

# VÅLD MOT BARN



VÅLD MOT BARN

# VÅLD MOT BARN & PARTNERVÅLD

## Vägledning

Det här är en allmän inledning till de båda avsnitten Våld mot barn och Partner våld.

De är viktiga teman som kan uppfattas som provocativa. När motsvarigheten till det här informationsmaterialet togs fram i Norge, önskade flera av de tillfrågade flyktingfamiljerna att temat Våld i nära relationer skulle ingå.

Fokus för avsnitten ligger på att barn tar skada av att själva bli utsatta för våld men också av att bevittna våld; att växa upp i våldets närhet.

Under pilotprojektet och utvärderingen i Norge, överraskades man av hur många det var, som inte var medvetna om att våld i familjen och ett dåligt familjeklimat kan skada och hindra barns utveckling i alla åldrar. Många föräldrar insåg allvaret först när det handlade om att barn på grund av våld, får skador på minnesfunktionen och därmed minskade möjligheter att prestera bra i skolan. Vi rekommenderar därför att det ges stor uppmärksamhet.

I intervjuer som gjorts med inflyttade kvinnor på norska kriscenter, visade det sig att många av kvinnorna kände sig mer utsatta för våld i Norge, än vad de skulle gjort i sitt hemland. På flyktinganläggningarna bekräftades denna bild av såväl män som kvinnor. I hemlandet kunde de ha tagit hjälp av släktingar för att få hjälp att hantera en våldsbenägen make. I Norge hade de ingen som kunde ta den rollen. Att vända sig till offentliga institutioner istället för familjenätverket, för att få hjälp, kändes för många väldigt avlägset.

Det kan för vissa inflyttade vara svårt att förstå vilken roll olika stödjande myndigheter har, då motsvarande inte finns i deras hemland. Polisen kan för vissa vara lättare att relatera till, men å andra sidan kan polisen för en del representera maktmissbruk och skräck.

Vi vill i dessa två moduler lyfta fram

- Vad säger lagen?
- Att barn tar skada av våld samt vilka konsekvenserna kan bli.
- Vad gör man istället för att slå? (i uppfostran)
- Var kan man få hjälp?

Undersökningar visar att både kvinnor och män utsätts för brott i nära relationer. Kvinnor utsätts dock i större omfattning för:

- grovre våld / grov misshandel (oftare i behov av vård av den anledningen)
- upprepat våld
- sexualbrott

Rådet är att presentera innehållet i avsnitten som rör våld, så könsneutralt som möjligt, så att så många som möjligt kan ta till sig budskapet.

Man kan inte se några skillnader i utsatthet mellan personer med svensk respektive utländsk bakgrund.

(Uppgifter från BRÅ:s Brott i nära relationer, en nationell kartläggning, rapport 2014:8)

Avsnitten består av manus och PowerPoints.

För den som informerar föräldrarna, finns vägledning som är skriven med kursiv stil.

Det finns även frågor för diskussion.

## INLEDNING

De två avsnitt vi nu skall gå igenom, handlar om våld i nära relationer. Det första avsnittet handlar om våld riktat mot barn och det andra om våld i parrelationer. Vi börjar med en allmän genomgång av våld.

Våld i nära relationer är ett allvarligt samhällsproblem och kan se ut på väldigt många sätt och förekommer i alla slags relationer. Det kan till exempel handla om våld som utövas av en förälder mot ett barn eller av en styvpappa mot barnets mamma.

Våld i nära relationer sker så gott som alltid bakom stängda dörrar. Det finns i och med det ett stort mörkertal. Våld förekommer i alla samhällsklasser och kulturer.

Eftersom det här är en kurs för föräldrar, vill jag lyfta fram på vilket sätt våldet skadar barnen. Det är något som alla föräldrar bör känna till. På Åland och i hela Finland är det enligt lag förbjudet att slå sin partner och sitt barn.

