

Binogi L r rhandledning

Sexualitet, samtycke och relationer

med kompletterande material från UR



Innehåll

Från och med 1 juli 2022 inför läroplanen benämningen **Sexualitet, samtycke och relationer**. Tidigare kallat Sex och Samlevnad. Läs mer på [Skolverket](#) och gå gärna [Skolverkets webbkurs \(15-20 tim\)](#).

Binogi har mycket material inom kunskapsområdet sexualitet, samtycke och relationer. [UR Play](#) har också mycket material inom området. UR har tex dramaserier och samtalsserier, mm. Tips kring UR:s material finns insprängt i våra lektionsförslag. [De UR:s program som vi tycker kompletterar vårt material bäst finns här.](#)

s. 3 Skillnader och fokus

s. 4 Friskperspektiv

s. 5 Riskperspektiv

s. 6 Framgångsfaktorer inom kunskapsområdet

s. 7 - 8 Materialet indelat i teman

s. 10 Karaktärer

s. 11 - 23 Lektionsförslag

s. 24 - 25 UR:s program som bäst kompletterar vårt material

s. 26 - 27 Externa resurser

Skillnaden är bland annat att ämnesområdet lägger större fokus på **värderingar** och frågor om **frivillighet** och **samtycke**.

Utgångspunkt bör vara att **främja hälsa och välbefinnande** för att på så sätt **förebygga problem och sjukdomar**.

Balans mellan ett **frisk-** och ett **risk**perspektiv

Friskperspektiv

Undervisningen ska innehålla delar som rör:

- **Jämlika relationer**
- **Självkänsla**
- **Prata känslor**
- **Handlingskompetens**
- **Lust**
- **Förälskelse**
- **Sexualitetens egenvärde**
- **Sexuell utveckling**
- **preventivmedel**
- **Samtycke**



Riskperspektiv

Undervisningen ska innehålla kunskap om olika samhällsproblem och risker såsom:

- Sexuellt överförbara infektioner
- Undermålig kondomanvändning
- Önskade graviditeter
- Sexuellt våld
- Utsatthet
- Psykisk ohälsa
- Hedersvåld och förtryck
- Samtycke



Framgångsfaktorer för kunskapsområdet

- Läroplansbaserad och ledd av **lärare med olika kompetenser.**
- Att undervisningen äger rum under **trygga förhållanden, anpassas till elevernas ålder samt till deras intresse, behov och erfarenhet.**
- **Varierande arbetssätt** och **bearbeta föreställningar och normer** som påverkar våra attityder och sexuella beteenden.

Relationer och identitet

- Kärlekstrilogin: Att bli ihop
- Kärlekstrilogin: Att vara tillsammans
- Kärlekstrilogin: Att göra slut
- Könsidentitet
- Att vara med i en grupp
- Detta händer i hjärnan när man blir kär

Identitet, kultur och religion

- Kultur och samhälle
- Religion och identitet
- Omskärelse
- Kvinnlig könsstympning
- Konflikthantering
- Frihet och ansvar
- Den gyllene regeln
- #Metoo
- Pornografi

Kroppen och sexualitet

- Puberteten: Förändringar i kroppen
- Puberteten: andra förändringar
- Vaginan
- Penisen
- Myten om mödomshinnan
- Onani

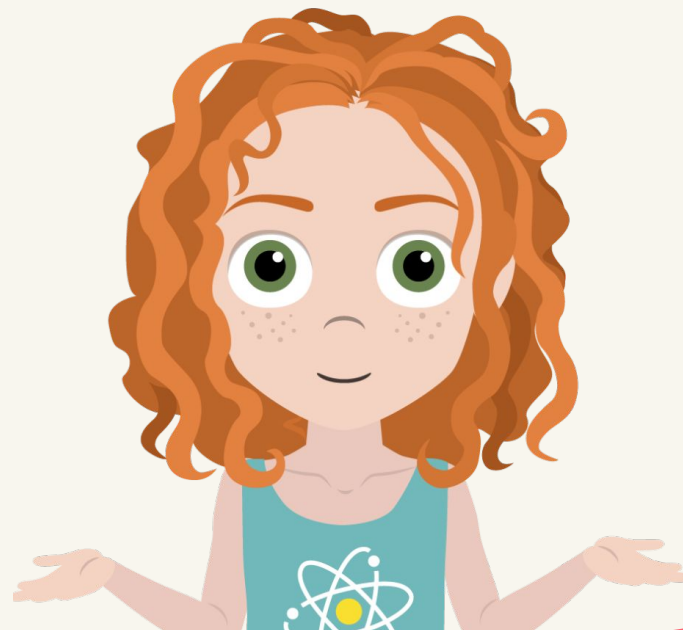
Människans fortplantning

- Menstruation
- Menstruationscykeln
- Från befruktning till födsel
- Könsbestämning hos människan
- Att vara gravid
- Förlossningskomplikationer
- Att bli förälder

