



## 4-åringen

# Kropp og utforskning

### KONTAKT

postmottak@heim.kommune.no  
Helsestasjonen tlf. 91 74 86 00

[www.heim.kommune.no](http://www.heim.kommune.no)



Heim kommune

- Barn liker å utforske kroppen sin, og de synes ofte det er spennende å utforske hvordan andres kropp ser ut.
- Det er derfor vanlig at barn er nysgjerrige, utforsker hverandre og leker «doktor» eller lignende.
- Fortell barnet ditt om kroppen og dens funksjoner. Ta initiativ hvis barnet ikke spør selv. Bruk ord som er lette å forstå.
- Snakk med barna om at de bestemmer selv over egen kropp.
- Svar på spørsmål som barna stiller.
- Snakk med barnet ditt om mangfold og seksuell orientering. Hvordan snakker dere om dette?
- En del barn liker å kose seg med å ta på tissen sin. Dette er helt normalt.



- Forklar barnet ditt at gutter og jenter er forskjellige.
- Det finnes bøker som kan være til hjelp når en skal snakke med barn om kroppen og hvordan den fungerer i forhold til kjønnsorganer og seksualitet.