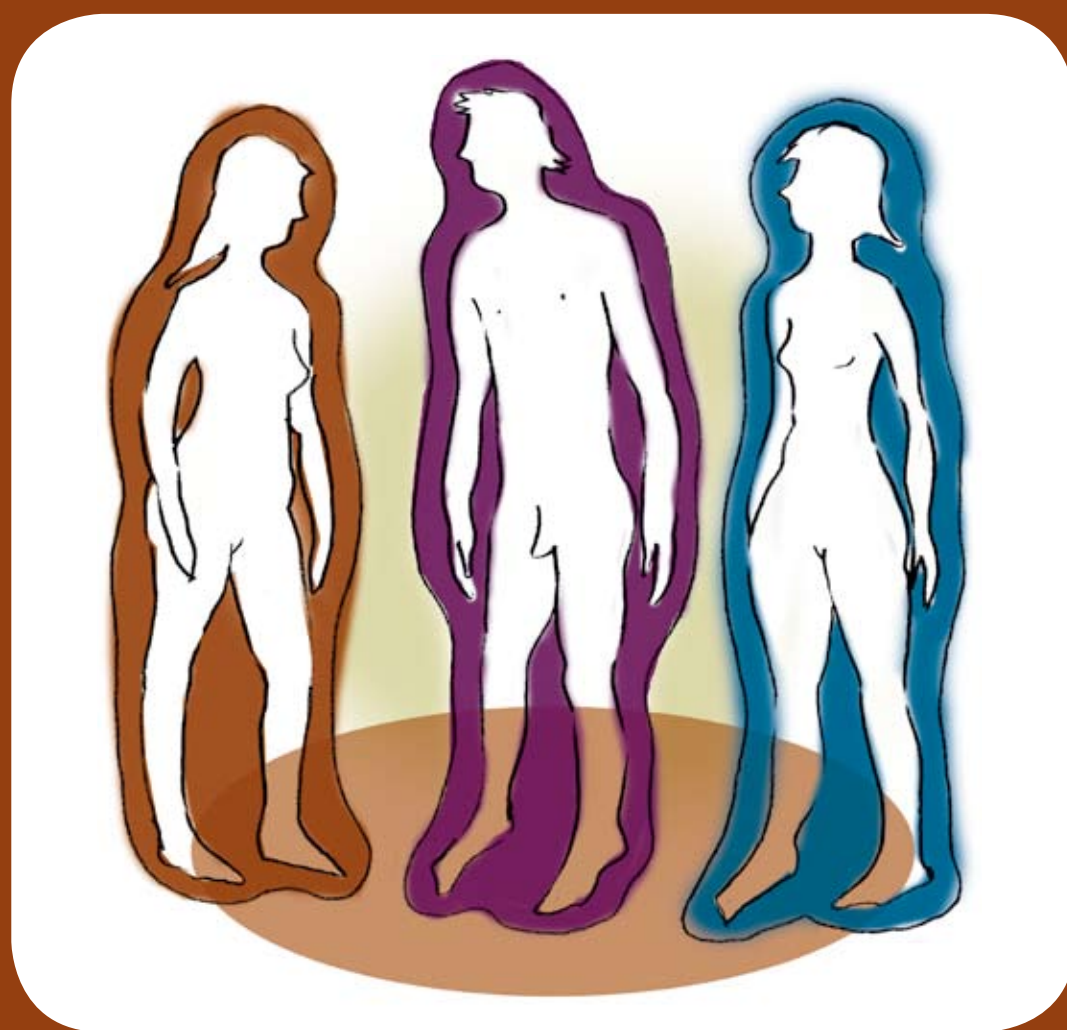


TEMA 2

Din kropp är din



TEMA 2 Din kropp är din

Pedagogens Introduktion

Detta tema innehåller övningar och frågeställningar som ska hjälpa eleverna att resonera, undersöka och analysera kring temat kroppslig och sexuell integritet och gränssättning. Det är inte ett alternativ till sex- och samlevnadsundervisningen. Det finns till exempel inte många frågor kring fysionomi, reproduktion, könsjukdomar och annat som hör till sex- och samlevnadsundervisningen.

Det finns däremot frågor som handlar om känslor kring och i kroppen, kring vårt kön, kring kärlek, sexualitet och sex, och materialet kan därför till exempel användas som ett komplement i sex- och samlevnadsundervisningen. I temat försöker vi förmedla en positiv inställning till den egna kroppen. Därför finns det även med frågeställningar kring kön, onani och hur kroppen reagerar vid lust. På så sätt kan man stärka elevernas självkänsla och respekt för sin kropp. Frågeställningarna och övningarna syftar till att lyfta fram de positiva sidorna av kärlek och sexualitet men också de svåra, komplicerade och negativa dimensionerna. Ömsesidighet och gränssättning är begrepp som är centrala. Eleverna ska få reflektera kring sina egna och andras gränser, få lära sig att lita på sin egen ”ja-känsla” och kring hur man känner av ett ”ja” eller ”nej” från någon annan. Det är ofta lätt att säga att man alltid kan säga nej och att det måste respekteras, men i praktiken kommer ungdomarna att ställas inför situationer där det inte är så enkelt. Man kanske inte ens är van att fundera på vad man vill eller inte vill. Rätten att lita på sin magkänsla och att bli respekterad utifrån den kan inte nog betonas av läraren under diskussionerna. Men det är också viktigt att man visar förståelse för hur svårt det kan vara och att man inte bär på skuld om man inte lyckas följa sin känsla.

Temat tar även upp relationer, vilket kan tyckas lite märkligt i ett material som har som huvudsyfte att arbeta med temat sexualbrott. Det har känts viktigt att ha med frågeställningar och diskussioner om förhållanden utifrån kunskapen om att en väldigt stor del av sexualbrotten sker just i parrelationer. I relationer som innehåller sexuella kränkningar förekommer också ofta våld, fysiskt eller psykiskt, och svartsjuka och kontroll som har normaliserats. Även när det inte förekommer sexualbrott kan anpassning gå för långt. Vår integritet, både psykisk och fysisk, kan lättare kränkas när det sker över tid och när man är beroende av per-

sonen, känslomässigt eller på något annat sätt. Just i relation till dem vi tycker om och kanske är kära i kan gränser lätt förskjutas och det kan förekomma kränkningar utan att man kanske ens definierar det som skett som en kränkning. Eleverna behöver lära sig att ingen har rätt att kränka deras integritet och att de alltid har rätt att lyssna på sin magkänsla även då det sker i relation till någon som de tycker om eller är kära i.

Sex och kärlek kan vara underbart, lustfyllt och livsbejakande. Men båda dessa dimensioner i en människas liv kan också vara komplicerade, svårtolkade och fulla av förväntningar och ideal att leva upp till. Genom att låta det vara precis så komplicerat hoppas vi att frågeställningarna ska leda till en ökad frihet och självkänedom och känsla för rätten till sin egen kropp.

Att lösa upp ramar och begränsningar i stället för att förstärka dem

Utgångspunkten i föregående tema, jämställdhet, var att genus är en social konstruktion och att normer och förväntningar på hur man ska bete sig som man respektive kvinna är något socialt konstruerat och föränderligt. På samma sätt är utgångspunkten i detta tema att även sexualiteten är en social konstruktion som påverkas av samhälleliga normer och värderingar kring ”manligt” och ”kvinnligt” och vad som ses som en ”naturlig” och en ”god” sexualitet. I faktadelen står mer om hur vår syn på sexualitet präglas av traditionella könsrollsmönster. Det sexuella utrymmet ser olika ut för män och kvinnor, killar och tjejer. Ibland är gränserna för vad som är tillåtet och inte tillåtet tydliga, ibland är de svårare att förhålla sig till. För tjejer blir det en balansgång mellan att inte ha för mycket sex eller att ha sex med fel killar, att vara lösaktig, medan det för killar gäller att förhålla sig till förväntningar om att vara virila och aktiva och att alltid vilja ha sex.

Även i detta tema är det viktigt att man som lärare tänker igenom sin egen förförståelse och försöker hitta sina egna ”blinda fläckar” så att man inte reproducerar de låsningar som materialet försöker arbeta emot. I Maria Bäckmans avhandling *Kön och känsla. Samlevnadsundervisning och ungdomars tankar om sexualitet* (2003) där hon följer samlevnadsundervisningen på en gymnasieskola i norra Stockholm, beskrivs hur undervisningen, trots att den ses som progressiv, på en del plan befäster givna könsroller och ett begränsat handlingsutrymme för tjejer. Å ena sidan menar läraren att tjejer bör lära sig av killar, ha sex för att det är skönt och inte bara kopplat till romantik. Tjejer ska kunna ha mycket sex utan att bli stämplade som horor. Å andra sidan betraktades de tjejer som faktiskt fått ett rykte om sig som ”sex-

uellt aktiva” av läraren som kärleks- och ömhetstörstande, inte som ovanligt lustbejakande. Deras mer utlevande sexualitet ses inte som ett ideal eller ens som självvald, utan som tecken på att något är fel. Dessutom kopplas kvinnors sexualitet i undervisning ihop med en rad risker: sjukdomar, oönskade graviditeter, förlorad heder i form av rykten att vara lättfotad och så vidare. Det är bara ett exempel på de fällor som man lätt hamnar i om man inte är uppmärksam på sina värderingar. Om man inte har ett maktperspektiv på sexualitet och ser hur olika villkoren i praktiken är för tjejer och killar hamnar man lätt i ett ”man har alltid rätt att säga ja eller nej”, som om det vore så enkelt! Även när man arbetar med det här materialet kan man, om man inte i diskussionerna vågar utmana föreställningar och förväntningar kring genus, hamna i denna fälla.

Frågeställningarna och övningarna är utformade i ett försök att undvika heteronormativitet (begreppet förklaras närmare under tema Jämställdhet, sidan 49). Ungdomarna får med hjälp av vissa övningar problematisera utgångspunkten att heterosexualitet är det enda önskvärda och ”naturliga”. Vi har också försökt ta in exempel där kärlek och lust inte förutsätts riktas mot endast någon av det andra könet. Det är viktigt att du som lärare också på denna punkt funderar över dina värderingar och vad du förmedlar så att inte diskussionerna endast kommer att kretsa kring heterosexuell kärlek och sexualitet. Ett sätt kan till exempel vara att använda könsneutrala ord när en frågeställning är kopplad till något av könen, som till exempel partner, i stället för flick- eller pojkvän. Eller att säga flick- *eller* pojkvän, även om en fråga är riktad till killarna. Utgå från att det sitter elever i klassrummet som identifierar sig som något annat än heterosexuella – även de har rätt att känna sig inkluderade i arbetet med det här temat.

Ett mål med materialet är att eleverna ska få ifrågasätta normer och regler kring sexualitet, kärleksrelationer och genus med en förhoppning om att det ska göra dem friare att fatta egna val utifrån vad de vill och vad de mår bra av. Det ställer krav på den som leder diskussionerna att våga ställa följdfrågor, att inte nöja sig med svar som ”det är bara så”. Bryt upp mönster, vänd på elevernas resonemang. Visa på nya perspektiv och nya sätt att tolka saker. Uppmuntra eleverna att ta reda på fakta och att se konsekvenser av de egna resonemangen.

Det är viktigt att lyssna på eleverna och att inte föreläsa. Däremot måste man som lärare upplysa och rätta om elever kommer med helt felaktiga faktapåståenden så att inte myter förstärks. Diskussionsövningarna som eleverna gör behöver inte vara normupplösande i sig, men de kan blottlägga könsmönster, normer och begränsningar som eleverna hela tiden har att förhålla sig till. Ge-

nom att visa på detta kan man få eleverna att tänka i nya banor, få ett nytt synsätt och ett förändrat beteende.

Viktigt att tänka på i arbetet med temat

Det här temat är väldigt tacksamt och roligt att arbeta med. Elever älskar ofta att diskutera frågor kring kropp, sex, kärlek och relationer. Flera studier visar att många elever saknar sådana samtal och information om detta i skolundervisningen (Se till exempel Barnombudsmannen 2004). De är i en ålder när det händer mycket, både med kroppen, med identitetsskapande och i relationer till andra. Detta är ett tema där de kommer att suga i sig all information de kan få.

Men temat ställer också en del krav på dig som lärare. Många lärare tycker att det kan vara svårt att närma sig ämnen som sex eftersom man inte vet på vilket sätt man ska prata, vilka ord man ska använda, och man kanske också är rädd för att bli generad under samtalen. Läs noga igenom elevmaterialet och försök att föreställa dig vilka typer av diskussioner som kommer att dyka upp. Fundera på vilka ord du känner dig bekväm med att använda, ofta finns flera synonymer till ord. ”Smaka” gärna på ord så att du känner dig trygg i att säga dem högt. Genom att följa eleverna i deras tankegångar, genom att relatera till deras verklighet och genom att inte gå in och censurera om de till exempel använder ord som känns för grova visar man att man är beredd att närma sig ämnet på deras nivå. Om man som lärare är trygg i att prata om frågorna kommer eleverna att ta diskussionerna på allvar.