Hälsa och skydd

- Ungdomsmottagningen
- Preventivmetoder
- Permanenta preventivmetoder

- Sexuellt överförda sjukdomar
- HIV och AIDS
- HIV - Behandling och förebyggande åtgärder
- HIV-epidemin



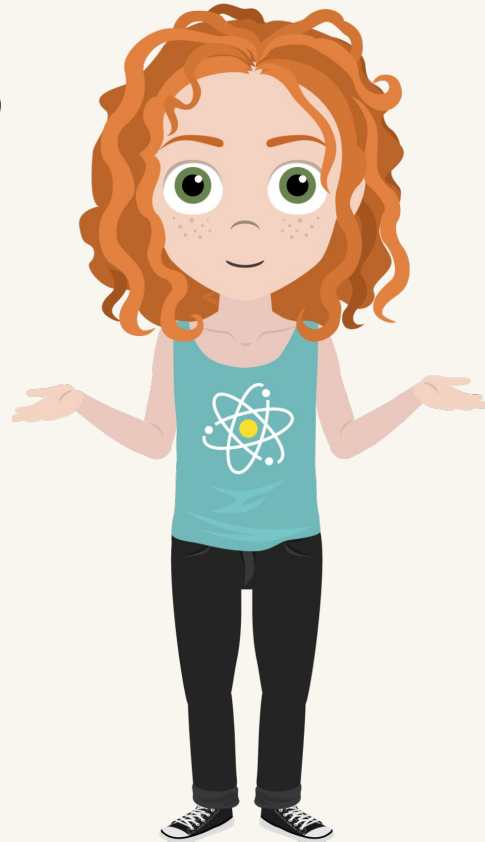
Tips 

För att **inte** göra ämnet för **personligt** och **privat** - använd **våra karaktärer**, dess relationer och liv för att problematisera och bearbeta frågeställningar.



Michael

- Heterosexuell
- Skilda föräldrar



Kim

- Icke-binär
- Skilda föräldrar



Lina

- Heterosexuell
- Gifta föräldrar



Philip

- Homosexuell
- Adopterad

Lektionsförslag 1- Könsidentitet



[Könsidentitet](#)



åk 7-9



Ökad kännedom och reflektion kring könsidentitet

Moment A



5 min

Visa frågorna och reflektera

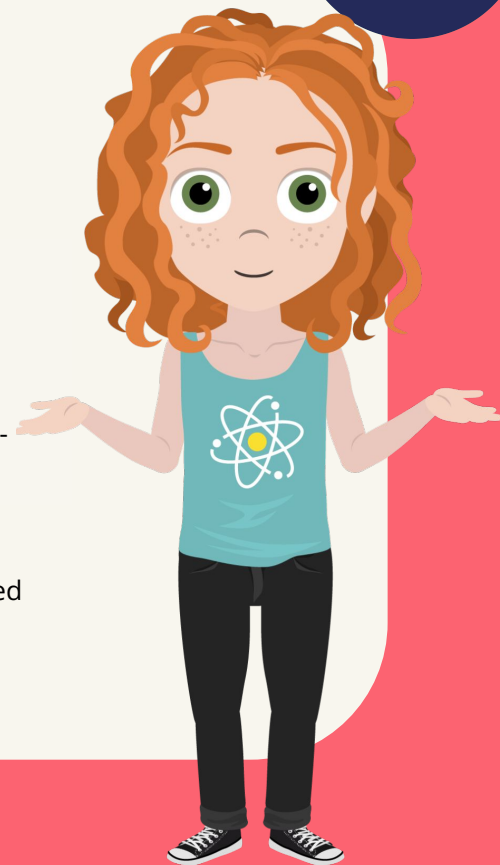
- Vad tänker du på när du hör sexuell läggning?
- Vilka sexuella läggningar känner du till?
- Är sexuell läggning ett medvetet val eller är människan född med en sexuell läggning - Vad tror du?

