

# Begripligt hela vägen

METOD- OCH MATERIALBOK FÖR  
ARBETE MED NYANLÄNDA BARN OCH UNGA



## Författare till metodboken och medarbetare i projekt Begripligt hela vägen

### *Anders Fabricius*

Projektets koordinator med mångårig erfarenhet som integrationssamordnare i Strömsund. Han har även deltagit som informatör i Migrationsverkets Sverigeprogram och är nu processledare i kommunens nybildade Resurscentrum Integration. Anders har ett särskilt intresse för hälsofrågor och är väl insatt i problematiken kring kris- och trauma. Det är han och Elisabeth Lindholm som skrivit projektets mål och planer samt bokens första kapitel.

### *Berit Holter*

Berit har en bred erfarenhet och mycket kunskap inom hälsofrågor och pedagogik. Hon har bland annat arbetat som skolsköterska, lärare och inom psykiatri. Parallellt med arbetet i projektet har hon varit drogförebyggande samordnare i Strömsund. Berit har varit ledare för projektets mentor-team och bidrar särskilt med sina kunskaper på sidorna i metodboken som handlar om föräldrautbildning.

### *Elisabeth Lindholm*

Projektledare för Begripligt hela vägen och utvecklingsledare vid Resurscentrum Integration. Elisabeth är utbildad tolk och har varit Internationell sekreterare och projektledare i Strömsunds kommun under många år. Hon har erfarenhet från Migrationsverkets Sverigeprogram och har varit utsänd som informatör. I projektet har hon bland annat haft det övergripande ansvaret för att utveckla metoden och har skrivit det inledande kapitlet i boken tillsammans med Anders Fabricius.

### *Jennifer Bennoit*

Socionom med erfarenhet från arbete med barn och deras föräldrar i Tyskland och Sverige. Jennifer har också specialkompetens inom området kris- och konflikthantering. I projektet har hon arbetat i mentorteamet och gett stöd till barn, föräldrar och personal. Tillsammans med Berit Holter har hon tagit fram materialet i boken som vänder sig till föräldrar.

### *Lisa Persson*

Projektmedarbetare som haft särskilt ansvar för administration och planering. Lisa har en bakgrund som ekonom och har även arbetat med integrationsfrågor i projekt Barnintroduktion. Hon har bland annat varit med och lagt upp strukturen för boken samt läst korrektur.

### *Mia Nummelin Björklund*

Har arbetat många år som grafisk formgivare och har en bred erfarenhet av att omsätta idéer och erfarenheter till tydlig kommunikation. Mia har varit projektmedarbetare och har bland annat formgivit metod- och materialboken.

### *Sara Adelhult*

Projektmedarbetare med 25 års erfarenhet som journalist och kommunikatör. De senaste tio åren har hon arbetat en hel del med mångfalds- och integrationsfrågor i Jämtland. Hon har bland annat varit redaktör för boken och fotograferat omslagsbilden.

### *Sara Edvardsson*

Socionom med tio års erfarenhet från arbete på gymnasieskola och socialförvaltning, där hon har haft särskilt ansvar för ensamkommande barn. Sara har arbetat i projektets mentorteam med stöd till barn, föräldrar och personal. Hon har liksom Anders och Elisabeth erfarenheter av att resa med Migrationsverket och att informera unga kvotflyktningar om Sverige med hjälp av ett så kallat Sverigeprogram. Sara har varit med och utvecklat Sverigeprogrammet för barn och ungdomar och är författare till kapitlet som beskriver just detta.

### *Ulrica Engholm*

Projektets pedagog som arbetat i mentorteamet med stöd till barn, föräldrar och personal. Ulrica har utbildning i svenska som andra språk och har varit lärare i förberedelseklass. Under projektiden har hon arbetat mycket med kartläggning av nyanlända barns kunskaper i olika skolämnen. Hon har också samlat in synpunkter från ämneslärare och samarbetat med Skolverket när det gäller att ta fram ett kartläggningsmaterial för nyanlända elever. Ulrica är författare till kapitlet "Jag, vi och samhället".

METOD- OCH MATERIALBOKEN ÄR PRODUCERAD AV:

Projekt Begripligt hela vägen, Strömsund 2014

Foto: Sara Adelhult (omslaget samt sid 7, 13, 15–18 och 120), Inga Björk (sid 7, 21, 70 och 77)

Illustrationer: Annakarin Wennerberg (sid 55–65, 95 samt 113 och 114)

## Innehållsförteckning

Inledning "Den röda tråden – för en begriplig migrationsprocess"	4
Projektfakta och ordförklaringar	5
Metod och material	6
1. Nu, då och sen – barnens arbetsbok	13
2. Sverigeprogram – för barn och ungdomar	15
3. Jag, vi och samhället – gruppverksamhet	21
<i>Att komma till Sverige</i>	24
<i>Familjen</i>	36
<i>Rättigheter och skyldigheter</i>	40
<i>Hälsa</i>	43
<i>Skola</i>	52
4. Ung här och nu – gruppverksamhet	70
5. Att vara förälder – gruppverksamhet	77
<i>Vår historia – tre generationer</i>	81
<i>Vår historia – fortsättning</i>	87
<i>Förändringar i familjen</i>	89
<i>Kärlek och kaos – om barnuppfostran och barns behov</i>	93
<i>Kärlek och kaos – fortsättning</i>	96
<i>Skolan</i>	103
<i>Sex- och samlevnad</i>	108
<i>Vår kropp</i>	112
<i>Förslag på teman till träff 9 och 10</i>	115
<i>Utvärdering – vid varje träff</i>	117
<i>Utvärdering – efter kursens slut</i>	118
Källförteckning och länkar	119

## Den röda tråden – för en begriplig migrationsprocess

DET ÄR MYCKET SOM ÄR BRA i skolan och samhället för våra barn, men det finns alltid saker som behöver förändras och förbättras. Det märks tydligt när nyanlända barn får komma till tals. ”Vi känner oss som främlingar i Sverige fast vi bott här i flera år”, säger till exempel Zahra som går på gymnasiet i Strömsund.

Strömsunds kommun har tagit emot omkring 80 flyktingar per år de senaste sju åren. Merparten av dem är kvotflyktingar med uppehållstillstånd och hälften av dem är barn. Just med tanke på att så många av dem är unga har vi i kommunen arbetat på olika sätt för att lyfta fram deras rättigheter och behov. Tillsammans med fem andra kommuner i Jämtlands län har vi till exempel tagit fram en handbok för dem som möter nyanlända barn och ungdomar.<sup>1</sup> Men det räcker inte med fakta och rekommendationer. Vi upplevde att det saknades en helhetssyn, en röd tråd för att göra migrationsprocessen begriplig för barnen och ge dem en möjlighet att själva vara delaktiga. Det var med de tankarna vi startade projekt ”*Begripligt hela vägen*” i början av 2012. Målet var att förbättra mottagandet av unga kvotflyktingar samt att ta fram en ny arbetsmetod och ett antal pedagogiska verktyg med tillhörande material.

Vi har lagt grunden till vår metod genom att arbeta på olika nivåer med olika insatser. Vi har bland annat gett samtalsstöd och rådgivning till barn – men också till föräldrar och personal. Samtidigt har vi arrangerat föräldragrupper, lovaktiviteter för barn och kompetenshöjande föreläsningar för personal. Utgångspunkten har hela tiden varit att fokusera på kunskap istället för brister och möjligheter istället för svårigheter. Vårt mentorteam med en pedagog och två socionomer har mött barnen redan på flygplatsen och följt dem hela vägen de första två åren via välkomstsamtal, inskrivning på skolan, kartläggning av kunskaper, aktiviteter och enskilt stöd. I några fall har vi också haft förmånen att möta barnen redan innan resan till Sverige – och den kontakten stärker naturligtvis banden och gör den röda tråden ännu tydligare.

Som vi ser det gäller det att barnen får känna sig hemma här och nu i samhället och det nya landet utan att släppa kontakten med sitt ursprung. Det handlar om att känna sig hemma utan att behöva glömma bort tidigare erfarenheter, språk och minnen. Den röda tråden handlar också om att stärka barnets identitet och trygghet. Vem är jag i allt det nya? Vad är viktigt för mig? Var har jag varit, var är jag nu och vad kommer att hända? Med en stark identitet och en grundtrygghet är det lättare att ta till sig nya kunskaper och våga reflektera. När det finns en helhetssyn och när barnet själv får vara delaktigt kan vi skapa förutsättningar för honom eller henne att förstå och ta till sig det som händer runt omkring. Vårt material blir ett stöd i detta arbete. Vi har tagit fram ett helt nytt informationsmaterial om Sverige, en arbetsbok för barnens första två år och underlag till gruppverksamhet för såväl barn som föräldrar. Du hittar allt här i metod- och materialboken.

Och kom ihåg – att ge barnen och ungdomarna enskilt stöd eller möjlighet att delta i gruppverksamhet behöver varken vara tidskrävande eller resurskrävande om man ser det som en helhet och tänker långsiktigt.

STRÖMSUND, JUNI 2014



Elisabeth Lindholm, projektledare

1. HANDBOKEN ”DET BÄSTA FÖR BARNEN – INTRODUKTION OCH MOTTAGANDE AV NYANLÄNDA” FINNS ATT LADDA NER SOM PDF PÅ [WWW.BARNINTRO.SE](http://WWW.BARNINTRO.SE)

## Projektfakta och ordförklaringar

### BEGRIPLIGT HELA VÄGEN

PROJEKTTID: januari 2012 – juni 2014

PROJEKTÄGARE: Strömsunds kommun

MÅL: Att förbättra mottagnings- och introduktionsprocessen för nyanlända, vidarebosatta barn och ungdomar i ålder 0–19 år.

DELMÅL: Att ta fram en ny arbetsmetod och pedagogiska verktyg utifrån ett helhetsperspektiv. Använda metoden och verktygen i vår egen kommun och sprida kunskapen till andra.

BUDGET: 8,3 miljoner kronor

FINANSIERING: Europeiska flyktingfonden och Migrationsverket står för 90 procent och Strömsunds kommun 10 procent.

MENTORTEAM: Projektet har haft en pedagog och två socionomer anställda för att på olika sätt stötta barnen och deras föräldrar samt personal som möter dem.

HEMSIDA: [www.begripligt.nu](http://www.begripligt.nu)

### KVOTFLYKTING/VIDAREBOSATT

Förenta Nationernas flyktingorgan UNHCR räknar med att ungefär 50 miljoner människor är på flykt undan krig, terror och miljökatastrofer. En del av dem kan omöjligt återvända till sitt hemland och kan inte heller skapa sig en dräglig tillvaro i landet där de sökt skydd. Tack vare avtal med omkring 25 länder kan UNHCR varje år hjälpa cirka en procent av alla dessa flyktingar till ett nytt liv i ett tredje land. De blir kvotflyktingar och får uppehållstillstånd direkt. De kallas också vidarebosatta eftersom själva systemet eller processen kallas vidarebosättning. Sverige har de senaste åren tagit emot mellan 1700 och 1900 kvotflyktingar per år och ungefär hälften av dem är barn.

### NYANLÄND

Vilka barn som betraktas som nyanlända<sup>2</sup> varierar, det finns ingen entydig definition. Skolverkets riktlinjer för nyanlända definierar gruppen som elever som inte har svenska som modersmål, inte behärskar det svenska språket och som anländer nära skolstarten eller under sin skoltid i grundskolan, gymnasieskolan eller motsvarande skolformer. Andra aktörer såsom Vetenskapsrådet och Statens skolinspektion använder en liknande definition. Skolinspektionen exkluderar dock de elever som har grundläggande kunskaper i svenska språket från gruppen nyanlända. I vare sig Skolverkets eller Skolinspektionens definition ryms barn som anländer strax före eller under tid då svenska barn normalt sett går i förskoleklass, det vill säga i sexårsåldern. En annan komponent som saknas i dessa definitioner är en tidsgräns. Sveriges Kommuner och Landsting (SKL) använder i sin definition en gräns om fyra år och menar att maximalt så länge får en elev ha varit i Sverige för att betraktas som nyanländ.

Nyanlända barn och ungdomar kan vara barn till gästarbetare, studenter, flyktingar, asylsökande eller personer som saknar uppehållstillstånd, så kallade papperslösa. Även minderåriga som kommit till Sverige utan föräldrar eller vårdnadshavare, så kallade ensamkommande barn och unga, räknas som nyanlända.

I projekt Begripligt hela vägen talar vi om nyanlända vidarebosatta eller nyanlända kvotflyktingar i åldern 0–19 år, alltså även i förskoleålder eller tidigare. Vi har valt att titta på deras migrationsprocess under deras första två år i Sverige.

2. SKOLVERKET (2007), VETENSKAPSRÅDET (2010), SKOLINSPEKTIONEN (2009), SVERIGES KOMMUNER OCH LANDSTING (2010), UTBILDNING FÖR NYANLÄNDA ELEVER (DS 2013:6)

## Metod och material

VÅR METOD BYGGER PÅ EN HELHETSSYN där dialog och delaktighet är två viktiga faktorer. Materialet – de pedagogiska verktygen – består av sex delar som samtidigt blir hållpunkter på vägen under det nyanlända barnets<sup>3</sup> första två år i Sverige. Tillsammans med andra barn och en eller flera vuxna får det nyanlända barnet gå igenom alla delarna. Sverigeprogrammet med information om det nya landet blir den naturliga startpunkten. Sedan fortsätter det i olika gruppverksamheter och arbete i barnets egen bok ”Nu, då och sen”. Parallellt med allt detta väljer vi att också bjuda in föräldrarna till en gruppverksamhet där tar vi upp samma ämnen som med barnen och diskuterar synen på föräldraskap och vilka förväntningar det kan finnas på en förälder i Sverige.

Det övergripande målet är hela tiden att det enskilda barnets migrationsprocess ska vara begriplig hela vägen. Med det menar vi allt som händer inuti och runtomkring barnet, allt från känslor till praktiska förändringar.

Eftersom det handlar om barn blir det naturligt att metoden och materialet fungerar bra att använda i skolan, men de olika delarna kan lyftas ur och till exempel bli en aktivitet på fritids, på kyrkans miniorer eller hos ett studieförbund. Att vårt projekts mentorteam kommer att fortsätta arbeta i Strömsunds kommuns nystartade Resurscentrum Integration hoppas vi kan inspirera andra, men vi menar att metoden och materialet kan användas oavsett vilken organisation man har i sin kommun.

Vissa bitar av vårt material är helt nytt, medan andra bitar har funnits sedan tidigare. För precis som vi gärna delar med oss av vårt material tipsar vi gärna om andras. Till exempel använder vi oss av andra projekts filmer i vår gruppverksamhet. Materialet är anpassat till ålder och bakgrund och därmed varierar den pedagogiska metoden. Vår utgångspunkt är dock att det alltid är viktigt att lyssna in barnets behov, vara flexibel och stimulera flera sinnen. Genom att arbeta med grupper får vi möjlighet att nå fler barn än om vi endast skulle ägna vårt arbete åt enskilda samtal eller möten. Och genom att arbeta i grupp får barnen också möjlighet att lära av varandra. Gruppen i sig blir en viktig resurs när barnen får reflektera över sina egna och andras upplevelser – och kanske finna något gemensamt.



3. VI ANVÄNDER BARNKONVENTIONENS DEFINITION AV BARN, DET VILL SÄGA, MAN RÄKNAS SOM BARN FRAM TILL SIN 18-ÅRS DAG.



SVERIGEPROGRAM I VÄRLDEN, SVERIGEPROGRAM I SVERIGE OCH UPPFÖLJNING SVERIGEPROGRAM.



JAG, VI OCH SAMHÄLLET



UNG HÄR OCH NU



ATT VARA FÖRÄLDER



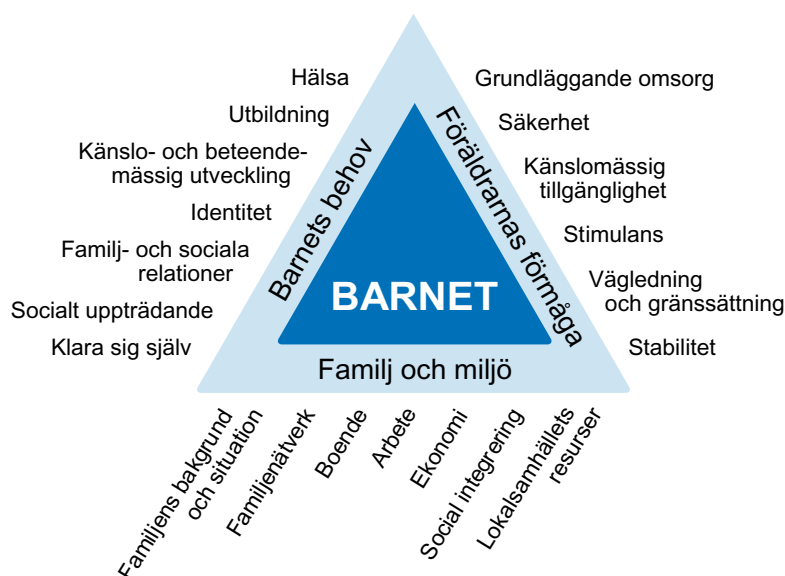
BARNENS ARBETSBOK



METOD – OCH MATERIALBOK

## Barns behov i centrum

För att säkerställa att vår metod och vårt material präglas av en helhetssyn och främjar barns utveckling har vi tagit hänsyn till de behovsområden som Socialstyrelsen slagit fast i sitt system "Barns behov i centrum" (BBIC)<sup>4</sup>. Syftet med BBIC är att stärka barnperspektivet och även att skapa ett enhetligt system för handläggning och dokumentation inom den sociala barn- och ungdomsvården. Bilden av triangeln kan användas som verktyg när man utreder och följer upp insatser kring barn och ungdomar. Triangelns bas är familj och miljö medan sidorna får symbolisera barnets behov och föräldrarnas förmåga. Alla tre delarna är sedan indelade i underrubriker och behov. Vårt material har tydliga kopplingar till alla behovsområden, det syns till exempel i vår arbetsbok för barn som bland annat lyfter fram barnets känslö- och beteendemässiga utveckling. Ett annat exempel är arbetet med föräldragrupper som stärker föräldrarnas förmåga till grundläggande omsorg, säkerhet samt vägledning och gränssättning.



## Förhållningssätt

Det är bra att ha kunskaper om livsvillkor och kultur i det land barnet tidigare levtt. Men det viktigaste av allt är att ha ett öppet förhållningssätt. Det går inte att nog understryka vikten av att möta varje enskilt barn utifrån hans eller hennes referensramar, och inte utifrån sina egna. Att inte ta för givet att situationer, företeelser eller begrepp upplevs lika av alla.

När man ger sig tid att lyssna och förklara kan det som verkade vara stora problem handla om olika referensramar. Kommer man från ett land i torka är det inte första prioritet att lära sig att simma som det är när man har mycket sjöar och vattendrag runt omkring sig. För mamman som först inte ville låta dottern följa med till badhuset var det okej efter ett samtal kring varför simundervisning står på schemat. Ett barn som matvägrar i skolan kanske helt enkelt är väldigt rädd för att äta fel mat, och när det vegetariska alternativet ser ut som kött, blir det genast svårt att få i sig lunchen. Får eleven se hur det går till att laga maten och vad som står på förpackningen kan problemen vara undanröjda.

*"Jag hade till och med bespisingpersonalen att ta fram ur frysen det som de lagade till eleverna så att föräldrarna och barnen själva skulle se att det var okej. Vi bokade tid och gick dit med tolk för genomgång och de fick chans att ställa frågor."*

PEDAGOG I GRUNDSKOLAN

4. LÄS MER PÅ [WWW.SOCIALSTYRELSEN.SE/BARNOCHFAMILJ/BBIC](http://WWW.SOCIALSTYRELSEN.SE/BARNOCHFAMILJ/BBIC)  
JUST NU PÅGÅR EN REVIDERING AV BBIC SOM BERÄKNAS VARA KLAR TILL 30 JANUARI 2015.