## VAD ÄR VÅLD?

### Våld i nära relationer



- Förekommer i alla slags relationer.
- Både kvinnor och män utövar våld, mäns våld är oftare återkommande och grövre.
- Man kan inte se några skillnader i utsatthet mellan personer med inhemsk respektive utländsk bakgrund.
- Barn tar skada av att bli utsatta för våld.
- Barn tar skada av att bevittna våld.

## Definition

### Våld är:

varje handling riktad mot en annan person  
som genom denna handling  
skadar  
smärtar  
skrämmer  
kränker  
eller får personen att göra något mot sin vilja  
eller avstå från något som den vill.

5:3

## Olika typer av våld

- Fysiskt
- Psykiskt
- Ekonomiskt
- Sexuellt
- Materiellt
- Latent
- Försummelse
- Hedersrelaterat



5:4

## Vägledning

Nedan följer en mera ingående förklaring till olika typer av våld.

### **Fysiskt våld**

Allt fysiskt våld är att beteckna som olika grader av misshandel. Det kan vara knuffar, örfilar, luggningar, sparkar eller stryptag. Våldet kan även bestå i att använda tillhyggen såsom knivar eller vapen.

### **Psykiskt våld**

Är att kränka en annan person, utöva ekonomisk kontroll eller inte låta sin partner träffa vänner eller andra betydelsefulla personer.

## Ekonomiskt våld

Utövas när man inte låter sin partner använda sina pengar som denne vill. Man manipulerar eller lurar sin partner i ekonomiska frågor.

## Sexuellt våld

Innebär att man tvingar sin partner till sexuella handlingar som inte känns okej för partnern. Hit hör våldtäkt.

## Materiellt våld

Är när man utövar våld genom att slå sönder saker, slå i väggar eller kasta föremål. Det väcker fruktan och är skrämmande. Det kan också handla om att man förstör något föremål som betyder mycket för den andra personen.

## Latent våld

Handlar om en känsla och stämning, där man får någon att känna sig skrämmd och rädd. Hoten kan vara uttalade, men också dolda, exempelvis genom kroppsspråk och gester.

## Försummelse

Är en typ av våld som oftast riktas mot äldre samt personer med funktionsnedsättning. Det kan röra sig om medveten feldosering av medicin, att lämna personen ensam utan tillsyn, ge bristfällig hjälp med hygien och att inte ge tillräckligt med mat eller dryck.

## Hedersrelaterat våld

Förekommer främst i starkt patriarkala samhällen och grupper. Alla familjemedlemmar och därtill många släktingar bidrar till våldet genom sitt beteende, i syfte att bevara familjens heder. Kvinnans heder är knuten till hennes sexualitet. Hon skall vara oskuld när hon gifter sig och föräldrarna vill utse "lämpliga" äktenskapskandidater åt henne. Bryter dottern mot denna norm, ökar risken för att hon utsätts för bestraffning. För att återupprätta släktens heder kan bestraffningen vara fysisk eller social och ibland till och med innebära mord.

## Diskussion



Vad innebär ordet våld för dig?



5:5

## Vägledning

Låt föräldrarna diskutera i mindre grupper under ca. 5 min. Sammanfatta sedan.



## SKAM

### Skuld & skam

FÖRALDRAR  
På Åland



5:6

De allra flesta människor har någon gång blivit utsatta för någon typ av våld. Kanske också utövade våld mot någon annan. Att bli utsatt, men också att utsätta andra, är nästan alltid förknippat med en känsla av skuld och skam.

Den våldsutsatta tror ofta att det är hans/hennes fel, att den andra slår eller tillgriper någon annan typ av våld. Känslan av skam är ännu mera plågsam än känslan av skuld och leder till att man känner sig maktlös, liten och värdelös.

Den som slagit ångrar ibland sitt beteende efteråt. Man skäms och vill inte tala om det. Ofta är det först då det man gjort, kommit ut till allmänhetens kännedom som man är motiverad att söka hjälp.

