

Lektionsupplägg om samtycke, könsnormer och relationer



för grundskolor

Lektionsupplägg om samtycke, könsnormer och relationer

för grundskolor



Finansieras av
Europeiska unionen

Finansierad av Europeiska unionen. De åsikter och uppfattningar som uttrycks här är dock enbart författarnas egna och återspeglar inte nödvändigtvis Europeiska unionens eller det nationella kontorets åsikter och uppfattningar. Varken Europeiska unionen eller det nationella kontoret kan hållas ansvariga för dem.

Lektionsupplägg för grundskolan

Åldersgrupp: 10–12 år

Syfte: Att diskutera positiv sexualundervisning genom samtycke könsnormer och relationer med elever i grundskolan.

Lärandemål för elever

Lektion 1

1. Förstå vad samtycke är.
2. Utveckla en positiv inställning till samtycke och relationella möten.
3. Lära sig att känna igen sina egna önskningar och gränser, kommunicera dem tydligt och respektera andras önskningar och gränser för att förstå sexuellt beteende.

Lektion 2

4. Känna sig trygga i att de har verktyg för att vara en aktiv åskådare (active bystander).
5. Vara medvetna om rådande könsnormer.
6. Kunna ifrågasätta rådande könsnormer.

Tid: 40–60 minuter per lektion (+/–)



1. (10 min) Tankekarta om samtycke.
 2. (3 min) Kort video om samtycke.
 3. (10 min) Förklara samtycke.
 4. (5 min) Snurra hjulet och ta reda på om det är samtycke eller inte.
 5. (10 min) Bingo
 6. (10 min) Tre historier om samtycke.
 7. (5 min) Sammanfattning och exit ticket.
- = Totalt: ca 53 minuter

1. Ordmoln om samtycke (10 min)

FRÅGA: Vad vet ni redan om samtycke?

- Skapa ett ordmoln tillsammans i klassen. Vad tänker ni på när ni hör ordet samtycke? (Eleverna kan skriva på tavlan/digital tavla eller använda post-it-lappar.)
- Om eleverna inte vet – hjälp dem med exempelord:
Ja, nej, kanske, gränser, önskingar, respekt, ställa frågor, kommunikation, stopp, trygg, tillit, osäker, tillåtelse, fysisk beröring, relationer, närhet.
- Är det några ord som överraskar er eller som ni inte förstår?
- I vilka situationer kan samtycke vara viktigt?
- Exempel:
 - o På ett kalas: "Grattis! Får jag ge dig en kram?"
 - o När någon kittlar dig: "Stopp, jag gillar inte det."
- Vad är fördelarna med att fråga/ge/få samtycke?
- Vad gör samtycke tydligt eller otydligt?

2. Visa film om samtycke (±3 minuten)

Samtycke för barn:



- EN: [Consent for children](#) (YouTube)
- SWE: [Consent for children](#) (YouTube)

3. Teori – Förklara samtycke (10 min)

Läs högt: *I livet kommer du att upptäcka vad du tycker om och inte tycker om. Vad dina önskningar och gränser är. Förhoppningsvis kan du uttrycka vad du gillar och inte gillar. Men ibland kanske du är osäker eller känner dig otrygg i att säga vad du tycker. Osäkerhet är ofta en del av puberteten. Man kan vara rädd för vad andra ska tycka. Det är viktigt att lita på sin magkänsla. Om något känns konstigt, obehagligt eller fel – säg det. Du ska bara göra saker du känner dig trygg med eller vill prova. Alla är olika och har olika behov. Det är också viktigt att respektera andras önskningar och gränser. Man kan ofta se på kroppsspråk om någon känner sig bekväm.*

Man kan fråga:

"Vill du fortfarande?"

Ett tydligt och frivilligt "JA!" är samtycke.

Om någon inte säger ja eller verkar osäker – stanna upp och fråga igen senare.

Exempel:

"Vill du spela?"

Ja = bra!

Kanske/inget svar = vänta eller fråga igen.

Samtycke är något vi gör hela tiden – när vi frågar vad någon vill äta eller vilken film man ska se.

När överskrids en gräns?

När någon gör något du inte vill, försöker övertala, manipulera eller tvinga dig.

Man måste alltid ha samtycke innan man kramar, kysser eller rör någon.

Samtycke betyder att båda säger ja tydligt, frivilligt och med en bra känsla.