Moment B



20 min

- Utbildningsradion har en utmärkt serie på temat som heter [Tack Gud jag är homo](#) med tillhörande lärarhandledning



Lektionsförslag 2 - Att bli ihop 1/2



[Att bli ihop](#)



åk 4-6,
7-9



Att få ökad förståelse för relationer

Michael tycker att alla andra verkar vara ihop. Michael ställer sig frågan hur man ska göra för att bli ihop med någon. Flera karaktärer i filmen har olika förslag.

Frågor att diskutera:

- Vilket/vilka förslag tycker du är bäst för att visa att man tycker om någon och vill vara ihop?
- Ge exempel på andra förslag som ni kan komma på.
- Är det olika för tjejer och killar?
- Vad har du för förslag till Michael när han tycker om Lina?

Tänk om Lina inte alls vill vara tillsammans med Michael.

- Hur kan situationen kännas för Lina?
- Hur säger man på att ett bra sätt att man inte vill vara tillsammans med någon.
- Om den man gillar inte vill vara tillsammans med en, vad ska man göra då? Hur kan man ta sig förbi det?



Lektionsförslag 3 - Att bli ihop 2/2



[Att bli ihop](#)



åk 4-6,7-9



Att få ökad förståelse för relationer

I en kort passage i filmen så nämns att det finns risker med att skapa kontakt med folk på internet.

- Vad tycker du?
- Hur tänker du kring detta?
- Vilka risker ser du att det kan finnas med att skapa kontakter på nätet?
- Vilka fördelar finns det med att söka kontakt på nätet?

Komplettera gärna med att läsa polisens material ["Är det delbart"](#) som handlar om sexualbrott mot barn på internet. De har också [material för lärare](#).

I filmen finns flera förslag och tips på saker och hur man kan veta om någon gillar en.

- Håller du med? Har du andra exempel?
- Hur vet man att man själv är kär?

Se filmen [Det händer i hjärnan när man blir kär](#).

Frågorna ovan kan tex. behandlas med metoderna:

Diskussion , EPA modellen , fyrahörnsövningar.



Lektionsförslag 4 - Att vara tillsammans




[Att vara tillsammans](#)




åk 4-6, 7-9



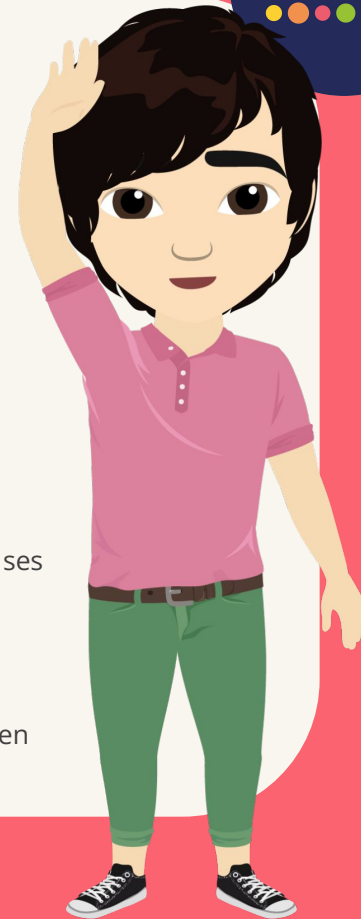
Att få ökad förståelse för relationer

Moment A  5-15 min

- Se filmen: [Att vara tillsammans](#). Gärna också [Konfliktlösning](#) och [Frihet och ansvar](#).

Moment B  30 min

- William och Philip vill ses lite olika ofta i sin relation (i filmen att vara tillsammans) Måste man ses hela tiden och prata hela tiden när man är ihop? Hur löser man att man vill ses olika ofta? Se film om [konfliktlösning](#) som komplement.
- Se också filmen om [Frihet och ansvar](#). När man är i en relation innebär det både frihet och ansvar. Vad kan det innebära?
- Nina och Rauno diskuterar svartsjuka. På vilka sätt kan svartsjuka visa sig? Vad menar de i filmen med Ninas självbild? På vilket sätt kan självbilden vara ett problem i en relation?



