



1. Introduser timen:

«Alle barn treng å ha det trygt og godt heime, og slik skulle vi ønske det var. Dessverre så veit vi at det er ganske mange barn som opplever vald heime. Altså at nokon i familien slår, truer, sparkar, lugger eller slike ting. Det er ikkje lov, men det skjer heime hos ein del barn likevel.

Barn som har det sånn heime tør ofte ikkje å fortelje om det til andre. Mange er redde for kva som vil skje om nokon får vite det. Det er viktig at familiar som har det sånn får hjelp til å få det bra. Men for å få det bra må dei som kan å hjelpe familiar få vite at det trengs hjelp i ein familie. Derfor er det viktig at barn fortel til oss vaksne på skulen, eller til helsesjukepleiar eller andre vaksne ein stoler på, om er noko heime som ikkje er bra.

I denne timen skal vi lære litt om vald. Det er viktig å snakke om sånne ting, derfor skal vi ha denne timen. Vi skal sjå litt film og snakke litt. Når vi ser filmar vil nokon kunne kjenne seg igjen eller vite om nokon som har det sånn. Da er det fint å kunne snakke om det, ikkje mens klassa høyrer på, men aleine med nokon av oss vaksne etter timen, i friminuttet eller ein annan gong.»

2. [Sjå filmen "Vold i hjemmet" av Bufdir og Salaby](#)

3. Vis bildeserie og snakk saman:



La elevane kome med forslag, men hjelp dei til å vite at vald også kan vere psykisk, materiell eller truslar om vald. Det er ikkje berre å slå, sparke, lugge, knipe og liknande som er vald.



Nei.

Men foreldre kan vere nøydd til å bruke fysisk makt nokre gongar for å ta vare på liv og helse. Då skal det gjerast på ein slik måte at barn forstå at det er for å beskytte, ikkje for å skade.



Dette er jo vanskeleg å vite, men jenta ser redd ut, og aggresjonsnivået mellom foreldra er høgt. Det kan vere like skadeleg å vere vitne til vald som å oppleve vald mot seg sjølv.



Vald kan gi umiddelbare fysiske skader, men også psykiske skader og helseskader over tid. Konsentrasjonsproblem, usikkerheit, vanskar i relasjonar med andre, eigne vanskar med sinnekontroll, vonde tankar og følelsar.

Difor er det viktig å få hjelp!



Ofte fordi dei er redde for kva som skjer med dei som utfører vald. Barn er lojale og vil gjerne beskytte familien sin. Dei kan også ha blitt trua.



For å kunne hjelpe barn som opplever vald, må andre vaksne få vite at barna opplever vald. Ofte er det ingen som veit, og då må barnet fortelje det sjølv. Det kan kjennes vanskeleg, men er veldig viktig!

Her bør du tilpasse til din skule. Når er helsesjukepleiar tilgjengeleg? Har skulen miljøterapeut eller sosiallærar? Du bør også nemne deg sjølv, og sei at det kan vere andre vaksne elevane likar og er trygge på.

4. Vi skal sjå ein liten serie som NRK har laga om ein gut som opplever vald heime. Sjå gjerne alle tre episodane utan pause.

[Tema - Vold – 2. Mot \(Sesong 6\) – NRK TV](#)

[Tema - Vold – 3. Mot \(Sesong 6\) – NRK TV](#)

[Tema - Vold – 4. Mot \(Sesong 6\) – NRK TV](#)

Snakk saman etter serien:



- Kvifor ville ikkje Adrian ha med seg venner heim?
- Kva gjorde at Adrian likevel turte å seie frå til Jonas?
- Kvifor trur du Adrian var så sint?
- Adrian trudde det var sin eigen skuld alt saman. Hadde han rett i det?
- Kva skjedde etter helsesjukepleiar fekk høre kva Adrian opplever heime?

Alle barn har rett til å vere beskytta mot vald!

5. Alle barn har rett til å ha det trygt heime og ikkje vere redd for vald eller overgrep. Gå gjerne inn på [Barnerettighetene | UNICEF](#) og sjå på dei ulike rettane barn har. Luke 19 er retten til å vere beskytta mot vald. La elevane teikne, skrive, lage plakat eller anna som viser at barn har rett til å ha det trygt og godt heime.

6. Sjå eventuelt også denne: [CGI Animated Short Film: "Bruised" by Rok won Hwang, Samantha Tu | CGMeetup - YouTube](#)

Avrund timen med å minne elevane om at det ikkje er bra for barn å oppleve vald, og at slike opplevingar tek stor plass i kroppen og hovudet. Det er viktig, lov og lurt å fortelje til nokon vaksne ein stoler på kva ein opplever – eller om ein veit om andre som opplever vald.

Det finnst mykje god hjelp til familiar som har det så vondt. Men dei som hjelper familiar veit ikkje alltid kven som treng denne hjelpa. Difor er det så viktig at barn seier frå. Til oss lærarane på skulen, til helsesjukepleiar eller andre vaksne ein kjenner seg trygg på.

Vi ringer ikkje rett heim til foreldra når vi får vite noko slikt. Vi snakkar med dei vaksne som kan hjelpe først, og legg ein plan saman med det barnet som har det vondt, om korleis vi kan gå fram for at det ikkje skal bli verre, men betre.

I tillegg til dette kan de gjerne bruke dei grå boksane nedst på sida med konfliktløysing, sinnekontroll og reparasjon – om det passar å gjere dette også.

I staden eller i tillegg:

- [Redd Barna sitt undervisningsmateriale til serien MOT frå NRK](#)
- [Jegvet.no sitt opplegg om vald:](#)