

Sex och lite sånt Lärarmaterial

SIDAN 1



Författare: Torsten Bengtsson

Mål från Lgr 11:

Eleven ska känna till människans sexualitet och reproduktion samt frågor om identitet, jämställdhet, relationer, kärlek och ansvar. Metoder för att förebygga sexuellt överförbara sjukdomar och oönskade graviditeter på individnivå, på global nivå och i ett historiskt perspektiv. (Biologi 7-9)

Att prata sex med sina elever kan vara känsligt. För att få eleverna att öppna sig och våga prata är det viktigt att gruppen känner varandra väl. Det är alltid bra att mjukstarta med olika trygghetsövningar och avslappning. Exempel:

- **”Hela havet stormar”** – Istället för att det blir färre stolar och färre personer blir det bara färre stolar men samma antal personer.
- **”På linje”** – Eleverna ska placera sig på en linje, utan att prata, efter t.ex. hårlängd eller ögonfärg (ljusast till höger och mörkast till vänster).
- **”Statyer”** – Dela in eleverna i smågrupper (max 6 personer). Placera grupperna i varsitt hörn. Nu ska varje grupp skapa statyer. Du som lärare ropar ut olika statyer, ett exempel: ett bord. Alla elever måste delta. Grupperna ska jobba snabbt (ca 10 sek). Fler exempel: en boll, ett träd, en cykel, en gardin, en häst. När du märker att eleverna börjar klara av uppgiften enkelt kan du ge dem lite svårare och mer diffusa ord: fred, sommar, lycka, olycka. Därefter kan du ta vilka ord som helst: kärlek, förälskelse, flirt, otrohet osv.
- **”Kramrutor”** – tejpa upp rutor på golvet, ca 50 cm x 50 cm. T.ex. en i klassrummet, en i korridoren, en i matsalen, en på skolgården osv. Varje gång en elev står i en ruta betyder det att han/hon vill ha en kram. När man ser en person i en ruta måste man gå fram och krama den.

Inledning

Skaffa ett gemensamt språk – gör en frågelåda

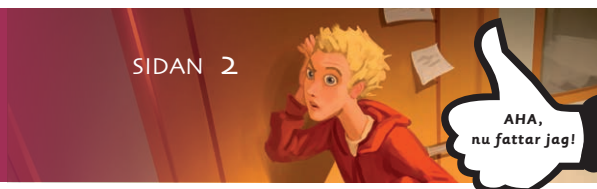
Ett bra sätt att upptäcka vilka ord eleverna själva använder är att be dem skriva frågor om sex. Frågelådan är en klassisk och väl fungerande metod för att ge eleverna svar på frågor som de kanske inte skulle ha ställt högt i klassrummet. Men det är också ett sätt för den vuxne att pejla av gruppen och få en större insikt i vilka frågor eleverna bär på. Spannet kan vara stort i såväl mognad, intellektuell förmåga, språklig förmåga som förkunskap.

Frågelådan kan vara en brevlåda eller en kartong. Den ska finnas med på alla lektioner och det ska hela tiden finnas neutrala, likadana lappar att skriva frågor på. Det är viktigt att inte svika elevernas förtroende genom att avslöja vem som ställt vilken fråga.

nypon
förlag

– en möjlighet för alla

www.nyponforlag.se



Orden spelar roll

Att prata om könsord kan fylla flera syften. Ett är att komma fram till vilka ord som kan användas under lektionen. Vad känns bra för alla, inklusive dig som lärare?

Ett annat är att kunna samtala om ordens betydelser, både mer ”seriösa” ord och slang.

Ytterligare ett syfte är att belysa att det finns en maktdimension i användningen av könsord och sexuella ord. Det kan handla om att samtala om olika ords valör och vad som händer när man använder ord i ”fel sammanhang”. Varför händer det?

Och varför ses till exempel att ”ha stake” som positivt, medan att ”vara en fitta” anses negativt. Sexuella trakasserier kan vara verbala och är ytterligare ett exempel på maktdimensionen i att använda könsord och sexuella ord.