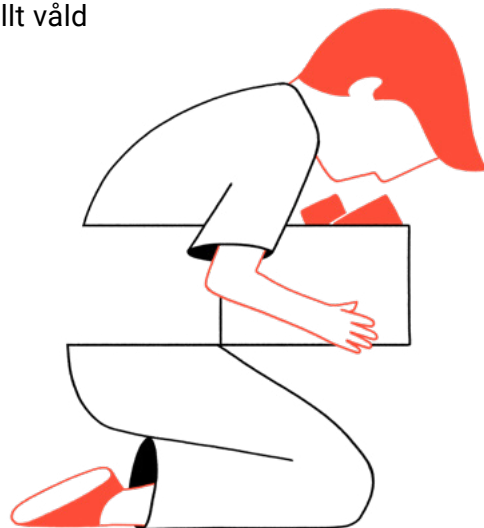
Om något händer utan samtycke är det inte okej. Det kallas sexuellt våld eller övergrepp och är olagligt.

Vuxna får aldrig göra något sexuellt med barn.

Om något känns fel är det aldrig ditt fel. Du kan alltid prata med någon du litar på.

Du kan kontakta:

- BRIS
 - Barnens rätt i samhället
- Du behöver inte säga ditt namn.



4. Snurra samtyckeshjulet (5 min)



I helgrupp: Öva på att avgöra: Är det samtycke eller inte?

<https://teentalk.ca/consentgame/>

5. Samtyckes-Bingo (10 min)

Instruktioner

1. Gå runt och fråga om du får göra det som står i rutan.
2. Om personen säger eller visar JA – kryssa rutan.
3. Om personen säger NEJ – tacka och gå vidare.
4. Försök få rad, kolumn eller hela brickan.
5. Den som får bingo ropar "BINGO!"

GÖR DENNA HELT TYST:

Får jag ge dig en low five?	Får jag klappa dig på huvudet?	Får jag göra en rolig dans framför dig?	Får jag ge dig en slängkyss?	Får jag ge dig en high five?
Får jag stå med ryggen mot dig?	Får jag göra ett hemligt handslag med dig?	Får jag göra arga leken med dig?	Får jag le mot dig?	Får jag bjuda på dricka på låtsas?
Får jag visa dig min bästa grimas?	Får jag ge dig en kram?	Får jag applådera åt dig?	Får jag skratta med dig?	Får jag räcka ut tungan framför dig?
Får jag göra en rolig pose bredvid dig?	Får jag dansa en snabb snurr med dig?	Får jag kittla dig på ryggen?	Får jag hålla din hand?	Får jag rumpstudsas med dig?
Får jag rita en smiley på din hand?	Får jag göra en fot-five med dig?	Får jag göra tum-krig med dig?	Får jag visa hur jag ser ut när jag är arg?	Får jag ge dig tummen upp?

GÖR DENNA GENOM ATT PRATA!

Får jag ge dig en komplimang?	Får jag fråga vad din favoritmat är?	Får jag fråga vad som får dig att skratta?	Får jag berätta ett skämt?
Får jag sjunga nåt för dig?	Får jag låtsas presentera dig som en kändis?	Får jag fråga vilken som är din favoritplats?	Får jag rappa eller beat boxa en rad dig?
Får jag fråga om ditt favoritdjur?	Får jag berätta ett rim för dig?	Får jag fråga om du är morgon-människa eller nattuggla?	Får jag gissa din favoritfärg?
Får jag gissa ditt favoritämne i skolan?	Får jag ge dig en låtsastitel t.ex. Sir/Drottning?	Får jag säga hej' på tre olika språk till dig?	Får jag låta som en häst framför dig?

Diskutera:

- Hur kändes det?
- Hur gjorde du för att få bingo?
- Fick du något nej?
- Vad var lätt/svårt?

6. Tre berättelser – Samtycke eller inte? (10 min)

Eleverna diskuterar två och två.

Frågor:

- Är det ömsesidigt?
- Är det frivilligt?
- Är de jämlika?
- Är platsen lämplig?
- Är det åldersanpassat?
- Skadas någon?



Historia 1

1. Det fredag kväll. Jamie sätter sig bredvid Fia i soffan så att deras ben nuddar varandra. Fia och Jamie är 12 år gamla och ska kolla på en film. Dom har varit i ett förhållande i en månad men aldrig kyssts. Nån minut in i filmen sträcker Fia sig efter Jamies hand. Jamie ler. Efter en stund lutar sig Jamie fram och frågar "Får jag kyssa dig?". Fia säger "Ja".