Som vuxen är det viktigt att inte döma eller värdera tankar, åsikter och handlingar utan ge tillfälle till reflektion, att dela erfarenheter och inbjuda till diskussion. När vuxna har många frågeställningar är det bra att förklara frågorna, motivera varför de ställs. På så sätt får barnet möjlighet att förstå tanken med frågan. Samtidigt behöver vuxna ha en förståelse för vilka kunskaper och erfarenheter ett barn har och ge barnet rätten till sina egna upplevelser.

Vi arbetar för att barn ska få positiva upplevelser i möten och sammanhang. Det är viktigt för deras fortsatta tolkning av det de ser och hör. Trygghet är viktigt för att ett barn ska kunna stärka sina kunskaper och ta in nya intryck för det fortsatta lärandet. Varje kontakt med en ny miljö, en ny situation, väcker både förhoppningar och osäkerhet. Alla vi vuxna runtomkring har ett stort inflytande över hur barn ska tolka en situation.

Det är viktigt är att inte ”föreläsa” för barnen eller värdera information du får från dem. Om man är öppen och intresserad så blir barnen och ungdomarna mer villiga att berätta och mer delaktiga i det som händer. Vi har följande ledord i varje enskilt möte och i varje grupp:

» **RELATIONSSKAPANDE**

Det är viktigt att skapa relationer och bygga upp ett förtroende. Ett förtroende behövs för att våga prata och berätta, både i ett enskilt samtal och inför en grupp. Med en god relation i botten blir det lättare de gånger man som vuxen behöver ta upp problem i vardagen eller tillrättavisa.

» **DIALOG**

En bra dialog ökar engagemanget och bidrar till känslan av att vara sedd och hörd. Barnet kan bidra till samtalet eller till gruppen samtidigt som du kan möta barnet där han eller hon är. Vad är viktigt att få svar på, vad är viktigt att diskutera eller veta mer om? Dialogen ger feedback och kunskap så att den vuxne kan ge den information som behövs eller hitta rätt nivå på en övning. Barnet får också utrymme att dela med sig av sina erfarenheter och kunskaper i relation till det som han eller hon har fått information om eller upplevt i Sverige.

» **DELAKTIGHET**

När barnen får vara delaktiga får de redskap att vilja och våga påverka – och i slutänden kunna påverka. De får träna på att se sig själva som en del av lösningen på eventuella problem. Delaktighet handlar också om att vara kreativ och medskapande. Som ledare eller samtalspartner kan du öppna upp för mer delaktighet med övningar där flera sinnen stimuleras – och med det även ge utrymme för olika lärstilar. När tanke, känsla och kropp får vara med, minns man också bättre och tar till sig mer kunskap.

» **REPETITION**

Att repetera är ett sätt att skapa trygghet, det kan exempelvis handla om att ha samma ritualer i början av varje möte eller avsluta med samma sång. Repetition är också viktigt för att stärka kunskaper och öka förståelse.

» **REFLEKTION**

Att reflektera och ge respons är lika viktigt för barnen som för den vuxne. När man ger sig tid att reflektera är det lättare att se helheten och sin egen roll. I en gruppaktivitet måste alla få möjlighet att uttrycka sina tankar, känslor och åsikter och genom att stanna upp och reflektera får alla samma chans till det. Den som är ledare är också förebild på många sätt och då är det viktigt att kontinuerligt reflektera kring hur man själv påverkar gruppen och hur gruppen påverkas.

*”Det är barnen som erövrar omvärlden, vi vuxna kan bara skapa möjligheter för detta genom att vi stödjer, möter och utmanar deras lustfyllda lärande”*

FÖRFATTARNA PRAMLING, SAMUELSSON OCH SHERIDAN, 1999:9

## KAPITLEN I METODBOKEN

### 1. *Nu, då och sen – barnens arbetsbok*

För att hålla ihop migrationsprocessens för barnet har vi skapat en arbetsbok. Boken har minst 150 medförfattare då alla barn som har deltagit i vår verksamhet på ett eller annat sätt har bidragit till den. Titeln är tydlig – här vill vi hjälpa barnet att binda ihop nuet med dåtiden – och med drömmar och planer för framtiden. ”Nu, då och sen” blir ett redskap för att jobba med identitet och framtidstro samtidigt som den ger möjlighet att träna språket och viktiga begrepp.

### 2. *Sverigeprogram*

I samarbete med Migrationsverket har vi tagit fram ett helt nytt informationsmaterial för vidarebosatta barn och ungdomar. Materialet heter Sverigeprogram och innehåller fotografier och kort information om det svenska samhället, skolan och hur det kan se ut i en bostad. Syftet med Sverigeprogrammet för barn är att ge en bild av hur vardagen i Sverige ser ut samt skapa en dialog och diskussion kring detta. Om man är förberedd på det som ska ske ökar möjligheten att så snabbt som möjligt starta och vara aktiv i den egna processen.

#### **Sverigeprogram i världen**

Informationen är anpassad för barn som har fått uppehållstillstånd och som befinner sig i flyktingläger eller i annat tillfälligt boende, på väg till Sverige. Materialet är packat i en väska som Migrationsverkets informatörer tar med sig när de reser ut i världen. Sverigeprogrammet ger barnen möjlighet att fundera på det som ska hända och få svar på sina frågor. Det ger trygghet och skapar bättre förutsättningar för dem att hantera sin situation.

#### **Sverigeprogram i Sverige**

När Migrationsverket inte har haft möjlighet att skicka informatörer ut i världen kan Sverigeprogrammet istället ges på plats i Sverige, någon av de första dagarna efter ankomst.

#### **Uppföljning Sverigeprogram**

Intervjuer med barn och ungdomar som fått Sverigeprogram har visat att informationen behöver upprepas när barnen väl har kommit till sin hemkommun.

Syftet med uppföljning av Sverigeprogram är att:

1. repetera – repetition ökar förståelsen och inläringen
2. vara relationsskapande
3. ge barnen och ungdomarna en möjlighet att reflektera över följande frågeställningar: *Hur tänkte jag då? Hur upplevde jag Sverigeprogrammet? Vad funderade jag på då? Vad funderar jag på nu? Vad trodde jag om Sverige och hur var det egentligen?* Meningen med dessa frågor är att det ska bli tydligt för barnen att de har utvecklats och lärt sig saker under den tid som gått.

### 3. *Jag, vi och samhället*

Gruppverksamheten ”*Jag, vi och samhället*” finns med i vår metod både för att kunna ge svar på frågor och för att ge kunskaper om det nya som barnet möter. Vårt fokus ligger på att ge det nyanlända barnet möjlighet att reflektera över sig själv och den nya situationen – i relation till samhället. Vad betyder det här för mig? Diskussionerna om likheter och skillnader mellan det nya och gamla är en del i att förstå sig själv och andra.

Gruppverksamheten är ett komplement till skolans arbete med samhällskunskap och det passar att användas när de nyanlända barnen har varit i Sverige en kort tid, till exempel som en lovaktivitet eller som en första grund på skolan.

## Materialet innehåller fem teman

- » Att komma till Sverige
- » Familjen
- » Rättigheter och skyldigheter
- » Hälsa
- » Skolan

Intervjuer med barn och utvärderingar efter olika aktiviteter som vi haft i projekt Begripligt hela vägen har visat att just dessa teman är centrala och viktiga för de nyanlända. ”Jag, vi och samhället” är tänkt som en process där alla teman eller valda delar arbetas igenom under det första året som nyanländ. Under det andra året som nyanländ kan man med fördel repetera och fördjupa informationen beroende på barnets eller ungdomens egna önskemål.

## 4. Ung här och nu

Att vara tonåring är en speciell tid för alla ungdomar, med förändringar i kroppen och mer eller mindre funderingar på identitet, relationer och framtid. I det läget kan det kännas extra tufft att vara nyanländ i Sverige när tidigare kunskaper och erfarenheter kanske inte stämmer överens med det nya samhällets kultur och normer. Utmaningarna är otroligt många och det är viktigt att reflektera både för sig själv och i grupp – det har vi märkt tydligt i våra möten med ungdomar.

Det finns mycket bra material att använda sig av när man har blandade ungdomsgrupper eller tjej- och killgrupper, men de kan behöva anpassas för nyanlända. Därför har vi i kapitlet ”Ung här och nu” valt att ge materialförslag och dela med oss av våra egna erfarenheter kring upplägg.

## 5. Att vara förälder

De viktigaste personerna för barn är deras föräldrar. Men som vuxen är det inte heller 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 och traumatiska upplevelser. Man förväntas att snabbt lära sig ett nytt språk, förstå ett nytt samhällssystem och därmed också en ny skolkultur, hitta ett arbete och samtidigt hitta sin roll som förälder.

Syftet med föräldragrupsverksamheten ”Att vara förälder” är att stärka nyanlända föräldrar i deras föräldraroll och deras förutsättningar att bli delaktiga i samhället. Det är viktigt att dessa föräldrar 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 som de får information om sådant som skolsystemet, förändringar i samhället historiskt sett och barnuppfostran i Sverige. I kapitlet finns förslag på teman som vi i vårt arbete tillsammans med föräldrar från olika länder och kulturer, kommit fram till är bra och viktiga att belysa. Även om man som ledare för en föräldragrupp väljer att inte använda alla våra föreslagna teman, kan upplägget och strukturen vara ett stöd i arbetet.

*”Det är intressant att se hur stor skillnad lite information kan göra ibland. Dessa kvinnor har inte låtit sina barn delta i sex- och samlevnadsundervisningen i skolan men sade samstämmigt vid dagens slut att de var glada att vi berättat om detta och att det är viktigt att deras barn får denna kunskap.”*

LEDARE, FÖRÄLDRAGRUPP I STRÖMSUND.

## BARNS RÄTTIGHETER OCH VUXNAS ANSVAR

Alla vuxna som arbetar med barn och unga har en moralisk skyldighet att värna om barnens välmående och nyanlända barn omfattas av samma regler och lagar som alla andra barn. Du kanske även hör till en yrkesgrupp som har anmälningsskyldighet till socialtjänsten när du ser att barn far illa. I praktiken handlar det om att vara lyhörd och att följa vanliga rutiner, som att exempelvis ta upp problem på skolans elevvårdskonferens, prata med barnets vårdnadshavare och vid behov hjälpa barnet vidare till skolhälsovården eller till barn- och ungdomspsykiatri.

Ett barn berättar inte något för någon som han eller hon inte känner förtroende för, så ta vara på tillfället om barnet tar initiativ till ett samtal. Ställ gärna frågor men pressa aldrig ett barn att prata eller berätta. Bryt aldrig förtroenden om det inte handlar om sådant som du känner måste anmälas.

## ATT ANVÄNDA TOLK

Alla medborgare har rätt att få begriplig information från kommunen och andra offentliga verksamheter. Det innebär att personer som inte pratar eller förstår svenska eller personer som är allvarligt hörselskadade eller talskadade har rätt till tolk när det behövs. Förvaltningslagen och flera andra lagar stärker rätten att förstå och bli förstådd i offentliga sammanhang. Ett besök hos doktorn, ett utvecklingssamtal på skolan eller inskrivning på förskolan är exempel på tillfällen då tolk kan behövas. När man talar om känslor är det också bra att få använda tolk. Det är lättare att uttrycka ilska, sorg eller glädje på sitt modersmål.

I vårt material rekommenderar vi att tolk används<sup>5</sup>. Det är lätt att tro att barn har en större ordförståelse än vad de faktiskt har. Forskning visar dock att beroende på i vilken ålder barnet anländer tar det i genomsnitt mellan två och åtta år att nå samma språkliga nivå i skolans läroämnen som ett barn som är född i landet<sup>6</sup>.

Det är också viktigt att tänka på vad tolken som person har för roll i samhället i övrigt och att barnet eller deltagarna känner sig trygga både med översättningen och med tolken. Det är inte självklart att en tvåspråkig kollega är lämplig som tolk eller att han eller hon känner till hur en tolk bör arbeta och agera (exempelvis när det gäller sekretess). Andra barn eller släktingar ska inte användas som tolk. Att låta ett barn tolka åt en förälder till exempel på hälsocentralen är direkt olämpligt, dels ska ett barn inte utsättas för det, dels kan man inte begära att barnet ska kunna översätta korrekt.

Att tala via tolk tar oftast längre tid än att bara kommunicera på ett språk, två språk innebär dubbel samtalstid. Det är också viktigt att komma ihåg att det inte behövs tolk i alla lägen och att det går att förstärka kommunikationen med minspel, kroppsspråk och bilder.

5. MER INFORMATION OM ATT ANVÄNDA TOLK FINNS PÅ HEMSIDAN [WWW.BARNINTRO.SE](http://WWW.BARNINTRO.SE) SAMT I HANDBOKEN "DET BÄSTA FÖR BARNEN" SOM KAN LADDAS NER FRÅN SAMMA HEMSIDA.

6. FORSKNING FRÅN USA OCH KANADA, T EX. CUMMINS 1981 OCH COLLIER, 1987, 1989 OCH 2002.

1.

*Nu, då och sen – barnens arbetsbok*



**BARNETS ARBETSBOK "NU, DÅ OCH SEN" ÄR ETT RESULTAT** av vårt arbete för – och med – hundratals nyanlända barn och ungdomar i Strömsunds kommun, i Jämtlands län och på andra håll i världen. Meningen är att den boken ska hålla ihop migrationsprocessen för barnet medan metod- och materialboken du håller i din hand ska ge en helhet för dig som möter barnet i din yrkesroll eller i ditt ideella arbete. Det är inte något måste att arbeta parallellt i de båda böckerna, men det finns förstås en tanke med det. Varje kapitel i metodboken har till exempel en motsvarighet i barnets arbetsbok.

Det behövs en engagerad vuxen som hjälper barnet att arbeta i boken med jämna mellanrum under de första två åren i Sverige. Vi tänker oss att det kan vara olika i olika kommuner, utifrån vad som passar bäst för barnen och organisationen. På en ort kanske det är en pedagog på fritids eller en klasslärare, på ett annat ställe kanske det är en anställd i en ideell organisation.

Tanken är att boken ska binda ihop nutid med dåtid – och funderingar på framtiden. Var är jag nu, var kommer jag ifrån och vart är jag på väg? Den blir ett redskap för att jobba med identitet och framtidstro samtidigt som den ger möjlighet att träna språket och viktiga begrepp.

**NU** handlar om att vara närvarande och klara utmaningarna i vardagen, i det liv man lever nu. På de sidor som fokuserar på nuet får barnet arbeta med fakta om hur det nya landet fungerar, till exempel när det gäller rättigheter, årstider och hälsovård. Här ges också möjlighet att reflektera över känslor och beteenden. Det handlar om att förstå sig själv, förstå andra och också om att förstå samhället.

**DÅ** handlar om att bli uppmärksam på de resurser som finns i form av kunskaper, erfarenheter och minnen som barnet har med sig från den plats eller de platser där hon eller han levde tidigare. Syftet med övningarna i boken är att ta vara på resurserna och integrera dem i nuet. Vad är jag duktig på? Vad är jag stolt över? På dessa sidor lyfter vi fram resan till Sverige, familjen, högtider och hemmet. Barnet får möjlighet att reflektera och jämföra med det som är nu. Fördelar och nackdelar med det nya och det gamla. Det blir också en hjälp att minnas delar av sin barndom, när alla omständigheter runtomkring förändrats.

**SEN** handlar både om att tillåta sig att ha drömmar och att förstå att det jag gör nu lägger en grund för – och påverkar – hur framtiden kan komma att se ut. Utifrån en stadig förankring i nuet och med dåtidens resurser i ryggen kan barnet ta avstamp mot framtiden.



2.

*Sverigeprogram för barn och ungdomar*



**BARN HAR SÄLLAN NÅGON MÖJLIGHET ATT PÅVERKA SIN VARDAG** och de beslut som vuxna fattar åt dem. Inför en flytt till ett nytt land är det mycket att tänka på för alla inblandade och man kan inte räkna med att de vuxna runtomkring barnen har möjlighet att svara på alla frågor och funderingar. De vuxna kan vara fullt upptagna av praktiska frågor och sina egna känslor och då finns det kanske inte utrymme för barnens oro. Deras funderingar kan exempelvis handla om vart i världen de ska flytta, hur det kommer att kännas att lämna släkt och vänner eller hur familjen ska försörja sig. Det kan också vara tankar på hur skolsystemet fungerar i det nya landet eller vilka kläder som han eller hon ska ha på sig. I det här läget behöver barnen få ställa alla sina frågor, få svar och reflektera – för att förstå det som händer och det som ska hända. Det ger trygghet och skapar bättre förutsättningar för dem att hantera sin situation. Om man är förberedd på det som ska ske ökar också möjligheten att så snabbt som möjligt komma igång med den egna processen.

Migrationsverket har i uppdrag av regeringen att förbereda kvotflyktingar inför resan och den första tiden i Sverige. Hittills har man dock fokuserat på information till de vuxna genom så kallade Sverigeprogram. Våren 2012 började vi i projekt Begripligt hela vägen att arbeta fram ett program särskilt riktat till barn och ungdomar. Materialet är testat och utvärderat vid flera tillfällen i Iran, Sudan, Kenya och även på plats i Sverige. Sverigeprogrammet för barn och unga blev klart i december 2013 och används nu av Migrationsverket. I vår metod blir Sverigeprogrammet starten på arbetet med att skapa delaktighet och göra migrationsprocessen begriplig för barnen. Nästa steg i vår metod är en uppföljning av Sverigeprogrammet, en repetition av informationen.

Sverigeprogrammet för barn har utvecklats utifrån strukturen i programmet för vuxna och finns i tre olika varianter. Programmen har samma upplägg och innehåller ett antal presentationer som vart och ett består av bilder i A4-format med fakta och förslag på diskussionsfrågor. Materialet är åldersanpassat och vi utgår från att tolk används.



*Sverigeprogram i världen  
Sverigeprogram i Sverige*

*Uppföljning Sverigeprogram*

### *Sverigeprogram i världen*

För barn som befinner sig utanför Sverige och som fått permanent uppehållstillstånd och ska vidarebosättas till Sverige. Materialet är översatt till engelska för att göra det möjligt att använda tolk på plats.



## Sverigeprogram i Sverige

För barn som redan kommit till Sverige men inte fått information innan sin resa. Detta program bör ges inom de första två veckorna efter ankomst.

## Uppföljning av Sverigeprogram

- » För de barn som fått Sverigeprogram innan de reste bör en uppföljning ges inom en månad efter att de kommit hit. Intervjuer med barn som fått Sverigeprogram har visat att det är stor skillnad på vad man tagit till sig första gången, vissa minns relativt mycket medan andra knappt minns något alls. Många gånger får barn och vuxna också vänta i flera månader innan de kan resa till det nya landet och därför är det extra viktigt att följa upp och repetera informationen direkt.
- » För de barn som fått Sverigeprogram i Sverige bör uppföljningen hållas cirka två-tre månader efteråt.

Skillnaden mellan programmen är inte så stor, det handlar framförallt om mindre justeringar för att stämma överens med tidpunkten då barnen får informationen. De barn som redan kommit till Sverige behöver exempelvis inte fundera på hur det går till på en flygplats. I uppföljningen är frågorna därför omformulerade, exempelvis frågar man: *”Hur har första tiden i skolan varit?”* istället för *”Hur tror du att det blir att börja i skola i ett nytt land?”*

## Innehåll och material

Syftet med Sverigeprogrammet är att förbereda barnen inför resan och ge en bild av hur vardagen kan se ut – utan att ge orealistiska förväntningar. Det handlar också om att skapa en dialog, att uppmana barnen till att ställa frågor och diskutera med varandra och ledaren. Vi pekar också på barnens eget ansvar (*till exempel när det gäller språkinläring*) och barnets rätt att tro på framtiden och sätta upp egna mål.