Associationsövningar

En bra inledning till sexualundervisningen eller olika moment i undervisningen är associationsövningar. Man skriver ett ord/begrepp/känsla på tavlan som eleverna får spåna kring. Läraren/ledaren skriver på tavlan upp alla ord som eleverna säger. Observera att det är viktigt att man inför övningen påpekar att de inte får använda personnamn (till exempel andra elevers eller lärares namn), och att man under övningen snabbt stoppar eventuella nedsättande kommentarer om de kommer. Man kan följa upp det på olika sätt – genom att sortera, rangordna, eller välja ut några ord som man pratar mer om. Syftet med övningen kan vara att få igång en process hos eleverna, eller att visa på bredden i en fråga. Metoden kan också ge en fingervisning om var eleverna står, vad de kan eller funderar på. Det ger även läraren möjlighet att be eleverna att klargöra vissa ord – kanske också sådana som man själv inte förstår eller har hört förut. Det kan bli spännande samtal om ord.

Kärlek

Vad blir du förälskad i?

Dela in eleverna i en tjejgrupp och en killgrupp. Nu ska grupperna skriva två listor var:

1. En lista med de egenskaper som gör att de förälskar sig i en person.
2. En lista över egenskaper som de tror att den andra gruppen förälskar sig i.

Låt sedan grupperna presentera sina listor och jämför dem med varandra. Vilka likheter och skillnader finns i tjejernas respektive killarnas listor? Har de gissat rätt i listorna över vad de tror att de andra förälskar sig i? Vad är stereotyp och fördomsfullt?



Flirtleken

Dela gruppen i två delar, där en grupp har en person mer än den andra (om grupperna blir lika stora får du som lärare hoppa in och delta). Den minsta gruppen sätter sig på varsin stol i en ring. En stol lämnas ledig. De övriga ställer sig bakom en stol med händerna bakom ryggen. Nu börjar jakten! Den som står ensam utan någon "sittare" flirtar med dem som sitter. Den man flirtar med ska snabbt försöka springa till den tomma stolen, medan de som står bakom ska försöka förhindra detta genom att lägga sina händer på den sittandes axlar. En enkel men rolig lek! Efter halva tiden byter man platser. (Dela inte in grupperna efter kön. Låt homofoberna flirta loss med samma kön.)

Jag älskar dig

Låt eleverna ta reda på hur man säger "Jag älskar dig" på tio olika språk. De kan sedan göra skyltar och sätta upp i korridorerna.

Preventivmedel

Reklamslogan

Dela in eleverna i grupper. Låt eleverna göra en reklamslogan till en kondomkampanj om varför man ska använda kondom. Detta ska sedan redovisas på en affisch som sätts upp i klassrummet.

Kondomstafett

En favorit som lämpar sig utmärkt att genomföra på en gräsplan. Eleverna delas in i två lag. En stafettsträcka utmätts som är ca 10 meter lång. Vid sträckans slut finns kondomer, två bananer och en papperskorg. Här ska även finnas en kontrollant (exempelvis läraren). Vid start springer två personer ur varje lag bort till bananerna, papperskorgen och kontrollanten. De ska där trä en kondom på en banan och kontrollanten ser till så att den är riktigt påträdd. När påträddningen är godkänd rullas kondomen av och slängs i papperskorgen. Deltagarna tar därefter med sig bananen, rusar bort till sina lagkamrater och nästa par springer iväg och upprepar proceduren. Det lag som är först klart vinner.

Poängen med den här övningen är givetvis att eleverna lär sig hur man rätt trär på en kondom.

Ett piller varje dag

Ge alla elever en liten påse med sju halstabletter. Eleverna har nu i uppgift att ta en halstablett varje morgon kl 8.00. Utvärdera efter en vecka. Var det lätt att komma ihåg?