## LAGEN

### Lagen

FÖRALDRAR  
På Åland

Lagen säger att det är förbjudet att utöva fysiskt våld.

Det är otillåtet att också på andra sätt förorsaka någon annan människa skada eller smärta.

Det är enligt lag förbjudet att slå sitt/sina barn.

Det är enligt lag förbjudet att slå sin partner.

5:7

## Misshandel

Misshandel faller under allmänt åtal. Det innebär att vem som helst kan anmäla misstanke om våld och ärendet utreds oavsett om den våldsutsatta vill det eller inte.

Straffet för misshandel är böter eller fängelse.

Lindrig misshandel; böter

Misshandel; böter eller fängelse i högst två år

Grov misshandel; fängelse i minst ett och högst tio år

## Vägledning

Målet med avsnittet är att ge föräldrarna bra motiveringar till varför man inte skall slå sina barn.

Våld kan försämra minnesfunktionen och det påverkar barnets skolprestationer negativt. Det är ett starkt argument i och med att skola och utbildning oftast värderas högt och alla föräldrar vill att det skall gå bra för deras barn.

Även lagstiftningen kan används som en strategi för dialog med föräldrarna. På Åland och i övriga Norden har man nolltolerans, när det gäller våld mot barn.

Vi vill möjliggöra en öppen dialog med föräldrarna, baserad på förtroende. Lyft fram att det är handlingen vi fördömer, inte personen bakom den. Vi kan under inga omständigheter säga att det är okej att slå sina barn. Det är förbjudet på Åland och det skadar barnen.

## INLEDNING

Vi skall nu gå närmare in på våld riktat mot barn.

Förr i tiden ifrågasattes inte aga som uppfostringsmetod. Ökad kunskap har dock medfört att man inte längre tror på den som metod. Barnen lydde enbart för att de blev skrämde. Man vet idag att barn tar stor skada av att utsättas för våld. På Åland och i övriga Norden, har man en nolltolerans när det gäller våld mot barn.

De allra flesta föräldrar slår inte sina barn, men det här är viktig information som alla föräldrar behöver känna till.

### Barnkonventionen



Barnkonventionen gäller i nästan alla länder i världen.  
Den godkändes i Finland 1991.

”Varje barn har rätt att skyddas mot fysiskt och/eller psykiskt våld, övergrepp, vanvård eller utnyttjande av förälder eller annan, som har hand om barnet.”



## Hur vanligt är det?



Omkring 10 % av alla barn i Sverige har upplevt våld i hemmet någon gång och 5 % har gjort det ofta.

Nästan 1 av 7 barn har någon gång blivit slagna av en vuxen.

Siffrorna uppskattas vara ungefär de samma i Finland och på Åland.

När det gäller det grövsta våldet verkar barn vara mindre drabbade än vuxna. Andelen barn som blir inskrivna på sjukhus för våldsskador är betydligt färre än andelen vuxna.

5:11

*(Uppgifter från Rädda Barnen [www.raddabarnen.se](http://www.raddabarnen.se), samt BRÅ:s Brott i nära relationer, en nationell kartläggning, rapport 2014:8)*

## Vem slår?



Det är ofta en förälder eller styvförälder som anmäls som misstänkt.

Det är en större andel män som slår barn. När det gäller våld mot små barn (0-6 år) är det en relativt hög andel kvinnor som utövar våldet (ungefär en tredjedel mammor och två tredjedelar pappor eller styvpappor).

Mycket av våldet som drabbar lite äldre barn uppges ha inträffat i skolan eller ute i samhället, ofta av jämnåriga. Men även äldre barn utsätts för våld i det egna hemmet.