Bilderna visar allt ifrån lunch på förskolan till undervisning på SFI. I materialet finns fem olika presentationer som var för sig tar en knapp timme att genomföra, två av dem riktar sig till barn från 6 till 12 år och tre presentationer riktar sig till äldre barnen, från 13 till 19 år. I mötet med barnen gäller det dock att vara flexibel och dela upp grupperna efter just de barnens behov och förutsättningarna på platsen. Varje presentation innehåller mellan 10 och 15 bilder och har en separat handledning. *”Sverigeprogram i världen”* är packat i en resväska och innehåller förutom presentationerna bland annat material till en flygplanslek, en uppblåsbar jordglob och bilderböcker om Sverige. Mer information om materialet finns på vår hemsida, [www.begripligt.nu](http://www.begripligt.nu) Det är bra att plasta in bilderna och att man har tre omgångar, en för sig själv som ledare, en för tolken och en för barnen att titta på.



### » EN DAG PÅ SNÖRE

#### – ARRIVAL OCH EVERYDAY LIFE FOR CHILDREN

Beskriver hur en vanlig dag kan se ut när man bor i Sverige från frukost till tandborstningen på kvällen. Presentationen tar även upp årstiderna, hur det kan se ut i en lägenhet och var de vuxna är på dagarna när barnen är i förskolan eller skolan.



› **UTBILDNING BARN**  
**– EDUCATION CHILDREN**

Beskriver det svenska skolsystemet från förskola till vuxenutbildning. Bilderna visar bland annat exempel på skolmat, klassrum och undervisning utomhus.



› **ANKOMST UNGDOM**  
**– ARRIVAL YOUTH**

Förbereder ungdomarna inför resan till Sverige och ger praktisk information om flygplatsen, den nya bostaden och den allra första tiden efter ankomst.



› **VARDAGSLIV UNGDOM**  
**– EVERYDAY LIFE YOUTH**

Ger en bild av hur vardagen med fritidsaktiviteter, studier och jobb i Sverige kan fungera. Tar även upp jämställdhet, vad män och kvinnor kan och får göra.



*Utbildning ungdom – Education Youth*

› **UTBILDNING UNGDOM**  
**– EDUCATION YOUTH**

Beskriver det svenska skolsystemet från förskola till vuxenutbildning och jobb. Bilderna visar bland annat exempel på skolmat, klassrum och olika undervisningsformer.

## Tips

Att hålla i ett Sverigeprogram för barn och ungdomar är en utmaning som kräver flexibilitet. Det kan vara stor spridning på åldrarna och stor spridning på kunskaper och referensramar. Dessutom är tankarna på annat håll för många av dem. Det gäller inte alla, men en del barn kan vara i chock eller ha mycket oro för framtiden. Hur ska det bli, kommer jag att kunna spela fotboll där? Kommer jag att få nya kompisar? Hur ska det gå för farmor som blir kvar? Törs jag ställa frågor eller blir vårt uppehållstillstånd indraget då? För att underlätta så mycket som möjligt bygger Sverigeprogrammet på dialog, fakta och frågor blandas för att väcka barnens engagemang och intresse. Flera av bilderna i presentationerna upprepas också ett antal gånger för att ge minnet en bättre chans. Ett tips från dem som haft presentationer för unga kvotflyktingar är att bjuda på sig själv – till exempel genom att visa en bild hemifrån eller ta på sig vintermössan när man berättar om det svenska klimatet. Det är också bra att varva informationen med en enkel sång eller att låta barnen prova att räkna lite på svenska. Ju fler sinnen som aktiveras, ju lättare är det att ta till sig den nya kunskapen.

Det är oerhört viktigt att man som ledare förhåller sig neutral och inte värderar det barnen och ungdomarna vill prata om. Det är även viktigt att inte ha förutfattade meningar om vad som kan vara svårt eller enkelt i det nya landet. För en del barn kan det handla om vilka kläder man ska ha för att passa in, för andra handlar det om att förstå de olika möjligheterna till utbildning. Det gäller att man som ledare är respektfull och lyhörd för alla varianter. I Sverigeprogrammet utgår vi också från att barnens egna minnen och kunskaper ska lyftas fram, barnen måste få vara stolta över sitt ursprung och sina erfarenheter – det är en bra grund för fortsatt utveckling.

## Starta och avsluta en presentation

När man håller i ett Sverigeprogram eller en uppföljning är det viktigt att skapa en lugn stund så att barnen känner sig trygga. Den som är ledare börjar med att hälsa välkommen och presentera sig själv och tolken. När ledaren presenterar sig är det bra att berätta något personligt för att barnen ska ha något att relatera till – att bara säga sitt yrke räcker inte då det kan vara svårt att förstå en titel eller ett yrke. Till exempel kan man istället säga: *”Hej, jag heter Malin och är 34 år. Jag är dotter, storasyster, mamma och maka. Jag arbetar med att hjälpa barn precis som ni som flyttat till ett nytt land”*. Sedan är det lämpligt att låta barnen presentera sig själva i tur och ordning med namn och ålder och kanske hur många syskon de har eller vilken mat de gillar bäst.

I inledningen förklarar också ledaren syftet med träffen, hur lång tid presentationen kommer att ta och andra praktiska saker.

Om det är möjligt med tanke på lokalen och antalet barn rekommenderar vi att man sitter i en ring när man håller ett Sverigeprogram, dels för att skapa en trygghet i gruppen, dels för att göra det enklare att se varandra i ögonen och öppna upp för dialog. Med de mindre barnen passar det att sitta på golvet och med de äldre barnen kan man istället sitta på stolar. I presentationen som heter *”En dag på snöre”* är det tänkt att bilderna ska spridas ut på golvet och att barnen själva ska få leta efter *”rätt”* bild – för att sedan hänga upp bilden på ett snöre med hjälp av klädnypor. Snöre och klädnypor eller tejp kan naturligtvis användas till de andra presentationerna också, eller så kan man skicka runt bilderna i rummet. Som ledare kan man sedan fånga upp barnens intresse och berätta något personligt där det passar eller visa något man har med sig. Till exempel om man visar en bild av barn som cyklar kan man berätta något kort om grannens flickor som brukar cykla till skolan eller skicka runt sin egen cykelhjälm.

När man avslutar ett Sverigeprogram är det bra att låta alla barn i tur och ordning få säga lite kort vad de tycker om bilderna om informationen. Är det något som förvånade dem eller är det något de undrar över? Ledaren tackar och säger att det var roligt att få träffa dem och sedan berättar han eller

hon om vad som ska hända sedan. Barnen behöver få veta om det ska bli någon fler träff, när det ska ske och vad den i så fall skall handla om.

**SVERIGE HAR BESLUTAT ATT TA EMOT** 1900 kvotflyktingar varje år för vidarebosättning. Representanter för Migrationsverket och svenska kommuner reser till en del av länder där flyktingarna befinner sig och ger så kallade Sverigeprogram. Programmet har fokus på att skapa dialog, ge trygghet och svara på frågor. Materialet består av bilder, text och film som ger en bra grund för den första tiden i det nya landet. Hur långa pass och hur mycket information som ges beror på omständigheterna, det kan variera från två timmar till 1,5 dag.

**LÄS MER PÅ** [www.migrationsverket.se/resettlement](http://www.migrationsverket.se/resettlement)

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

3.

*Jag, vi och samhället*



**”JAG, VI OCH SAMHÄLLET” ÄR EN GRUPPVERKSAMHET** och en del av metoden som tagits fram av projekt Begripligt hela vägen. Valet av teman på de olika träffarna har gjorts utifrån våra erfarenheter från arbete med barn i olika åldrar och barnens egna synpunkter.

Syftet med träffarna är att de nyanlända barnen och ungdomarna ska få svar på sina frågor och kunskap om allt det nya som finns omkring dem. Vårt fokus ligger på att ge dem möjlighet att reflektera över sig själva och den nya situationen de befinner sig – i relation till andra människor och samhället. Vad betyder det här för just mig, vad tycker jag, hur tänker jag? Att få förståelse för sin egen del i allt som händer är en förutsättning för att vara delaktig i sin egen migrationsprocess. En bra ordförståelse och kunskap om olika begrepp ger också bättre förutsättningar för delaktighet och möjlighet att påverka. Det är vi som redan bor här och är vana vid alla begrepp och ord som har makten över allt omkring de nyanlända. Vi behöver lära ut orden och begreppen – och upprepa dem – för att det ska bli en mer jämlik situation.

Gruppträffarna ersätter inte skolans arbete med samhällskunskap utan ska ses som ett komplement. De är anpassade för nyanlända barn och ungdomar och tänkt att användas under deras första år i Sverige. Under det andra året som nyanländ kan man med fördel repetera och fördjupa informationen. Materialet kan exempelvis användas som en aktivitet på ett skollov eller som en första grund i förberedelseklassen. Förutom de två första träffarna som handlar om resan och mötet med Sverige behöver inte gruppträffarna följa någon speciell ordning utan kan användas när det passar barnens behov.

### *Antal träffar*

Fem teman och sammanlagt tio träffar, några fungerar för alla oavsett ålder, några är åldersanpassade i spannet 5–12 år och 13–19 år.

### *Tid*

Träffarna tar mellan 80 och 120 minuter, men räkna med att de ibland kan behöva följas upp eller avslutas vid ett senare tillfälle. Bryt för fika eller fruktstund när det passar. Under en avslappnad fikapaus fortsätter relationsbyggandet och barnen får chans att prata under andra förhållanden.

### *Antal deltagare*

Det är lämpligt med minst tre och maximalt 12 deltagare för att ge alla möjlighet att prata.

### *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. Se mer om tolk på sidan 12 i metodboken.

### *Innehåll*

”Jag, vi och samhället” har fem teman som vi sett har stor betydelse för nyanlända barn och ungdomar.

#### **1. Att komma till Sverige, två träffar.**

- » En möjlighet att reflektera över det som varit, om resan till Sverige, den första tiden här och framtiden.
- » Olika myndighetspersoner som finns i Sverige deras roller i samhället. Fokus på polisens arbete och chans att prata om olika rädslor som kan finnas i mötet med personer från olika myndigheter.

#### **2. Familjen, två träffar.**

- » Hur kan en familj se ut? Vilka roller och normer kan vi ha?
- » Traditioner och högtider.

#### **3. Rättigheter och skyldigheter.**

- » Få kunskaper genom diskussioner om sina rättigheter men även om sina skyldigheter.

#### 4. Skolan, två träffar, en för de yngre barnen och en för de äldre.

- » Chans att ta del av hur den svenska skolan fungerar och lyfta de nyanländas tidigare erfarenheter kring skolan samt diskutera alla begrepp som finns i skolans värld.

#### 5. Hälsa, två träffar, en gemensam och två åldersanpassade.

- » Hur fungerar kroppen och vad behöver den för att må bra? Hur påverkar känslorna hur vi mår?

### Tips

Det gäller att vara lyhörd som ledare och inte tro att det som är vardag för oss också är det för alla andra. Ett tydligt exempel på detta var då vi i projektet hade en övning med flera barn som satt i en ring. Meningen var att deltagarna vid olika påståenden skulle ta ställning genom att byta stol. För att alla skulle förstå hur de skulle göra så sa vi; ”*Alla som tycker om päron, byter plats*”. Vi vuxna bytte platser med varandra men alla barnen satt kvar. Vår slutsats blir att barnen inte förstått uppgiften, trots att det var ett så bra och enkelt exempel. Då berättar tolken lite försynt att därifrån barnen kommer så finns det inga päron. Det självklara var inte längre självklart.

Låt barnen sitta i en ring på golvet eller på stolar. Förklara för dem att det är för att alla ska kunna se varandra och för att det blir lättare att diskutera när man ser varandra i ögonen.

Vi lär oss bättre när vi använder våra olika sinnen, om du bygger vidare på vårt material komplettera gärna träffarna med inslag av musik, teckning, pyssel, smakupplevelser och så vidare. Vår erfarenhet är också att det är lika uppskattat bland de äldre barnen att rita eller skapa med händerna som bland de yngsta.

### Gruppregler

Det är viktigt att skapa en trygg stämning bland deltagarna så att alla vågar prata och känner att de blir respekterade. Fasta rutiner och gemensamma gruppreglerna är en del i det arbetet. Börja med att låta barnen föreslå lämpliga regler och komplettera eventuellt med egna förslag. Bestäm gemensamt vilka regler som ska gälla och skriv upp dem på tavla eller blädderblock. Repetera gärna reglerna i början av varje ny träff. 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

### Utvärdering och dokumentation

Avsluta varje träff med att låta barnen 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 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 gärna kortfattat dina reflektioner, diskussioner osv från träffarna – 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.

## Jag vi och samhället

### Tema 1, träff 1 **Att komma till Sverige**

**Syfte:** Få möjlighet att reflektera över hur resan hit till Sverige varit, den första tiden i det nya landet, samt hur de tänker på framtiden.

**Grundmaterial:** Blädderblock, tuschpennor, mindre (*mjuka*) bollar. Färgpennor och ritpapper. Fika eller frukt och vatten.

**Dagens material:** Bilderböcker i A5-format, en för yngre barn (5–12 år) och en för ungdomar (13–19 år). Böckerna kan laddas ner från [www.begripligt.nu](http://www.begripligt.nu) (*Om barnet tagit del av Migrationsverkets Sverigeprogram kan de ha sett boken förut.*)

**Tid:** 120 minuter.

### *Till ledaren*

När ett barn eller en ungdom kommer till ett nytt land så är det viktigt att de får reflektera över det som varit och som de upplevt men även få möjligheter att fråga och fundera kring det nya. För några barn har resan gått bra och de kan ha roliga och spännande minnen att berätta från exempelvis flygresan. Men andra kan ha upplevt skrämmande saker och kan behöva få reflektera kring detta. Det är betydelsefullt att få höra andras berättelser då många kan känna igen sig – det är skönt att få dela sin upplevelse med andra som varit med om samma eller liknande sak. Ta reda på vilka förväntningar barnen hade på sitt nya land. Hur de upplevde sin första tid i Sverige? Var det som de tänkt sig? Hur ser de på framtiden? Det är många viktiga frågor att reflektera kring och som ledare måste du vara lyhörd och bygga vidare på det som sägs i gruppen.

### *Att tänka på*

För att få barn och ungdomar att öppna sig och våga berätta om olika saker i en grupp så gäller det att skapa en trygg stämning bland deltagarna. Be tolken att berätta att hon eller han har tystnadsplikt så att alla vet detta från början. En bra ingång till ett bra samtalsklimat kan vara att som ledare berätta någon episod om sig själv från exempelvis en resa, för att få deltagarna mer avslappnade. Det är också viktigt att göra upp vilka regler som bör gälla så att alla vet vad de har att förhålla sig till. Dessa regler är bra att repetera vid varje tillfälle så att alla blir påminda. Se förslag på gruppregler sidan 23.

Ett bra råd är att blanda humor och allvar, det är viktigt att kunna göra då du arbetar med barn och ungdomar. Förklara gärna varför ni sitter i en ring eller på golvet, att det är för att alla ska kunna se varandra och på det sättet bli mer delaktiga. I många länder sitter barnen och ungdomarna i sina bänkar eller i rader och kan tycka att det känns konstigt att sitta i ring.



## DAGENS TRÄFF

### Start

1. Samla gruppen. Sitt i ring på stolar eller med yngre barn på golvet.
2. Hälsa alla välkomna, presentera dig själv och tolken.
3. Berätta kort om vad dagen ska handla om, syfte och beräknad tidsplanering. Skriv gärna upp det på en tavla eller ett blädderblock.

### Presentation – lära känna varandra

Gör en lek eller övning som du som ledare känner dig bekväm med, kanske den som vi kallar ”bollen”?

Ledaren kastar en boll till en deltagare och säger sitt namn. Deltagaren kastar till en ny och säger sitt namn och så fortsätter det tills alla fått bollen. Den som är sist kastar tillbaka till ledaren. I nästa omgång gäller det att kasta bollen till exakt samma person som första gången, och förstås också ta emot från exakt samma person. När deltagarna blir vana och börjar komma ihåg namnen kan du som ledare ta in fler bollar – och här gäller det att behålla sin koncentration.

### Gruppregler – föreslå och bestäm tillsammans gruppregler

Se förslag sidan 23.

### Fruktstund eller fika – när det passar

### Bilderboken

Dela ut ett exemplar till alla och gå sedan igenom bild för bild och ställ frågor. Se till att alla får komma till tals. Förslag på frågor se sidan på nästa uppslag.

### Avrunda – cirka 10 minuter innan träffen ska sluta

Reflektera tillsammans. Hur har det varit idag? Vad har varit bra och vad har varit dåligt? Låt alla i tur och ordning komma till tals. Skriv upp på tavla eller blädderblock. Avsluta gärna med sång. Tacka barnen för dagens träff och berätta lite kort om var och när de ska träffas nästa gång och vad de ska göra då.

### Avslutningssång med rörelser – som fungerar för alla åldrar

Alla händer säger klapp, klapp, klapp (klappa händerna)

Alla fötter säger stamp, stamp, stamp. (stampa med fötterna)

”Huvet” säger nick, nick. (nicka med huvudet)

Klockan säger ticke tick. (Visa klockvisarna med fingret)

Nu så ska vi sluta.

MELODI: JULSÅNGEN ”RASKA FÖTTER”

### Reflektera och dokumentera

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



## Förslag på diskussionsfrågor till bilderboken för åldern 5–12 år

Komplettera gärna med egna frågor och exempel på upplevelser utifrån just dessa barns reaktioner och behov. Det är också en fördel att ta in fler sinnen och konkretisera frågorna genom att exempelvis lyssna på ljud från en flygplansmotor eller prova ett par vintervantar.



### › BILD 1

Vilka är det som håller i jordgloben tror ni? Är de unga eller gamla händer? Sa ni hej då till någon speciell person när ni reste till Sverige? Vill ni berätta om den/dem?



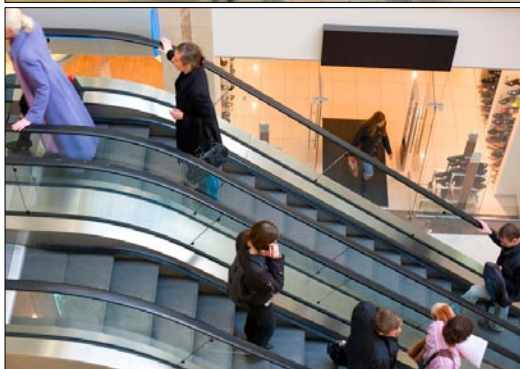
### › BILD 2

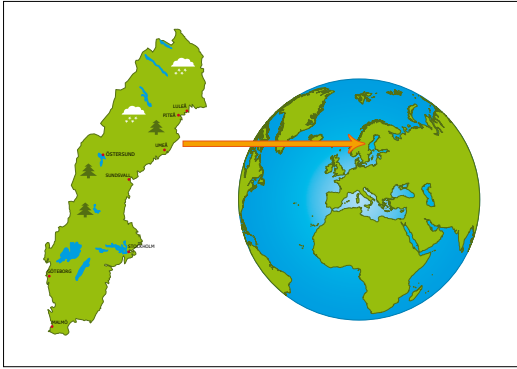
Flygresan, hur var det att flyga, hur kändes det? Var det första gången? Visste ni något innan hur det skulle vara på flygplanet?



### › BILD 3 OCH 4

Hur var det att landa i Sverige? Vad var det första ni tänkte? Behövde ni flyga i flera olika plan mellan olika länder? Om ni behövde vänta, vad gjorde ni under tiden?





› **BILD 5**

Vad är det här? Var bodde ni (du) förut? Vet ni var det ligger på jordgloben? Var bor ni nu? Kan ni peka på kartan? Ser ni skillnader på formen av Sverige och landet ni bodde i förut?