Det är viktigt att anpassa sitt förhållningssätt i arbetet med temat till den grupp man har framför sig. Utgå inte från att alla elever har egna erfarenheter av att vara kära, av att vara tillsammans med någon eller har sexuella erfarenheter. Elever i klassen kan också ingå i sociala miljöer där det finns olika sorters normsystem kring frågor som kärleksrelationer och sexualitet, till exempel beroende på att de tillhör en specifik religion eller beroende på andra omständigheter. Det är viktigt att anpassa arbetet efter de elever som finns i gruppen, samtidigt som man inte får backa för utgångspunkten att alla människor har rätt att fritt få välja sexualitet och relationer och att få respekt för det. Alla elever har också rätt att få inhämta kunskap om de här frågorna och att få diskutera dem.

Det finns många och viktiga frågeställningar i elevmaterialet eftersom detta tema sveper över ett stort område. Om du har ont om tid, välj hellre ut några stycken och gå igenom ordentligt än att svepa över många. Man kan också dela in eleverna i smågrupper och låta dem välja några frågeställningar var att arbeta med.

För ytterligare fördjupning

TVå böcker på tema kropp, sexualitet, kärlek, lust och olust som är bra underlag för vidare diskussioner och för att hämta fakta ifrån för eleverna är *Sex med mera* av Sandra Dahlén, Tiden förlag (2002) som riktar sig till unga tjejer och *Kukbruk* av Manne Forssberg, Wahlström och Widstrand (2004), som riktar sig till unga killar.

Om du som lärare vill läsa mer rekommenderar vi dig att titta på referenser i text och i fotnoter i faktadelen till detta tema. Längst bak i materialet finns en referenslista.

Fakta och bakgrundsmaterial

Nedanstående faktatext vänder sig i första hand till pedagogen men kan även med fördel helt eller delvis kopieras och delas ut till eleverna som kan använda det som ett underlag för sin faktainsamling.

Ungdomar, sex och relationer

I Statens Folkhälsoinstituts rapport *Ungdomar och sexualitet En forskningsöversikt* (2005) går Margareta Forsberg igenom de senaste årens forskning kring ungdomar och sexualitet.¹ Det finns flera studier som undersöker när ungdomar har samlag första gången. En sammanfattning av studierna visar att ungefär en tredjedel har samlagsdebuterat när de går ut årskurs nio och ungefär två tredjedelar när de går i årskurs tre i gymnasiet. Siffrorna är relativt stabila sedan 1960-talet. Forsberg menar dock att de stabila siffrorna inte behöver innebära att åldern för ungdomars samlagsdebut inte förändrats. Det finns studier som visar att både klassbakgrund och svensk eller utländsk bakgrund på gruppnivå har betydelse för när man har sin samlagsdebut. Till exempel visar forskningen att flickor med utländsk bakgrund samlagsdebuterar senare än flickor med svensk bakgrund. Forsberg menar att den ökade immigrationen kan ha betydelse för att åldern för samlagsdebut inte rört på sig sedan 1960-talet. Kanske ökar snarare spridningen mellan olika ungdomsgrupper.

Oralsex är något som praktiseras av i stort sett alla ungdomar som har ett sexliv, däremot är analsex mer ovanligt, runt 15–20 procent av ungdomarna har erfarenheter av detta. Det är en ökning sedan 1990-talet. Gruppsex har inte så många ungdomar erfarenhet av, men senare studier inriktade på ungdomar visar att det är en företeelse som blir vanligare. Begreppet KK (knullkompis) är ett välkänt fenomen bland ungdomar. Mellan en tredjedel och hälften av ungdomarna i en studie av elever i gymnasiets årskurs tre hade erfarenhet av en KK. En KK är en sexuell relation som inte ligger inom ramen för ett etablerat parförhållande. Olika studier visar dock att det inte är helt oproblematiskt att som tjej ha en KK-relation då hon riskerar repressalier i form av till exempel ryktesspridning.

Ungdomars tillgång till pornografi ökar, bland annat genom Internet. Över 90 procent av pojkarna i årskurs nio och i årskurs tre på gymnasiet har sett någon form av pornografi. Drygt hälften av flickorna i årskurs nio och tre fjärdedelar av flickorna i årskurs

¹ För mer kunskap om ungas sexuella erfarenheter samt för källanvisningar till de studier som refereras till i detta avsnitt se Statens Folkhälsoinstituts rapport.

tre på gymnasiet har sett någon form av pornografi. Flickorna uppger i högre grad att de uppfattat pornografin som avtändande och äcklig medan pojkar i högre utsträckning uppfattar den som upphetsande eller spännande.² Studier visar att många ungdomar tror att andra påverkas av att titta på pornografi, men de är mer tveksamma till om de själva påverkas.

Ungdomar är generellt sett ganska nöjda med sina sexuella erfarenheter, 90 procent av tillfrågade gymnasieungdomar är nöjda med sin senaste sexuella erfarenhet. När det gäller det första samlaget skiljer det sig dock mellan tjejer och killar – fler killar än tjejer är nöjda med sin första samlagserfarenhet.

I stort sett alla i gymnasiet har någon gång varit förälskade i någon. Runt tre fjärdedelar har också erfarenhet av att vara ihop med någon. I årskurs nio uppger 25 procent av flickorna och 19 procent av pojkarna att de är ihop med någon.

Forsberg beskriver också hur ungdomars tillgång till Internet har skapat en ny arena för både kontaktsökande, informationsökande kring sex och relationer samt även för tillgång till pornografi.

I Barnombudsmannens årsrapport *Älskar, älskar inte. Om barns och ungas nära relationer* (2004) beskrivs hur undersökningar i barnombudsmannens kontaktklasser runt om i Sverige visar att ungdomar har en positiv, hoppfull och bejakande inställning till kärlek. Generellt anser ungdomarna att man inte kan vara kär i flera personer samtidigt men att man kan bli riktigt kär flera gånger i livet. För både killar och tjejer (14–18 år) var det allra viktigaste i en kärleksrelation att kunna prata om känslor med varandra. På andra plats kom att kunna umgås med andra. Ungefär hälften ansåg att det är viktigt att man är attraherad av varandra, får sova över hos varandra, kan gå på fest utan varandra och att man är bra kompisar. Nästan inga tjejer i undersökningen tyckte att man ibland måste gå med på sex för att någon annan vill. Däremot var det en så stor andel som 16 procent av killarna som svarade att man ibland måste gå med på det för att någon annan vill. Det framgår inte om de med detta avser sig själva eller om de avser både tjejer och killar. Å andra sidan kommer det också fram i undersökningen att eleverna efterlyser mer samtal i skolan om att kommunicera kring sex, hur man ska kunna säga ja när man vill ha sex och nej när man inte vill.

Sexualitet och heteronormativitet

Forsberg lyfter i forskningsmanifattningen (Statens folkhälsoinstitut 2005) fram det faktum att ungdomar verkar bli mer och

² Å andra sidan tyder forskning på att det finns ett tabu för tjejer att nyttja och njuta av pornografi, vilket också kan stå för en del av resultatet (se till exempel Berg 2002).

mer toleranta mot homosexualitet. Hon hänvisar till en studie av Herlitz (2004) som visar på mycket kraftiga förändringar i ungas inställning till homosexualitet mellan 1989 och 2003. Förändringarna gäller både unga kvinnor och unga män, men unga kvinnor har under hela perioden visat större tolerans. 2003 instämmer nästan 90 procent av kvinnorna och cirka 60 procent av männen med påståendet ”Att vara homosexuell är inget onormalt” (mot ca 30 procent av männen och ca 60 procent av kvinnorna 1989). En rikstäckande kartläggning gjord av Brottsförebyggande rådet på uppdrag av Forum för levande historia undersöker ungdomars inställning till olika minoriteter (2004). Även denna studie pekar på att de flesta elever i dag har en förhållandevis positiv bild av minoriteter, också homosexuella. 74 procent av eleverna är positivt inställda till homosexuella. Men det finns också en intolerant grupp. 7 procent är intoleranta mot homosexuella, cirka 20 procent visar en ambivalent inställning. Flickor är även i denna studie mer toleranta, även här är siffran 9 av 10 flickor och 6 av 10 pojkar. Studien visar också på ett mönster: ju högre grad av intolerans, desto vanligare att ha retat, hotat eller slagit någon. Graden av intolerans är inte bara kopplad till kön utan även till faktorer som låg utbildning och social klass hos föräldrar, dåliga skolprestationer med mera.

Erfarenheter av samkönad sexualitet är också något som verkar bli vanligare. Man kan göra jämförelser mellan undersökningen *Sex i Sverige* från 1998 där 2 procent av deltagarna (mellan 18 och 74 år) har uppgivit att de sexuellt har varit tillsammans med någon av samma kön. I tre senare studier som riktat sig speciellt till ungdomar har minst 8 procent uppgivit samma sak. Det kan tyda på att det blir vanligare med samkönade sexuella erfarenheter.

Tjejer, killar och sexualitet

I Statens Folkhälsoinstituts forskningsöversikt som vi refererat till ovan framkommer att ett grundläggande mönster i forskningen är skillnader mellan könen. Tjejer och killar förhåller sig olika till många olika aspekter som har med sexualitet och relationer att göra. Av tjejerna förväntas att de ska vara mer respektabla och att de ska kontrollera sin sexualitet. Respektabiliteten, menar Forsberg, har sina rötter i olika tanke-system och är ett sammanhängande sätt att kontrollera kvinnors sexualitet. Kvinnors sexualitet har setts inte bara som en angelägenhet för den enskilda individen utan också för hennes familj och samhället. Kontrollen återskapas och upprätthålls genom tankefiguren ”madonnan” och ”horan”.

Samtidigt förändras också mönster för sexualitet, och Forsberg

pekar på upplösandet av kärleksideologin som en viktig faktor, alltså sammankopplandet av sex och kärlek. Detta påverkar allas, men framför allt tjejers, förhållningssätt till sex. Det visar sig i ett ökat antal sexualpartner under livet, fler tillfälliga sexkontakter, en ökad öppenhet för till exempel gruppsex och KK-relationer och en minskning av antalet människor som anser att sex bara ska förekomma i fasta relationer. Trots detta har kärleksideologin fortsatt starkt fäste, särskilt bland tjejer. Samtidigt kan kärleksideologin användas på ett kreativt sätt, skriver Forsberg, inom kärleksrelationen kan de agera relativt fritt sexuellt.

Flera studier visar på den balansgång unga tjejer har att förhålla sig till sexuellt. Sociologen Lena Berg beskriver i sin avhandling *Äkta kärlek – heterosexuell samvaro speglat mot diskurser om kärlek, heterosexualitet och kropp* (2002) hur att kunna kalla sig någons flickvän blir ett sätt att kunna vara så sexuellt aktiv som man önskar.

I Bergs analys framkommer hur de intervjuade tjejerna hela tiden förhåller sig till två övergripande aspekter; vad *andra* eventuellt kommer att ha för åsikter om tjejers sexuella agerande samt *svårigheten att neka* killar sexuell samvaro, särskilt om man har börjat inleda en sexuell samvaro eller har börjat hångla. *Andras åsikter* handlar både om risken att få ett rykte som hora, slampa eller lösaktig, men också om att andra över huvud taget tar sig rätten att ha åsikter om ens sexuella agerande. Svårigheten att neka killar sexuell samvaro är dubbelbottnad för tjejerna. Dels uttrycker tjejerna att man alltid ska säga nej till sex om man inte vill ha det. Dels beskriver de hur svårt det är att verbalt uttrycka att man inte vill. Detta handlar om att informanterna har erfarenheter av att ha mött killar som ser tjejer som sexuellt tillgängliga tills annat har uttryckts. Tjejerna förväntas ta ansvar för att säga nej om de inte vill fortsätta att hångla eller ha sex. Berg menar att detta skapar utrymme för killar att tolka tjejers ”tystnad” som ett medgivande, de behöver inte vänta på att tjejen tar initiativ eller fråga. Ansvaret att säga nej handlar också om hur sexuell samvaro mellan tjejer och killar förväntas iscensättas. Killar förväntas ta initiativet, vara den pådrivande parten, medan tjejer förväntas respondera, vara den mottagande parten.

I Bergs avhandling tydliggörs betydelsen för tjejerna att *passera som lagom sexuellt aktiva*, att varken kunna bli betraktade som ”horan” eller ”torrisen”. Strategier för att få ha sex blir att ha det inom en kärleksrelation, att invänta killens initiativ samt att vara mycket diskreta om de inte känner killen så väl.

Pressen att passera som *lagom* återfinns även i Fanny Ambjörnssons avhandling *I en klass för sig. Genus, klass och sexualitet bland gymnasietjejer* (2004). De tjejer hon intervjuat och

studerat lever i en ständig strävan att positionera sig själva som normala, respektabla och ”lagom”. De använder bilder av ”horan”, av ”den lesbiska tjejen” och ”invandraren” för att kunna positionera sig som ”normala tjejer”. Hon beskriver hur kärleksideologin genomsyrar tjejernas resonemang samtidigt som de också på många sätt i praktiken gör avsteg från detta ideal, till exempel genom att hängla med främmande killar och bekanta. Det är statushöjande och ett tecken på kvinnlighet att vara heterosexuellt attraktiv. Hångel eller strul med killar som raggat upp en är därför något man gärna berättar om. Det är avgörande att det är de som blivit uppraggade och inte tvärtom, att själv ragga upp någon kan tyda på att man är desperat och inte gångbar på kärleksmarknaden. Tjejerna ger sig alltså hela tiden in i spelet men riskerar också därmed att passera gränsen för vad som uppfattas som att vara *alltför* sexuellt tillgänglig. Att ha pojkvän får, förutom att man får vara ”lyckligt kär”, dels betydelsen att man varit tillräckligt kvinnlig för att attrahera en man men också att man inte är *alltför* sexuellt tillgänglig, en slampa.