Heta stolen

Denna övning kan göras med påståenden både om kondomer och om p-piller. Eleverna sitter på stolar i en ring. Det ska finnas en extra stol. Ledaren, som sitter utanför ringen, läser upp påståenden som eleven tar ställning till antingen genom att resa sig upp och sätta sig på en tom stol (= Ja, jag håller med) eller sitta kvar på sin stol (=Nej, jag håller inte med). Exempel:

- Det är vanligt att man får blodpopp om man äter p-piller.
- Det borde finnas p-piller för män.
- Det är bra att p-piller är gratis tills man fyller tjugo år.
- P-piller är mot Guds vilja.
- P-piller är bra om man inte vill få barn.
- Det är lätt att få tag på kondomer.
- Kondomer luktar illa.
- Det känns tryggt att använda kondom.
- Kondomer är för dyra.
- Om en tjej vill ha kondom betyder det att hon har varit med många och är lite slampig.
- Om man känner den man ska ha sex med är det onödigt med kondom.
- Det är skämmigt att ta upp en kondom precis när man ”ska till”.

Reflekterande promenader

Att gå förlöser som bekant tanken. Meningen med den här typen av promenader är dels att komma ut och röra på sig, dels att stimulera intellektet. Varje promenad avslutas med en återsamling där man går igenom vad eleverna kommit fram till under sin promenad. Eleverna kan ha med sig block och penna när de går ut och samtalar så att de kan skriva ner stolpar inför den gemensamma genomgången. Promenaden kan antingen vara en förbestämd runda som alla går tillsammans, eller så kan man ha en återsamlingsplats vid ett visst klockslag utanför skolan och låta eleverna lösa uppgiften på vägen dit. Hur länge promenaden varar beror givetvis på hur mycket tid man har till förfogande. Vid ett vanligt lektionspass kan återsamling ske när halva lektionen gått. Oavsett hur länge man promenerar är det viktigt att lägga mycket tid på en gemensam genomgång efteråt så eleverna får möjlighet att utbyta erfarenheter och vid behov ställa fördjupande frågor.

Exempel på ämnen:

- Fundera på fem bra ställen att förvara kondomer på.
- Fundera på varför kondomen INTE alla gånger kommer på.
- Fundera på om p-piller är besvärligt att ta.
- Fundera på om man när man äter p-piller kan vara 100% säker på att inte bli gravid.



Smittspårning

Låt eleverna göra en påhittad kartläggning över Elin och Rami. Vad har de haft för partners innan och vilken är risken att de smittar varandra? T.ex. Rami har haft sex med två innan Elin – Anna och Isabelle. Anna har varit med tre killar innan Rami. Isabelle har haft en kille innan Rami.

Summa: Anna + 3 + Isabelle + 1 = 6 stycken (minst)

För att det ska bli överskådligt kan man låta eleverna rita ett ”smittoträd” där man tydligt ser smittspårningen.

Graviditet

En fallstudie om graviditet

Låt eleverna arbeta i smågrupper. Eleverna ska skriva små ”handlingsplaner” till fallen nedan. Ju mer detaljerade desto bättre!

1. Samira behöver hjälp! För en månad sedan låg hon med en kille utan kondom. Nu tror hon att hon är gravid men är inte säker. Samira skulle haft mens för två veckor sedan. Hon vill inte prata med sina föräldrar och skolsköterskan är sjukskriven. Samira kan inte koncentrera sig på någonting utan går bara och oroar sig. Vad ska hon göra?
2. Nina har precis gjort ett graviditetstest som visar att hon är gravid. Hon och hennes kille gjorde slut för en vecka sedan. Han hade varit med hennes kompis så Nina kan varken prata med sin kille eller med sin kompis. Nina är femton år och hon vill inte alls bli mamma nu. Hon vill göra abort. Hur ska hon gå till väga?
3. Stefan fick veta igår att hans flickvän är gravid. Hon berättade att hon beställt tid för en abort. Stefan vill trots sin låga ålder (de är båda 16 år och går första året på gymnasiet) behålla barnet. Han vill bli pappa! Plötsligt har han ingenting att säga till om längre. Hans flickvän har redan bestämt sig, säger hon. Stefan känner sig ledsen och förbannad på sin flickvän. Dessutom vill hon att han följer med som stöd när hon gör aborten. Han älskar sin tjej men känner sig väldigt förvirrad. Vad ska han göra?
4. Zara är jätterädd. Igår var hon på fest. Hon drack alkohol och blev full. Dessutom låg hon med Magnus som är värsta bocken. Och kom kondomen på? Tänk om hon fått någon sjukdom? Eller om hon är med barn? Hennes föräldrar skulle bli vansinniga! Vad kan Zara göra?