Lektionsförslag 5 - Att göra slut



[Att göra slut](#)




åk 4-6, 7-9



Att få ökad förståelse för relationer

Moment

 60 min

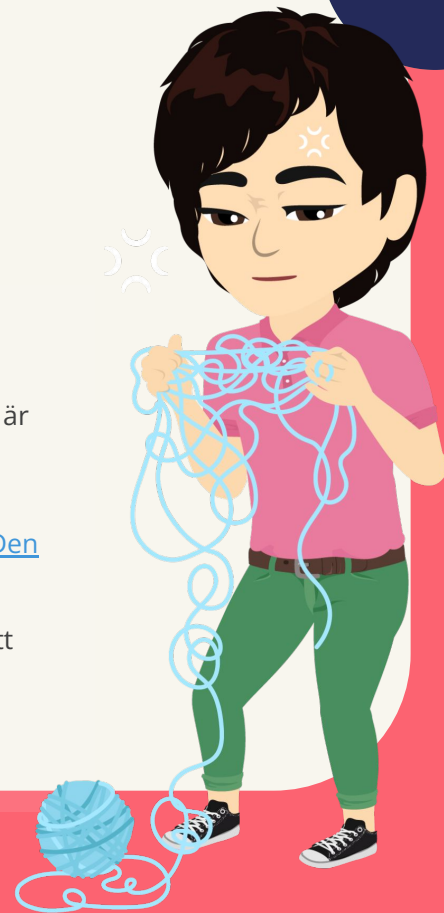
Gruppdiskussion:

- Vad tycker du om Nina och Philips sätt att göra slut? Finns det andra sätt - vilka sätt är bättre eller sämre?
- Är det ok att göra slut med SMS, eller bara sluta höra av sig?

I slutet av filmen nämner Nina "Den gyllene regeln". Vad innebär den? Se gärna filmen om [Den gyllene regeln](#).

Michales pappa berättar om när Michaels mamma ville skiljas. Han säger "Det tog nästan ett halvår innan jag kände mig levande igen."

- Har du erfarenhet av någon närståendes skilsmässa?
- Vad tycker du om Michaels pappas resonemang kring separation?



Lektionsförslag 6 - Puberteten



[Puberteten förändringar i kroppen](#)
[Puberteten andra förändringar](#)




åk 4-6, 7-9



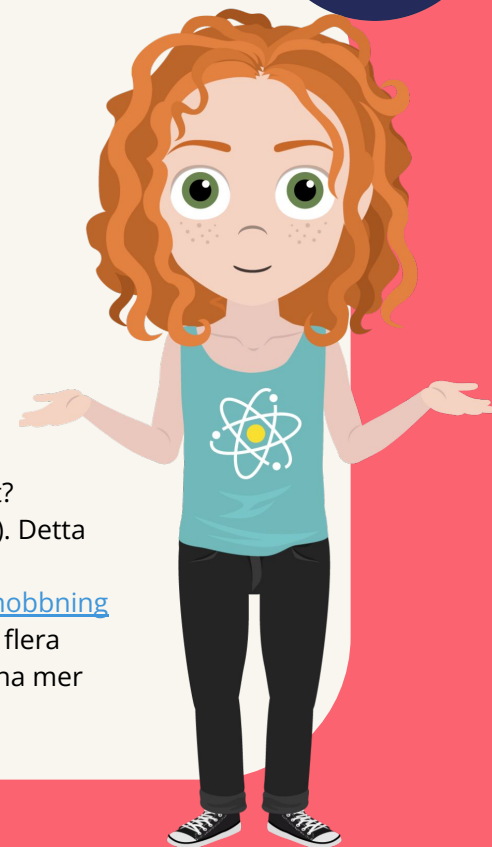
Ökad kännedom och reflektion

Moment A  60 min

- Se filmerna om puberteten och gör quizen. Diskutera sedan i grupper enligt nedan.

Moment B  20 min

- Vad är det som händer i kroppen vid puberteten? Vad skiljer killar och tjejers pubertet åt?
- I filmen pratar de om att puberteten kommer vid olika tidpunkter (vilket är helt naturligt). Detta kan också leda till att man retas eller mobbas på grund av att man är tidig eller sen med puberteten. Har du varit med om det nån gång? Som komplement se gärna filmen om [mobbing](#)
- Om man vill jobba vidare med spel, så kan vi tipsa om [elevspel.se](#) Där finns ett spel med flera nivåer om puberteten. Ge spelet som hemläxa eller arbeta med det på lektionen. Se gärna mer på [UMO](#).