› **BILD 6**

Minns ni vilka det var som mötte er på flygplatsen när ni kom till Sverige? Fick ni resa mer med buss, bil eller tåg? Vad hände under den resan?



› **BILD 12**

Har ni tips på hur ni kan lära er språket? Finns det andra sätt än att lära sig i skolan?



› **BILD 13**

Vad är det på bilden? Har ni gått i skolan förut? Berätta.



› **BILD 14**

Varför tror ni det är en klocka i boken? Behöver man veta hur mycket klockan är? Är tiden viktig tycker ni?



› **BILD 15 OCH 16**

Vad gör ni när ni inte är i skolan? Vad skulle ni vilja göra på fritiden? Får pojkar och flickor göra samma saker?

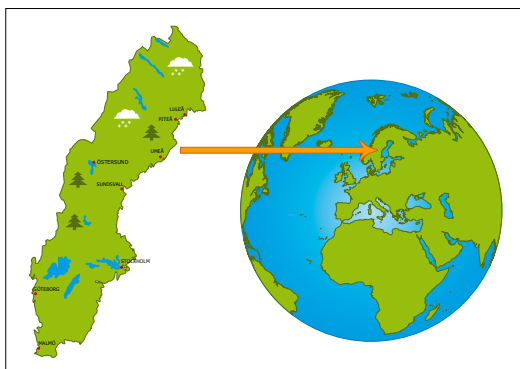


*Förslag på diskussionsfrågor till bilderboken för 13–19 år*



› **BILD 1**

Flygresan, hur var det att flyga, hur kändes det? Var det första gången? Visste ni något innan hur det skulle vara på flygplanet? Behövde ni flyga i flera olika plan mellan olika länder? Om ni behövde vänta, vad gjorde ni under tiden?



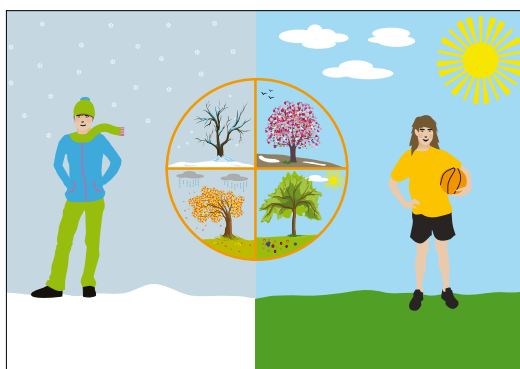
› **BILD 2**

Vad föreställer bilden? Var bodde ni förut? Vet du var det landet ligger på kartan eller jordgloben? Var bor ni nu? Ser ni skillnader på formen av Sverige och ert land?



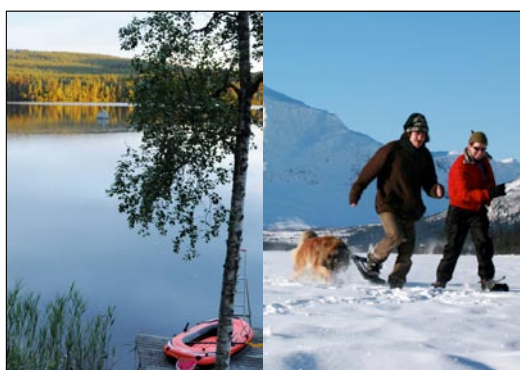
› **BILD 3**

Hur var det att landa i Sverige? Vad var det första ni tänkte? Minns ni vem eller vilka det var som mötte er på flyget?



› **BILD 4**

Vad föreställer detta? Är det fyra årstider där du bodde förut? Vilkets slags väder tycker du om?



› **BILD 5**

Vad ser ni på bilderna? Har någon av er upplevt snö förut? Vilka kläder behövs på vintern tror ni?



› **BILD 6**

Hur var det att komma till ett nytt hem? Var det som ni hade trott att det skulle vara? Var det något ni blev förvånad över?



› **BILD 7**

Vad syns på bilden? Är det någon skillnad på en gata här och där du bodde förut?



› **BILD 8**

Har ni gått i skola tidigare? Gick pojkar och flickor tillsammans på den skolan?



› **BILD 9**

Hur har det varit att börja skolan i Sverige? Finns det ämnen som ni tycker är annorlunda jämfört med tidigare? Varför? Har ni tips på hur ni kan lära er språket? Finns det andra sätt än att lära sig i skolan?



› **BILD 10**

Vad gör ni när ni inte går i skolan? Vad skulle ni vilja göra? Vad finns det att göra i Sverige? Vad får man göra?



› **BILD 11**

Har du arbetat tidigare? Vad gjorde du då? Vad vill du arbeta med när du är vuxen? Hur når du dit? Vad har du för ansvar själv?



› **BILD 12**

Vilka mål har du? Har du tänkt något på framtiden och vad som väntar där?



## ”Jag, vi och samhället”

### **Tema 1, träff 2: Att komma till Sverige.**

Fokus på olika myndighetspersoner och deras roller i det svenska samhället.

**Syfte:** Ge möjlighet för nyanlända att reflektera kring polisens och andra myndighetspersoners arbete, roller och beteende.

**Grundmaterial:** Blädderblock, tuschpennor. Färgpennor och ritpapper.  
Fika eller frukt och vatten.

**Dagens material:** Bjud gärna in en polis som kan delta och berätta om sitt arbete. Om det inte går så finns följande kortfilm om polisens arbete:

[www.youtube.com/watch?v=Pf7kY3SYOYw&feature=player\\_em%20edded](http://www.youtube.com/watch?v=Pf7kY3SYOYw&feature=player_em%20edded) (2 min. lång)

**Tid:** 120 minuter.

### *Till ledaren*

Många barn och ungdomar har en erfarenhet av myndigheter som inte alls överensstämmer med hur det är i Sverige. Rektor, läkare, tandläkare, polis, och personal på skatteverket är några exempel på myndighetspersoner som barnen och ungdomarna kan komma att möta eller redan har mött. Bjud in exempelvis polisen till dagens tema så att de kan få berätta om sitt arbete och uppgift i samhället. Om detta inte är möjligt finns en kort film om vad polisen arbetar med. Filmen innehåller många svåra ord och begrepp som du som ledare måste förklara innan filmen visas. På detta sätt skapas en förförståelse och bättre möjligheter till fler frågor.

### *Att tänka på*

Titta igenom filmen innan passet så att du vet vad den innehåller och kan vara beredd att möta eventuella reaktioner. Se den först tillsammans med barnen/ungdomarna en gång och diskutera sedan innehållet och svåra begrepp för att sedan se den igen. När nyanlända barn eller ungdomar kommer till ett nytt land och ny tillvaro är det viktigt att de får reflektera över det som de tidigare varit med om. De behöver även ges möjligheter till att fråga och fundera kring allt det som är nytt för dem. Vi i projektet har många gånger fått uppleva barn och ungdomars rädsla för ordningsmakten. Många har berättat att de levt med en ständig rädsla av att bli bortförda av exempelvis polisen. När de sedan sett en polisbil här i Sverige har de sprungit och gömt sig, av rädsla för att bli bortförda även här. Andra har berättat att de tidigare blivit stoppade och krävda på pengar av olika myndighetspersoner. Vilka personer anser barnen i din grupp är en myndighetsperson? Prata kring begreppet myndighetsperson och diskutera utifrån barnens och ungdomarnas tankar. Några kan ha upplevt skrämmande saker och kan behöva få reflektera kring detta. Det är betydelsefullt att få ta del av andras berättelser då många kan känna igen sig och dessutom få möjlighet att dela sin upplevelse med andra som varit med om samma sak.

Du som ledare måste vara lyhörd och bygga vidare på det som sägs i gruppen. Känner ni varandra väl sedan tidigare så går det bra att gå direkt till punkten gruppregler och avbryta för fika eller frukt då det passar. Tänk på att det tar tid för tolken att översätta, räkna med att allt tar dubbelt så lång tid.

## DAGENS TRÄFF

### *Start*

1. Samla gruppen. Sitt i ring på stolar eller med yngre barn på golvet.
2. Hälsa alla välkomna, presentera dig själv och presentera tolken, påminn om att han eller hon har tystnadsplikt.
3. Om deltagarna inte känner varandra redan, låt dem i tur och ordning att berätta lite om sig själva; vad de heter, från vilket land de kommer, hur länge de har varit i Sverige, vad de gillar att göra och hur gamla de är.
4. Berätta kort om vad dagen ska handla om, syfte och beräknad tidsplanering. Skriv gärna upp det på en tavla eller ett blädderblock.

### *Presentation – om inte alla känner varandra*

### *Gruppregler – bestäm eller upprepa*

### *Fruktstund eller fika – när det passar*

### *Polisens arbete i samhället*

Ledaren visar filmen, skriver sedan upp olika ord och begrepp och går igenom och diskuterar vad de betyder. Sedan visas filmen igen så att alla ges bättre förutsättningar att förstå vad den handlar om. Om ni bjudit in en polis så diskutera tillsammans innan vilka ord som kan vara viktiga att veta inför informationen. Tänk på att det behövs tid så att tolken hinner förklara.

### *Begrepp till filmen*

Utryckningspolis

Ärenden som kommer in till polisen

Snatteri

Våld i hemmet

Far illa

Folk som är i nöd

Narkotikarelaterade brott

Trafikkontroller

Nykterhet

Körkort

Trauman

Fördomar

Skift

Det sociala livet

1. Samla åter gruppen i ring och diskutera vad filmen eller polisen berättat. Låt alla komma till tals och fråga om deras egna erfarenheter och om det var något de sett eller hört som var helt nytt för dem. Skillnader, likheter och egna kunskaper är viktigt att reflektera över.
2. Alla barnen väljer något från dagens tema som de vill rita, måla eller skriva kring. De kan vara hur polisen arbetar, det viktigaste de lärt sig idag, hur de upplevt myndighetspersoner tidigare.
3. Återsamlas i ringen och de som vill får visa och berätta lite kortfattat om sin bild eller text.

### *Avrunda – cirka 10 minuter innan träffen ska sluta*

Vad tycker du om temat? Vad har varit bra och vad var dåligt? Är det något ni skulle velat vi gjorde annorlunda och vad mer hade ni velat veta? Låt alla i tur och ordning komma till tals. Skriv gärna upp på en whiteboardtavla eller ett blädderblock. Tacka barnen för dagens träff och berätta lite kort om var och när de ska träffas nästa gång och vad de ska göra då.

### *Reflektera och dokumentera*

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

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## ”Jag, vi och samhället”

### **Tema 2, träff 1: Familjen – hur kan den se ut?**

**Syfte:** Få chans att reflektera över hur olika familjer kan vara och vilka olika roller och normer vi kan ha i en familj.

**Grundmaterial:** Blädderblock, tuschpennor. Färgpennor och ritpapper. Fika eller frukt och vatten.

**Dagens material:** Projektor och dator, egna bilder på ledarens familj eller husdjur. Filmen ”Erik i köket” som laddas ner från ”Va med” – ett projekt och en hemsida med samhällsinformation på lätt svenska. Registrera dig på: [www.vamed.se/Account/Register.aspx](http://www.vamed.se/Account/Register.aspx). Filmerna är korta och har färdiga frågeställningar. ”Erik i köket” handlar om jämställdhet.

**Tid:** 120 minuter.

### *Till ledaren*

Familjen är oerhört viktig för de allra flesta barn oavsett varifrån de kommer eller vad de upplevt. I projektet har vi fått ta del av frågor och funderingar kring begreppet familj och varför det ibland verkar som om svenskarna inte bryr sig om varandra. Några har undrat varför barnen inte alltid bor tillsammans med sina föräldrar när de är vuxna och varför äldre släktingar kan leva på annan ort eller på ett äldreboende. Detta är något som är helt otänkbart för många och svårt att förstå. Familjen är det viktigaste och det som alltid går först. Det kan vara bra att berätta hur olika familjer kan se ut och även gärna dra paralleller med hur vi levde tidigare i Sverige.

Det är viktigt att prata om olika roller vi kan ha i en familj. För många barn går det snabbare att få ett flyt i sitt nya språk än vad det gör för deras föräldrar. Då får de kanske ta på sig roller och uppgifter som inte ett barn ska behöva göra, exempelvis tolka vid läkarbesök eller ta hand om familjens ekonomi. Ställ frågor för att få gruppen att reflektera, var lyhörd och bygg vidare på det som sägs i gruppen.

### *Att tänka på*

Titta igenom filmen innan passet så att du vet vad den innehåller och att du är beredd att möta eventuella reaktioner. Se filmen en gång tillsammans med barnen och diskutera begrepp och ord. Se sedan filmen en gång till och diskutera frågorna. Det är viktigt att skapa en bra stämning, trygghet och en öppenhet då detta ämne tas upp. En bra ingång kan vara att börja med att visa bilder på sin egen familj och berätta lite kring den. Det är viktigt att som ledare inte moralisera och döma, ledarens uppgift är att få till bra diskussioner och försöka svara på barnens frågor och funderingar. Vi behöver också komma ihåg att Sverige inte för så länge sedan hade andra normer när det gäller familjen och vem som skötte vad. Tänk på att det kan vara barn och ungdomar som mist nära och kära – men var inte rädd som ledare att prata om detta om de själva vill. Minnen är viktiga.

## DAGENS TRÄFF

### Start

1. Samla gruppen. Sitt i ring på stolar eller med yngre barn på golvet.
2. Hälsa alla välkomna, presentera dig, presentera tolken. Om det behövs, påminn om att tolken har tystnadsplikt.
3. Berätta kort om vad dagen ska handla om, syfte och beräknad tidsplanering. Skriv gärna upp detta på en tavla eller blädderblock.

*Presentation – om inte alla känner varandra.*

*Gruppregler – bestäm eller upprepa.*

*Fruktstund eller fika – när det passar.*

### Film och diskussion

Berätta lite om hur din familj ser ut och visa gärna bilder på dina familjemedlemmar. Om någon av dina familjemedlemmar har dött så berätta gärna om detta, var inte rädd för att beröra döden. Ta gärna med bilder på husdjur om ni har – för många är det också familjemedlemmar.

Låt alla som vill i gruppen berätta lite om sig själv och om sin familj. Be dem berätta de tre viktigaste sakerna i en familj. Skriv upp på en whiteboard eller ett blädderblock. Diskutera likheter och skillnader i det som kommer upp.

- » Visa filmen "Erik i köket".
- » Gå igenom och diskutera svåra ord. Skriv upp dem så alla kan se och ta reda på om något i innehållet var oklart.
- » Visa filmen igen och diskutera frågorna i filmen.
- » Låt gruppen berätta om vilka uppgifter de har i sin familj och prata kring könsroller och om alla kan göra samma saker oavsett vilket kön man har. Erik i filmen pratar om sin flickvän, hur tycker barnen att det fungerar att leva tillsammans utan att var gift?
- » De som vill får rita eller måla sin familj, nu levande eller döda. (Om övningen innebär att något barn verkar behöva prata mer om avlidna familjemedlemmar så ta chansen och lyssna. Märker du att det finns ytterligare behov, koppla in skolskötterskan eller kuratorn på ett respektfullt sätt för barnet.)
- » Samla alla i ringen igen och de som vill får visa det som de målat eller ritat och berätta.

### Avrunda – cirka 10 minuter innan träffen ska sluta

Hur har det varit idag? Vad har varit bra och vad har varit dåligt? Låt alla i tur och ordning komma till tals. Skriv upp på tavla eller blädderblock. Avsluta gärna med en avslutningssång (tips se sidan 25).

Tacka barnen för dagens träff och berätta lite kort om var och när de ska träffas nästa gång och vad de ska göra då.

### Reflektera och dokumentera

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

## ”Jag, vi och samhället”

### **Tema 2, träff 2: Familjen – traditioner och högtider.**

**Syfte:** Möjlighet att öka sina kunskaper och reflektera över olika traditioner och högtider.

**Grundmaterial:** Blädderblock och tuschpennor. Färgpennor och ritpapper. Fika eller frukt och vatten.

**Dagens material:** Whiteboardtavla, tillgång till projektor och dator. Eventuellt någon sak som är viktig för dig som ledare när du exempelvis firar födelsedag, jul eller påsk.

#### **MER OM SVENSKA TRADITIONER OCH HÖGTIDER:**

Information Sverige

[www.informationsverige.se/Svenska/Samhalle/Samhallsorientering/Sidor/Traditioner-och-hogtider-i-Sverige.aspx](http://www.informationsverige.se/Svenska/Samhalle/Samhallsorientering/Sidor/Traditioner-och-hogtider-i-Sverige.aspx)

Nordiska museet

[www.nordiskamuseet.se/aretsdagar](http://www.nordiskamuseet.se/aretsdagar)

**Tid:** 80 minuter.

### *Till ledaren*

Olika länder har olika traditioner och seder, liksom de flesta familjer har. Hur mycket dessa betyder är olika från person till person och det är viktigt att komma ihåg att inget är rätt eller fel. Många gånger visar diskussioner om traditioner eller högtider på fler likheter än skillnader mellan olika länder. Det kan vara betydelsefullt för nyanlända att få fira sina högtider och traditioner som de gjort tidigare. De behöver få berätta för varandra hur de firar och även få höra att vi inte alltid gör likadant. Som nyanländ kan man ha upplevt några svenska traditioner i exempelvis skolan som man deltagit i utan att riktigt förstått vad som firats eller varför det varit på ett speciellt sätt just den dagen. Dagens träff ger möjligheter att få ställa frågor kring detta.

### *Att tänka på*

Låt alla komma till tals och ge exempel på traditioner och högtider som de är vana vid. Det är viktigt att skapa en bra stämning, trygghet och en öppenhet för att få barnen och ungdomarna att våga berätta om sig och sina erfarenheter. Var tydlig vid inledningen och förklara att inget är rätt eller fel och ingen ska döma någon annan i hur de firar olika saker. Berätta gärna hur du som ledare firar en högtid som exempelvis jul och berätta då gärna vad som händer under hela dagen så de får tips på hur de kan berätta. Det brukar underlätta mycket. Ta gärna med någon sak som hör till en högtid – julpynt, en temugg som bara används på födelsedagar eller något annat som du gillar själv.

## DAGENS TRÄFF

### Start

1. Samla gruppen. Sitt i ring på stolar eller med yngre barn på golvet.
2. Hälsa alla välkomna presentera dig och tolken om det behövs.
3. Berätta kort om vad dagen ska handla om, syfte och beräknad tidsplanering. Skriv gärna upp detta på en tavla eller blädderblock.

*Presentation – om inte alla redan känner varandra*

*Gruppregler – bestäm eller upprepa*

*Fruktstund eller fika – när det passar*

### Traditioner och högtider

Börja med att fråga om barnen brukar fira sin födelsedag. Låt de som gör det berätta hur de gjort eller gör i sin familj. Förklara sedan vad orden traditioner och högtider betyder. Alla måste förstå innebörden av orden då resten av innehållet bygger på detta. Låt alla få ge exempel på olika traditioner och högtider som sedan skrivs upp på en whiteboardtavla eller ett blädderblock.

### DISKUTERA SEDAN I GRUPPEN

- » Är det viktigt med traditioner och högtider? Varför?
- » Måste alla göra på samma sätt och ha samma traditioner?
- » Vad är det som ”gör” att det blir en tradition eller högtid?
- » Vilken tradition skulle du inte kunna leva utan?
- » Berätta om den traditionen som är viktigast för dig, vad gör ni och varför? Alla får ge ett exempel var.
- » Har ni upplevt några nya traditioner sedan ni kom hit? Vilka? Kommer ni/du ihåg vad du tänkte?
- » Kommer era traditioner ändras tror ni? I så fall varför?

**Välj ut en svensk tradition** som kommit upp under diskussionen och visa då gärna en bild och berätta om varför den firas hos oss i Sverige (*utnyttja informationen från länkarna*). Lyssna in om det är några fler svenska traditioner de vill veta mer om.