5:12

*(Uppgifter från BRÅ:s Brott i nära relationer, en nationell kartläggning, rapport 2014:8)*

## Grundtrygghet



5:13

Barnet har mer än 100 miljarder hjärnceller när det föds. Hjärnan utvecklas därefter för varje dag som går, genom att barnet får nya erfarenheter. Stimulans är viktigt för barnets utveckling. Där har föräldrarna en mycket viktig roll, liksom också andra människor i barnets närhet.

Hjärnans utveckling påverkas alltså av erfarenheter, det är därför viktigt att barn tidigt i livet får positiva sådana. Det leder till trygghet och förutsägbarhet.

Dåliga erfarenheter så som våld, leder till rädsla och är inte bra för barnet. Som tur är, kan hjärnan fungera bra igen, om de negativa påfrestningarna upphör och om en trygghet kan skapas, t.ex. om våldet upphör och man får hjälp att bearbeta det som varit.

Det är viktigt att barnet har det så tryggt som möjligt hemma. Därför lägger vi mycket fokus på att berätta om vilka konsekvenser våld har för barnet.

## ATT LEVA I VÅLDET

### Att leva i våldet



Ett ständigt pågående trauma är omöjligt att bearbeta så länge det pågår.



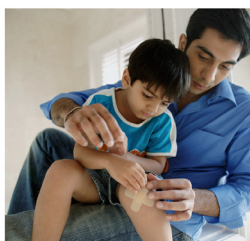
5:14

Om man råkar ut för något traumatiskt, exempelvis en hemsk bilolycka, går det traumat att bearbeta och sedan mår man bra igen. En traumatisk händelse är när en individ försätts i en mycket obehaglig situation som upplevs omöjligt att påverka. Att bli utsatt för eller bevittna våld i sitt hem, är ett ständigt pågående trauma.

Det är oerhört skadligt för barn att växa upp i en miljö där de blir utsatta för våld. Det gäller alla typer av våld.

## Fysisk smärta och fysiskt våld

Fysisk smärta



Fysiskt våld



5:15

Det är stor skillnad på fysisk smärta och fysiskt våld. Barn blir inte rädda för att cykla, även om de ganska ofta faller och slår sig. Med ett leende på läpparna kan åttaåringen stå i badrummet och räkna blåmärken, som han har fått under den gångna veckan. Han ler trots att det gjorde ont när han föll.

Hade hans blåmärken däremot varit resultatet av de vuxnas slag, hade hans blick förmedlat något helt annat, nämligen rädsla, oro och sorg.

Det är en avgörande skillnad mellan att inte lita på cykelns bromsar och att inte kunna lita på sin mamma och pappa.

Avsikten med att slå barnen kan vara att skrämja och kontrollera dem, eller för att förhindra att de upprepar samma opassande handling i framtiden. Syftet kan vara väl menat, men resultatet blir mycket olyckligt.

Det vi vet i dag, visste vi inte tidigare; att leva med långvarig fruktan kan försämra barnets minne och det är skadligt för ett barn att gå omkring och vara rädd.

## Våldets konsekvenser

1. Försämrat minne
2. Negativa konsekvenser senare i livet
3. Psykiska problem
4. Akut risk



5:16

## Vägledning

Nedan följer en mer ingående förklaring till punkterna på PowerPointen.

### 1. Försämrat minne

Att slå barn kan vara effektivt om man vill få dem att lyda. De blir rädda och vågar inte trotsa. Det gör ont, men det kan gå över ganska fort.

Det som inte går över är barnets rädsla för att föräldrarna kommer att slå igen. Det är främst den rädslan samt upplevelsen av att bli kränkt, som är skadlig för barnen.

Rädsla och fruktan skadar barns utveckling. Att leva med fruktan skadar minnet. Det betyder att barn som blir hotade och slagna hemma, ofta kan få problem att göra bra ifrån sig i skolan.

### 2. Negativa konsekvenser senare i livet

Det är inte bara genom försämrade prestationer i skolan, som våldet riskerar att påverka ett barn.

Flickor som växer upp med våld i hemmet löper större risk än andra att senare i livet söka sig till män som är våldsamma.