Lektionsförslag 7 - Puberteten, identitet och självförverkligande



[Att vara med i en grupp](#)
[Kultur och samhälle](#)
[Religion och identitet](#)



åk 7-9



Ökad kännedom och reflektion kring puberteten

När det gäller puberteten blir frågeställningar om identitet, självförverkligande och gemenskap också intressanta.

Se filmerna ovan.

Filmerna har egna lektionsförslag i vår lärarhandledning om [Hälsa och välbefinnande](#).

Lektionsförslag 8 - Människans fortplantning



Se nedan



åk 4-6, 7-9



Ökad kännedom om människans fortplantning

Moment A  60 min - flera lektioner

Se filmerna

- [Menstruation](#)
- [Menstruationscykeln](#)
- [Från befruktning till födsel](#)
- [Att vara gravid](#)
- [Att bli föräldrar](#)

Arbeta med de begrepp som finns till filmerna. Ta ut egna begrepp ur manuset under filmerna och förklara dessa.

Gör quizen till respektive film.



Lektionsförslag 9 - Kroppen och sexualitet



Se nedan



åk 4-6, 7-9



Ökad kännedom om kroppen och sexualitet

Moment A



60 min - flera lektioner

- [Vaginan](#)
- [Penisen](#)
- [Myten om mödomshinnan](#)
- [Onani](#)

Arbeta med de begrepp som finns till filmerna. Ta ut egna begrepp ur manuset under filmerna och förklara dessa.

Gör quizen till respektive film.



Lektionsförslag 10 - HIV epidemin




Se nedan



åk 4-6, 7-9



Ökad kännedom sexuellt överförbara sjukdomar och HIV

Moment A  60 min - flera lektioner

Se filmerna och gör quizen:

- [Sexuellt överförda sjukdomar](#)
- [HIV och AIDS](#)
- [HIV - Behandling och förebyggande åtgärder](#)
- [HIV-epidemin](#)

Moment B

Gör ett samarbete med svenskämnet och läs Torka aldrig tårar utan handskar - som handlar om HIV epidemin i Stockholm på 1980-talet.

Lektionsförslag 11 - Samtycke



Se nedan



åk 4-6, 7-9



Ökad kännedom vad begreppet samtycke betyder

Moment A  40 min - flera lektioner

Se filmen om [Samtycke](#)

- Gör quizen till filmen

Moment B

Diskutera utifrån följande frågor

- Varför är det fel för Michael att fotografera i omklädningsrummet?
- Hur kan man vara säker på att någon ger sitt samtycke om de inte säger det med ord?
- Hur ska man hantera det om någon inte kan ge sitt samtycke på grund av alkohol eller droger?

Låt eleverna själva diskutera fritt från filmen och komma på fler dilemman.

Lektionsförslag 11 - Samtycke



Se nedan



åk 4-6, 7-9



Ökad kännedom vad begreppet samtycke betyder

Moment C  40 min - flera lektioner

Den brittiska filmen [Tea Consent](#) fick stor uppmärksamhet, 2015. Den har idag 11 miljoner visningar, se den eller [svensk översättning](#) av filmen som jämför samtycke med att dricka en kopp te. UR har också en kompletterande film som berättar om den svenska [samtyckeslagen](#).

Be eleverna diskutera

- Tycker ni att jämförelsen mellan te och samtycke fungerar? Är det tydligt? Vad tycker ni om att någon först säger ja till te, men sedan ändrar sig?

Vad gäller fotografering har UR en bra [exempelfilm](#) att fortsätta diskutera kring.

UR Play har också en dramaserie om samtycke [Dör för dig](#) 8 delar a 9 minuter vardera - Med tillhörande lärarhandledning och arbetsblad.

UR Play:s serie [Toxic om relationer, gränser och våld](#) berör samma tema

Lektionsförslag 12 - Pornografi



Se nedan



åk 7-9



Diskussion kring pornografi

Moment A  40 min - flera lektioner

Se filmen om [Pornografi](#)

Här är några diskussionsfrågor utifrån filmen

Hur har synen på erotiska bilder förändrats från gamla Pompeji till idag?