**Prata även om att mat, musik och kläder** kan vara saker som påverkas av traditioner och fråga om de kan ge exempel.

**Om något av barnen kan en sång** som hör till en speciell tradition kanske han eller hon vill sjunga och lära de andra.

**Låt barnen välja en tradition** som de ska måla eller rita. Sedan får de berätta för gruppen vad bilden föreställer och varför de valde just denna tradition.

*Avrunda – cirka 10 minuter innan träffen ska sluta.*

Hur har det varit idag? Vad har varit bra och vad har varit dåligt? Låt alla i tur och ordning komma till tals. Skriv upp på tavla eller blädderblock. Avsluta gärna med en avslutningssång. Tacka barnen för dagens träff och berätta lite kort om var och när de ska träffas nästa gång och vad de ska göra då.

### Reflektera och dokumentera

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

## ”Jag, vi och samhället”

### **Tema 3: Rättigheter och skyldigheter**

**Syfte:** Få kunskaper om sina rättigheter – men även att det finns skyldigheter. Få en förståelse för begreppen.

**Grundmaterial:** Blädderblock och tuschpennor. Färgpennor och ritpapper. Fika eller frukt och vatten.

**Dagens material:** Tillgång till projektor och dator.  
**BILDERBOK** från Barnombudsmannen på enkel svenska. ”Jag vill säga något”. Boken går att beställa eller ladda ner och skriva ut själv, den röda boken är för yngre barn och den gröna boken är för äldre barn.

[www.barnombudsmannen.se/Global/Publikationer/JVSN\\_rod\\_2009.pdf](http://www.barnombudsmannen.se/Global/Publikationer/JVSN_rod_2009.pdf)

[www.barnombudsmannen.se/publikationer/bestall-och-ladda-ner/jag-vill-saja-nagot-gron-folder-2009/](http://www.barnombudsmannen.se/publikationer/bestall-och-ladda-ner/jag-vill-saja-nagot-gron-folder-2009/)

**EN POWERPOINT** från UNICEF om barns rättigheter. Bilderna kommer från olika länder i världen.

<http://unicef-porthos-production.s3.amazonaws.com/bilder-till-barnkonventionen-i-en-lada.pptx>

**Tid:** 120 minuter

### *Till ledaren*

Som nyanländ är det många nya saker att lära sig. Vi har sett att det är viktigt att prata om vilka rättigheter en ungdom i Sverige har men även att det finns skyldigheter. Dessa begrepp är inte så enkla att förstå och det är bra att ledaren pratar med tolken om begreppen innan för att få veta om det finns motsvarighet på barnens språk. Går ordet eller begreppet förklara på ett sätt så alla förstår? Ta inget för givet utan var beredd på att helt nya tankar och erfarenheter ofta dyker upp i diskussionerna.

### *Att tänka på*

Om du även arbetar med vår bok ”Nu, då och sen”, finns två övningar med rättigheter, skyldigheter och regler på sidan 24–25 som kan passa som komplement eller uppföljning till den här träffen. Se mer på [www.begripligt.nu](http://www.begripligt.nu)

### **MER OM BARNKONVENTIONEN HITTAR DU HÄR:**

#### **Rädda barnen**

[www.raddabarnen.se/om-oss/barnkonventionen/](http://www.raddabarnen.se/om-oss/barnkonventionen/)

Alla barn har rätt- ett inspirationsmaterial från Rädda barnen. På sidan 13 och 28 finns till exempel en övning där barnen kan vika sig en egen ”loppa” och träna på rättigheter.

[www.raddabarnen.se/Documents/Ung%20or%C3%B6st/alla\\_barn\\_har\\_ratt\\_20140512.pdf](http://www.raddabarnen.se/Documents/Ung%20or%C3%B6st/alla_barn_har_ratt_20140512.pdf)

#### **Barnombudsmannen**

[www.barnombudsmannen.se/for-barn-och-unga/material-om-barnkonventionen/](http://www.barnombudsmannen.se/for-barn-och-unga/material-om-barnkonventionen/)

#### **UNICEF**

<http://unicef.se/barnkonventionen>



UNICEF har färdiga förslag på lektioner om barnkonventionen för de yngsta barnen. Deras paket innehåller 10 pass som antingen kan beställas eller skrivas ut som pdf.

<http://unicef.se/skolor/bestall-skolmaterial>

Fördjupning kring lektioner och bilder finns på:

<http://unicef.se/fakta>

Prata runt varje bild och uppmuntra till diskussioner kring hur de tänker i de olika sakerna som barn har rätt till och som UNICEF arbetar med i världen.

## DAGENS TRÄFF

### Start

1. Samla gruppen. Sitt i ring på stolar eller på golvet.
2. Hälsa alla välkomna, om det behövs, presentera dig själv och tolken.
3. Berätta kort om vad dagen ska handla om, syfte och beräknad tidsplanering. Skriv gärna upp detta på en whiteboardtavla eller ett blädderblock.

*Presentation – om inte alla redan känner varandra*

*Gruppregler – bestäm eller upprepa*

*Fruktstund eller fika – när det passar*

### Jobba med bildspel och bok

Ta reda på vad barnen tycker är en rättighet och vad som är en skyldighet och be dem ge exempel för att få veta hur de tänker. Tänk även på att vända på frågorna. Det som är en rättighet för någon kan också vara en skyldighet för någon annan. Vad måste du tänka på (*vad är din skyldighet*) för att det ska vara en rättighet för någon annan?

Fråga om de hört talas om Barnkonventionen och om varför det behöver finnas en konvention som bevakar barns rättigheter. Visa bildspelet från UNICEF där många exempel ges på vilka rättigheter barnkonventionen arbetar med i hela världen.

### TIPS PÅ BEGREPP:

Demokrati, barnkonventionen, rättighet, skyldighet, respekteras, funktionshinder. Skriv upp begreppen ni tar upp på en whiteboard eller på ett blädderblock. Uppmuntra till att de själva skriver ner nya ord som de lär sig. Be gruppen förklara om de vet vad orden betyder. Be tolken förklara.

- » Dela ut boken (*eller en kopia av den*) till alla i gruppen.
- » Du som ledare börjar läsa stycke för stycke de två första sidorna be tolken förklara efter varje del.
- » Läs vidare och be gärna någon i gruppen läsa om de vill och kan. Be tolken översätta.
- » Efter varje del så finns det diskussionsfrågor. Diskutera dem och kom ihåg att förklara ord de inte förstår. Låt alla i gruppen få en möjlighet att berätta vad de tycker.
- » Fortsätt resten av boken.
- » Dela in barnen två och två och be dem välja en rättighet var som de ska göra en kort teater av. Kom ihåg att tala om vad respekt är innan och att det är viktigt de visar varandra det när de gör en sådan här övning.
- » Ge dem får tio minuter på sig att träna.
- » Låt barnen spela upp sin teater, efteråt får de andra gissa vilken rättighet det föreställde.



## ”Jag, vi och samhället”

### **Tema 4, träff 1: Hälsa – du och din kropp. Hur gör du för att må bra?**

#### *Syfte*

Få kunskaper om vad som påverkar hälsan och bli medveten om att känslor också påverkar hur vi mår. På dagens träff lär sig barnen också orden för grundkänslorna.

#### *Grundmaterial:*

Blädderblock och tuschpennor. Färgpennor och ritpapper. Fika eller frukt och vatten.

#### *Dagens material:*

Tillgång till dator och projektor. A3 blad eller papper på rulle.

Animerade filmer från Utbildningsradion, programserien ”Från topp till tå”. Klicka på länken ”så funkar du” <http://www.ur.se/topptillta/>

#### *Tid:*

120 minuter.

#### *Till ledaren*

Samtal med representanter från skolhälsovården och sjukvården liksom erfarenheter från möten med barn och ungdomar i projekt Begripligt hela vägen visar att många nyanlända barn och ungdomar saknar mycket kunskap om hur deras kropp fungerar och hur de själva kan bidra till att de ska må bra. Kom ihåg att det inte är självklart med undervisning om kroppen eller sexualkunskap i alla länder och att en del barn känner sig ovana och obekväma att diskutera ämnet. Men det är viktiga frågor att ta upp, förklara och diskutera även om det kan upplevas som pinsamt ibland. Är det många i gruppen och de är villiga att diskutera så kan övningarna behöva delas upp på ytterligare ett tillfälle eller om det finns möjlighet, dela upp gruppen i mindre samtalsgrupper.

#### *Att tänka på*

Titta alltid igenom filmerna innan träffen så att du vet vad de innehåller och kan vara beredd på att möta eventuella reaktioner. Se om det finns möjlighet att bjuda in exempelvis skolsköterskan, en barnmorska eller en sköterska från BVC som kan berätta om sitt arbete ur ett hälsofrämjande perspektiv. Skolsköterskan kan berätta om vad skolhälsovården är och vad hon eller han brukar göra i olika årskurser. Kom ihåg att ungdomar som anländer i gymnasieåldern också har rätt till att få sina vaccinationer i gymnasieskolan. För många barn och ungdomar är exempelvis vaccinationer något som är helt främmande och då är det bra med information om syftet med vaccinationer.

Diskutera vad barnen och ungdomarna har för tankar kring ämnet hälsa. Vilka erfarenheter har de med sig från tidigare möten med sjukvården? Hur gör de om de blir sjuka? Tipsa gärna barnen och ungdomarna om vårdguiden, [www.1177.se](http://www.1177.se) där man kan söka kunskap och olika sjukdomar och få förslag på egenvård. Sidan finns på svenska och 16 andra språk. Om barnen även arbetar i vår bok ”Nu, då och sen”, så finns det flera övningar om hälsa och känslor som kan passa som ett komplement eller uppföljning. (Övningen med att rita en ”känslotyg” finns på sidan 20, men i en annan variant än här nedan.) Mer information om boken, se [www.begripligt.nu](http://www.begripligt.nu)

## DAGENS TRÄFF

### Start

1. Samla gruppen. Sitt i ring på stolar eller på golvet.
2. Hälsa alla välkomna, om det behövs, presentera dig själv och tolken.
3. Berätta kort om vad dagen ska handla om, syfte och beräknad tidsplanering. Skriv gärna upp detta på en whiteboardtavla eller ett blädderblock.

*Presentation – om inte alla redan känner varandra*

*Gruppregler – bestäm eller upprepa*

*Fruktstund eller fika – när det passar*

*Hur mår du – om hälsa och känslor*

### FILMER, DISKUSSION OCH ÖVNINGAR

Börja med att fråga vad vi behöver för att må bra. Alla ska få komma tilltals och ge sin syn på saken. Skriv upp på blädderblock eller whiteboardtavla.

#### Ställ lite frågor som exempelvis:

- » Spelar det någon roll vad vi äter?
- » Spelar det någon roll hur vi sover eller om vi rör oss?
- » Spelar det någon roll hur vi sköter vår hygien?
- » Kan åldern ha någon betydelse för hur du mår och hur dina känslor är?
- » Vad kan vi själva göra för att må bra?
- » Har ni varit till doktorn någon gång? Här i Sverige eller tidigare? Vad fick ni göra där?
- » När behöver ni söka hjälp hos en doktor?
- » Diskutera kring våra vanligaste åkommor som förkylning, influensa, magsjuka, huvudvärk och utslag och vad de själva kan göra som en första åtgärd innan de söker läkarhjälp.

#### Se filmer från utbildningsradion om kroppen

Filmerna är korta, bara 1,5 minuter. Berättarrösten är snabb och något otydlig så du som ledare kan behöva förklara vad som sagts. Det kan också vara bra att visa filmerna flera gånger. Skriv upp ord och begrepp som kan vara nya för barnen.

- » Diskutera om det var något som var nytt och som de inte tidigare visste. Låt alla komma till tals. Fråga efter deras egna erfarenheter. Likheter, skillnader och egna kunskaper är viktiga att reflektera över.
- » Låt barnen röra på sig lite, sjung gärna sångleken; ”Huvud, axlar, knä och tå”.
- » Skriv upp och illustrera våra vanligaste känslor på tavlan, arg, glad, rädd och ledsen. Träna begreppen genom att själv göra miner som symboliserar de olika känslorna och be dem gissa. Om det finns tid, be barnen och ungdomarna göra miner istället.
- » Rita upp en enkel figur med huvud, armar och ben på ett stort papper och lägg ut på golvet. Nu ska alla rita var i kroppen de känner sig glada med en tuschpenna. När de ritat kan de även få ge exempel då de känner så. Efter alla fått ritat in så går det att fråga på de andra känslorna också. Byt då färg på tuschpennan så alla känslor har varsin färg.
- » Fråga om känslorna kan påverka hur man mår och på vilket sätt det kan visa sig.

## Avrunda – cirka 10 min innan träffen ska sluta

Vad tycker ni om temat idag? Vad har varit bra och vad var dåligt? Är det något ni skulle velat att vi gjorde annorlunda eller skulle ni velat veta mer om någonting? Låt alla i tur och ordning komma till tals. Skriv gärna upp på en whiteboardtavla eller ett blädderblock. Tacka barnen för dagens träff och berätta lite kort om var och när de ska träffas nästa gång och vad de ska göra då.

## Reflektera och dokumentera

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

### FAKTA – skolhälsovården i Sverige <sup>7</sup>

Kort information för dig som vill förbereda barnen inför mötet med skolsköterskan och skolläkaren. Skolhälsovården är en del av Elevhälsan och ska i första hand arbeta förebyggande och hälsofrämjande för att stödja elevens utveckling mot målen i skolan. Genom att följa utvecklingen kan man tidigt upptäcka avvikelser, som kan ha betydelse för skolsituationen och den framtida hälsan. Det kan handla om tillväxtavvikelser, syn- eller hörselnedsättning och/eller livsstilsformer som kan påverka hälsan negativt. Eleverna får även hjälp med enklare sjukvårdsinsatser. Varje elev i grundskolan och grundsärskolan skall erbjudas minst tre hälsobesök som innefattar allmänna hälsokontroller. Eleverna erbjuds även vaccinationer enligt det nationella vaccinationsprogram som påbörjats vid Barnhälsovården (BVC). Elevernas hälsa dokumenteras i skolhälsovårdsjournalen som är en sekretessbelagd handling. Skolsköterska och skolläkare har tystnadsplikt. Samverkan sker med all personal i skolan och skolsköterskan deltar även i temaarbeten. Nyanlända barn och ungdomar ska erbjudas samma undersökningar som sina klasskamrater, men det är viktigt att komma ihåg att de även kan behöva erbjudas kompletterande vaccinationer. I Jämtlands län är det läkaren på hälsocentralen som ordinerar, men i andra landsting och regioner kan det vara en annan rutin.

### HÄLSOUNDERSÖKNINGAR OCH VACCINATIONER

<b>Fsk</b>	Hälsosamtal tillsammans med vårdnadshavare. Mätning av längd och vikt. Synprovning, hörselundersökning.
<b>Åk 2</b>	Mätning av längd och vikt. Läkareundersökning. Erbjuds vaccination mot mässling, påssjuka, röda hund (barn födda från 2002).
<b>Åk 4</b>	Hälsosamtal. Mätning av längd och vikt. Läkareundersökning med ryggkontroll. Erbjuds vaccination mot difteri, stelkramp och kikhosta (barn födda t o m 2001). Vid behov syn- och hörselundersökning.
<b>Åk 5</b>	Samtliga flickor erbjuds vaccination mot humant papillomvirus. Ges i tre doser enligt ett intervall.
<b>Åk 6</b>	Mätning av längd och vikt. Läkareundersökning med ryggkontroll. Erbjuds vaccination mot mässling, påssjuka och röda hund (barn födda t.o.m 2001)
<b>Åk 7</b>	Hälsosamtal. Mätning av längd och vikt.
<b>Åk 8</b>	Erbjudan om vaccination mot difteri, stelkramp, kikhosta (barn födda från 2002).
<b>År 1 gym</b>	Hälsosamtal. Mätning längd och vikt. I övrigt kontroller efter behov.

---

7. FÖR KÄLLOR SE SIDAN 119.

## ”Jag, vi och samhället”

**Tema 4, träff 2: Hälsa – du och din kropp, hur fungerar du? (5–11 år)**

**Syfte:** Få kunskaper om vad som påverkar ens hälsa och få lite kunskaper om hur det fungerar inuti kroppen.

**Grundmaterial:** Blädderblock och tuschpennor. Färgpennor och ritpapper. Fika eller frukt och vatten.

**Dagens material:** Tillgång till dator och projektor. Tidtagarur eller klocka med visare. Fem meter snöre eller garn.

Kortfilmer från Utbildningsradion, filmerna tar knappt fem minuter.

**Om hjärtat:**

[www.ur.se/Produkter/151131-Doktor-Karins-stetoskop-Hjartat](http://www.ur.se/Produkter/151131-Doktor-Karins-stetoskop-Hjartat)

**Om magen och tarmarna:**

[www.ur.se/Produkter/151134-Doktor-Karins-stetoskop-Magen-och-tarmarna](http://www.ur.se/Produkter/151134-Doktor-Karins-stetoskop-Magen-och-tarmarna)

**Om tänderna:**

[www.ur.se/Produkter/151136-Doktor-Karins-stetoskop-Tanderna](http://www.ur.se/Produkter/151136-Doktor-Karins-stetoskop-Tanderna)

**Tid:** 120 minuter

### Till ledaren

Samtal med representanter från skolhälsovården och sjukvården liksom erfarenheter från möten med barn och ungdomar i projekt Begripligt hela vägen visar att många nyanlända barn och ungdomar saknar kunskap om hur kroppen fungerar och hur de själva kan bidra till att de ska må bra. Kom ihåg att det inte är självklart med undervisning om kroppen eller sexualkunskap i alla länder och att en del barn känner sig ovana och obekväma att diskutera ämnet. Syftet med dagens träff är inte att gå in på djupet om kroppens anatomi utan att barnen ska få uppfattning om hur set ser ut inuti oss människor och få en bättre förståelse hur allt hänger ihop.

Filmerna är korta och enkla, men tänk på att pausa ofta och be tolken översätta och förklara det som sagts. Det finns sammanlagt tio filmer på Utbildningsradions hemsida:

[www.ur.se/Produkter/151137-Doktor-Karins-stetoskop-Skelettet](http://www.ur.se/Produkter/151137-Doktor-Karins-stetoskop-Skelettet)

### Att tänka på

Titta alltid igenom filmerna innan träffen med barnen så att du vet vad de innehåller och kan vara beredd på att möta eventuella reaktioner. Visa filmen för barnen och lämna plats för frågor och diskussion efteråt. Förklara svåra ord. Se sedan filmen en gång till. Blanda diskussioner och film så de orkar ta till sig de nya kunskaperna. Diskutera vad barnen och ungdomarna har för tankar kring hur de tror att det fungerar i kroppen. I filmerna ligger fokus på ett gosedjur som inte mår bra av olika anledningar – inga nakna kroppar visas. Räkna med att det kan ta tid att se och diskutera filmerna, det kan vara en fördel att dela upp träffen på flera tillfällen.

Om barnen även arbetar i vår bok ”Nu, då och sen”, så finns det lämpliga övningar på sidan 10 och 16 när det gäller hälsa. Se mer [www.begripligt.nu](http://www.begripligt.nu).

## DAGENS TRÄFF

### Start

1. Samla gruppen. Sitt i ring på stolar eller på golvet.
2. Hälsa alla välkomna, om det behövs, presentera dig själv och tolken.
3. Berätta kort om vad dagen ska handla om, syfte och beräknad tidsplanering. Skriv gärna upp detta på en whiteboardtavla eller ett blädderblock.

*Presentation – om inte alla redan känner varandra*

*Gruppregler – bestäm eller upprepa*

*Fruktstund eller fika – när det passar*

### *Du och din kropp – filmer och diskussion*

Börja med att gå igenom några ord som handlar om kroppen. Skriv upp dem på en whiteboard eller blädderblock.