Lena Berg har i en senare studie kring unga män och sexualitet utifrån djupintervjuer med unga killar diskuterat vidare kring vad synen på kvinnor och tjejer som sexuellt tillgängliga kan få för konsekvenser (Berg 2005). Hon undersöker hur en ung man kan fortsätta den sexuella aktiviteten trots att kvinnan visar sin ovilja, hur fredlig heterosexuell praktik kan glida över i vad som kan bli en våldtäkt. Utgångspunkten för de intervjuade männen är att ingen vill våldta en tjej. Samtidigt blir det inte självklart att sluta ha sex med en tjej som till exempel är berusad och somnar under samlaget. Detta blir, menar Berg, möjligt utifrån vissa centrala omständigheter. Dels har den gemensamma sexuella upphetsningen *innan* hon somnar betydelse för vad som kan hända sedan och hur detta kan tolkas. En kille säger *”/.../hon ville ha sex och så somnar hon medan de har sex. Om han fortsätter då är det ingen våldtäkt...”*. Förutom den gemensamma lusten innan kan mannens *sätt* att njuta ha betydelse för hur väl han märker hennes avtagande delaktighet, om han till exempel blundar eller tittar på hennes bröst. Och detta gör en väsentlig skillnad för killarna i studien; om han inte märker att hon somnar är det inget övergrepp att fortsätta. För detta har också killens egen berusning betydelse, om han var för full för att märka att hon ”försvann”. De vet att det är fel att fortsätta, men alkohol gör det möjligt att förminska och förklara bort övergreppet (jämför med Jeffners studie om ungdomars syn på våldtäkt under tema Sexualbrott). En ”riktig” våldtäkt blir att *medvetet* gå över någon annans gränser och göra någon illa. Killarna diskuterar i intervjuerna om kvinnans lust egentligen har avtagit för att hon somnar,

hon har ju inte visat ovilja eller sagt nej. Berg menar att denna syn på kvinnor som sexuellt tillgängliga tills något annat påtalas lägger ansvar på kvinnor för den sexuella samvarons vara eller icke-vara.

I materialet *Bland horor, bockar och bögar* (2001) beskriver Bergström och Forshage hur RFSU Stockholm arbetar med frågor kring kärlek och sex med eleverna. De beskriver hur genusförväntningarna ständigt är närvarande bland eleverna, tjejer förväntas vara på ett sätt och killar på ett annat. De menar att systemet premierar vissa beteenden och bestraffar andra, vilket gör att systemet upprätthålls. På detta sätt begränsas framför allt tjejers men även killars sexuella utrymme. De kallar systemet för ”hor- och bocksystemet”, vilket speglar de olika förväntningar och begränsningar killar respektive tjejer har att förhålla sig till. Författarna menar att man inte kan se hor- och bocksystemet som ett isolerat fenomen, det ligger i linje med genussystemet i samhället – det vill säga föreställningen om två kön som varandras motsatser med män som överordnad grupp gentemot kvinnor. De menar att eleverna är väl medvetna om att tjejer och killar har olika sexuellt utrymme och att de ser detta som orättvist. De flesta tyckte också att detta var något som borde förändras men de vet ofta inte hur.

”Bocken” som fenomen kopplas till sexuellt umgänge, det handlar inte om killen som person utan att om han har haft sex med många tjejer. Synonymer till bock som kommer upp i diskussionerna med RFSU är hingst, kung, hjälte, player och Casanova. Att få detta epitet är en statussymbol. Däremot kan ”bockkryttet” vara till nackdel i lite äldre ålder då man kan betraktas som ”oseriös” av tjejer. Författarna beskriver hur den sexuella könsrollen för killar inte medför några begränsningar när det gäller möjligheten att säga ja till sex, så länge det är heterosexuellt. Däremot blir det värre för den kille som inte vill ha sex. Att säga nej till sex är något som är laddat för killarna framgår av elevdiskussionerna, det är något man som kille inte förväntas göra. Som kille ska man alltid vilja. Genussystemet skapar alltså begränsningar både för tjejer och för killar. Rätten att säga ja och rätten att säga nej blir ingenting som är vare sig okomplicerat eller självklart.

Arbetsmaterial

STARTER NIVÅ 1

En ”starter” är en övning eller en berättelse som är till för att väcka elevernas intresse för temat. Startern kan även användas till att sätta igång tankar om temats frågeställningar och problematik så att eleverna utifrån det kan formulera fler frågor att arbeta vidare med. Gör övningarna, läs berättelserna, diskutera och formulera frågor att gå vidare med.

Starter: Associera kring ”kärlek”

Skriv upp ordet ”kärlek” på tavlan och be eleverna att ösa ur sig allt de tänker på när de hör ordet, det finns inga rätt eller fel. Ett alternativ är också att använda ett föremål som kastas runt i en ring. Eleven som får föremålet ska snabbt säga ett ord och kasta föremålet vidare.

Diskutera de ord som kommit upp:

- Känns kärlek olika beroende på vem som är föremålet för kärleken, kompisar, familj, någon man är kär i?
- Kan kärlek göra ont?
- Är man alltid bara snäll mot någon man älskar?
- Vad är det för skillnad mellan att vara kär i någon, förälskad, attraherad?
- Kan kärlek ta slut?
- Kan man vara kär i mer än en person?

Starter: Oavslutade meningar

Läraren kan kopiera dessa meningar till eleverna. Eleverna får sedan själva skriva dit fortsättningen på meningarna. Ett annat alternativ är att eleverna sitter i en ring och att läraren i turordning läser upp meningar som eleverna får avsluta. Meningarna fokuserar framför allt på olika känsloupplevelser och relationer.

Förslag på meningar:

- När jag vill ha kul med kompisar brukar jag...
- Det är härligt med...
- Det är läskigt med...
- När man får komplimanger känns det...

- När man får höra kränkande kommentarer känner man sig...
- Att vara ihop med någon är...
- Att vara förälskad känns...
- När jag lyssnar på musik som jag tycker om känns det...
- Jag blir glad av...
- Jag blir arg när...
- När jag dansar känns min kropp...
- Jag tycker väldigt mycket om att...
- Jag mår bra när...
- Jag blir ledsen av...
- Jag gillar att kramas när...
- Jag gillar inte att kramas när...
- Just nu känner jag mig...
- När jag blir riktigt glad kan jag...
- När jag blir ledsen kan jag bli tröstad genom...
- Det är modigt att...
- Kärlek är...
- Det är härligt att...
- En bra kompis är...
- Romantik är...
- Det är läskigt att...
- Jag vill känna mig snygg när...
- Det är långtråkigt när...
- Jag skrattar när...
- Jag gråter när...
- Jag tycker väldigt mycket om att...
- Jag tycker det är läskigt när...
- När jag blir rädd känns det som...
- Det bästa jag vet är...
- Det värsta jag vet är...
- När jag var liten var jag rädd för...
- Det är svårt att...
- Ibland har jag lust att...

- Jag känner mig trygg när...
- När jag har drömt något läskigt känns det...
- När jag har drömt något roligt känns det...

Övningen kan avslutas med att eleverna ges möjlighet att diskutera några av meningarna, jämföra sina svar och fundera kring olikheter och likheter i svaren. Betona att känslor är personliga och att något som en person kanske inte alls har något emot kan vara obehagligt för någon annan. Diskutera hur man kan vara lyhörd inför andras känslor så att man inte medvetet eller omedvetet skapar obehag för någon annan.

Starter: Karin och morfar

Karin är på slätkalas med sin familj. De träffas ganska ofta i hennes släkt och varje gång de ses är det massor av folk, bullrigt och många barn som springer omkring. Karin tar av sig sina ytterkläder, hälsar glatt på alla och tittar sig omkring efter sin kusin Bea. Bea är två år yngre än hon själv, bara nio år, men de brukar ha kul ihop. När hon vänder sig om står hennes morfar där. Karin tycker om sin morfar men är samtidigt lite rädd för honom. Han är ganska sträng och har bullrig röst, och hon vet ofta inte riktigt vad hon ska säga till honom. Han brukar ställa töntiga frågor om skolan, samma frågor varje gång de ses. Men Karins mormor dog för några år sedan, och mamma har sagt att morfar är ensam och ledsen och att man måste vara snäll mot honom, så Karin brukar anstränga sig och prata med honom och svara på hans frågor. Ibland kan det vara rätt kul också när han berättar om saker han gjorde när han var liten.

Men det finns en sak Karin verkligen inte gillar och det är att morfar ska kramas så mycket när de ses. Kanske är det för att han känns så sträng och kanske för att han luktar konstigt och har så konstig hud. Det händer ofta att mamma puttar lite på Karin för att hon ska gå fram och ge sin morfar en kram. Efter en stund får hon syn på sin morbror Anders som står och pratar med någon. Karin blir glad, hon gillar sin morbror och han brukar säga så mycket knasiga men kul saker. Hon rusar fram och ropar hej och ger honom en stor kram.

- Varför är det så svårt för Karin att säga att hon inte vill krama sin morfar?
- Vad skulle ni ha gjort om ni var Karin?
- Måste man ”ställa upp” och låta andra ta i en för att de inte ska bli sårade?
- Hur kan man visa att man inte tycker om när någon tar i en?

- Är det svårare att säga ifrån till någon som man tycker om?
- Är det okej att Karins mamma puttar på henne för att hon ska krama sin morfar?
- Är det vanligt att vuxna har mindre respekt för barns önsningar och gränssättningar? Hur påverkar det barn?
- Kan man märka när en person inte vill kramas, fast den personen inte säger något?
- Karin ville gärna krama sin morbror. Hur känns det när man vill krama eller ta i någon?
- Hur känns det i kroppen när man kramar någon fast man inte vill och när man kramar någon som man vill krama?

STARTER NIVÅ 2



En ”starter” är en övning eller en berättelse som är till för att väcka elevernas intresse för temat. Startern kan även användas till att sätta igång tankar om temats frågeställningar och problematik så att eleverna utifrån det kan formulera fler frågor att arbeta vidare med. Gör övningarna, läs berättelserna, diskutera och formulera frågor att gå vidare med.

Starter: Associera kring ordet sex

Skriv upp ordet ”sex” på tavlan. Be eleverna att ösa ur sig allt de tänker på när de hör ordet, det finns inga rätt eller fel. Ett alternativ är också att använda ett föremål som kastas runt i en ring. Eleven som får föremålet ska snabbt säga ett ord och kasta föremålet vidare. Skriv upp alla ord på tavlan. Genom att våga uttala orden högt visar du att du inte är rädd för att ta sexuella ord i din mun och att du är beredd att föra samtalet på elevernas villkor.

Diskutera gemensamt de ord som kommer upp på tavlan.

- Vad är sex egentligen?
- Är sex samma sak som ett heterosexuellt samlag eller är sex mycket mer?
- Kan man ha sex med sig själv?
- Är sex bara förknippat med positiva saker? Är det så i verkligheten?
- Vilka kan vara negativa sidor av sex?
- Måste man vara kär för att det ska vara bra sex?
- Var går gränsen mellan till exempel hängel och sex? Eller finns det ingen gräns?

Det är viktigt att förmedla till eleverna att sex innebär olika saker för olika människor och att synen på sex har sett olika ut i olika tider och i olika samhällen. Ofta kan ordet "naturligt" komma upp i diskussionen, vilket kan fungera både normförstärkande och skuldbeläggande. Fyll gärna på med ord på tavlan under diskussionens gång.

Starter: Emma är kär

Emma sitter i sin bänk och tittar ut genom fönstret. De har prov i matte nästa timme och hon har svårt att koncentrera sig på vad läraren pratar om där framme. Varför pluggade hon inte mer i helgen! Läraren säger att de ska ha lite värderingsövningar. Emma suckar lite, hon orkar inte hålla på att diskutera en massa nu, även om hon brukar tycka att det är kul annars. "Ja, ni vet ju att det har varit en del diskussioner om homosexuellas rättigheter de sista åren", säger läraren, "nu tänkte jag att vi ska prata om det en stund." Emma tycker plötsligt att det känns som om hjärtat åkte ner i magen. De ska göra en heta stolen-övning, och de ska resa sig om de håller med om ett påstående och sätta sig om de inte håller med. "Homosexuella ska ha rätt att gifta sig", säger läraren som första påstående. Det blir lite fniss och småprat, men så småningom reser sig ungefär halva klassen, Emma reser sig också till slut på lite skakiga ben. Tittar någon på henne, syns det att hon är röd i ansiktet? Någon av killarna säger att homosexuella är äckliga, det är ju inte naturligt, det blir ju inga barn när de har sex. Läraren säger förmanande att det inte är något onaturligt eller fel att vara homosexuell, när heterosexuella har sex är det ju oftast inte heller för att skaffa barn. "Homosexuella är precis som vi andra, deras kärlek är lika mycket värd", säger läraren. "Vi?" tänker Emma, "är inte jag med i det "viet?"