Ett kränkt barn löper en större risk att senare själv börja kränka andra människor.

Pojkar som växer upp i ett våldsamt hem blir i större utsträckning än andra barn själva våldsutövare både som tonåringar och vuxna.

Ett slaget barn tenderar mer än andra att börja skada såväl andra som sig själv.

Att som barn bli utsatt för eller bevittna våld, kan alltså ge negativa konsekvenser även senare i livet.

### 3. Psykiska problem

Barn mår psykiskt dåligt av att bli utsatta för våld. De kan yttra sig på olika sätt. Det kan t.ex. handla om depression eller att ha svårt att sova på nätterna.

Den psykiska ohälsan kan också finnas kvar då barnet blir vuxen.

### 4. Akut risk

Våldet kan också orsaka akuta fysiska skador.

I värsta fall kan det fysiska våldet till och med leda till döden.

Att fostra barn kan innebära en stor utmaning för föräldrar. Det är lätt hänt att man blir irriterad och uppgiven, då barnen betar sig olämpligt eller inte lyder. Då är det viktigt att kunna behärska sina känslor och inte slå.

Det är nämligen mycket farligt att slå, speciellt när man är arg. Handlingen är okontrollerad och kraften i slagen kan öka successivt dels p.g.a. eventuella ytterligare irritationsmoment eller det faktum att den fysiska aktiviteten då man slår, kan göra en ännu argare.

## Du blir argare när du slår



5:17

Orsaken till att man blir argare när man slår är, att hela situationen påverkar hjärnan, speciellt sinnescentrum. Då kan man tappa kontrollen. Det här blir ännu kraftigare om den vuxna själv bär på många smärtsamma minnen och tankar. Man kan säga att "det rinner över".

Det är självklart att föräldrar kan reagera kraftigt, om barn gör något provocerande eller oacceptabelt, t.ex. bråkar, skriker eller säger något elakt. Man måste som vuxen behärska sin ilska, ingripa och tillrättavisa, men absolut inte slå. Det finns ingenting som ursäktar våld mot ett barn.

Det är normalt att barn testar gränser.

## Diskussion

1. Var någon typ av våld tillåtet som uppfostringsmetod i din barndom?
2. Strider det nordiska synsättet på våld mot ditt personliga?
3. Tycker du det är tillåtet att lugga ett barn? Var går gränsen?
4. På vilket sätt tror ni att barn upplever det annorlunda, om det är en förälder eller en helt utomstående person, som slår?

5:18

## Vägledning

Ge föräldrarna 15 min på sig att diskutera i grupper. Be dem sedan berätta vad de kommit fram till.

# ALTERNATIV TILL VÅLD

## Vägledning

*Vi rekommenderar att den här sista delen, som handlar om alternativ till att slå barn, genomförs som en dialog och inte som en föreläsning.*

*Vi vet inte vilka alternativ föräldrarna kommer att välja. De måste själva hitta vägen. Målet med dialogen är först och främst att göra dem medvetna om vilka alternativ som finns att välja mellan, i uppfostran av barnen.*

*I dialogen kan vi erkänna, att vi har gått en lång väg i vårt land och att det tog lång tid innan vi förstod att det bästa är att inte använda våld i uppfostran.*

*Vi undviker vanligtvis att vara personliga, det vill säga att dra in exempel från vår egen vardag tillsammans med barnen. I det här sammanhanget kan det dock ha en positiv effekt om du berättar ganska konkret om hur du och dina vänner undviker att använda er av de mest negativa alternativen samt att du inkluderar, vilka alternativ ni använder istället för fysiska straff.*

## Alternativen

*Negativa alternativ: Medför olika typer av obehag och straff. Rekommenderas inte.*

*Neutrala alternativ: De förväntningar man har på sitt barn. Det ens barn vet, att man förväntar sig av dem.*