Konsekvenserna med oskyddat sex

Låt eleverna ta reda på följande:

- Hur man gör ett graviditetstest? (Var får man tag på det? Vad kostar det? Hur tillförlitligt är resultatet? Vem/Vilka har tystnadsplikt? Måste man berätta för sin pojkvän eller sina föräldrar?)
- Vem kan man vända sig till när man ska fatta beslutet om abort?
- Abortlagstiftningen (Hur ser den ut i Sverige? Hur ser den ut i andra länder, t.ex. Irland?)
- Hur går det till? (Var ringer man? Vad händer?)
- Känsloerna efteråt (Vem kan man prata med? Blir man mindre fertil? När kan man ha sex igen?)

Homosexualitet/Bisexualitet

Cafédiskussioner

Cafédiskussioner syftar till att öppna för nya tankar kring en och samma frågeställning. Duka upp te och kakor på fyra bord. Dela in eleverna i fyra grupper och utse en sekreterare i varje grupp. Sedan diskuterar varje grupp frågeställningen ”Hur bemöter jag en klasskamrat som är homosexuell/bisexuell?” Sekreteraren antecknar genom att göra en tankekarta på ett stort spännpapper. Efter tio minuter byter alla utom sekreterarna bord. Deltagarna ska därefter sätta sig vid nya bord med så många nya gruppmedlemmar som möjligt. Sekreteraren delger vad som tidigare diskuterats och fyller på tankekartan med nya tankar. Upprepa proceduren fyra gånger.

Övrigt

Skriv låttexter

Ge eleverna i uppgift att skriva egna låttexter på ämnet lust. Börja med att lyssna på och analysera låttexter med sexuellt innehåll eller tydlig sexuell undertext. Efter att ni lyssnat och analyserat kan eleverna få i uppgift att en och en eller två och två skriva nya texter till befintliga låtar på temat lust.

Gör en ordlista

Gör en ordlista tillsammans med eleverna över vilka ord med sexuell innebörd som används på skolan.

- Finns det lokala sexuella ord som används på just er skola, i er by, i er stadsdel? Var kommer de ifrån, vad beskriver de ursprungligen?
- Finns det ord som lever i en sorts kreolspråk; en blandning av alla de språk som är i omlopp i området? Var kommer de ifrån, hur används de? Vad betyder orden?

Sex och lite sånt

Lärarmaterial

SIDAN 7



Beskriv betydelsen så detaljerat som möjligt.

- Är eleverna överens om vad orden betyder?
- Vad händer om man använder ett ord vars innebörd man inte är överens om?
- Vilka ord är positiva, vilka är neutrala, vilka är negativa?
- Vilka ord får man använda hemma?
- Är det okej att använda alla orden i skolan?
- Finns det hemliga ord som bara en liten grupp känner till innebörden av?



Frågor till sidan 4

1. Nämn ett annat ord för snippa och snopp.
Slida och penis.
2. Tycker du att det är jobbigt att prata om sex? Har du någon i din närhet att prata med om sådana frågor?
Eget svar.
3. Lärde du dig något nytt efter att ha läst sidan 4? I så fall vad?
Eget svar.
4. Rita hur tjejernas snippa eller killarnas snopp ser ut. Skriv ut vad de olika delarna heter.
Eget svar.