Hon har försökt att inte tänka på det, men samtidigt kan hon inte låta bli. När hon tänker på Linnea, bara på Linnea, så känns det ju bara bra. När hon framför sig ser bilden av Linneas glada ögon och hennes små fräknar på näsan blir hon mjuk och glad i magen. Hon vill bara vara med henne jämt, och hon räknar alltid ner dagarna till nästa gång de ska ses. Hon tänker på Linneas mun och funderar på hur det skulle vara att kyssa den. De träffades mest tillsammans med andra förut, men nu har de börjat träffas rätt mycket själva. Ibland kan Emma vara helt naturlig med Linnea, de har kul och skrattar mycket. Men ibland, när hon känner av pirret i magen extra mycket, blir hon tyst och blyg. Tänk om Linnea visste vad hon tänker på! Ibland när hon blir så där tyst lägger Linnea huvudet på sned och frågar vad hon tänker på. "Inget särskilt", säger Emma, eller så hittar hon på något. Det händer att hon tänker att Linnea kanske känner samma sak för

henne, hon brukar titta på ett särskilt sätt på henne ibland, och hon tar varje chans hon får att ta i Emma, pilla i hennes hår eller ta hennes hand.

Ett år senare sitter Emma framför sin dator. Hon väntar på att Linnea ska komma över, de ska kolla på en film. Vi får väl se hur mycket av filmen vi kommer att se den här gången, tänker Emma och ler för sig själv. Det brukar alltid sluta med att de börjar kyssas så fort filmen kommer igång och sedan hänger de inte alls med i handlingen längre. Mamma sticker in huvudet och ler mot henne. ”Du ser glad ut”, säger hon, ”är du fortfarande lika kär i Linnea?” Emma nickar och känner hur mycket hon tycker om sin mamma. Hon vänder sig mot datorn igen. Hon är inne på en av RFSL:s chattsidor och kollar runt lite på måfå på olika personers hemsidor medan hon väntar på Linnea. Hon kommer på att hon ska söka på sin hemstad, undrar om hon kommer att känna igen någon? Plötsligt får hon upp en sida med en Hannes, 16 år. Hon läser och tänker att den här personen känner hon ju igen! Det måste vara Hannes som gick i hennes klass på högsta-diet! Men, var det inte han som sa att homosexuella var äckliga den där gången då de pratade om homosexualitet på samhällskunskapen?!

Frågor att diskutera.

- Hur vet man att man är kär i någon eller bara tycker väldigt mycket om någon? Vad tror ni gjorde att Emma förstod att hon var kär i Linnea?
- Vad tror ni hände, hur blev Emma och Linnea tillsammans? Vad skulle ni ha gjort om ni var Emma? Skriv gärna en fortsättning på berättelsen!
- Varför är man så rädd för att bli avvisad när man ska berätta att man är kär i någon? Är det svårare eller lättare om man är kompisar först?
- Hur många i er klass är kära eller förälskade just nu?
- Hannes sa på lektionen att han tycker att homosexuella är äckliga. Kan det vara den Hannes som Emma hittar på en chattsida för homosexuella? Varför sa han i så fall som han gjorde på lektionen?
- Vad tror ni kan ha varit skillnaden mellan Emma och Hannes, varför vågade hon inse vad hon kände men inte han?
- Läraren pratade om ”vi heterosexuella” som om det var självklart att alla i rummet var det. Tror ni att det är vanligt att man gör så, utgår från att personer är heterosexuella tills det visar sig att de inte är det? Hur påverkar det oss?

- Vad krävs för att man ska se sig själv som heterosexuell? Att man bara blir kär i det andra könet? Att man bara blir attraherad av det andra könet? Att man bara har sexuella fantasier om det andra könet? Att man aldrig kysser eller har sex med någon av motsatt kön?

Starter: Svara på frågor i frågespalter

Många ungdomar får sin information om sex, kärlek och relationer från frågespalter i tidningar och på Internet. I den här övningen får eleverna själva skriva svar till andra ungdomar som undrar över saker. Ge olika alternativ. Be dem välja något av alternativen och besvara frågan som om det var de som hade frågespalten. Eventuellt kan du be eleverna att lämna in sina svar. Välj ut några svar på varje fråga och läs upp dem för klassen utan att berätta vem som har skrivit dem.

Alternativ 1

Hej!

Jag är en kille på fjorton år som har en fråga. Vad gillar tjejer egentligen? Ibland känns det som att tjejer bara gillar killar som är tuffa och ”macho”. Jag är inte alls sån, även om jag försöker ibland. Jag har flera tjejkompisar och de gillar ju mig, men de är ju bara kompisar. Borde jag försöka träna på att bli kaxigare? Hur vill tjejer att man ska ta kontakt med dem? Ska man vara rakt på sak eller ska man vara mer mjuk? Känns som att alla andra börjar vara ihop med någon utom jag.

”Anonym”

Alternativ 2

Hej!

Jag vet inte vad jag ska göra. Jag har träffat världens finaste kille. Han är två år äldre än mig, sjutton, och vi har varit ihop i nästan en månad. Nu vill han att vi ska ha sex. Jag har inte haft sex förut. Jag tycker att det är mysigt när vi hånglar, men vet inte om jag vill göra mer, i alla fall inte än. Han säger att hans förra tjej och han hade jättemycket sex och att han saknar det. Det är som att jag både vill och inte vill samtidigt. Jag är rädd att han kommer att göra slut och bli tillsammans med sin förra tjej igen om jag inte har sex med honom. Hur ska jag prata med honom om det här? Snälla svara fort!

”Desperat”

Alternativ 3

Hjälp!

Känns som att jag håller på att bryta ihop snart. Alla andra tror att jag mår så bra men på insidan så mår jag dåligt. Jag känner mig ofta värdelös och tycker inte om mig själv längre. Det värsta är min kropp. Jag känner mig fet och ful, fast alla andra säger att jag är söt och smal. Jag kan inte alls se det när jag ser mig själv i spegeln och jag tänker hela tiden på vad jag äter, har blivit helt fixerad. Vad ska jag göra?

STARTER NIVÅ 3



En ”starter” är en övning eller en berättelse som är till för att väcka elevernas intresse för temat. Startern kan även användas till att sätta igång tankar om temats frågeställningar och problematik så att eleverna utifrån det kan formulera fler frågor att arbeta vidare med. Gör övningarna, läs berättelserna, diskutera och formulera frågor att gå vidare med.

Starter: Om Lisa och Tomas

En dag, bara några veckor innan studenten, står Lisas plats tom i klassrummet. De flesta utgår från att hon är sjuk, men sedan börjar ryktet sprida sig; hon är på en rättegång där hennes före detta pojkvän står anklagad för att ha misshandlat henne. Alla i klassen är chockade, ingen hade anat någonting. På rasten går diskussionerna höga; kan det verkligen vara sant? Man har ju en bild av vem som är en misshandlad kvinna, antingen ska det ju vara någon som har jättedålig självkänsla eller någon som är gift med en alkoholist. Och det borde väl ha märkts mer på Lisa? Men Lisa är ju en vanlig tjej, som vem som helst, och inte har väl hon betett sig så annorlunda på senaste tiden? Några av tjejerna i klassen har också träffat Lisas pojkvän Tomas, han har verkat hur trevlig som helst, och Lisa har verkat kär och lycklig tillsammans med honom. ”Fast”, säger Moa, ”jag och Lisa umgicks jättemycket förut men sedan hon träffade Tomas har vi knappt setts någonting utanför skolan.” Det visar sig att Moa och några andra tjejer som brukade umgås mycket med Lisa ganska snart märkte att Lisa var helt uppslukad av sin nya relation. ”Hon bara pratade om Tomas hela tiden och när vi till exempel var och fikade så kunde han ringa typ tio gånger och så satt de och gullade i telefonen. Det kan ju vara okej när man är helt nykära men sedan får man ju skärpa till sig. Och sedan ville hon ses mer och mer sällan. Jamen, så där vet man ju också att det är när man är kär,

men man kan ju inte bara dumpa sina kompisar när man träffar en kille, i alla fall inte hur länge som helst.” En annan tjej i klassen kan också berätta att sista gången hon och Lisa träffades och fikade så ringde Tomas flera gånger och skulle kolla vem hon var med. Lisa blev sur till sist och sa åt honom att lägga av och berättade lite generat för sin kompis när hon hade lagt på luren att Tomas är rätt svartsjuk av sig. ”Det kan vara rätt gulligt också, men ibland blir det bara för tröttsamt”, sa Lisa och skrattade lite.

Samtidigt som klasskompisarna står och pratar sitter Lisa i rättegångssalen. Hon känner sig frusen och trött och sneglar i smyg bort mot Tomas. Han sitter med huvudet nedböjt och tittar inte på henne. På raden bakom honom sitter hans föräldrar. Inte heller de har mött hennes blick. Det känns konstigt, tänk vad många gånger hon har suttit vid deras köksbord och pratat! När det är hennes tur att berätta sin historia blir hon först alldeles tom, åklagaren är tvungen att ställa samma fråga flera gånger. Till slut hör hon: ”Berätta för oss Lisa, hur var det när du och Tomas träffades?”

Hon kommer precis ihåg hur det var den dagen. Hon och hennes kompis från träningen, Lotta, satt på ett kafé och pratade. En kille kom fram till bordet. Han kände visst Lotta och efter ett tag satte han sig med dem och fortsatte prata. Hon kunde inte ta ögonen från honom, han var så snygg, men verkade ändå inte dryg utan frågade mycket om henne. Lotta försvann och bara de två satt kvar.

Efter den dagen hördes de på telefon några gånger innan han föreslog att de skulle ses och gå på bio. Hon var så glad och ringde runt till alla och berättade om vilken tur hon hade och hur nervös hon var. Efter bion följde fler träffar och bara några veckor senare frågade han lite generat om han kunde presentera henne som sin flickvän nu.

Lisas liv kretsade mer och mer kring Tomas. Det kändes som att hon flög fram och hon hade svårt att tänka på något annat än honom. Hon hade till och med en av hans t-shirtar i sin väska som luktade av parfymen han brukade använda och som hon luktade på i smyg. De ringde till varandra hela tiden och träffades så ofta de kunde. Hon träffade sina kompisar mindre, och träningen blev det inte så mycket av med längre, men det var det värt.

En eftermiddag när de varit tillsammans i flera månader var Tomas hemma hos henne. Hon skulle gå ut med sina kompisar och ha en ”tjejkväll på stan”. Hon hade tagit på sig en ny topp som hon köpt dagen innan och hon visade stolt upp sig för Tomas. ”Ska du verkligen ha på dig den där?” sa Tomas och såg plötsligt lite surmulen ut. ”Ja, om du vill visa upp dina bröst för alla så varsågod.” Hon tittade oroligt ner på sin uringning, inte

var den väl så djup? Tomas ser bara surare och surare ut ju mer hon fixar sig och hon börjar bli orolig. ”Varför är du så sur?” frågar hon. ”Men vad fan, det fattar du väl att jag inte tycker att det är så kul att du går och fläker ut dig så när inte jag är med, ska du ut och ragga eller?” Lisa blir ledsen men fortsätter tyst och sammanbitet att göra sig i ordning. ”Jag får väl ha på mig vad jag vill”, säger hon innan hon går, ”och jag tycker att det är jäkligt taskigt av dig att säga så till mig, du vet ju hur kär jag är i dig.”

Veckorna rullar på, de fortsätter att ses hela tiden. Tomas säger hela tiden till henne hur fin och vacker hon är, hon är så lycklig att hon träffat någon som han. Men det börjar kännas lite jobbigt att han är så svartsjuk. Han frågar ofta vem hon träffar och blir lite småsur om det varit andra killar med i sällskapet. Hon kan känna sig rätt smickrad ibland, särskilt när han säger sådant som: ”Men det fattar du väl att jag blir lite svartis när du är med andra killar, du som är så söt och sexig, dig skulle de ju lägga beslag på direkt om de kunde.” Samtidigt kan det bli lite jobbigt ibland när hon måste blidka hans svartsjuka, och sin gamla kompis Jonas träffar hon knappt alls längre, det blir för jobbigt efteråt. Å andra sidan träffar hon ändå mest Tomas nu för tiden så det märks inte så mycket.

Tomas börjar så småningom kommentera ganska mycket hur hon borde se ut och vad hon borde göra. Han gillar när hon har kjol eller klänning på sig, och hon har börjat ha det mycket oftare än förut, man vill ju vara fin för den man är tillsammans med! När hon har kläder han gillar kan hon få massor av komplimanger, hon känner sig som en prinsessa. Men när hon har på sig något han inte tycker är så snyggt kan han få en kritisk min i ansiktet. Hon försöker att inte anpassa sig för mycket, men samtidigt har hon själv svårt att tycka att de där byxorna var så fina om han har visat att han inte gillar dem.

När de varit tillsammans i över ett halvår börjar Tomas förändras lite. Han börjar ge henne små pikar för vad hon säger, hur hon ser ut eller för vad hon gör. ”Du, du vet att du har ett rätt högljutt skratt, va?” kan han säga eller så kan han antyda att hon kanske inte ska uttala sig så mycket i vissa ämnen för hon är ju faktiskt inte så insatt. En dag säger han att hon kanske inte borde ha den där tajta tröjan, hon är ju inte direkt vältränad. Han kan fortfarande ösa beröm över henne, men allt oftare kommer de små taskiga kommentarerna. Hon försöker oftast skratta bort dem, han menade säkert inte så illa, men innerst inne blir hon ledsen. Hon kanske inte är så snygg trots allt? Och hon har ju faktiskt inte så bra koll som han har. Lisas självförtroende och självkänsla börjar försämrans.