*Positiva alternativ: Det handlar om att förstärka barnets positiva beteenden. Att ge beröm, belöning och att upprätta avtal. Man måste planera och tänka igenom användningen av dessa.*

*Genom dialogen gör vi föräldrarna medvetna om, hur de själva agerar och om alla positiva alternativ som finns.*

*När man frågade föräldrar på asylanläggningar i Norge om alternativ till att slå, nämnde de främst andra negativa alternativ (så som hot, gräl, utebliven veckopeng, utgångsförbud eller att neka barnen olika saker). De kom inte på de positiva, trots att de faktiskt använde sig av flera sådana i vardagen med sina barn. Att de redan använde och också tyckte mest om de positiva alternativen, var som en aha-upplevelse för många av dem. Föräldrarna var intresserade av de positiva verktyg som presenterades under föräldrakursen och de var eniga om, att dessa bör ligga till grund för barnuppfostran.*

## Balansen mellan lydnad och självständighet

*En bra utgångspunkt för samtal om alternativ, utifrån de erfarenheter man fått från de norska anläggningarna, är att sätta två mål mot varandra. Nämligen att vi vill ha lydiga barn, som gör som vi säger och att vi samtidigt vill ha självständiga barn, som klarar sig mer och mer på egen hand ju äldre de blir.*

*Går det att som förälder få 100% av bägge eller blir man tvungen att hitta en balans mellan de två? Är det så, att om vi lägger för mycket vikt på lydnad, så begränsar vi utvecklingen av självständighet? Antagligen är det så. Föräldrarna på de norska asylanläggningarna understödde det här tankesättet. I den vidare dialogen diskuterade man, att föräldrarna i Norge hade övertalats att kraftigt minska fokus*



på lydnad, för att främja utvecklingen av självständighet och förmågan att klara sig själv samt göra självständiga val, utan att ha föräldrarna hängande över sig hela tiden. Det har lett till att många barn blivit duktiga på att förhandla med föräldrar och andra vuxna. Det inkluderar också att de protesterar mot både föräldrar och lärare. Det kan anses vara sunt och värdefullt i dagens samhälle, bara de gör det på ett fint sätt.

## Alternativ till våld

FÖRÄLDRAR  
På Åland



5:19

Nu skall vi diskutera alternativ till våld, dvs. hur man kan fostra sina barn, utan att använda sig av våld.

Idag pratar vi mycket om att sätta gränser, men vad betyder det egentligen?

Att sätta gränser handlar om att ge barnen tydliga besked om vad de får och vad de inte får göra.

Det är viktigt att man för barnen tydligt redogör för vad man anser vara ett helt oacceptabelt beteende både hemma och utanför hemmet. Det kan till exempel vara att man inte får slå sina småsyskon, använda farliga föremål, spotta på någon, prata riktigt fult eller vara oförsämd mot andra.

Det handlar också om att man får spela dataspel endast en begränsad stund per dag, att man förväntas vara hemma ett visst klockslag på kvällen och att man ska vara i säng en viss tid.

Båda föräldrarna bör förmedla ett gemensamt budskap till barnen. Annars underminerar man varandras ord.

När det gäller fostran och samspelet med barn, kan vi grovt dela in alternativen i tre grupper.

De tre olika alternativen är: negativa, neutrala samt positiva alternativ.

## Negativa alternativ

- Att använda sig av straff eller hot om straff.
- Innehåller ofta ilska, gräl och skuld. Målet är att barnen ska känna sig skyldiga och rädda och därför göra som du vill.
- Fysiska straff var vanliga förr, men är nu förbjudna.
- Att skrämma eller hota barn gör dem illa. Det är inget bra alternativ.



5:20

## Neutrala alternativ

- Består av förväntningar och krav.
- Att berätta för barnen, vad de ska göra och hur de ska göra det.
- Det är viktigt att vara tydlig.
- Ett tips är att ta fram avtal för vilka regler som måste följas i familjen. Gå också igenom konsekvenserna om man inte följer reglerna.
- Poängen är att reducera konflikter, eftersom konflikter ofta gör att man använder sig av negativa alternativ istället.



