



HAREID KOMMUNE

Referanse:

Aasland, M. W. (2015). *Barna og seksualiteten*. Oslo. Cappelen Damm AS.

Langfeldt, T. (200). *Barns seksualitet*. Oslo. Pedagogisk forum.

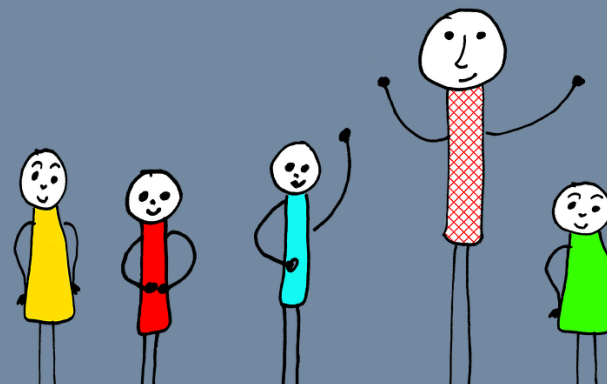
Olsen, J. E. (2017). *Barns seksuelle utvikling*. Tidsskrift for helsesøstre 1/2017.



HAREID KOMMUNE

# 4-ÅRINGEN

## KROPP OG UTFORSKING



Hareid helsestasjon  
2018



Born er nysgjerrige på å utforske sin eigen og andre sin kropp.

Fortell barnet ditt om kroppen og funksjoner. Ta initiativ dersom barnet ikkje spør sjølv.

Når barnet spør, treng det gode svar utan bortforklaringar. Bruk ord som er enkle å forstå.

Snakk med barnet ditt om mangfald og seksuell orientering

Snakk med barnet om at det bestemmer over eigen kropp.

Barn som vert påtvinga klemmer, må sitte på fang utan at det sjølv ønsker det, lærer at man ikkje treng å respektere andre sine intimsone og grenser på same måte som deira egne grenser ikkje har vorte respektert.

Nokre barn liker å kose seg med å ta på tissen sin. Dette er sunt og normalt.



## Seksuell leik

Seksuell leik er vanleg frå 3-4 års alder.

Dei seksuelle leikane er stort sett sunne og gjer barn meir kompetente i forhold til å sette og respektere grenser.

Normal seksuell leik er:

- Doktorleik
- Mor, far og barn
- Motivert ut frå gjensidig nysgjerrigheit
- Opptatt av kjønnsforskjellar
- Lystbetont for begge parter
- Prega av felles utforsking.

Barn bør få leike sin seksuelle leik i fred utan innblanding av vaksne, men det er klokt å følgje litt diskre med.

Det er riktig å stoppe den seksuelle leiken om det verker som om barnet vert pressa til å vere med, eller maktfordelinga er skeiv mellom barna.

Det er viktig å anerkjenne det dei gjer. Skam og skyldfølelse kring seksualitet som man får tidleg i barneåra kan vere vanskeleg å verte kvitt sjølv om man vert vaksen.

### Litteratur:

Aasland. M. W. (2009) Jeg er meg! Min meg. Oslo. Høyskoleforlaget.