- Vad är bra och dåligt med lättillgänglig porr på nätet för unga?
- Vad bör man tänka på innan man delar egna nakenbilder eller filmer på nätet? - se också lektionen om samtycke.
- UR har ett stort material (8 filmer) som heter [Allt om porr](#) med utgångspunkten "visa inget, berätta allt" Det förekommer ingen porr i serien. Det finns också en [lärarhandledning](#) till serien

Utbildningsradions program som bäst kompletterar vårt material del 1

Högstadiet/gymnasiet

[Allt om porr | Sexualitet och samtycke för åk. 7-9 | UR Play](#)

[Tack gud jag är homo | Vad betyder hbtqia+? | UR Play](#)

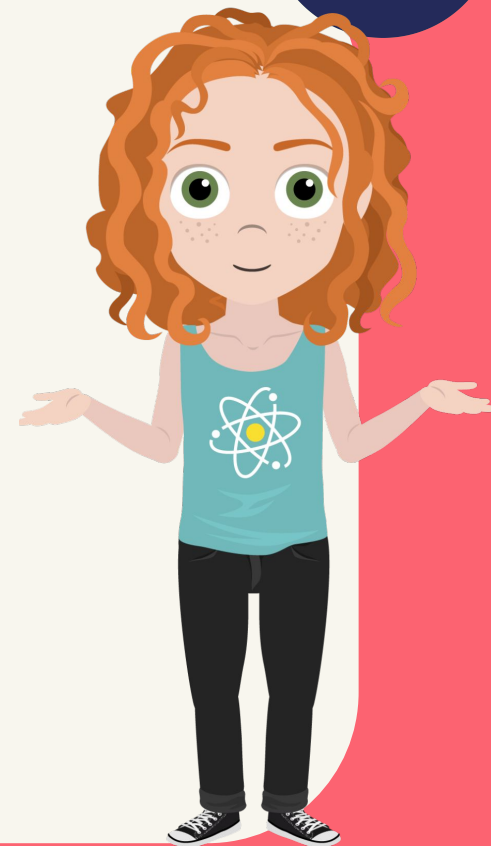
[Dör för dig | Gymnasiedrama om våld i ungas parrelationer | UR Play](#)

[Toxic - om relationer, gränser och våld | UR Play](#)

[Toxic | Podd om våld i nära relationer | UR Play](#)

[Orka plugga: Vad är samtyckeslagen | UR Play](#)

[Diskutera sex och relationer | UR Play](#)



Utbildningsradions program som kompletterar vårt material del 2

[It's complicated | UR Play \(Engelska och SSR\)](#)

[UR serie: Säg till, säg ifrån - om sex och sociala medier](#)

Serie för teckentalande elever

[Vi förklarar sexualitet, samtycke och relationer | Åk 6-8 | UR Play](#)

För anpassad gymnasieskola

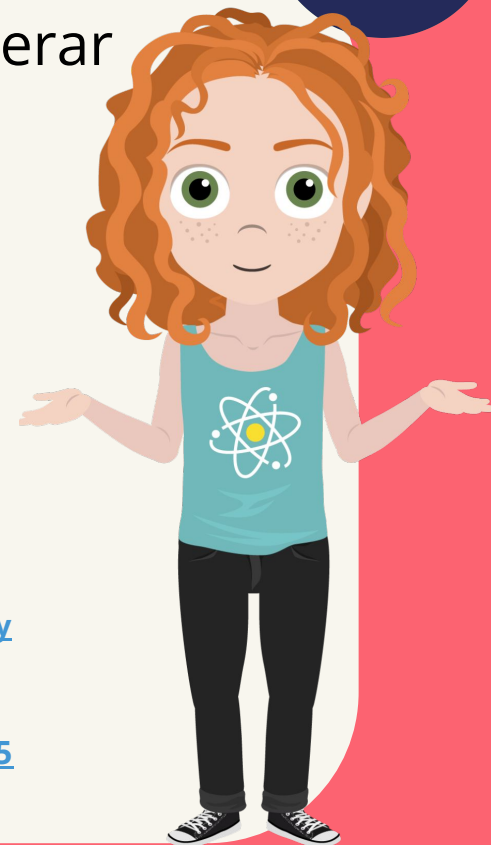
[Sexbyrån | UR Play](#)

Mellanstadiet

[Snacka om sex | Om sådant du behöver veta om din kropp och känslor | UR Play](#)

Lärofortbildning

[Från UR finns också Lärlabbet som är en lärofortbildning serie, i säsong 5 behandlas sex och samlevnad.](#)



Externa resurser

[Att arbeta med sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter](#) (Film)

statistik från Sexualitet och hälsa bland unga i Sverige UngKAB15 – en studie om kunskap, attityder och beteende bland unga 16–29 år. [Här är rapporten](#) i text.