Lisa märker också att Tomas kan vara rätt svår att ha att göra

med när han är bland sina kompisar. Ibland är det som att hon knappt finns, och han kan skämta på hennes bekostnad inför de andra. Kanske skäms han lite för henne? Till slut är hon oftast ganska tyst när de umgås med hans vänner, sitter och pratar med någon av hans kompisars flickvänner ibland medan han pratar med sina kompisar.

Lisa känner sig inte alls lika fin längre, och hon har inte lust att ha sex lika ofta. Tomas vill ha sex nästan varje gång de ses själva, och hon börjar tycka att det är rätt jobbigt. ”Kan vi inte bara prata i stället?” säger hon och tar bort hans hand. Ofta accepterar Tomas det, men ibland blir han sur. Börjar prata om att han faktiskt har behov och att de tjejer han haft tidigare minsann har velat ha sex lika ofta som han. Lisa börjar ställa upp och ha sex ibland trots att hon inte vill, det är så jobbigt när han blir så sur, och så kan han dessutom vara så mjuk och gullig efteråt, kramas och säga hur fin och bra hon är.

En dag ska Lisa gå ut med sina kompisar, det var länge sedan sist. Tomas blir sur, han hade ju tänkt att de skulle ses och kolla på film. Lisa bestämmer sig för att gå ändå. Under kvällen ringer Tomas hela tiden på hennes mobil, han frågar vem hon pratar med och vad hon gör. Till sist bestämmer hon sig för att stänga av mobiltelefonen, hon kan ju alltid låtsas att batteriet tog slut. Hon har roligt och stannar ute ganska länge. Vid ett-tiden kommer Tomas in på krogen. Han är arg och går fram till henne och säger att det är dags att gå hem. Varför svarar hon inte i telefonen för? Hon blir jättearg, men följer med honom ut, det är ju pinsamt att gräla inför alla andra. När de kommer ut på gatan tar han tag i hennes arm och drar henne mot bilen. Det gör ont och hon stretar emot. Då tar han tag i henne och föser in henne i bilen och kör därifrån.

Dagen efter skäller Lisa på Tomas. Han är jätteledsen, gråter och säger att det bara är för att han tycker så mycket om henne som det blev så där. Nu ska han skärpa sig. Lisa tycker synd om honom och förlåter honom.

Nu blir det mycket bättre mellan Lisa och Tomas ett tag. Några månader senare ska Lisa och Tomas gå ut båda två. De träffar ett gäng kompisar och Lisa sitter ganska länge och pratar med en kille som gillar samma musik som hon. När de går därifrån är Tomas ett åskmoln, och han är tyst hela vägen hem till honom där de bestämt tidigare att de ska sova. När de kommer in i hallen exploderar Tomas. Han skriker åt Lisa, och hon börjar bli rädd men försöker svara tillbaka. När de grälat en lång stund börjar Tomas knuffa på henne. Sedan tar han tag i hennes armar och börjar skaka henne. Hennes huvud åker in i hallväggen, det gör ont och nu är hon riktigt rädd och skriker åt honom att sluta. Det slutar

med att han knuffar ner henne på golvet, sätter sig över henne och slår henne i huvudet två gånger. Efteråt ligger han kvar och gråter. Hon tar sig skakande och chockad därifrån. Nästa dag ringer Tomas och bönar och ber att få träffa henne igen. Han är så fruktansvärt ledsen, han hade aldrig kunnat tro att han skulle slå en tjej. Det kommer aldrig, aldrig att hända igen. Han har haft det så jobbigt ett tag, med föräldrar som tjafsar på honom och massor att göra i skolan. Han gör vad som helst om hon bara vill fortsätta att vara tillsammans.

När det gäller våld mot tjejer och kvinnor i nära relationer så följer det ofta ett mönster, det kallas för en normaliseringsprocess. Om Tomas hade slagit Lisa första gången de träffades hade hon antagligen aldrig träffat honom mer. Men normaliseringsprocessen gör att gränserna för vad man uppfattar som normalt långsamt förskjuts. Det börjar som en vanlig kärleksrelation och man tycker inte att det är så konstigt med lite svartsjuka eller att man träffar sina kompisar mindre. Pojkvännen blir viktigare och viktigare och det han säger blir en måttstock för hur bra man känner sig. Man träffar inte så många andra längre så det finns inte heller andra runt omkring som kan ge andra bilder av verkligheten. Det är sällan så att han bara är taskig hela tiden utan han växlar mellan att vara spydig eller elak och att vara samma fina kille som man blev kär i. Man vill gärna tänka att den elaka sidan är tillfällig och att den fina sidan är sådan han är innerst inne. När första slaget kommer har man tagit över hans bild av sig själv, man har en mycket lägre självkänsla än vad man hade tidigare, och man vill så gärna tro honom när han är ledsen och säger att det aldrig ska hända igen.

Frågor att diskutera:

- Vad tror ni att Lisa gör, träffar hon Tomas igen?
- Kommer Tomas i så fall att slå henne fler gånger?
- Om hon fortsätter att vara tillsammans med honom, hur kommer det att påverka henne och deras relation att han har använt våld? Hur kommer hon att känna nästa gång de bråkar?
- Hur ska man kunna veta när man har anpassat sig för mycket i en relation?
- Kan det kännas smickrande med svartsjuka? Är det okej att visa svartsjuka? När går det över i en kontroll av den andra personen?

- Lisa var modig och gjorde till slut en polisanmälan. Våldigt många gör inte det, och många berättar inte för någon om vad som händer i relationen. Varför är det så? Vad skulle kunna göra det lättare att berätta?
- När gjorde Tomas något brottsligt mot Lisa första gången?
- Lisa känner även att hon måste ställa upp på sex som hon egentligen inte vill ha med Tomas. Kan ni förstå att hon ändå gör det? Tror ni att det är vanligt att man ställer upp på sex man inte vill ha även i relationer som inte blir misshandelsrelationer? Vad beror det på? Hur påverkar det en?
- Lisas klasskompisar är chockade över att just Lisa blivit misshandlad av sin pojkvän. Vad finns det för föreställningar om kvinnor och tjejer som hamnar i misshandelsrelationer? Om män och killar som slår? Hur ser det ut i verkligheten?
- Våldigt många av de våldtäkter som polisanmäls har skett i nära relationer. Vad tror ni att det beror på? Tror ni att det är svårare att tänka att man har blivit våldtagen när det är någon man är kär i?
- I normaliseringsprocessen ingår att man oftast har blivit utsatt för psykiskt våld innan man blir utsatt för fysiskt våld. Många relationer som innehåller psykiskt våld leder aldrig till fysiskt våld, det är någon som i stället hela tiden blir nedtryckt. Vad kan psykiskt våld vara? Tänk ut olika exempel. Hur påverkas man av det?
- Hur hade de som fanns runt omkring Lisa kunnat hjälpa henne tidigare? Vad hade de kunnat vara uppmärksamma på för signaler?

Starter: Stå på linje

Lägg ut papper i en linje på golvet, numrerade från 1 till 6. När du säger påståenden till eleverna ska de gå och ställa sig vid en siffra som motsvarar hur mycket eller lite de håller med om påståendet. Siffran 6 betyder ”Håller helt med” och siffran 1 betyder ”Håller inte alls med”. Ingen får ställa sig mitt emellan några siffror. När eleverna ställt sig vid någon siffra får de först diskutera en liten stund med de elever som står närmast, för att sedan diskutera i storgrupp.

Påståenden:

Sex och kärlek hör ihop.

Killar och tjejer har samma syn på sex.

Porr är bra.

Tjejer har frihet att klä sig hur de vill.

Killar har frihet att klä sig hur de vill.

Det är bra att det pratas så mycket om sex i media.

Starter: Svara på frågor i frågespalter

Många ungdomar får sin information om sex, kärlek och relationer från frågespalter i tidningar och på Internet. I den här övningen får de själva skriva svar till andra ungdomar som undrar över saker. Be dem välja något av alternativen och besvara det som om det var de som hade frågespalten. Eventuellt kan du be eleverna att lämna in sina svar. Välj sedan ut några svar på varje fråga och läs upp dem för klassen utan att berätta vem som har skrivit dem.

Alternativ 1

Hej!

Jag är en kille på 17 som har ett problem som känns lite skämmigt. Jag blev tillsammans med en tjej för fyra månader sedan, hon är världens finaste och jag är jättekär i henne. För någon månad sedan hade vi sex för första gången. Varken jag eller hon har haft sex med någon förut. Det har väl funkat rätt okej, men det känns inte som att jag kan tillfredsställa henne riktigt. Det har inte gått för henne en enda gång. I porr och i filmer är det ju bara ut och in, och tjejen får orgasm av det. Man vet ju att det inte funkar riktigt så i verkligheten, men man får ju inte se så mycket annat heller. Så nu undrar jag; vad gillar tjejer egentligen? Hur ska jag få henne att njuta mer när vi har sex? Hur vill tjejer att man ska ta i dem? Kan det gå för tjejer av att bara ha samlag eller måste man göra annat också?

Undrar

Hugo

Alternativ 2

Hej!

Jag är en tjej som går andra året på gymnasiet. När jag var på mitt lantställe i somras så träffade jag en tjej där. Vi var kompisar först men efter ett tag kände jag att jag var förälskad i henne. Jag berättade det för henne, och hon kände samma sak, så vi hade ett förhållande medan jag var på landet. Vi bor i olika städer så nu är vi bara kompisar och hörs ibland. Jag har varit ihop med flera killar förut och jag har känt mig förälskad i dem med, men inte alls som jag var i den tjejen. Jag har haft ihop det lite med en kille sedan dess, men jag kan inte sluta att tänka på henne och jag

fortsätter att kolla på tjejer. Tror du att jag är homosexuell? Eller bisexuell? Egentligen har jag inte så mycket problem med det, jag menar att all kärlek är ju bra kärlek. Men jag vet inte riktigt hur jag ska berätta det här för mina föräldrar och för mina kompisar. Jag har ingen aning om hur de kommer att reagera. Hur tycker du att jag ska göra? Tacksam för snabbt svar!

Alternativ 3

Hej.

Jag är en kille som går andra året på gymnasiet. Jag är kär i min kompis, som går i min klass. Här är problemet. Hon har varit tillsammans med en kille i snart ett halvår. Jag träffar henne inte alls utanför skolan längre, jag orkar inte, det gör ont i hela mig. Jag vet att det är henne jag vill vara med, jag har försökt släppa henne men det går inte. Jag vet inte vad jag ska ta mig till. Jag vill inget hellre än att bli älskad av henne, kramas, pussas, skratta, vara... Hjälp mig om det går!

** hoppas **

UNDERSÖK OCH BESKRIV NIVÅ 1



Nedan presenteras exempel på frågeställningar som eleverna kan börja med att undersöka. Fyll gärna på med fler frågor.

Undersök känslor

Hur känns olika känslor i kroppen? Prata först två och två och sedan i klassen om hur olika känslor kan kännas i kroppen:

- När man är glad?
- När man är förälskad?
- När man är hungrig?
- När man är nervös?
- När man kramas med någon man tycker om?
- När någon tar i en fast man inte vill?
- När man äter något jättegott?
- När man är ledsen?
- När ingen lyssnar på en?
- När man känner sig ensam?
- När man känner sig arg?

Prata om hur de olika känslorna känns, kan de kännas olika för

olika personer? Var i kroppen sitter de? Har de någon färg eller form? Vad händer med känslan i kroppen om man försöker ta bort den och låtsas känna något annat? Går det? Varför kan det vara viktigt att känna efter hur olika känslor känns i kroppen? Det finns inget ”fel” sätt att känna på, alla känslor är rätt, och det är viktigt att de får finnas!

Undersök relationer

Vad innebär en bra vänskapsrelation? Gör listor tillsammans på tavlan. Vad innebär en bra relation när man är ihop med någon? Titta på listan för bra vänskapsrelationer. Är det samma saker som gäller när man är ihop, ska man stryka eller lägga till något?

Ta fram en novell eller berättelse om en kärleksrelation från någon tidning, till exempel *Mitt Livs Novell* eller *Frida*. Läs igenom novellen. Byt sedan ut könen mellan de två personerna som kärlekshistorien utspelas mellan, det vill säga tjejen blir kille och tvärtom. Läs igenom novellen på detta sätt. Vad händer? Verkar det konstigt eller mindre trovärdigt på något sätt? Vilka beteenden i texten verkar vara kopplade till att tjejen är tjej och killen är kille? Ser det ut så i verkligheten, att så mycket är kopplat till om man är tjej eller kille? Tror ni att kärleksrelationer ser ut som i texten eller skulle det även kunna se ut som det gör när ni har bytt ut könen? Tror ni att man som tjej och som kille påverkas av vad man läser, hur det ”ska” se ut? Försöker man göra så/vara så i verkligheten? Hittar ni några berättelser som handlar om personer av samma kön? Tror ni att det är en verklig bild av hur kärleksrelationer ser ut som visas?

Undersök kropp och kön

Vad finns det för olika namn på killars respektive tjejers kön? Spåna i klassen eller fråga runt på skolan och gör två listor med alla ord som kommer fram.

Hur ser tjejers och killars kön ut? På tecknade bilder är det lätt att känna att man har ett kön som inte ser ut som andras. Ta fram bilder att titta på, till exempel från RFSU:s skrifter *Fittfakta* och *Kukkunskap*.