#### **TIPS PÅ ORD:**

Hjärta, lungor, tänder, matspjälkningsapparaten, huden, skelett, muskler och hjärna. Låt alla i gruppen få berätta vad de har för kunskaper om varje ord. Jämför ord för olika kroppsdelar och organ, vilka finns på insidan och vilka finns på utsidan av kroppen?

#### **Se filmen om hur hjärtat fungerar**

Diskutera filmen, nedan finns tips på frågor:

- » Vet du hur stort ditt hjärta är?
- » Vad gör hjärtat?
- » Varför slår det snabbare ibland?

Visa barnen att de kan känna sin puls och be dem räkna hur många slag deras hjärta slår på en minut. Skriv upp deras svar på en whiteboard eller tavla.

Sjung sångleken ”*Huvud, axlar knä och tå*” tre gånger, sakta, normal och snabbt. Be dem kolla sin puls igen direkt efter. Var det någon skillnad?

*Se filmen en gång till.*

#### **Se filmen om hur magen och tarmarna fungerar**

Diskutera filmen, nedan finns tips på frågor:

- » Visste ni vad som händer i kroppen när vi äter?
- » Hur långa tarmarna är och hur lång tid det tar innan det vi äter blir bajs? Låt alla få berätta. Visa på fem meter snöre eller garn så de får en uppfattning hur långa tarmarna faktiskt är.
- » Be dem ge exempel på när de kan ha ont i magen.
- » Påverkar det vi äter hur magen mår?
- » Vad kan ni göra om bajset är för löst eller för hårt? Spelar det någon roll för hur du mår?

*Se filmen en gång till.*

### **Se filmen om tänderna**

Diskutera filmen, nedan finns tips på frågor:

- » Vad det något nytt i filmen som ni inte visste? Låt alla få berätta.
- » Har någon tappat en tand någon gång? Vad tänkte du då?
- » Hur ofta borstar ni tänderna?
- » Vad är tandvärk? Varför kan man få ont i tänderna?
- » Vad kan ni själva göra för att era tänder ska hålla så länge som möjligt?

*Se filmen en gång till.*

### *Avrunda – cirka 10 min innan träffen ska sluta*

Vad tycker ni om dagens tema? Vad har varit bra och vad var dåligt? Är det något ni skulle velat vi gjorde annorlunda? Hade ni velat veta något mer? Låt alla i tur och ordning komma till tals. Skriv gärna upp på en whiteboardtavla eller ett blädderblock. Tacka barnen för dagens träff och berätta lite kort om var och när de ska träffas nästa gång och vad de ska göra då.

### *Reflektera och dokumentera*

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

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## ”Jag, vi och samhället”

### **Tema 4, träff 2: Hälsa – du och din kropp, hur fungerar du? (12–19år)**

**Syfte:** Få kunskaper om vad som händer i kroppen under puberteten och få lite kunskaper om hur det fungerar inuti.

**Grundmaterial:** Blädderblock och tuschpennor. Färgpennor och ritpapper. Fika eller frukt och vatten.

**Dagens material:** Tillgång till dator och projektor. Kortfilmer och bildspel med illustrationer från Utbildningsradion och UMO (Ungdomsmottagning på nätet).  
**Film om hur kroppen förändras i puberteten**, 0,52 minuter. Obs! På sidan ligger flera filmer, bläddra till den som heter just ”Kroppen förändras i puberteten”.

[www.ur.se/Produkter/177612-Sexbyran-Internet](http://www.ur.se/Produkter/177612-Sexbyran-Internet)

**Bildspel om vad som händer i killars kroppar under puberteten:**  
<http://www.umo.se/Kroppen/Puberteten/Vad-hander-i-killens-kropp-i-puberteten/>

**Bildspel om vad som händer i tjejers kroppar under puberteten:**  
<http://www.umo.se/Kroppen/Puberteten/Vad-hander-i-tjejens-kropp-i-puberteten/>

**Bildspel om vad som händer i tjejers kroppar när de får mens:**  
[www.umo.se/Kroppen/Mens/Varfor-far-man-mens/](http://www.umo.se/Kroppen/Mens/Varfor-far-man-mens/)

**Tid:** 80 minuter

### *Till ledaren*

Samtal med representanter från skolhälsovården och sjukvården liksom erfarenheter från möten med barn och ungdomar i projekt Begripligt hela vägen visar att många nyanlända barn och ungdomar saknar kunskap om hur kroppen fungerar och hur de själva kan bidra till att de ska må bra. Många vet inte varför de har mens eller varför kroppen förändras som den gör. Kom ihåg att det inte är självklart med undervisning om kroppen eller sexualkunskap i alla länder och att en del känner sig ovana och obekväma att diskutera ämnet. Det kan också vara så att det endast är i denna grupp som ungdomarna har möjligheter att ställa frågor om detta. Syftet med dagens träff är inte att gå in på djupet om kroppens anatomi utan att ungdomarna själva ska få en uppfattning om hur deras kroppar fungerar och framför allt få en förståelse för att det som händer i kroppen under puberteten är normalt. Filmerna och bildspelen är korta och enkla, men tänk på att pausa ofta och be tolken översätta och förklara det som står eller det som sagts.

### *Att tänka på*

Titta alltid igenom filmerna innan träffen så att du vet vad de innehåller och så kan vara beredd att möta eventuella reaktioner. Vi har valt att i största möjliga mån visa tecknade bilder på kroppen och dess delar, erfarna barnmorskor har sett att tecknade bilder underlättar när det handlar om att ta till sig kunskapen<sup>8</sup>. Fotografier kan uppta mångas tankar om vilken människa det är som kan visa upp sig eller göra så här, budskapet går då inte in. Med tanke på ämnet kan det vara viktigt att poängtera

---

8. MULTIKULTURELL KVINNOHÄLSA – MED FOKUS PÅ GYNEKOLOGI OCH OBSTETRIK FÖRFATTARE MARTINA FRANCK. EN PRAKTISK HANDBOK FÖR DIG SOM ARBETAR MED FRÅGOR SOM RÖR KVINNOHÄLSA, RELATIONER OCH SEXUALITET.

att det som sägs i gruppen stannar i gruppen. Om det dyker upp mer frågor om varför vi har sex- och samlevnadsundervisning i skolan finns det svar här:

[www.umo.se/Sex/Sex--och-samlevnadsundervisning/](http://www.umo.se/Sex/Sex--och-samlevnadsundervisning/)

Om barnen även arbetar i vår bok ”Nu, då och sen”, så finns det lämpliga övningar på sidan 10 och 16 när det gäller hälsa. Se mer [www.begripligt.nu](http://www.begripligt.nu). I vårt föräldragrupsmaterial i denna bok finns även illustrationer av kroppsdelar, se sidan 106 och 107.

## DAGENS TRÄFF

### Start

1. Samla gruppen. Sitt i ring på stolar eller på golvet.
2. Hälsa alla välkomna, om det behövs, presentera dig själv och tolken.
3. Berätta kort om vad dagen ska handla om, syfte och beräknad tidsplanering. Skriv gärna upp detta på en whiteboardtavla eller ett blädderblock.

*Presentation – om inte alla redan känner varandra*

*Gruppregler – bestäm eller upprepa*

*Fruktstund eller fika – när det passar*

*Du och din kropp – filmer/bildspel och diskussion*

Börja med att skriva upp ordet pubertet på en whiteboard eller blädderblock. Låt alla säga vad de tänker då det hör det ordet för att ta reda på deras kunskaper. Skriv upp som en tankkarta.

#### **TIPS PÅ BEGREPP ATT PRATA KRING EFTER ATT TANKEKARTAN ÄR KLAR:**

Puberteten, hormoner, mens, bröst, struphuvud, könsorgan, lust, graviditet och svett. Låt alla i gruppen få berätta vad de har för kunskaper och erfarenheter om varje begrepp. Berätta om att skolan har skyldighet att undervisa i sex och samlevnad. Vad är syftet med det i skolan? Visste ungdomarna om detta? Hur ser de på detta i skolan? Om de gått i skolan i ett annat land, hur var det där?

#### **Se film om vad som händer i kroppen vid puberteten**

Diskutera filmen, tips på frågor:

- » Var det något ni inte visste om tidigare?
- » Varför tror ni att vi vill berätta om puberteten?
- » Tror ni att det är viktigt att veta hur kroppen förändras i tonåren?
- » Varför tror ni att kunskap om hur ni fungerar är bra för er att veta?
- » Försök att få alla att säga vad de tycker och tänker.

*Se filmen en gång till och kolla om det dykt upp nya frågor.*

#### **Se bildspel om hur killar utvecklas:**

Gå igenom bildspelet och berätta om det som står under varje bild och be tolken översätta

- » Diskutera, utgå från vilka frågeställningar som finns.
- » Gå igenom bildspelet igen.
- » Nya frågor?

### **Se bildspel om hur tjejer utvecklas**

Gå igenom bildspelet och berätta om det som står under varje bild och be tolken översätta.

- » Diskutera, utgå från vilka frågeställningar som finns.
- » Kan de se några likheter mellan pojkar och flickor?
- » Gå igenom bildspelet igen.
- » Nya frågor?

### **Se bildspel om varför tjejer får mens:**

- » Diskutera bildspelet. Visste ni hur mensens fungerar? (Fråga både killarna och tjejerna).
- » Brukar ni prata om sådana här saker? Med vem?
- » Tycker ni att det stämmer med vad ni redan visste?
- » Gå igenom bildspelet igen.
- » Nya frågor?

### *Avrunda – cirka 10 min innan träffen ska sluta*

Vad tycker ni om dagens tema? Vad har varit bra och vad var dåligt? Är det något ni skulle velat att vi gjorde annorlunda eller hade ni velat veta något mer? Låt alla i tur och ordning komma till tals. Skriv gärna upp på en whiteboardtavla eller ett blädderblock. Tacka barnen för dagens träff och berätta lite kort om var och när de ska träffas nästa gång och vad de ska göra då.

### *Reflektera och dokumentera*

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

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## ”Jag, vi och samhället”

### **Tema 5: Skolan (för elever 5–12 år)**

**Syfte:** Syftet med dagens träff är att barnen ska få ta del av hur den svenska skolan fungerar, lära sig viktiga ord och jämföra den svenska skolan med tidigare erfarenheter.

**Grundmaterial:** Blädderblock och tuschpennor. Färgpennor och ritpapper. Fika eller frukt och vatten.

**Dagens material:** Memory med skolord, se sidan 54.  
Finns även att ladda ner på [www.begripligt.nu](http://www.begripligt.nu)

**Tid:** 120 minuter.

### *Till ledaren*

Nästan alla nyanlända barn och ungdomar vi har träffat i projekt Begripligt hela vägen har haft många funderingar om hur den svenska skolan fungerar, och de är alla intresserade av att få börja så snabbt som möjligt. Flera av barnen har dock berättat för oss att den första tiden var svår eftersom det var ett helt nytt skolsystem. Barnen möts av många nya ord, begrepp och bestämmelser. Det är bra att få diskutera orden och ta reda på om det finns en motsvarighet på barnets modersmål. Det är en sak att höra ordet, och en annan sak att förstå vad som verkligen menas.

Barnen som vi har mött i projektet har haft vitt skilda frågor om skolan. De har bland annat undrat varför matematiklektionerna är utomhus och varför flickor och pojkar går i samma klass. En del funderar också på vem som ska ha betalat för att de ska få gå i skolan. Som ledare är det bra att inte ta något för givet, var beredd på att helt nya tankar och erfarenheter ofta dyker upp i diskussionerna.

Om det finns möjlighet så bjud gärna in representanter från olika yrkesgrupper i skolan. Låt dem presentera sig lite kort och berätta vad de arbetar med och var de håller till på skolan (*kurator, vaktmästare, slöjdlärare, bispisningspersonal osv*). Det är bra att få ett ansikte och ett namn på personer i skolan som barnen kommer att träffa i sin vardag – eller kommer att behöva söka upp.

### *Att tänka på*

Till dagens träff finns ett memory som hjälper barnen att träna ord från skolan. Klipp ur boken eller kopiera sidorna i färgskrivare. Kopiera dubbelsidigt så får du grön baksida, plasta gärna in. Välj ut de ord du tycker är lämpligt för just din grupp.

## DAGENS TRÄFF

### Start

1. Samla gruppen. Sitt i ring på stolar eller på golvet.
2. Hälsa alla välkomna, om det behövs, presentera dig själv och tolken.
3. Berätta kort om vad dagen ska handla om, syfte och beräknad tidsplanering. Skriv gärna upp detta på en whiteboardtavla eller ett blädderblock.

*Presentation – om inte alla redan känner varandra*

*Gruppregler – bestäm eller upprepa*

*Fruktstund eller fika – när det passar*

*Erfarenheter av skolan – prata om ord och begrepp i skolan*

Fråga barnen vad de känner till om skolan sedan tidigare och vilka deras egna erfarenheter är. Hur mycket har de själva upplevt av skolvärlden och vad har de hört från sina föräldrar? Vad vill de veta om den svenska förskolan eller skolan?

### **DISKUTERA OLIKA ORD OCH BEGREPP, TILL EXEMPEL:**

Demokrati, lågstadiet, mellanstadiet, rast, lektion, ämne, idrott, mål, lärare, kurator, matsal, skol-sköterska, rektor, omdöme, betyg och slöjd.

Prata om de olika begreppen och skriv upp dem på en whiteboard eller på ett blädderblock. Diskutera tillsammans vad de betyder och om de kan berätta om hur det var i deras tidigare skola.

*Spela memory med ord från skolan*

Korten har skolordet och en symbol på kort 1. På kort 2 finns en enkel förklaring till ordet och samma symbol. Syftet med symbolerna är att alla ska kunna få ett par även om de inte kan läsa.

### **Regler**

Ett av barnen vänder ett kort, läraren säger ordet (*eller ord och förklaring*) och barnet upprepar. Tar sedan ytterligare ett kort som det nu ska vara ordets betydelse på för att vara ”rätt”. Om det är fel kort så går turen över till nästa person. Var tydlig som ledare att säga ordet och när barnet får ett par så få barnet att upprepa ordet och betydelsen efter dig. När ett barn fått ett par är det viktigt att tolken också översätter och förklarar.

Den som får ett par får fortsätta att vända på ett kort ytterligare en gång. Den som får flest par vinner – kom ihåg att räkna dem på svenska.

### **Tävla i två lag**

Behåll korten med orden. Dela ut korten med ordförklaringarna på, lika många till vardera lag. Läs sedan upp ordet utan att visa bilden. Det lag som tror att de har kortet med rätt förklaring ropar sitt namn (*eller lagets namn*) och berättar vad ordet betyder. Om det är fel går turen över till det andra laget.

### *Låt barnen rita och skriva*

- » Rita eller skriv hur en bra lärare ska vara.
- » Rita eller skriv hur en bra kompis ska vara.
- » Rita eller skriv hur din tidigare skola såg ut.

Återsamlas i ringen och låt barnen berätta om vad de målat och varför de tycker att dessa egenskaper hos lärare och kompisar är viktiga. Finns det några skillnader mellan lärarnas egenskaper och kompisarna? Varför är det så?

### *Avrunda – cirka 10 minuter innan träffen ska sluta*

Vad tycker du om temat? Vad har varit bra och vad var dåligt? Är det något ni skulle ha velat göra annorlunda eller är det något som du har saknat i dagens träff? Låt alla i tur och ordning komma till tals. Skriv gärna upp synpunkterna på en whiteboardtavla eller ett blädderblock. Tacka barnen för dagens träff och berätta lite kort om var och när de ska träffas nästa gång och vad de ska göra då.

### *Reflektera och dokumentera*

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

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



**RAST**



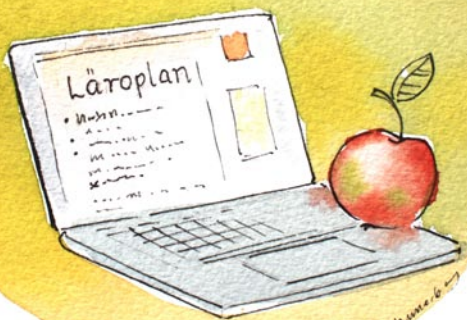
**TID FÖR LEK OCH VILA**



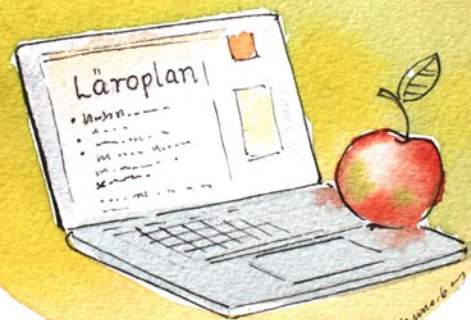
**LEKTION**



**NÄR DU LÄR DIG SAKER I SKOLAN**



**LÄROPLAN/KURSER**



**VAD DU SKA LÄRA DIG I ETT ÄMNE**

the 1990s, the number of publications on the topic has increased steadily, and the number of authors has increased from 1 to 100.

There are a number of reasons for the increase in research on the topic. First, the number of people who are interested in the topic has increased. This is due to the fact that the topic has become more relevant in the 1990s, as a result of the increasing number of people who are interested in the topic.

Second, the number of people who are interested in the topic has increased. This is due to the fact that the topic has become more relevant in the 1990s, as a result of the increasing number of people who are interested in the topic.

Third, the number of people who are interested in the topic has increased. This is due to the fact that the topic has become more relevant in the 1990s, as a result of the increasing number of people who are interested in the topic.

Fourth, the number of people who are interested in the topic has increased. This is due to the fact that the topic has become more relevant in the 1990s, as a result of the increasing number of people who are interested in the topic.

Fifth, the number of people who are interested in the topic has increased. This is due to the fact that the topic has become more relevant in the 1990s, as a result of the increasing number of people who are interested in the topic.

Sixth, the number of people who are interested in the topic has increased. This is due to the fact that the topic has become more relevant in the 1990s, as a result of the increasing number of people who are interested in the topic.

Seventh, the number of people who are interested in the topic has increased. This is due to the fact that the topic has become more relevant in the 1990s, as a result of the increasing number of people who are interested in the topic.

Eighth, the number of people who are interested in the topic has increased. This is due to the fact that the topic has become more relevant in the 1990s, as a result of the increasing number of people who are interested in the topic.

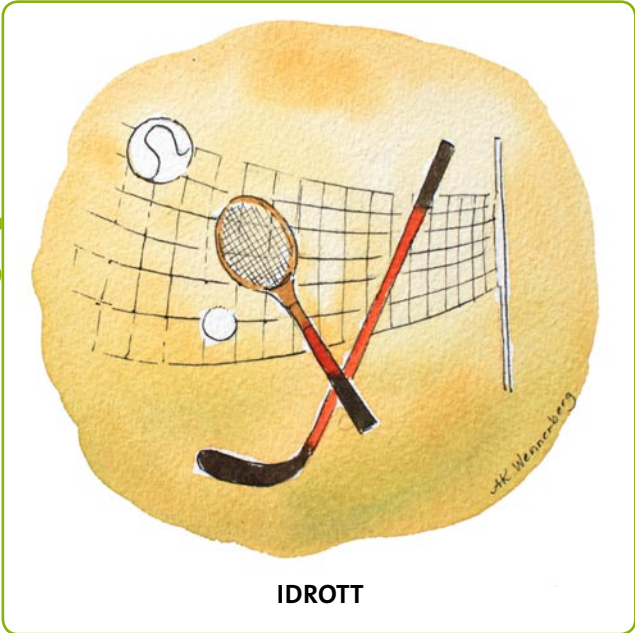
Ninth, the number of people who are interested in the topic has increased. This is due to the fact that the topic has become more relevant in the 1990s, as a result of the increasing number of people who are interested in the topic.