Historia 2

2. Luke är 11 år gammal och är på simhallen med sina kompisar. Dom har skämtat och haft kul hela eftermiddagen. I omklädningsrummet efter badet får Luke för sig att ta roliga bilder i smyg på sina kompisar. En ur personalen på simhallen får syn på Luke och blir arg. Andra personer i omklädningsrummet hör tillsägelsen och säger att dom känner sig obekväma med att Luke tagit bilder samtidigt som dom bytte om.

Historia 3

3. Ella och Noor sitter i en soffa och spelar tv-spel. Dom är 13 år och har varit vänner länge. Plötsligt lutar sig Noor närmare Ella och lägger armen bakom henne. Ella blir stel, slutar skratta och tittar koncentrerat mot tv:n utan att säga något. Noor märker att Ella inte verkar avslappnad längre. Noor tar då bort armen. Ella andas ut, ler lite försiktigt. De fortsätter spela som vanligt.

7. Avslut / Exit ticket (5 min)

Vad är samtycke?
Hur använder man det?

Lektion 2 – Aktiv åskådare

1. (5 min) Kort repetition av lektion 1
 2. (5 min) Kort historia om att vara en aktiv åskådare.
 3. (10 min) Diskutera historien.
 4. (10 min) Diskutera könsnormerna utifrån historien.
 5. (5 min) Presentera 6-punktslistan
 6. (15 min) Skriv egna slut på historien.
 7. (5 min) Valbart – presentera era olika slut.
 8. (5 min) Sammanfattning och exit ticket.
- = Totalt: 60 minuter

1. Läs berättelsen (5 min)

Det var en solig eftermiddag på Stora skolan och skoldagen är slut. Jasmine stannade kvar efter alla lärare och personal hade gått hem. Jasmine satt i trädet när hen såg en grupp barn som retade Jason, den nya eleven. De skrattade åt hans frisyra och kläder, och Jasmine kände sig obekvämt. Hen visste att hen inte bara kunde ignorera det. Hen hoppade ner på marken och berättade för sin vän Martin vad hen hade sett.

"Hej Martin, jag såg just att Jason bli retad för sin frisyra av Adam och några andra."

"Är du säker? Det är Adam, han som bakar muffins och lyssnar på romantiska sånger."

"Åh, jag vet inte. Behöver man vara säker? Jag vet bara vad jag såg."

"Kanske borde vi berätta för någon?"



2. Diskutera (5 min)

- Vad hände?
- Kan det hända här?
- Spelar kön någon roll? Vad skulle hända om Adam var en tjej eller om Jason var en tjej. Skulle det bli någon skillnad?

3. Diskutera könsnormer (5 min)

Visa bild på Jasmine.



Jasmine använder pronomen hen/they.

Gillar rosa och blått.

Har kort hår.

Spelar Minecraft.

Gråter lätt.

Rider och tränar karate.

Frågor:

- Hur "ska" killar se ut och vara?
- Hur "ska" tjejer se ut och vara?
- Vem bestämmer det? Varför är det så tror du?
- Vilka konsekvenser får normer gällande utseenden och beteenden?



4. Ha modet att vara den första att agera.

Reagerar ingen annan? Agera ändå! Du kanske är den första i en kedja av människor som kan förhindra att övergrepp sker.

5. Bryt upp situationen på ditt sätt.

Gör något för att distrahera mobbaren. Vad händer om du ställer en oväntad fråga, till exempel "Jag vill spela fotboll, vill någon spela med mig?" eller låtsas att du trillar och skadar dig? Eller bara stå bredvid den som blir mobbad – det gör er till två.

6. Det är aldrig för sent.

Kom ihåg att du kan vara den person som hjälper till efteråt. Sträck ut handen och erbjud stöd. Ibland kan det vara lättare att säga vad du tycker vid ett annat tillfälle, kanske när du är ensam. Det viktiga är att du inte förblir tyst.

Du kan alltid kontakta

- BRIS eller polisen

5. Skapa egna slut (20 min)

Eleverna skapar egna normkritiska slut på historien om Östra skolan baserat på 6-punktslistan.

6. (Valfritt) Presentera ditt slut (5 min)

Helt valbart för eleverna. Läraren kan också dela med sig tankar.

7. Avslut (5 min)

Trakasserier är vanligt i skolan och påverkar trygghet och självkänsla.

Sexuella trakasserier kan vara:

- Kommentarer om kropp
- Önskade skämt om sex
- Önskad beröring
- Visa olämpliga bilder

Du får aldrig göra något mot någon annan utan samtycke.
Skolan är skyldig att agera vid brott.



8. Exit ticket (5 min)

Vad gör en aktiv åskådare?