Vart kan man vända sig i er kommun om man har frågor kring kropp, kärlek eller sex? Vart kan man vända sig om man tror att man är homo- eller bisexuell och har frågor om det?

Förslag på tillvägagångssätt

Diskutera i smågrupper:

Intervjua klasskompisar eller andra elever på skolan.

Leta efter information på Internet, på Folkhälsoinstitutets hemsida

da www.fhi.se eller regeringens hemsida www.regeringen.se eller på ungdomsmottagningarnas hemsida www.ungdomar.se

Intervjua eller bjud in personer från till exempel Ungdomsmottagningen, RFSU, RFSL, representanter för olika kyrkor eller andra organisationer.

Leta efter information på biblioteket.

Diskutera olika frågeställningar med föräldrar eller far- och morföräldrar.

UNDERSÖK OCH BESKRIV NIVÅ 2



Nedan presenteras exempel på frågeställningar som eleverna kan börja med att undersöka. Fyll gärna på med fler frågor. Det finns också förslag på olika tillvägagångssätt.

Undersök kärlek och sex

Vad finns det för frågeställningar kring sex och kärlek i klassen? Alla får skriva anonymt på lappar, även de som inte har några frågor får skriva något så att det inte märks vem som har skrivit. Läs upp lapparna högt. Ta reda på så många svar ni kan själva. Om det finns frågor ni inte hittar svar på, bjud in någon, till exempel från ungdomsmottagningen eller RFSU. Ge dem frågorna innan så att de vet vad ni vill ha svar på!

Varifrån får unga sin information om sex och kärlek? Från ungdomsmottagningen, genom frågespalter, från skolan, från Internet, genom porr eller från föräldrarna? Eller någon annanstans ifrån? Gör en enkätundersökning på skolan. Markera hur tjejer respektive killar svarar.

Vad vi tänker på när vi hör ordet sex, hur människor har sex och vad som har setts som ”naturligt” och ”normalt” när det gäller sex är föränderligt. Det förändras hos varje individ under livet, hur man tänker kring sex ser inte likadant ut när man är femton som när man är femtio. Synen på sex förändras också historiskt, och det ser olika ut i olika samhällen och kulturer. Hur har synen på människors sexualitet och på vad som är en ”normal” sexualitet sett ut historiskt i Sverige? Skiljer sig vårt sätt att tänka kring sex i Sverige från hur det ser ut i andra kulturer?

Hur ser man på kärlek och sexualitet inom olika religioner? Hur har det sett ut historiskt? Hur ser det ut idag?

Var går gränsen mellan sex och det vi brukar kalla för övergrepp? Vad är egentligen ett övergrepp? Hur vet man när man har varit med om ett övergrepp? Vad ska man göra om man har blivit utsatt för någon form av övergrepp?

Undersök kärlek och relationer

Att göra slut med någon kan nästan vara ännu läskigare än att ta initiativ till att bli tillsammans med någon. Vad finns det för anledningar till att man gör slut? Vad tycker ni i klassen, hur har det sett ut för människor runt omkring er? Kan det finnas anledningar att göra slut trots att man fortfarande är kär i någon? Vilka sätt är bra sätt att göra slut på?

Hur ser ett jämlikt förhållande ut för er? Fundera i klassen och gör en lista. Är det viktigt att ett förhållande är jämlikt?

Undersök kärleksrelationer i media.

Hur beskrivs kärleksförhållanden i media? Riv ut bilder ur tidningar och gör collage som uttrycker normen för hur förhållanden ska se ut.

Undersök porr

Vad är porr? Hur definierar ni i klassen vad pornografi är? Hur många ungdomar har sett på porr? Gör en anonym enkätundersökning och leta upp undersökningar som har gjorts. I vilka medier kan man hitta porr? På vilket sätt regleras porr i den svenska lagstiftningen?

Förslag på tillvägagångssätt

Diskutera i smågrupper.

Intervjua klasskompisar eller andra elever på skolan.

Leta efter information på Internet, på Folkhälsoinstitutets hemsida www.fhi.se eller regeringens hemsida www.regeringen.se eller på ungdomsmottagningarnas hemsida www.ungdomar.se

Intervjua eller bjud in personer från till exempel ungdomsmottagningen, RFSU, RFSL, representanter för olika kyrkor eller andra organisationer.

Leta efter information på biblioteket.

Diskutera olika frågeställningar med föräldrar eller far- och morföräldrar.

UNDERSÖK OCH BESKRIV NIVÅ 3



Nedan presenteras exempel på frågeställningar som eleverna kan börja med att undersöka. Fyll gärna på med fler frågor. Det finns också förslag på olika tillvägagångssätt.

Undersök sex

Hur tror ni att ungdomars sexuella erfarenheter ser ut i er ålder? Gör en enkätundersökning i klassen eller på skolan om hur eleverna tror att det ser ut. Observera att det inte handlar om att undersöka andras sexuella erfarenheter utan hur de *tror att det ser ut*. När tror de är snittåldern för att ha sex första gången? Hur många tror de har haft eller skulle vilja ha sex med någon av samma kön? Hur många tror de har provat att ha analsex? Hur många tror de har provat att ha gruppsex? Ta gärna med fler frågor som ni kommer på. När ni gjort undersökningen kan ni titta på de undersökningar som gjorts bland annat av Folkhälsoinstitutet. Jämför dem med era egna resultat om vad eleverna trodde och diskutera. Skiljer resultaten sig mycket åt? Vad tror ni i så fall att det kan bero på? Säger undersökningarna något om hur svenska ungdomars sexsvanor har förändrats under åren?

Vad tänker ni på när ni hör uttrycken ”bra sex” och ”dåligt sex”? Gör listor i smågrupper och diskutera. Tänk in alla aspekter som kropp, känsla, beröring och beteende mot varandra. Har alla samma bild? Måste bra sex innebära att man har känslor för varandra? Kan dåligt sex förekomma i en relation där man är kära i varandra? Går delar av det ni har skrivit under ”dåligt sex” att kategorisera som kränkningar eller övergrepp?

Undersök integritet

Vad betyder begreppet integritet? Är integritet viktigt för oss människor? Ibland säger man att någon har ”en stark integritet”, vad betyder det? Föds vi med olika behov av integritet? Vad kan det bero på att någon inte har en stark integritet?

Undersök bilden av sexighet som förmedlas i media

Hur framställs sexighet i media? Ta fram olika veckotidningar, klipp ut bilder och gör ett collage i smågrupper. Under nästa steg ”Analysera och bearbeta” finns förslag på frågor för vidare diskussion.

Undersök relationer och sex i ett historiskt perspektiv

Hur har synen på kärleksrelationer och äktenskap förändrats historiskt i Sverige? Synen på homosexuella kärleksrelationer? Hur

såg det ut för hundra år sedan? För femtio år sedan? Hur ser det ut idag? Vad ligger bakom de olika synsätten? Hur har detta påverkat den svenska lagstiftningen?

Undersök våld, hot och förtryck i relationer

Hur vanligt är det att man blir utsatt för våld eller hot av den man är eller har varit tillsammans med? Hur vanligt är det bland unga? Hur ser det ut i anmälningsstatistiken? Hur stora bedömer man att mörkertalen är, det vill säga hur många tror man inte polisanmäler det man utsatts för i en relation?

På senare år har man börjat prata mycket om hedersrelaterat förtryck i Sverige. Vad innebär hedersrelaterat förtryck? Vad innebär hedersrelaterat förtryck för tjejers respektive killars begränsningar och möjligheter att själva bestämma över sin kropp, sin sexualitet och sina relationer? Kan ni se några kopplingar till hur vi ser på killars och tjejers sexualitet med möjligheter och begränsningar i den svenska kulturen?

Vad finns det för hjälp att få i er kommun om man är utsatt för våld av den man lever med? Vad finns det för hjälp att få om man är utsatt för hedersförtryck? Vad finns det för andra ställen man kan vända sig till, till exempel frivilligorganisationer, jourtelefoner eller hemsidor på Internet?

Förslag på tillvägagångssätt

Diskutera i smågrupper:

Intervjua klasskompisar eller andra elever på skolan.

Leta efter information på Internet, på Folkhälsoinstitutets hemsida www.fhi.se, regeringens hemsida www.regeringen.se, Brottsförebyggande rådet www.bra.se, organisationer som arbetar mot våld mot kvinnor, till exempel www.roks.se, www.kvinnojour.com eller organisationer som arbetar mot hedersförtryck, till exempel www.elektra.nu

Intervjua eller bjud in personer från till exempel ungdomsmottagningen, RFSU, RFSL, kommunen, representanter för olika kyrkor eller andra organisationer som kvinno-, tjej- eller brottsofferjourer.

Leta efter information på biblioteket.

Diskutera olika frågeställningar med föräldrar eller far- och morföräldrar.

ANALYSERA OCH BEARBETA NIVÅ 1



Här presenteras exempel på frågeställningar som eleverna kan analysera vidare. Komplettera gärna med egna! Motivera eleverna till att söka svar på frågor som: Vad finns det för orsaker? Vilka blir konsekvenserna? Hur ser det ut om vi jämför? Vilka skillnader finns? Och vad beror det på?

Om känslor

Vad innebär det att ha en bra självkänsla? Ge olika exempel. Vad stärker din självkänsla? Vad minskar din självkänsla? Tror ni att det är vanligt att man söker en bra självkänsla genom att få bekräftelse från andra, till exempel kompisar eller pojk- eller flickvän? Vad finns för för- och nackdelar med det?

Om kropp och kön

Titta på listan ni gjort över namn på tjejers respektive killars kön. Diskutera de ord ni kommit fram till. Vilka ord har en positiv, negativ eller neutral klang? Vad betyder de olika orden? Vilka tror ni att folk i allmänhet känner sig bekväma med att använda? Hur tror ni att det påverkar vår syn på våra kroppar och könsorgan om det inte finns självklara ord att använda? Är ord viktiga? Tror ni att killar och tjejer har olika relation till sina könsorgan? I så fall; på vilket sätt och varför? Vilka ord för tjejers respektive killars könsorgan tycker ni är bäst?

Har killar och tjejer samma behov av kramar och kroppslig närhet? Kramas killar och tjejer lika ofta? Är det alltid skönt med kramar och fysisk närhet eller kan det kännas fel ibland? Känner man när någon inte vill ha en kram eller bli tagen i?

Om relationer

Vad innebär det att vara ihop med någon? Kan det kännas viktigt att vara ihop med någon? Varför? Hur blir man ihop med någon? Ser killar och tjejer olika på relationer? Varför tror ni att det är så? Vad är det som är bra med att vara ihop med någon? Vad kan vara extra härligt? Vad kan vara svårt? Skulle det vara okej på er skola att vara ihop med någon av samma kön? Om ni skulle vara ihop med någon, hur skulle ni vilja att det var? Hur skulle personen ni är ihop med vara?

ANALYSERA OCH BEARBETA NIVÅ 2 ●●●●●

Här presenteras exempel på frågeställningar som eleverna kan analysera vidare. Komplettera gärna med egna frågor! Motivera eleverna till att söka svar på frågor som: Vad finns det för orsaker? Vilka blir konsekvenserna? Hur ser det ut om vi jämför? Vilka skillnader finns? Och vad beror det på?

Om kärlek och sex

Ta fram er enkätundersökning om varifrån unga får information om kärlek och sex. Diskutera resultaten. Är det bra att det ser ut som det gör? Får unga en heltäckande och realistisk bild av sex och kärlek? Finns det en skillnad mellan varifrån killar och tjejer får information? Hur påverkar det i så fall tjejers och killars bild och hur det kan se ut i relationer och sexuella möten?

Ibland pratar man om att tjejer kan få ett "horrykte". Vad finns det för anledningar till att en tjej kan få ett sådant rykte? Gör en lista över alla anledningar ni kan komma på. Vad innebär det att uppträda "horigt" eller "lösaktigt"? Kan killar drabbas av något liknande rykte och i samma utsträckning? Får tjejer vara stolta över sina sexuella erfarenheter? Om inte, varför är det så?

För killar är det ofta status att ha många tjejer och att skryta om sexuella erfarenheter. Vad kan en sådan kille kallas? Kan killar drabbas av något rykte? Hur ser i så fall det ut? Finns det några nackdelar med att killar "ska" vilja ha sex och ha stor sexuell erfarenhet att prata om?

Titta på er undersökning om hur man ser på kärlek och sexualitet i olika religioner. Vad finns det för skillnader och vad finns för likheter? Historiskt och idag? Hur har det påverkat hur man ser på kärlek och sexualitet i det svenska samhället och den svenska kulturen? Hur man ser på det i andra länder och kulturer? Vad blir konsekvenserna för hur man ser på hur kvinnor och män är och bör bete sig?

Man brukar säga att sex ska vara ömsesidigt. Vad menas med begreppet ömsesidighet? Är det alltid ömsesidigt sex om ingen har sagt nej till sex? Om båda har sagt ja till sex? Kan ni komma på situationer när någon inte säger nej eller där båda säger ja som ändå inte behöver vara ömsesidigt sex? Måste det kännas bra för båda för att det ska vara ömsesidigt?

Tror ni att tjejer och killar onanerar lika mycket? Om inte; varför? Är det lika okej för tjejer och killar att prata om att man onanerar? Om inte; varför? Hur påverkar det oss? Vilka fördelar finns det med att onanera?