Tenth, the number of people who are interested in the topic has increased. This is due to the fact that the topic has become more relevant in the 1990s, as a result of the increasing number of people who are interested in the topic.

Eleventh, the number of people who are interested in the topic has increased. This is due to the fact that the topic has become more relevant in the 1990s, as a result of the increasing number of people who are interested in the topic.

Twelfth, the number of people who are interested in the topic has increased. This is due to the fact that the topic has become more relevant in the 1990s, as a result of the increasing number of people who are interested in the topic.

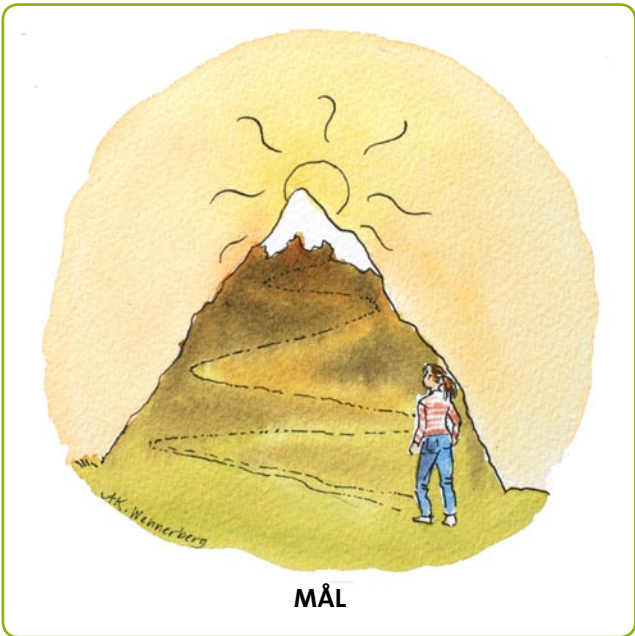




**IDROTT**



**ÄMNE DÄR DU FÅR RÖRA PÅ DIG**



**MÅL**



**DET DU SKA KUNNA**

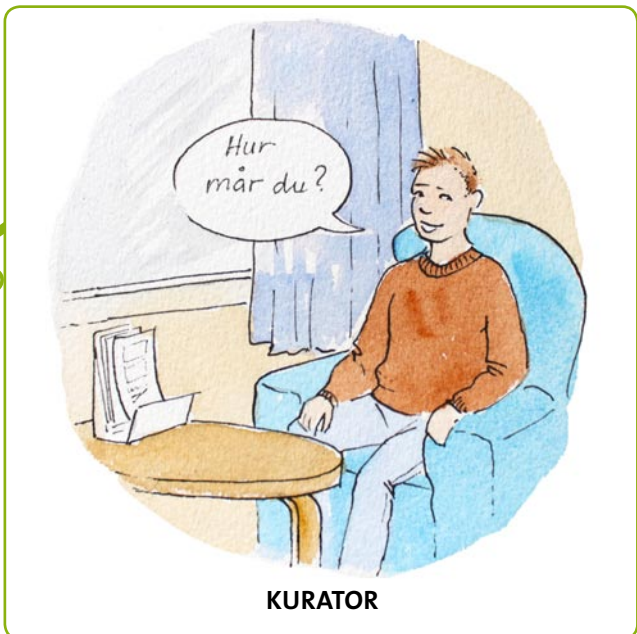


**LÄRARE**



**EN VUXEN SOM LÄR DIG SAKER**

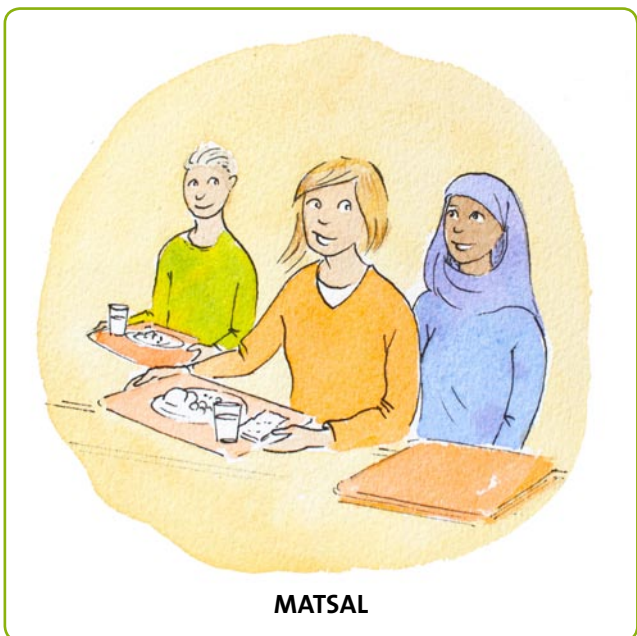




**KURATOR**



**EN VUXEN DU KAN PRATA MED OM ALLT**



**MATSAL**



**ETT STÄLLE DÄR DU ÄTER**



**SKOLSKÖTERSKA**



**EN VUXEN SOM HJÄLPER DIG OM DU INTE MÅR BRA**

the 1990s, the number of people with a mental health problem has increased in the UK (Mental Health Act 1983, 1990).

There is a growing awareness of the need to improve the lives of people with mental health problems. The Department of Health (1999) has set out a vision of a new mental health system, which will be based on the following principles:

- (i) People with mental health problems should be treated as individuals, with their own needs and wishes.
- (ii) People with mental health problems should be given the opportunity to participate in decisions about their care and treatment.
- (iii) People with mental health problems should be given the opportunity to live in their own homes and communities.

There is a growing awareness of the need to improve the lives of people with mental health problems.

The Department of Health (1999) has set out a vision of a new mental health system, which will be based on the following principles:

- (iv) People with mental health problems should be given the opportunity to live in their own homes and communities.
- (v) People with mental health problems should be given the opportunity to participate in decisions about their care and treatment.
- (vi) People with mental health problems should be treated as individuals, with their own needs and wishes.

There is a growing awareness of the need to improve the lives of people with mental health problems.

The Department of Health (1999) has set out a vision of a new mental health system, which will be based on the following principles:

- (vii) People with mental health problems should be given the opportunity to live in their own homes and communities.
- (viii) People with mental health problems should be given the opportunity to participate in decisions about their care and treatment.
- (ix) People with mental health problems should be treated as individuals, with their own needs and wishes.

There is a growing awareness of the need to improve the lives of people with mental health problems.

The Department of Health (1999) has set out a vision of a new mental health system, which will be based on the following principles:

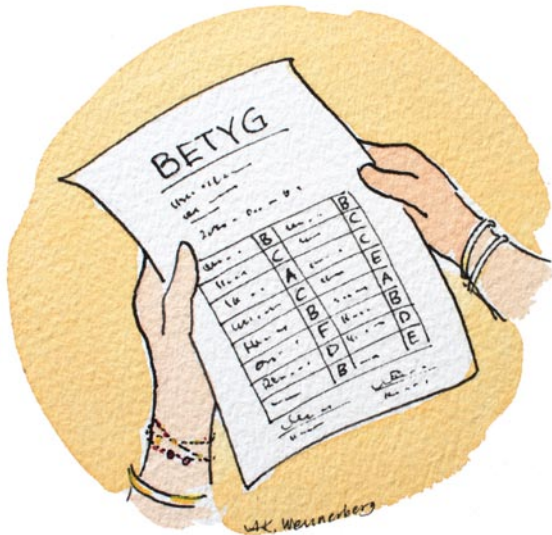
- (x) People with mental health problems should be given the opportunity to live in their own homes and communities.
- (xi) People with mental health problems should be given the opportunity to participate in decisions about their care and treatment.
- (xii) People with mental health problems should be treated as individuals, with their own needs and wishes.



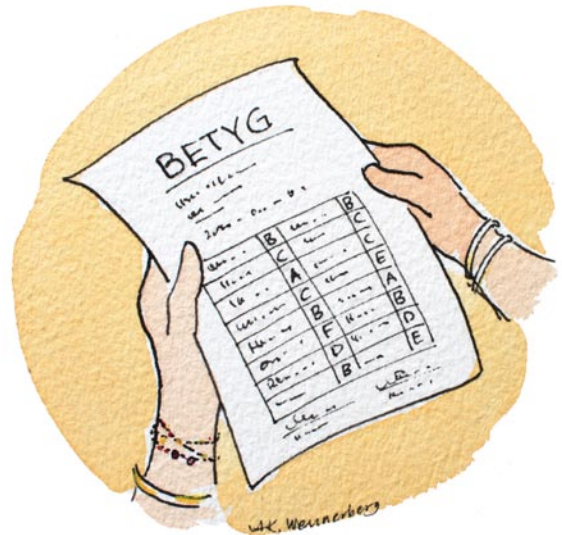
REKTOR



ÄR DEN SOM LEDER SKOLAN



OMDÖME/BETYG



VISAR VAD DU GJORT OCH KAN I OLIKA ÄMNNEN



SLÖJD



DÄR FÅR DU BYGGA OCH SY





Vi bestämmer alla !!!



**DEMOKRATI**

Vi bestämmer alla !!!



**ALLA FÅR DELTA OCH TYCKA**



**HÖGSTADIET**



**KLASS 7 TILL 9. ÅLDER 13 TILL 16 ÅR**



**GYMNASIET**



**EFTER GRUNDSKOLAN OCH SOM DU SJÄLV VÄLJER.  
ÅLDER 16 TILL 19 ÅR**







LÅGSTADIET



KLASS 1 TILL 3. ÅLDER 6 TILL 9 ÅR



MELLANSTADIET



KLASS 4 TILL 6. ÅLDER 10 TILL 12 ÅR



## ”Jag, vi och samhället”

### **Tema 5: Skolan (för barn 13–19 år)**

**Syfte:** Ta del av hur den svenska skolan fungerar. Titta på likheter och skillnader mot tidigare erfarenheter.

**Grundmaterial:** Blädderblock och tuschpennor. Färgpennor och ritpapper. Fika eller frukt och vatten.

**Dagens material:** Tillgång till dator och kanon. Karta från skolverket till alla (*skriv ut från hemsidan*).

Memory med skolord

Finns även att ladda ner på [www.begripligt.nu](http://www.begripligt.nu)

**Skolverkets film om den svenska skolan på svenska.**

(Tidsåtgång 05.13 minuter)

[www.youtube.com/watch?v=Yzoze3FFdNw&feature=player\\_embedded](http://www.youtube.com/watch?v=Yzoze3FFdNw&feature=player_embedded)

**Skolverkets film på andra språk, se länk i högerspalten:**

[www.skolverket.se/skolutveckling/larande/nyanlandas-larande/mottagande-och-kartlaggning/information-till-nyanlanda-1.211318](http://www.skolverket.se/skolutveckling/larande/nyanlandas-larande/mottagande-och-kartlaggning/information-till-nyanlanda-1.211318)

**Nedladdningsbar ”karta” som visar det svenska skolsystemet:**

[www.skolverket.se/skolformer/karta-over-utbildningssystemet](http://www.skolverket.se/skolformer/karta-over-utbildningssystemet)

**Tid:** 120 minuter.

### *Till ledaren*

Nästan alla nyanlända barn och ungdomar vi har träffat i projekt Begripligt hela vägen har haft många funderingar om hur den svenska skolan fungerar, och de är alla intresserade av att få börja så snabbt som möjligt. Flera av barnen har dock berättat för oss att den första tiden var svår eftersom det var ett helt nytt skolsystem. Barnen möts av många nya ord, begrepp och bestämmelser. Det är bra att få diskutera orden och ta reda på om det finns en motsvarighet på barnets modersmål. Det är en sak att höra ordet, och en annan sak att förstå vad som verkligen menas.

Barnen som vi har mött i projektet har haft vitt skilda frågor om skolan. De har bland annat undrat varför matematiklektionerna är utomhus och varför flickor och pojkar går i samma klass. En del funderar också på vem som ska ha betalat för att de ska få gå i skolan. Som ledare är det bra att inte ta något för givet, var beredd på att helt nya tankar och erfarenheter ofta dyker upp i diskussionerna.

Om det finns möjlighet så bjud gärna in representanter från olika yrkesgrupper i skolan. Låt dem presentera sig lite kort och berätta vad de arbetar med och var de håller till på skolan (*kurator, vaktmästare, slöjdlärare, bespisingpersonal osv*). Det är bra att få ett ansikte och ett namn på personer i skolan som barnen kommer att träffa i sin vardag – eller kommer att behöva söka upp.

För äldre ungdomar är det också viktigt att få träffa yrkesvägledaren och få reda på vad hon eller han kan hjälpa till med. Många av de äldre ungdomarna vill veta vilka möjligheter de har att klara skolan i Sverige och hur det ser ut om de inte hinner göra klart gymnasiet om de kommit hit till Sverige som tonåringar.

## Att tänka på

Till dagens träff finns ett memory som hjälper barnen att träna ord från skolan. Kopiera sidorna i färgskrivare och plasta gärna in dem. Använd den gröna sidan som baksida. Välj ut de ord du tycker är lämpligt för just din grupp. Om barnen även arbetar i vår bok "Nu, då och sen", så finns en övning på sidan 31 som kan passa som ett komplement eller uppföljning till dagens träff.

## DAGENS TRÄFF

### Start

1. Samla gruppen. Sitt i ring på stolar eller på golvet.
2. Hälsa alla välkomna, om det behövs, presentera dig själv och tolken.
3. Berätta kort om vad dagen ska handla om, syfte och beräknad tidsplanering. Skriv gärna upp detta på en whiteboardtavla eller ett blädderblock.

### *Presentation – om inte alla redan känner varandra*

### *Gruppregler – bestäm eller upprepa*

### *Fruktstund eller fika – när det passar*

### *Erfarenheter av skolan – prata om ord och begrepp i skolan*

Fråga barnen vad de känner till om skolan sedan tidigare och vilka deras egna erfarenheter är. Hur mycket har de själva upplevt av skolvärlden och vad har de hört från andra? Vad vill de veta om den svenska förskolan eller skolan?

### **SKRIV UPP OCH DISKUTERA ORD OCH BEGREPP, TILL EXEMPEL:**

Demokrati, lågstadiet, mellanstadiet, högstadiet, gymnasiet, betyg, läroplan/kurser, mål, lektion, ämne, rast, kurator, skolsköterska, lärare/mentor, rektor, närvaro och kunskapskrav.

### **Se skolverkets film om skolan och välj om möjligt, gruppens modersmål**

Om det inte finns en översättning, stoppa filmen emellanåt så att tolken kan förklara.

- » Diskutera vad de sett och hört i och om det var något som var oklart.
- » Visa filmen ytterligare en gång.
- » Finns det nya frågor?

### *Spela memory med ord från skolan*

Korten har skolordet och en symbol på kort 1. På kort 2 finns en enkel förklaring till ordet och samma symbol. Syftet med symbolerna är att alla ska kunna få ett par även om de inte kan läsa.

### **Regler**

Ett av barnen vänder ett kort, läraren säger ordet (*eller ord och förklaring*) och barnet upprepar. Tar sedan ytterligare ett kort som det nu ska vara ordets betydelse på för att vara "rätt". Om det är fel kort så går turen över till nästa person. Var tydlig som ledare att säga ordet och när barnet får ett par så få barnet att upprepa ordet och betydelsen efter dig. När ett barn fått ett par är det viktigt att tolken också översätter och förklarar.

Den som får ett par får fortsätta att vända på ett kort ytterligare en gång. Den som får flest par vinner – kom ihåg att räkna dem på svenska.

**Tävla i två lag**

Behåll korten med orden. Dela ut korten med ordförklaringarna på, lika många till vardera lag. Läs sedan upp ordet utan att visa bilden. Det lag som tror att de har kortet med rätt förklaring ropar sitt namn (*eller lagets namn*) och berättar vad ordet betyder. Om det är fel går turen över till det andra laget.

***Avrunda cirka 10 min innan träffen ska sluta***

Vad tycker du om dagens tema? Vad har varit bra och vad var dåligt? Är det något ni skulle velat att vi gjorde annorlunda eller är det något ni har saknat? Låt alla i tur och ordning komma till tals. Skriv gärna upp på en whiteboardtavla eller ett blädderblock. Tacka barnen för dagens träff och berätta lite kort om var och när de ska träffas nästa gång och vad de ska göra då.

***Reflektera och dokumentera***

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

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# 4.

*Ung här och nu*



## UNG HÄR OCH NU – ATT ARBETA I GRUPP MED NYANLÄNDA UNGDOMAR

Tonårstiden anses i största allmänhet som en både en spännande och svår tid att gå igenom, många vuxna minns ofta den tiden som ett sökande efter en identitet samtidigt som tankarna ofta handlar om relationer och framtiden. Frågorna är många, vem är jag, vem vill jag vara, vad förväntar sig andra av mig, kommer jag att hitta kärleken, vad ska jag studera och arbeta med? Förutom identitetsökandet förändras kroppen och känslorna kan åka berg och dalbana. Att i det läget dessutom komma till ett nytt land kan innebära att man känner sig extra vilsen – tidigare kunskaper och erfarenheter kanske inte stämmer överens med det nya samhällets kultur och normer. Rollerna i familjen kan också ha förändrats, många av ungdomarna anpassar sig snabbare till det nya landets förutsättningar än de vuxna. Det kan också vara så att hela det sociala skyddsnetet försvunnit och han eller hon måste hantera den nya situationen på egen hand. Samtidigt ska ett nytt språk läras in och skolans mål ska uppnås.

I projekt Begripligt hela vägen har vi arbetat med olika typer av verksamheter för nyanlända barn och ungdomar. Utifrån det kan vi konstatera att det är oerhört viktigt att ungdomarna får möjlighet att få svar på sina frågor och att de får tid att reflektera – både enskilt och i grupp. Vi har sett att det är bra att få prata om sina känslor, normer och värderingar tillsammans med andra ungdomar som befinner sig i en liknande situation. De får ge uttryck för sina känslor och åsikter samtidigt som de får ta del av andras i diskussioner och i olika övningar. Det gör att nya tankesätt kommer fram. Att arbeta med blandade ungdomsgrupper eller tjej- och killgrupper kan också stoppa eller motverka konflikter som det exempelvis kan bli på en skola eller i ett ungdomsgång.

### *Förslag på material*

Det finns idag många material att använda sig av i gruppverksamheter för ungdomar – och vi har valt att utnyttja det i vår verksamhet. Bland annat har vi arbetat utifrån Rädda barnens material *”Coolt med koll”* och Huddinge kommuns *”Mira-metod”* för socialt och känslomässigt stöd till nyanlända ungdomar. Vi rekommenderar också samtalsmodellen *”Hela människan-hjulet”* för att exempelvis arbeta med identitet och identitetsutveckling. Dessutom har vi ju tagit fram vårt eget material för barn och ungdomar som vi presenterar här i boken. Det kan lika gärna användas i förberedelsegrupp som under ett individuellt val på högstadiet, eller hos någon ideell organisation som jobbar med ungdomsverksamhet.

Oavsett vilket material du väljer att jobba med är det viktigt att vara öppen och lyhörd för ungdomarnas uppfattningar och behov. Vilka referensramar för olika teman eller frågor har tjejerna och killarna du ska möta? Vilka värderingar, regler och normer har de med sig? Vilka kunskaper finns när det gäller hälsa, sexualkunskap och samlevnad? Vilken språklig nivå har ungdomarna, vad finns det för behov av tolk?

Med tanke på detta är det bra att lite nu och då ifrågasätta sig själv som ledare och det material du väljer. Fråga dig själv: *”Om jag inte visste något om detta ämne tidigare, hur skulle frågeställningarna och övningarna fungera då?”* Det kan också vara bra att våga avstå från ett tema om ungdomarna i flera andra sammanhang redan arbetat mycket med det. Att exempelvis inte upprepa diskussionen om *”hur var det att komma ny till Sverige”*. Repetition är bra, men ungdomarna måste också få gå vidare.