[Göteborgs stad - temasida om Sexualitet, samtycke och relationer](#)

Polisens material ["Är det delbart"](#) som handlar om sexualbrott mot barn på internet. De har också [material för lärare](#).

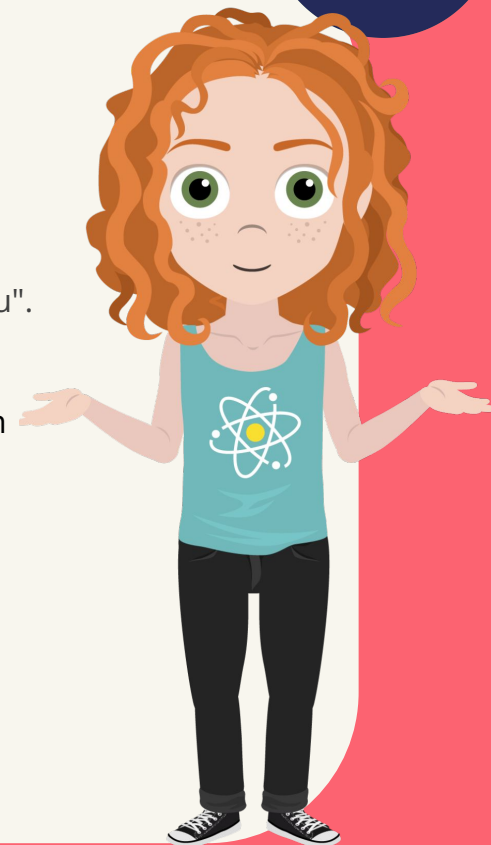
Externa resurser

[RFSU har en metodbank om Sex och relationer](#)

- Välj ålder på elever, få praktiska tips på temat. RFSU har skapat korta filmer som riktar sig mot läraren - information finns både i formen av motivationsskapande samt i praktiska lektionsplaneringar "Så här gör du".

Puberteten: [elevspel.se](#) Där finns ett spel med flera nivåer om puberteten.

[UMO.se](#) - Om sex, hälsa och relationer. Umo.se är en webbplats för alla mellan 13-25 år. Sveriges alla regioner är med och betalar för UMO. Kunskap om kroppen, sex, relationer, psykisk hälsa, alkohol och droger, självkänsla mm.

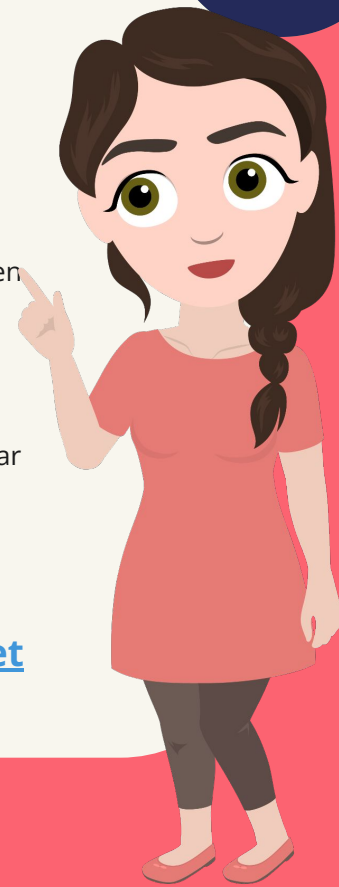


Vetenskaplig grund och beprövad erfarenhet

Synen på sexualitet är präglad av samhällets lagar och normer. Om lärarens egen syn på sexualitet går emot den rådande lagstiftningen måste läraren förhålla sig till det och vara professionell. Undervisningen ska utgå ifrån lagstiftningen och värna elevernas rättigheter och identitetsutveckling. Sedan 2010 anger skollagen att all utbildning ska vila på vetenskaplig grund och beprövad erfarenhet.”

“Några centrala områden som nämns i kvalitetsgranskningen och som berör undervisningens kvalitet har fått egna avsnitt i andra delar i den här kursen: inkludering och jämställdhet, hbtqi-perspektiv, elevers delaktighet och samverkan inom skolan.

[Skolverket](#)



Lärarhandledning
Sexualitet, samtycke och relationer
sammanfattad av:

Mats Larsnäs
Implementeringsansvarig
/CSM, Binogi
Legitimerad Gymnasielärare
Samhällskunskap, Historia.