5:21

När barnet gjort något oacceptabelt, talar du om det för henne eller honom. Du visar tydligt att du är arg och besviken och inte accepterar att det beteendet upprepas. Det resulterar i att barnet märker att det gjort något tokigt och det i sin tur leder, på sikt, till inläring av ett nytt och bättre beteende. Det förutsätter att du visar barnet hur man istället kan göra.

Ett exempel: Dina barn leker med bilar tillsammans. Plötsligt vill det ena barnet byta bil med det andra och sliter bilen ur händerna på sitt syskon som börjar gråta. Då förklarar du som förälder hur man istället kan göra, till exempel att fråga om de kan byta bil en stund och sedan byta tillbaka.

## Positiva alternativ

- Handlar om att förstärka barnens positiva beteenden.
- Beröm och belöning.
- Löften om belöning.
- Avtal gällande saker de skall göra, ingår också under detta alternativ.



5:22

Du ber till exempel barnet att hjälpa till (t.ex. duka av bordet, diska eller städa sitt rum) och ger beröm när det görs.

Hit hör även löften om belöningar, som barnen får, om de gör det de blir ombudade att göra. Till exempel att de får en slant om de utför en extra syssla (t.ex. klipper gräsmattan).

## Diskussion

1. Kommer du på några negativa alternativ som du känner att du vill sluta med?
2. Kommer du på några neutrala alternativ du redan använder eller kan börja använda?
3. Kommer du på några positiva alternativ du redan använder eller kan börja använda?
4. Vilka metoder tycker du att fungerar i uppfostran?

5:23

## Diskussion forts.

Vad gör man om barnen ändå inte lyder?



5:24

## Vägledning

Låt föräldrarna diskutera frågorna i mindre grupper under ca. 10 min. Sammanfatta sedan.

Barnet testar gränser och lyder inte alltid. Se då till att hindra det felaktiga beteendet, men hota inte. Det krävs ofta många upprepade tillrättavisningar, innan barnet lärt sig.

Om barnet till exempel råddar med glassen, be barnet äta fint. Om barnet inte lyssnar, ta bort glassen från barnet.

Var konsekvent och ge inte upp.

## SAMMANFATTNING

### Sammanfattning



- Det är förbjudet enligt lag att slå barn.
- Barn tar skada av att utsättas för våld.
- Om ett barn blir utsatt för våld, är risken stor att skolresultaten försämras.
- Våld kan skada barnet som person på lång sikt.

5:25

### Sammanfattning forts.



- Att vara förälder är en stor utmaning.
- Det är viktigt att diskutera och skapa regler tillsammans.
- Det finns bra alternativ till att slå barn; gränser, förväntningar, krav samt stöda positivt beteende genom beröm och belöning.
- Sätt gränser.
- Våga vara förälder.



5:26

## Forskningsprojektet "5 och ½"



Projektet studerade familjer där problemet i huvudsak handlade om att barnen var okontrollerbara, olydiga och aggressiva.

Vid uppföljningen tre år senare, var man mest intresserad av de barn, som inte längre uppvisade problematiska beteenden. Man hittade förklaringen.

De föräldrar, som lyckats vända den negativa trenden, hade med hjälp av systematisk vägledning:

- **femdubblat användningen av beröm och positiva alternativ**
- **halverat grälandet**

Det är en bra riktlinje!



5:27

## VART KAN MAN VÄNDA SIG FÖR HJÄLP?

### **Vägledning**

*Se kontaktuppgifter till olika instanser, de finns mot slutet av avsnittet Partnervåld:*

*Nödnummer, polisen, akuten, hälsocentralen, psykiatri, Tallbacken, barnskyddet, Folkhälsans familjerådgivning och Kvinnofredslinjen.*