Vad är lust? Vad är en lustfylld känsla? Vilka lustfyllda känslor finns som inte är kopplade till sexualitet? Vad är skillnaden mel-

lan dem och en sexuellt lustfylld känsla? I vilka delar av kroppen kan lusten kännas?

Om kärlek och relationer

Diskutera kärleksrelationer: Vilka är mina rättigheter och mina skyldigheter i en kärleksrelation? Kan det innebära att man måste anpassa sig och kompromissa när man är tillsammans med någon? Hur märker man när man har anpassat sig för mycket? När kan det finnas skäl att göra slut med någon, fast man är kär? Är det okej att visa svartsjuka? I vilka situationer och på vilket sätt i så fall? Vad kan konsekvenserna bli om ett förhållande inte är jämlikt?

I vårt samhälle är det vanligare att en äldre man är tillsammans med en yngre kvinna än att en äldre kvinna är tillsammans med en yngre man. Varför är det så? Varför ser vi oftare män som friar till kvinnor än tvärtom? Vad finns det mer för normer kring förhållanden? Vad finns det för för- och nackdelar med normerna?

Om kärleksrelationer i media

Ta fram era collage om hur kärleksrelationer framställs i media och diskutera:

Vad är det för bild av kärlek och relationer som förmedlas?

Hur mycket påverkas man av bilden av den perfekta relationen? Kan det skapa förväntningar som är svåra att uppfylla?

Vad ges för bild av hur killar respektive tjejer förväntas vara för att passa ihop?

Kan pressen på att man "ska ha någon" eller längtan efter kärlek och närhet göra att man inte är sig själv eller att man ställer upp på saker som man egentligen inte vill?

Ser bilden likriktad ut eller finns det olika alternativa bilder? Skildras några andra relationer än heterosexuella? Finns det bilder där till exempel hon är äldre än han, där han är ett sexobjekt och så vidare? Vilka normer är det som råder?

Om porr

Diskutera porrens för- och nackdelar. Vilka är det som producerar porr? Vem är det som är med och varför? Kan porr fungera som ett informationsmaterial om sex? På vilket sätt är det bra eller dåligt? På vilket sätt behöver den bild av sexualitet som ges i porren korrigeras eller kompletteras? Hur skildras mäns respektive kvinnors sexualitet i porr? Hur kommer det sig att porrindustrin är så stor? Skiljer sig synen på porr mellan tjejer och killar? Hur och varför i så fall?

ANALYSERA OCH BEARBETA NIVÅ 3 ●●●●●

Här presenteras exempel på frågeställningar som eleverna kan analysera vidare. Komplettera gärna med egna frågor! Motivera eleverna till att söka svar på frågor som: Vad finns det för orsaker? Vilka blir konsekvenserna? Hur ser det ut om vi jämför? Vilka skillnader finns? Och vad beror det på?

Om sex

”Dina läppar säger nej men dina ögon säger ja” heter det i en gammal sångtext. Finns det fortfarande en bild av att kvinnor ofta säger nej till sex fast de egentligen vill? Vad finns det för anledningar i så fall? Kan det vara okej att ta på någon eller att ha sex med någon som säger nej, men som man tror egentligen vill? Är det okej att ta på eller ha sex med någon som inte har sagt eller visat ja?

Tror ni att det är vanligt att man tjarar till sig sex? Finns det någon skillnad mellan hur ofta killar respektive tjejer tjarar till sig sex? Finns det några situationer när det kan vara okej att tjata till sig sex? Tror ni att den person som blivit tjarad på plötsligt kan ändra sig och vilja ha sex, att tjarat kan vara tändande?

När man talar om sexualitet används ofta ett språk som gör mannen till den aktiva och kvinnan till den passiva. Man talar om att en man ”sätter på” en kvinna, inte om att en kvinna ”sätter på” en man. Man säger att ”penis penetrerar slidan”, inte att ”slidan omsluter penis”. Varför ser det ut så här? Vilka ord använder vi i vilka situationer? Stämmer det överens med hur vi ser på mäns och kvinnors sexualitet? Är ord viktiga för hur vi uppfattar oss själva och våra relationer? Kan ni komma på fler exempel?

Om integritet

Vad kan konsekvenserna bli om någon kränker ens integritet? Hur ska man göra för att vara säker på att inte kränka andras integritet? Vad har begreppen integritet och människovärde för samband?

Om bilden av sex i media, reklam och i samhället

Det offentliga rummet blir mer och mer sexualiserat genom reklam, filmer, tidningar och musik. Vad finns det för exempel på detta? Vilka fördelar respektive nackdelar kan finnas med en öppnare syn på sex? Får man en realistisk bild av sex? Finns det skillnader i hur man speglar mäns respektive kvinnors sexualitet? Hur ser skillnaderna ut? Kan bilden av sex i media göra att det i vissa situationer kan bli svårare att säga nej till sex?

Ta fram era collage om hur sexighet framställs i media. Diskutera:

Är det oftast kvinnor eller män som framställs som sexiga? Varför?

Finns det någon skillnad i vad som räknas som sexigt när det gäller kvinnor och män? Analysera bilderna: Hur ser personerna ut? Vad har de på sig? Hur mycket naket är det? Vilka ställningar är de i? Vad utstrålar de genom ögon och minspel?

Hur påverkar det oss tror ni? I hur vi vill framställa oss själva? I vad vi tycker om våra kroppar? I hur vi ser på det andra könet? I en sexuell situation?

Vad tycker ni själva är sexigt hos en annan person? Stämmer era värderingar kring vad som är sexigt ihop med det som media förmedlar? På vilket sätt stämmer det överens eller skiljer det sig?

Om relationer och sex i ett historiskt perspektiv

Förr i tiden fanns väldigt strikta normer kring sexualitet. Mannen skulle ta första steget, kvinnan skulle helst säga nej till sex fram till det att hon var gift. Finns några av dessa könsroller kvar idag? Hur påverkar det oss? Innebär könsrollerna hinder eller kan de vara till hjälp i sexuella situationer? Finns det dubbla budskap? Är pressen olika för tjejer och killar, och hur ser pressen ut?

Om våld, hot och förtryck i relationer

Vad blir konsekvenserna för den som lever i en relation där våld, hot och förtryck förekommer?

Vad skiljer lite söt svartsjuka från kontrollerande av sin partner?

Hur kan man fortsätta att vara kär i någon som slår en? Vad kan det finnas för anledningar till att man fortsätter vara tillsammans med någon som slår en eller gör att man mår dåligt?

Hur kan det vara så vanligt med våld mot kvinnor i nära relationer i Sverige och vad ska man göra åt det?

VÄRDERA OCH REFLEKTERA NIVÅ 1 ●●●●●

Här presenteras diskussionsunderlag och övningar där eleverna utifrån det de har lärt sig om temat får reflektera över sin inställning till olika företeelser och pröva sina värderingar.

Känna efter i kroppen³

Genom den här övningen tränas eleverna till ökad kroppskänsla och kroppskänedom. De får känna hur de olika delarna i kroppen hänger ihop med hela kroppen och hur lätt eller svårt det kan vara att få kontakt med dem. Övningen tränar också eleverna i att känna en positiv känsla för och i sin kropp.

Alla elever ligger på rygg på golvet och slappnar av med hela kroppen. Läraren säger:

Föreställ dig att du har en liten, liten skattkista i magen, en tvärhand ovanför naveln. Det är en vacker kista, och du öppnar den. I kistan ligger det en kula. Det här är en alldeles särskild kula, för när du andas ut kan du skicka iväg den vart du vill i kroppen, och när du andas in rullar den tillbaka igen, in i skattkistan. Vi provar. Vi börjar med att skicka kulan till vänster fot. Andas in. Andas ut och känns hur kulan rullar iväg. Andas in och låt kulan rulla tillbaka till kistan. Kanske nådde kulan bara till knäet? Då får du se till att ta i mer så att du verkligen får iväg kulan ordentligt. Känn hur det blir varmt där kulan har varit. Andas ut och skicka iväg kulan. Andas in och låt den komma tillbaka.

Läraren går igenom benen och armarna, låter kulan följa ryggraden upp till huvudet, och nästa gång vidare genom huvudet och ända till hakan. Hela tiden är läraren noga med att i sina ord följa med kulan, inte tala för snabbt så att den inte hinner iväg eller inte hinner tillbaka. Låt sedan deltagarna själva få skicka iväg sin kula dit där de känner att de behöver bli varma och få mer energi.

Hur visar sig känslor?

I den här övningen får eleverna träna på att identifiera olika känslor, att känna hur de känns i kroppen och vilka signaler de sänder ut. De tränar också på att höja och sänka ”volymen” på olika känslor. Dessutom tränas de i att se hur andra uttrycker olika känslor, att en känsla kan förmedlas på olika sätt och att man kan känna igen en känsla även om den visas med svag styrka.

Be eleverna gå runt i rummet och se så neutrala och uttryckslösa ut som möjligt. Eleverna ska få gestalta olika känslor med

³ Hämtad från www.lekplatsen.net

olika styrka. Läraren säger en känsla och ett nummer på skala 0–10, som visar hur stark känslan är. 0 är likgiltighet och vid 10 går man totalt upp i känslan. Spara gärna på tiorna tills gruppen är varm i kläderna och vågar lite mer.

Diskutera med eleverna efter övningen. Prata utifrån hur det kändes och utifrån syftet med övningen som vi beskrev ovan.

Bra med kroppen

Vad är bra med min kropp? Diskutera tjejer för sig och killar för sig. Gå gärna igenom hela kroppen och diskutera vad som är bra med varje kroppsdel. Be varje elev att nämna något som de tycker om hos sina kroppar. Diskutera: Är det accepterat att tycka om och vara stolt över sin kropp? Är det skillnad för tjejer och killar? Varför i så fall?

Heta stolen

Sätt eleverna på stolar i en halvcirkel. Läs upp nedanstående påståenden för eleverna och be dem ta ställning för eller emot genom att resa sig (håller med) eller sitta kvar (håller inte med). Ställ sedan följdfrågor utifrån hur eleverna svarat, så att de får utveckla sina ställningstaganden.

Förslag på påståenden:

Man har alltid rätt att ge någon annan en kram.

Att vara ihop med någon gör att man får bättre självförtroende.

De som pratar mycket har bra självförtroende.

Det är svårt att vara nöjd med sitt utseende.

Det är viktigt i vårt samhälle att vara snygg.

Man vet alltid när man är förälskad i någon.

Man kan vara förälskad i mer än en person samtidigt.

Man kan märka en persons känslor i hans eller hennes ögon.

Man har alltid rätt att säga ifrån när något inte känns bra.

Man blir glad av vänner.

Det är viktigt att ha en nära vän.

Man har alltid rätt att säga ifrån om någon behandlar en illa.

Komplimanger är bra för självförtroendet.

Ensam är stark.

Det är härligt att flirta.

Man kan få högre status av att vara ihop med någon.

Det är svårare att säga nej till någon man tycker om.

Man säger för sällan om man tycker att någon har gjort något bra.

Det är viktigare för tjejer än för killar hur deras kroppar ser ut.

Man har alltid rätt att själv bestämma vad man mår bra av.

Ibland måste man få hjälp av en vuxen när man har något problem.

Med en kompis ska man kunna prata om allt.

Man kan lära sig mycket om kärlek och sex i veckotidningar.

Med den man är ihop med ska man kunna prata om allt.

Man ska inte behöva anpassa sig till den man är ihop med.

Fyra hörn

Läs följande berättelse för eleverna och ange samtidigt de tre givna svarsalternativen och ett öppet svarsalternativ. Varje svarsalternativ motsvaras av ett hörn i rummet. Eleverna svarar på frågan genom att ställa sig i det hörn av rummet som, enligt deras åsikt, representerar det rätta svarsalternativet. Gå sedan runt och ställ följdfrågor till eleverna i respektive hörn.

Christian och Abbe är bästa kompisar, de går i samma klass och brukar umgås nästan jämt också efter skolan. Christian har en tid varit ihop med en tjej som heter Sara som går i klassen bredvid. Abbe har känt sig lite utanför att tag, plötsligt har Christian velat träffa Sara ibland efter skolan, och det är inget kul att umgås med de två ihop. Dessutom har han varit ganska avundsjuk, ju mer han har träffat Sara desto mer har han insett hur fin hon är. Christian fattar inte hur bra han har det! En dag på första rasten i skolan märker Abbe att Christian ser rätt ledsen ut. Han frågar vad det är och Christian berättar att Sara har gjort slut. Abbe tröstar Christian, även om han har varit avundsjuk så vill han ju inte att Christian ska vara ledsen. Christian säger senare till läraren att han inte mår bra, han är nog sjuk och måste gå hem.

På lunchen kommer Sara fram till Abbe. ”Var är Christian?” frågar hon. Abbe berättar att han har gått hem. ”Har du hört?” frågar hon. Abbe nickar. Det känns lite konstigt att prata med Sara nu när hon har gjort slut med Christian, är han en dålig kompis då? Borde han vara sur på Sara? Men känslor rår man väl inte för? ”Du, det är en grej jag måste säga till dig”, säger Sara och ser konstig ut. ”Anledningen till att jag gjorde slut med

Christian är att jag tror att jag är kär i någon annan.” ”Jaha”, säger Abbe. ”Jaa, det är ju inte så bra, men det är dig jag pratar om”, säger Sara. Abbe blir så stressad att han vänder sig om och går därifrån.

