



Embætti
landlæknis
Directorate of Health

Örugg saman

námsefni fyrir
unglinga um
samskipti kynjanna

Ingibjörg Guðmundsdóttir
B.Ed, MPH



Ofbeldi í samböndum leiða af sér

- Heilsufarslegar afleiðingar
- Kostnað fyrir samfélagið
- Víðtæk áhrif ofbeldis
- Há tíðni þungana meðal unglingsstúlkna
- Kynsjúkdóma



Afleiðingar ofbeldis

- Streita
- Áfallastreituröskun, þunglyndi, kvíði
- Áfengi/vímuefnanotkun
- Áhættusöm kynhegðun
- Hugsanir um sjálfsmorð
- Slakari árangur í námi
- Brotið sjálfstraust
- Hegðunarvandi
- Meiri líkur á að verða seinna í ofbeldisfullu sambandi



Ísland - framhaldsskólanemar 2004

- 13,6% stúlkna og 2,8% drengja í framhaldsskóla á aldrinum 16-24 ára segjast hafa orðið fyrir kynferðislegri misnotkun fyrir 18 ára aldur eða um 1700 ungmenni.
- 12,5% stúlkna og 2,4% drengja í framhaldsskóla á aldrinum 16-24 ára segjast hafa verið sannfærðir, þvingaðir eða neyddir til kynferðislegra athafna fyrir 18 ára aldur.

Forvarnir

- Áherslan hefur aðallega verið á að bregðast við ofbeldi
- Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin mælir með gagnvirku námsefni fyrir ungt fólk
- Örugg saman byggir á rannsóknum og hefur sýnt góðan árangur



Örugg saman

- Þýtt námsefni frá USA – Save dates
- Samstarfsverkefni Embætti Landlæknis (Lýðheilsustöðvar), Áfallamiðstöðvar LSH og háskóla
- Forprófun á námsefninu hér á landi
 - Dæmisögur úr námsefninu – íslenskir unglingar
 - Tvisvar kennt sem tilraunanámsefni
- Ferilmat, spurningalisti fyrir nemendur, viðtöl við kennara, rýnihópar

Tilraunakeyrt á vegum félagsmiðstöðva í Kóp

- Vorönn 2012
- Samstarf félagsmiðstöðva við skólanna
- 8.-10. bekkur
- Lífsleikni, félagsmálafræði á skólatíma
- Klúbbur í félagsmiðstöð
- Lagt upp með að hóparnir væru kynjaskiptir



- Kennarahandbók
- Nemendahefti

Heilsueflandi grunnskóli



- Örugg saman er hluti af verkfærum heilsueflandi skóla
- Allir grunnskólar geta gerst heilsueflandi skólar
- Hægt er að sækja um hjá Embætti landlæknis

<http://www2.lydheilsustod.is/heilsueflandiskoli>

http://www.landlaeknir.is/heilsa-og-lidan/verkefni/item12346/Heilsueflandi_grunnskoli

Örugg saman

- Skilgreining á ástúðlegum samböndum og samskiptum
- Að skilgreina ofbeldi og kúgun í samböndum og samskiptum
- Af hverju beitir fólk ofbeldi?
- Hvernig á að hjálpa vinum sínum
- Að hjálpa vinum sínum
- Að takast á við staðalmyndir
- Að hafa stjórn á tilfinningum sínum
- Árangursrík samskipti til að jafnvægi ríki milli aðila
- Að koma í veg fyrir kynferðisofbeldi í nánnum samböndum

Um námsefnið

- Formáli – kynning á námsefninu
- Bréf með upplýsingum sent til foreldra
- Hverjum kafla fylgir stuttur texti um undirbúning
- Bekkurinn/hópurinn setur sér grunnreglur í samskiptum í fyrsta tíma
- Stoppa dónaskap af strax
- Ef nemandi segir frá mjög persónulegu þarf að meta hvað eigi að gera
- Trúnaður og tilkynningarskylda



Hvar er hægt að fá aðstoð eða upplýsingar

- www.umhuga.is
- Foreldrar
- Starfsfólk Skólans
- Kennarar, Skólahjúkrunarfræðingur, skólasálfræðingur, námsráðgjafar.
- Heilsugæslustöðvar
- Barnaverndarnefndir (www.bvs.is og í síma 112)
- Þjónustumiðstöðvar í Reykjavík
- Fjölskylduráðgjöf sveitarfélaga
- Hjálparsími Rauða krossins 1717
- Tótalráðgjöfin (www.totalradgjof.is)
- Lögreglan
- Kirkjan
- Neyðarmóttaka
- Stígamót (18 ára plús)
- Kvennaathvarfið (18 ára plús)
- Sjálfstæðir sálfræðingar, félagsráðgjafar
- Umboðsmaður barna (www.barn.is)

Takk fyrir

ingibjorg@landlaeknir.is

Örugg saman:

sigrun@landlaeknir.is

Heilsueflandi skóli

sveinbjorn@landlaeknir.is