Frågor till sidan 5- 11

1. Hur många år äldre är Elin än Simon?
Elin är 7 år äldre.
2. Varför är Simon och Elin ensamma hemma?
För deras föräldrar har åkt på semester till Grekland.
3. Varför tycker Simon att det är pinsamt att Elin och Rami pussas och kramas hela tiden?
Han känner sig utanför.
4. Simon letar efter Elin och Rami. Var hittar han dem?
I Elins rum.
5. Vad tror du det är som gör att Simon förstår att Elin och Rami har sex?
Eget svar.
6. Vad vill Simon veta mer om?
Simon vill veta mer om sex.
7. Varför blir Elin inte med barn när hon och Rami har sex?
För hon använder p-piller.
8. Varför har de flesta människor sex?
För att det är skönt.
9. Vad menas med ordet stånd?
När penis blir längre och hård.
10. Hur beskriver Elin en orgasm?
Som att nysa fast mycket skönare, det känns i hela magen.

Sex och lite sånt

Facit elevmaterial

SIDAN 9



Frågor till sidan 12

1. Vad är preventivmedel för något?
Ett medel som hindrar att man blir med barn.
2. Vilket preventivmedel kan bara killar använda?
Kondom.
3. Vad kan man göra om man blir med barn fast man inte vill?
Man kan göra abort.

Frågor till sidan 13

1. Berätta med hjälp av de fyra rutorna hur ett barn blir till.
Skriv gärna stödord istället för hela meningar.

1. Vad händer i kvinnans äggstockar varje månad?	2. Hur bildas embryot?
<i>Eget svar.</i>	<i>Eget svar.</i>
3. Skriv om fostret i mammas livmoder.	4. När föds barnet och hur stort är det då?
<i>Eget svar.</i>	<i>(om du kan din egen vikt och längd när du föddes så skriv gärna det)</i> <i>Eget svar.</i>



Frågor till sidan 14-15

1. Vad menas med ordet adoptera?
Att ta hand om någon annans barn som om det vore ens eget.
2. Känner du någon som är adopterad?
Eget svar.
3. Vad är det som är så litet att vi inte ser dem?
Virus och bakterier.
4. Skriv några viktiga stödord om varje könssjukdom.
Eget svar.
 - Klamydia
 - HIV/Aids
 - Gonorré och Syfilis

Frågor till sidan 16-19

1. Varför hade inte Rami och Elin sex till en början?
De ville vara säkra på att det kändes rätt.
2. Varför har inte Elins kompis Lisa och hennes kille Max haft sex med varandra fastän de har varit ihop i nästan ett år?
Lisa vill vänta, kanske vill hon gifta sig först.
3. Hur gammal ska man vara enligt lagen innan man har sex?
15 år.
4. Vad är onani?
När man är ensam kan man smeka sig själv och känna efter vilka ställen som är sköna. Då lär man känna sig själv.
5. En dag när Elin hade matte i skolan kände hon något som inte var som vanligt. Vad var det?
Hon gick på toa och såg att hon hade fått mens.
6. Hur ofta får man mens?
En gång i månaden.
7. När kommer man i puberteten?
Det är olika, kan vara från ca 10 år till 15 år.



8. Vad händer med en tjej när hon kommer i puberteten?
Växer på längden, går upp i vikt, får hår under armarna och runt slidan, och finner i ansiktet.
9. Vad händer med en kille när han kommer i puberteten?
Hår under armar och runt penis, början till skägg på hakan, testiklarna börjar tillverka spermier.
10. Vad är målbrottet?
Killarnas röst ändras. Den växlar mellan att vara ljus och mörk, och ibland låter den hes.

Frågor till sidan 20- 22

1. Vad betyder homosexuell?
Ett par av samma kön blir kära i varandra.
2. Känner du någon som är homosexuell?
Eget svar.
3. Vad betyder heterosexuell?
Ett par av olika kön blir kära i varandra.
4. Vad består en kärnfamilj av?
Mamma, pappa och barn.
5. Hur ser din familj ut?
Eget svar.
6. Vad är en bög?
Ett annat ord för en homosexuell man.
7. Vad menas med att någon är gay?
Det är en kille eller tjej som är homosexuell.
8. Vad är en prostituerad?
En tjej eller kille som har sex för pengar.