: Anna Forsmark

[Lilla nej-boken](#)

Klipp och filmer

Samtycke för barn

Youtubeklipp som är anpassat för barn och förklarar vad samtycke är, att alla är olika och därför föredrar och gillar olika. Vidare beskrivs också vad barn inte kan ge samtycke till. Klippet finns både på svenska och engelska.

Klippet på [Svenska](#) och på [Engelska](#)

Consent And Communication

Youtubeklipp på engelska som beskriver vad samtycke är och hur vi kan se om någon samtycker eller inte. Exempelvis genom en liknelse med en igelkott som får taggar när vi rör den.

[Consent and communication](#)

Min kropp är min

“Min kropp är min” är en serie som ger barn kunskap om den egna kroppen, om sexuellt våld och gör dem måna om sin egen säkerhet, på ett sätt som barn förstår. Avsnittet “Min kropp är min”, handlar om att var och en bestämmer över sin egen kropp. Det tar upp saker som att det är helt okej att be om en kram, och att en på det kan svara både “ja” eller “nej”. Avsnittet lyfter även att barn alltid ska berätta om saker som känns konstiga för en pålitlig vuxen person.

[Min kropp är min](#)

Övrigt material

Handbok till serien “Min kropp är min”

Som komplement till serien “Min kropp är min”, har Rädda Barnen gett ut en handbok. Handboken hjälper vuxna att förbereda sig på att möta barn och innehåller exempel på diskussionsinledningar och frågor som barn kanske ställer efter att ha sett serien, samt tips om hur man svarar på frågorna.

[Handbok](#)

Samtyckesaffisch

En affisch från Olika förlag som informerar barn om samtycke. Alvdis och Hamsa från bokserien känslodeckare guidar oss. “Hur vet vi att någon vill och vad ska vi göra om vi är osäkra?” Vill du läsa mer om hur en kan arbeta med samtycke i förskolan? Då kan du läsa denna artikel skriven av Kristina Henkel, jämställdhetsexpert på OLIKA förlag.

[Samtyckeaffisch](#)

Artiklar till pedagoger, förskollärare och andra vuxna

Hallå där ... Kristina Henkel, om samtycke

En artikel där Kristina Henkel, jämställdhetsexpert på OLIKA förlag, lyfter ämnet samtycke i förskolan. Det beskrivs tydligt varför det är viktigt att prata om samtycke i förskolan, hur vi skaffar en samtyckeskultur och hur vi lär barn samtycke.

[Förskoletidningen](#)