Vad borde Abbe göra?

1. Strunta i sina känslor för Sara, Christian är hans bästa kompis och det går före.
2. Prata med Christian och se om det är okej att han blir ihop med Sara i stället.
3. Börja träffa Sara i smyg. När Christian väl får veta det kanske han inte är ledsen över Sara längre.
4. Öppet hörn.

VÄRDERA OCH REFLEKTERA NIVÅ 2 ●●●●●

Här presenteras diskussionsunderlag och övningar där eleverna utifrån det de har lärt sig om temat får reflektera över sin inställning till olika företeelser och pröva sina värderingar.

Gränssättningsövning

Gör gärna övningen i separata kill- och tjejgrupper. Eleverna får ställa upp sig på två led, var och en står mittemot någon annan, gärna med ganska stort avstånd. Den ena halvan ska sedan långsamt gå emot den andra och stanna när partnern signalerar stopp. Eleverna som står stilla ska försöka känna efter var deras gräns går för vad som känns bekvämt och bra. Under den här övningen krävs fokus, det gäller att känna efter ordentligt i kroppen var ens egen gräns går. Därför får inte eleverna prata under övningen annat än om de säger stopp.

Be eleverna att testa varje övning flera gånger. Experimentera gärna med att låta eleverna som går gå lite olika fort. Om någon går för långt, överträder någon annans gräns, be dem göra om övningen tills det känns bra för den elev som ska markera sitt stopp. Byt så att alla får testa både att gå och att markera sin gräns.

Övningen kan göras utifrån olika teman.

Olika sätt att signalera sin gräns:

1. Eleverna börjar med att säga sitt stopp verbalt.
2. Eleverna försöker signalera sitt stopp med kroppen.
3. Eleverna försöker signalera sitt stopp endast med hjälp av ögonen.

Om eleverna inte av sig själva råkar överträda varandras gräns,

be dem att testa att göra det några gånger så att de får känna hur det känns.

Diskutera efter övningarna:

- Var det lätt eller svårt att känna var era gränser gick?
- Jämför de olika gångerna, vad kunde göra det lättare eller svårare att känna av era gränser? Var det till exempel skillnad utifrån hur snabbt den andra personen kom emot er?
- Hur kändes det att markera gränsen?
- Hur känns det när den andra personen inte känner av er gräns utan fortsätter ändå?
- Varför kan det vara svårt att känna var ens gränser går?
- Kan ni känna var i kroppen det känns när någon träder över ens gräns? I magen? I huvudet? Någon annanstans?
- Hur kändes det att gå emot den andra personen och att få en gräns?
- Var det lätt eller svårt att uppfatta var gränsen gick? Jämför de olika sätten att markera gränser.
- Hur kändes det att överträda den andra personens gräns?
- Måste man alltid säga nej för att någon ska förstå var ens gräns går?
- Är det vanligt att andra personer överträder våra gränser? Hur känns det då?
- Brukar ni försöka känna av andra människors gränser? Hur kan man bli bättre på det?

Att sätta gränser mot olika personer

Be eleverna föreställa sig att den elev som går emot dem är olika personer, någon ur deras eget liv eller en föreställd person. De ska försöka känna var deras gräns går gentemot de olika individerna och markera stopp. Antingen får eleverna säga stopp, men man kan även här experimentera med de olika sätten att säga stopp.

Föreställ er att personen är:

1. En främling
2. En kompis
3. En familjemedlem
4. En släkting
5. En grupp med främmande ungdomar
6. Någon du tycker är obehaglig.

Diskutera:

- Hur kändes det att sätta gränser mot de olika personerna?
- Var det olika lätt eller svårt beroende på vem personen var?
- Var det stor skillnad var era gränser gick beroende på vilken person det handlade om?
- Vem var det svårast respektive lättast att sätta en gräns mot? Varför?
- Hur ser det ut i vanliga livet, vilka kan vara lätta, vilka kan vara svåra att sätta gränser mot? Är det lättare eller svårare att känna av och sätta gränser mot människor man känner eller mot okända?
- Vad är det som kan göra att man låter bli att säga ifrån när man känner att någon går över ens gränser?
- Hur kändes det när ni skulle föreställa någon annan?
- Hur kändes det att få en gräns satt mot sig, var det obehagligt någon gång?
- Vad händer när man låter andra gå över ens gränser i verkliga livet utan att man säger något? Hur tror ni att man påverkas i längden?
- Vad händer när man går över andras gränser gång på gång i verkliga livet? Hur tror ni att man påverkas i längden?
- Tror ni att man kan behöva träna på att sätta gränser och på att känna av andras gränser?
- Varför är det så lätt att lägga skuld på sig själv när någon kränker ens gränser?

Gör gärna något roligt efter denna övning, någon lek där eleverna får använda kroppen till något lustfyllt eftersom den här övningen kan sätta igång obehagliga känslor och tankar.

Vad är viktigt i en kärleksrelation? Listningsövning

Det finns många olika förväntningar på och föreställningar om vad som är viktigt och eftersträvansvärt i en kärleksrelation. Den här övningen syftar till att diskutera dessa förväntningar och föreställningar. Dela ut en lista med olika saker man kan tycka är viktigt i en kärleksrelation. Låt eleverna först var och en för sig själv fundera på vad de tycker är viktigast och därefter rangordna de olika alternativen. Be dem att själva lägga till egna alternativ som de kommer på. Låt dem därefter diskutera i smågrupper. Varför har man svarat som man har gjort?

Vad är viktigast i en kärleksrelation?

Att man kan skratta ihop.

Att man kan prata om känslor med varandra.

Att man kan umgås med andra tillsammans.

Att föräldrarna gillar den man är tillsammans med.

Att kompisarna gillar den man är tillsammans med.

Att man är attraherade av varandra.

Att man har sex.

Att man kan göra saker utan varandra.

Att man är bra kompisar.

Att den man är ihop med inte flirtar med andra.

Att vara trogen.

Att man har samma intressen.

Att man inte blir attraherad av någon annan.

Att inte behöva anpassa sig efter den andra.

Fyra hörn

Ställ nedanstående frågor till eleverna och ange samtidigt de tre givna svarsalternativen och ett öppet svarsalternativ. Varje svarsalternativ motsvaras av ett hörn i rummet. Eleverna svarar på frågan genom att ställa sig i det hörn av rummet som, enligt deras åsikt, representerar det rätta svarsalternativet. Gå sedan runt och ställ följdfrågor till eleverna i respektive hörn.

Vad tror ni är den vanligaste orsaken till att man har sex trots att man egentligen inte vill?

1. Man är orolig för att den andra personen ska bli sur eller besviken.
2. Man blir tvingad.
3. Man följer grupptrycket om att man "ska ha" sex.
4. Öppet hörn.

Vad tror ni är den vanligaste orsaken till att man inte har sex trots att man egentligen vill?

1. Man är orolig för vad den andra personen ska tänka om en.
2. Man är orolig för vad andra ska tänka om en.
3. Man känner sig inte redo att ha sex ännu.
4. Öppet hörn.

VÄRDERA OCH REFLEKTERA NIVÅ 3 ●●●●●

Här presenteras diskussionsunderlag och övningar där eleverna utifrån det de har lärt sig om temat får reflektera över sin inställning till olika företeelser och pröva sina värderingar.

Sexuell ömsesidighet

I praktiken visar man på många olika sätt att man vill eller inte vill något. Det kan handla om minspel, kroppsspråk, tonfall och röstläge och vad man säger. Detta är viktigt att reflektera över och att sätta ord på för att bli bättre på att känna av andras signaler och för att inte trampa över andras gränser. Särskilt viktigt blir det när det handlar om kroppslig integritet och sexualitet.

Be eleverna att två och två göra listor över följande frågeställningar, be dem att tänka så öppet som möjligt och att ta in alla de sätt vi människor har att kommunicera på. De ska tänka sig in i en situation som redan blivit sexuellt laddad, till exempel mellan två personer som redan har börjat kyssas och ta på varandra.

- Vad finns det för olika sätt att visa att man *vill* ha sex med någon?
- Vad finns det för olika sätt att visa att man *inte vill* ha sex med någon?

Eleverna får sedan i helklass berätta vad de kommit fram till. Skriv gärna upp de olika sätten på tavlan. Diskutera de olika alternativen att visa att man vill respektive inte vill. Hur kan man på bästa sätt vara lyhörd för vad den andra personen vill och känner? Hur ska man försäkra sig om att de sexuella handlingarna bygger på ömsesidighet? I vilka situationer kan det vara viktigt att försäkra sig lite extra om vad den andra personen vill och inte vill?

Härskarteknikerna

Titta på beskrivningen av de olika härskarteknikerna i steg 2 under temat Jämställdhet. De härskartekniker som där finns beskrivna är:

- Osynliggörande
- Förlöjligande
- Dubbelbestraffning
- Påförande av skuld eller skam
- Undanhållande av information.

Kopiera och dela ut eller informera eleverna om de olika härskarteknikerna. Dela in eleverna i smågrupper. Fundera i smågrupper

över på vilket sätt de olika härskarteknikerna kan användas i en kärleksrelation och skriv ner några konkreta situationer.

Varje grupp gör sedan ett rollspel där några olika situationer spelas upp för resten av klassen.

Fundera tillsammans på hur personen som blir utsatt för härskarteknikerna kan agera eller tänka för att slippa bli utsatt. Spela gärna upp situationerna på nytt, men låt denna gång den utsatta personen agera efter era förslag.

Heta stolen

Låt eleverna sitta på stolar i en halvcirkel. Läs upp nedanstående påståenden för eleverna och be dem ta ställning för eller emot genom att resa sig (håller med) eller sitta kvar (håller inte med). Ställ följdfrågor utifrån hur eleverna har svarat, så att de får utveckla sina ställningstaganden.

Förslag på påståenden:

Killar som inte vill ha sex är konstiga.

Det är killar som ska ta initiativet till sex.

Man ska bara ha sex om man är kär.

Vänskapsrelationer går före kärleksrelationer.

Killar har lika mycket känslor som tjejer.

Killar är oftare otrogna.

Tjejer som har sex med många riskerar att få dåligt rykte.

Killar som har sex med många riskerar att få dåligt rykte.

Det kan kännas smickrande när den man är tillsammans med blir svartsjuk.

Killar har starkare sexdrift än tjejer.

Homosexuella som visar sin kärlek öppet är modiga.

Det är svårare att säga nej till någon man tycker om.

Det är svårare att säga nej till någon som är vuxen.

I vissa situationer är det okej att bestämma över den man är tillsammans med.

Det kan vara pinsamt att säga nej till sex.

Det kan vara pinsamt att visa att man vill ha sex.

Alkohol kan vara bra för sexlivet.

SAMMANSTÄLL OCH HANDLA, SAMTLIGA NIVÅER



Nedan ges några exempel på hur eleverna kan sammanställa de kunskaper som de har fått och några idéer om hur de kan gå vidare, till exempel med en handlingsplan.

Gör en utställning om tjejers och killars kön och sätt upp någonstans på skolan. Ni kan arbeta med att tillverka könsorgan i olika material och former, klippa ut bilder, skriva små faktatexter, göra listor med namn på könsorganen – låt fantasin flöda!

Granska böckerna som används i sex- och samlevnadsundervisningen. Är de skrivna utifrån ett jämställt perspektiv, belyser man tjejers och killars kroppar och sexualitet på samma sätt och lika mycket? Använder man ett språk som gör män till mer aktiva och kvinnor till mer passiva sexuellt? Är texterna heteronormativa eller finns det också information om bi- och homosexualitet, och framställs det i så fall som något lika bra som heterosexualitet? Be annars läraren om att få läsa andra böcker och berätta vad ni upptäckt för ansvariga lärare eller skolledningen.

Gör en utställning eller en tidning kring någon av de frågor ni studerat under temat.

Skriv berättelser om sex och kärlek och sätt ihop till en liten bok.

Gör en teaterföreställning om härskarteknikerna och hur de kan användas i kärleksrelationer. Bjud in någon eller några andra klasser. Be dem att komma med förslag på hur man kan hantera de olika situationerna och gör sedan om en del bitar i teaterföreställningen utifrån deras förslag.

Sätt någonstans upp en ”veckans frågelåda” där man kan lägga frågor som har med kropp, sex eller relationer att göra. Varje vecka har någon elev i uppgift att ta reda på svar på någon av frågorna.

Gör ett relationstest som alla i klassen får ta hem och spara. Fundera kring olika saker som är viktiga för en bra och jämlik relation och ställ olika frågor utifrån det, till exempel ”Vem bestämmer oftast vad vi ska göra?” ”Har jag slutat träffa mina vänner sedan vi blev ihop?” eller ”Är han eller hon svartsjuk och försöker begränsa mig?” Tryck gärna upp testet och sätt upp någonstans på skolan så att andra kan testa sina relationer. Diskutera vad man ska göra om man upptäcker att ens relation inte är jämlik.

Bjud in någon till klassen eller till skolan som kan prata om hur det kan se ut i en misshandelsrelation. Ta reda på vart man kan

vända sig om det skulle hända en själv eller om man har varit med om att det har hänt hemma.

Bjud in någon till klassen eller skolan, till exempel från RFSU eller RFSL, som kan ge nya perspektiv på kropp, sex och kärlek.