*”Jag lever i Sverige och Strömsund på skolan – hemma lever jag i Afghanistan”.*

UNG TJEJ

*”Att en kille kan gifta sig med en kille, det visste jag inte.”*

UNG KILLE

## Tips

Du som ledare vinner mycket på att ha en tydlig struktur och klara ramar. För att ge gruppen så bra förutsättningar som möjligt kan man i sina förberedelser ha med sig följande:

- » Våra fem ledord: relationskapande, dialog, delaktighet, repetition och reflektion<sup>9</sup>.
- » Använd en lugn lokal med möjlighet att möblera om för olika övningar och utrymme stort nog att sitta i cirkel. Det är viktigt för dialogen och relationen att kunna se varandra i ögonen när man pratar.
- » Det bör finnas ritualer, en tydlig början och ett tydligt slut på den träff ni har tillsammans. Det ger trygghet och förutsägbarhet.
- » De förhållningsregler som ska gälla i gruppen bestäms under första träffen. Det kan t.ex. vara att det som sägs i gruppen stannar i gruppen och att lyssna på varandra.
- » Det behövs två ledare, och gärna en man och en kvinna.
- » Gå igenom materialet innan och se om något behöver förtydligas eller förklaras på annat sätt, det är sällan materialet är anpassat till barn och ungdomar som inte har svenska som modersmål. Sträva efter enkla instruktioner till övningar och aktiviteter.
- » Använd tolk eller språkstöd i så stor utsträckning som möjligt<sup>10</sup>.
- » Tänk på att allt nästan alltid tar längre tid än man tänkt sig, dels beroende på gruppens språknivå dels beroende på om det är flera olika språk representerade i gruppen. Oavsett om du använder tolk eller språkstöd måste du vara beredd på dubbel samtalstid jämfört i en grupp där både ledare och deltagare har samma modersmål.
- » Dela gärna upp i mindre samtalsgrupper när det behövs. Om det är en blandad grupp kan det ibland vara bra att dela upp så att tjejerna och killarna får prata var för sig.
- » Var uppmärksam på om något upplevs för privat eller sårbart.
- » I slutet av träffen ska det som en del av avslutningsritualen finnas tid för reflektion och en avstämning hur träffen varit.
- » 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 gärna kortfattat dina reflektioner, diskussioner osv från träffarna – det kan vara värdefullt både under den pågående gruppverksamheten och om du ska jobba med andra grupper vid andra tillfällen.

**Det är viktigt att ha övningar som främjar att alla får komma till tals och blir delaktiga. De här tre övningarna fungerar i princip oavsett vilket tema eller fråga som diskuteras.**

**”Rundor”.** Alla deltagare får var och en, i tur och ordning säga vad de tycker, tänker eller känner utan att bli avbrutna eller ifrågasatta. Däremot kan övriga deltagare fråga om det är något som man inte förstår eller om något behöver förtydligas. Man har alltid rätt att avstå om man inte vill säga något alls när det är ens tur utan skickar då bara ordet vidare. En ”runda” underlättar ofta att alla känner sig sedda och delaktiga och fler åsikter och synpunkter kommer fram.

**4-hörn.** I den här värderingsövningen får ungdomarna ta ställning till olika påståenden och formulera sin egen ståndpunkt. Rummets fyra hörn får representera fyra påståenden, och deltagarna väljer att ställa sig i det hörn som stämmer bäst överens med deras egna individuella åsikter. Ett av alternativen ska alltid vara ett ”öppet hörn”, om man upplever att inget av de andra alternativen stämmer överens med ens egna tankar kring ämnet. Ungdomarna får möjlighet att tänka efter och ta ställning. Man kan låta varje ”hörn” diskutera och sedan dela med sig och förklara sin ståndpunkt för resten av gruppen.

---

9. SE FÖRKLARING TILL LEDORDEN PÅ SIDAN 9.

10. SE MER OM TOLK PÅ SIDAN 12.



**Två minuter.** Ställ en fråga som var och en får reflektera över enskilt i två minuter. Kanske vill någon skriva ned sina tankar. Samma fråga diskuteras sedan gemensamt i gruppen och de som vill får dela med sig till de övriga.

## TIPS PÅ TEMAN

Det är bra att ha en grundplanering inför en gruppverksamhet och ett antal teman att utgå ifrån. Men det är också viktigt att ungdomarna själva få komma med önskemål om vad de skulle vilja diskutera och utifrån det sätta ihop ett koncept som passar gruppen och som du som ledare är bekväm att arbeta med. Här nedan finns några förslag på teman och frågor.

### Ny i Sverige

- » Vad visste du om Sverige innan du kom hit?
- » Vad tycker du är mest överraskande med Sverige?
- » Hur är årstiderna och hur upplever du dem?
- » Hur kan man få nya kompisar? Hur ska en bra kompis vara?

### Familjen

- » Vad tycker du är viktigt i en familj?
- » Vilka roller finns i en familj och hur ser de ut hos dig?
- » Har ni några regler i din familj? Är det någon skillnad jämfört med andra regler, till exempel i skolan?

### Att vara tonåring

- » Vad händer i kroppen i puberteten?
- » Vad händer med känslorna?
- » Hur känns det att vara kär?

### Identitet

- » Vad är identitet, vad betyder ordet?
- » Vem är du? Hur ser andra på dig och hur ser du på dig själv?
- » Kan man ha olika roller i olika sammanhang? (*Hemma, på skolan, med kompisar*).

### Sex, samlevnad och relationer

- » Hur fungerar kroppen?
- » Myten om mödomshinnan.
- » Har du funderat på hur du vill att din livspartner ska vara? Vilka egenskaper värdesätter du högst?
- » Min kropp och mina gränser.
- » Sex och relationer på internet.
- » Varför har vi sex?
- » Relationer utan att vara gifta.
- » HBTQ-frågor.

### Framtiden

- » Har du några framtidsdrömmar? Vill du berätta om dem?
- » Vad behöver du göra för att nå dit?
- » Vilka förväntningar finns det på dig, och från vem eller vilka kommer förväntningarna?
- » Information från studie- och yrkesvägledare.

## FÖRSLAG PÅ MATERIAL

### **Nu, då och sen – min egen bok**

Projekt Begripligt hela vägens arbetsbok för barn och ungdomar, se mer på sidan 14 här i metod- och materialboken. Information om beställning se [www.begripligt.nu](http://www.begripligt.nu)

### **Jag, vi och samhället**

Gruppverksamhet för barn och unga, framtaget och sammanställt av projekt Begripligt hela vägen, se sidan 21 här i metod- och materialboken. Information om beställning se [www.begripligt.nu](http://www.begripligt.nu)

### **Känslkort/samtalskort**

Det finns en mängd så kallade känslkort på marknaden. Korten kan användas i möten med barn och ungdomar när man pratar om känslor eller behöver stöd för att uttrycka sina känslor. Vi har framförallt använt oss av "Nallekort" då de är enkla att relatera till oavsett ålder och de har en stor bredd av känslouttryck.

### **Coolt med koll**

En metodhandbok från Rädda Barnen för de som arbetar eller vill arbeta med ungdomar och ha fokus på jämställdhet och integration. Där finns förslag på olika teman som kan användas som underlag för samtalsträffar.

Länk: [www.raddabarnen.se/ung-och-skola/samtalsgrupper/cooltmedkoll/](http://www.raddabarnen.se/ung-och-skola/samtalsgrupper/cooltmedkoll/)

### **MIRA-projektet**

MIRA står för Migration, Integration, Reflektion och Attityd och är ett arbetssätt som utvecklats i Huddinge kommun i ett projektarbete. Mira fokuserar på att ge socialt och känslomässigt stöd till nyanlända ungdomar. Projektet avslutades 2013 och information kan fås via Resurscentrum för nyanlända inom förskola och skola (RCN), telefon 08-535 33 618.

### **Hela människan-hjulet – en samtalsmodell för livskunskap och känsla av sammanhang**

En metodbok för alla som vill arbeta med stödgrupper för barn, unga eller vuxna. Vi vill särskilt lyfta fram del delen av materialet som tar upp personliga rättigheter, känslor och identitet. Boken är utgiven av Studentlitteratur, redaktörer: Elisabeth Hagborg, Klara Yvonne Jonsson och Karin Salmson.

### **Multikulturell kvinnohälsa – med fokus på gynekologi och obstetrik**

En praktisk handbok för dig som arbetar med frågor som rör kvinnohälsa, relationer och sexualitet. Författare Martina Franck.

---

**HÄR NEDAN GER VI LITE TIPS PÅ HEMSIDOR** där man kan hitta ytterligare information och övningar som kan vara användbara när man har en ungdomsgrupp.

### **Va Med! – Värdegrundsarbete och medborgarkunskap**

[www.vamed.se](http://www.vamed.se)

Material för samhällsinformation och samhällsorientering som utarbetats av projekt inom Uppsala kommun.

### **Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällsfrågor**

[www.mucf.se](http://www.mucf.se)

Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällsfrågor tar fram kunskap om ungas levnadsvillkor och om det civila samhällets förutsättningar. Där kan man bland annat hitta information om ungdomars hälsa och utsatthet inom olika områden.

### **Lafa – enheten för sexualitet och hälsa**

[www.lafa.nu](http://www.lafa.nu)

Lafa är ett metod- och kunskapscentrum som arbetar för att förebygga hiv, sexuellt överförda infektioner och oönskade graviditeter. Där kan man bland annat hitta utbildningsmaterial och bilder som är lämpliga att använda vid sex- och samlevnadsundervisning.

### **UMO, din ungdomsmottagning på nätet**

[www.umo.se](http://www.umo.se)

Hemsidan fungerar som en ungdomsmottagning online. Man kan ställa frågor men även hitta material, bildspel och mycket annat.

### **Barnombudsmannen**

[www.barnombudsmannen.se](http://www.barnombudsmannen.se)

Barnombudsmannen arbetar för att stärka barns rättigheter. På hemsidan finns bland annat material kring barnkonventionen anpassat till olika åldrar.

### **RFSU – riksföreningen för sexuell upplysning**

[www.rfsu.se](http://www.rfsu.se)

Här kan du få information samt beställa RFSU:s eget material. Rapporter, handledningar, faktaskrifter och praktikor. RFSL – Riksförbundet för homosexuella, bisexuella, transpersoners och queeras rättigheter.

### **RFSL – Riksförbundet för homosexuella, bisexuella, transpersoners och queeras rättigheter.**

[www.rfsl.se](http://www.rfsl.se)

RFSL verkar för att homosexuella, bisexuella, transpersoner och andra personer med queera uttryck och identiteter ska ha samma rättigheter, möjligheter och skyldigheter som andra. På hemsidan finns information och material som kan vara användbart.

### **NCK – Sveriges expertcentrum för kvinnofrid**

[www.nck.uu.se](http://www.nck.uu.se)

Nationellt centrum för kvinnofrid (NCK) vid Uppsala universitet arbetar på regeringens uppdrag med att höja kunskapen på nationell nivå om mäns våld mot kvinnor, hedersrelaterat våld och förtryck samt våld i samkönade relationer.

### **Heder.nu**

[www.heder.nu](http://www.heder.nu)

Hemsidan Heder.nu är en del av ett nationellt projekt om hedersrelaterat våld mot HBT-ungdomar. Sidan finns för unga HBT-personer men även för yrkesverksamma som söker kunskap och information.

### Lås upp.nu

Normutmanande metoder för dig som jobbar med ungdomar i högstadie- och gymnasieålder.

[www.lasupp.nu](http://www.lasupp.nu)

Här hittar du material för samtal kring genus, sexualitet och heder utifrån ett normkritiskt förhållningssätt med de mänskliga rättigheterna i fokus.

### Expo

[www.expo.se](http://www.expo.se)

Stiftelsen syftar till att kartlägga och upplysa om intolerans, främlingsfientlighet och rasism. Här finns material att använda i möten med barn och ungdomar samt en mängd information i olika ämnen som rör intolerans.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

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**



**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](http://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](http://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
Kärlek
Närhet till föräldrarna
Stimulans
Stöd att sätta gränser
Bli lyssnad på
Rätt till personlig integritet
Rätt till båda sina föräldrar

0 – 1 år
2 – 5 år
6 – 12 år
13 – 19 år



## 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

### Gestaltningsövning. "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](http://www.bris.se)
  - Barnens hjälptelefon: 116 111
  - Vuxentelefon 077-150 50 50
- » Rädda barnen. [www.raddabarnen.se](http://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](http://www.lafa.nu)  
Ungdomsmottagning på nätet: [www.umo.se](http://www.umo.se)  
Riksförbund för sexuell upplysning: [www.rfsu.se](http://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 skolan<sup>11</sup>. 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

---

<sup>11</sup>. 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/](http://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/](http://www.1177.se/Vastmanland/Tema/Gravid/Bli-gravid/Att-bli-gravid/Film-Befruktning/)
  - Extra information:**  
[www.umo.se/Sex/Skydd-mot-graviditet/](http://www.umo.se/Sex/Skydd-mot-graviditet/)  
[www.rfsu.se/sv/](http://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

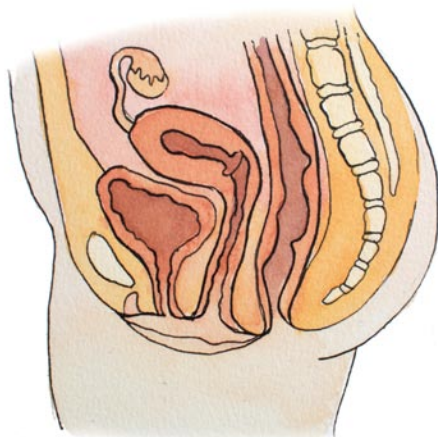
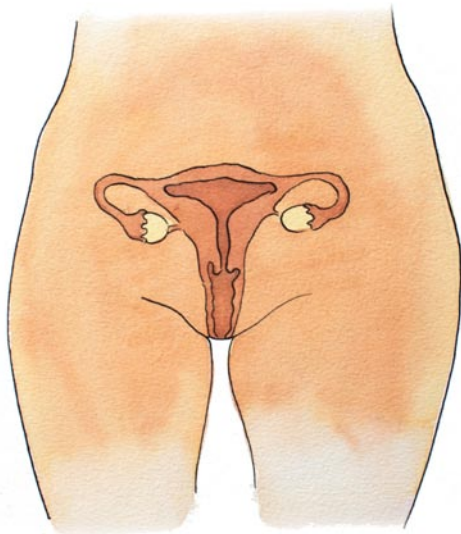
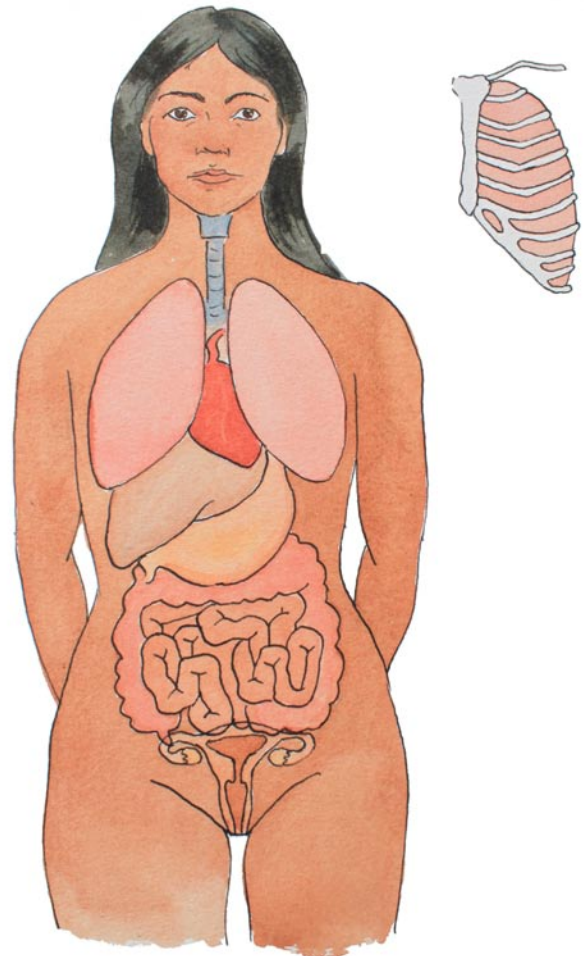
**LUNGORNA** – tar upp syre till kroppen, avger koldioxid från kroppen.

**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.

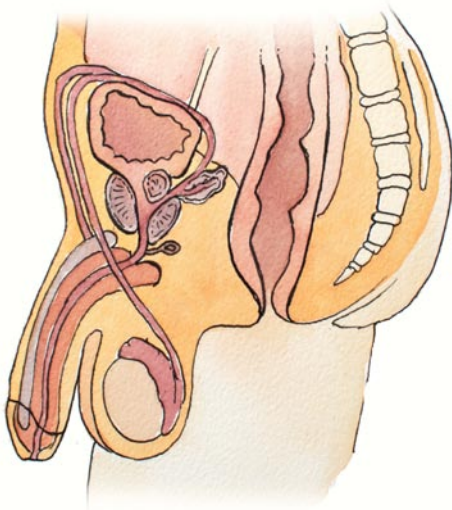
**ÄGGLEDAREN** – fångar upp ägget, och transporterar det ner till livmodern.

**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.

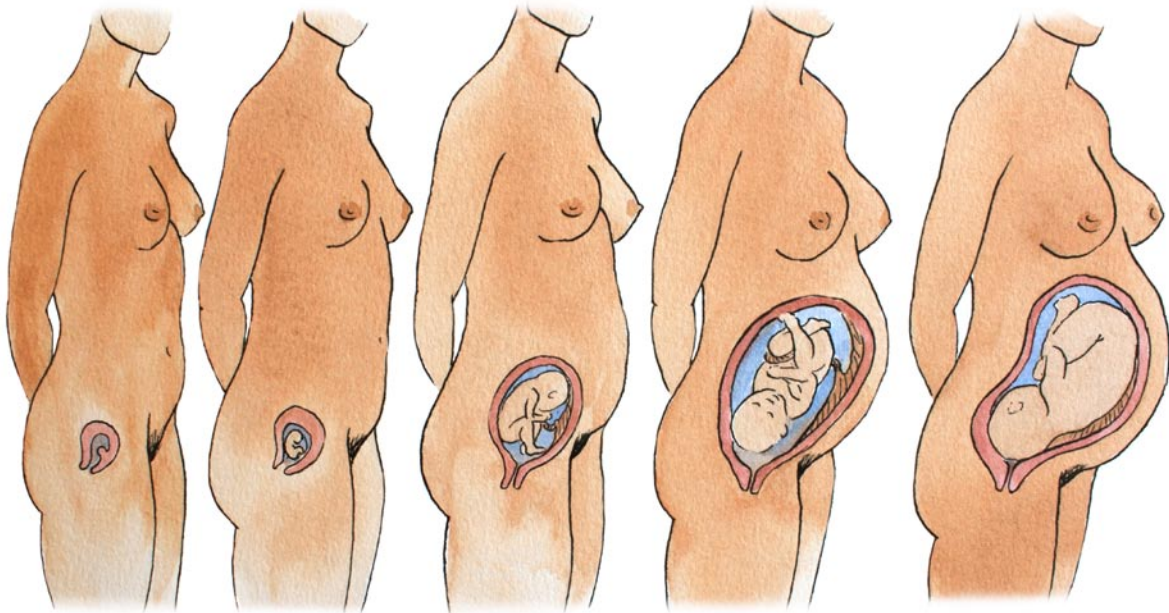
**OLLONET** – penisens yttersta del, som normalt skyddas av förhuden (hudveck). Är känslig för beröring.

**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 guidad 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](mailto: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](http://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](http://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](http://www.begripligt.nu)

Vill du ha kontakt? Mejla till [begripligt@stromsund.se](mailto:begripligt@stromsund.se)



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