



INTRODUKSJONSØVELSER TIL SEKSUALITETSUNDERVISNING

ØVELSER FOR Å SKAPE DET TRYGGE ROM OG TRYGGE RAMMER FOR UNDERVISNINGEN

1 \ FELLES AVTALER

ØVELSESTYPE

Individ, Gruppe, Plenum (IGP)

MÅLGRUPPE

Kan være nyttig for alle trinn, men her er det særlig rettet mot 8.-10. trinn.

FORMÅL

- Elevene skal bli enige om felles avtaler for undervisningen som legger til rette for et trygt rom for alle.
- Elevene skal øve seg i å ta personlig stilling og lytte til hverandres synspunkter.

FAGLIG RELEVANS

- Samfunnsfag: «reflektere over korleis identitet, sjølvbilete og egne grenser blir utvikla og utfordra i ulike fellesskap, og presentere forslag til korleis ein kan handtere påverknad og uønskete hendingar»
- Folkehelse og livsmestring
- Demokrati og medborgerskap
- Overordnet del av læreplanen

TIDSBRUK

20-30 minutter

BESKRIVELSE

1. Elevene og underviseren sitter på stoler i en sirkel. Underviseren forteller at seksualitetsundervisning noen ganger handler om spørsmål og emner som man kanskje ikke har snakket så mye om før med venner, underviseren eller andre. Derfor er det helt vanlig å være litt usikker på seg selv og tenke på hva de andre kanskje mener om det man sier eller gjør. I en slik undervisning kan det være lurt å inngå noen felles avtaler om hvordan timene skal være – og det er det klassen skal gjøre nå.
2. Underviseren deler deretter elevene inn i grupper på to til tre personer. Hver gruppe har i oppgave å diskutere spørsmålet: «Hvilke avtaler kan vi inngå for å sikre at vi får noen gode undervisningstimer sammen?» Gruppene skal komme med minst to forslag til avtaler, som de skriver på hvert sitt papirark. De får cirka 10 minutter til dette arbeidet.
3. Alle elevene samles i sirkelen igjen, og hver gruppe presenterer sine avtaler og forklarer hvorfor de er viktige. Arkene med avtalene legges på gulvet midt i sirkelen slik at alle kan se dem. Når alle avtalene er presentert, ber underviseren elevene om å tenke etter hvilken avtale som vil være den aller viktigste for dem. De skal ikke snakke sammen om det, men tenke gjennom det på egen hånd.
4. Nå kan underviseren lage en felles avtale for klassen med utgangspunkt i disse avtalene. Her slås like avtaler sammen. Underviseren tar med avtalene, som må godkjennes av elevene.
5. Avtalene kan nå gjerne henges opp i klasserommet. Avtalene kan henvises til i løpet av seksualitetsundervisningen eller annen undervisning ved behov.

TIPS TIL UNDERVISEREN

- Hvis det er satt av kort tid til seksualitetsundervisningen, kan det likevel fokuseres på det trygge læringsrommet ved å presentere elevene for en rekke avtaler som underviseren har valgt ut på forhånd.
- Elevene kan kort snakke om dem med sidepersonen før underviseren foretar en felles oppsummering, der elevene gir en tilbakemelding på om de synes avtalene er gode, og om det eventuelt er noe som mangler. Dette kan gjennomføres på cirka 10 minutter. Eksempler på avtaler kan være:
 1. Vi rekker opp hånden hvis vi vil si noe.
 2. Vi skal være aktive i undervisningen, men vi kan godt «melde pass».
 3. Vi snakker ikke om våre egne personlige opplevelser.
 4. Vi snakker ikke stygt om hverandre og andre utenfor klassen.
 5. Vi ler ikke av hverandres spørsmål og kommentarer.
- I noen klasser kan det være behov for at underviser på forhånd gjør seg noen tanker om det er regler som ikke er til diskusjon. Kanskje skal elevene ha få og helt konkrete regler.
- Forsøk så langt som mulig å formulere reglene positivt. Det kan skape en positiv forventning til elevenes atferd og tydeliggjøre hva som er greit å gjøre.
- Det er viktig å overveie hvilke konsekvenser det skal ha å bryte reglene.
- Husk at reglene også gjelder for underviser. Hvis man benytter for eksempel regelen om at det ikke skal snakkes om egne personlige opplevelser, bør underviseren også overholde dette.

2 \ ORD SOM SÅRER

ØVELSESTYPE

Individ, Gruppe, Plenum (IGP) og videoklipp

MÅLGRUPPE

Kan være nyttig for alle trinn, men her er det særlig rettet mot 8.-10. trinn.

FORMÅL

- Elevene skal kunne snakke med hverandre om hvordan ord kan virke sårende.
- Elevene skal kunne komme med forslag til hva de kan gjøre i klassen for at ingen skal bli kalt noe de ikke liker og å motvirke mobbing i praksis.

FAGLIG RELEVANS

- Folkehelse og livsmestring
- Demokrati og medborgerskap
- Overordnet del av læreplanen

TIDSBRUK OG UTSTYR

30–40 minutter

Post-it-lapper

LENKE TIL VIDEOKLIPP

Norsk Folkehjelp: «Skjellsord i skolegården» (ulike klipp på rundt 1 minutt): folkehjelp.no/skjellsord

BESKRIVELSE

1. Snakk med elevene om at det nå skal handle om ord som sårer og ord som trakasserer. Vi alle kan ha forskjellige grenser for hvilke ord vi synes det er greit å bli kalt, eller hvilke ord vi ikke har lyst til å høre bli brukt. Det samme gjelder også for voksne på skolen. Diskuter gjerne sammen hva et skjellsord er.
2. Ord som «homo», «hore» og «taper» er eksempler på ord voksne på skolen ikke vil akseptere at blir brukt som skjellsord, fordi det er ord som kan såre og være diskriminerende, og det er ord som historisk har blitt brukt som skjellsord.
3. Se så gjerne ett eller flere av klippene Norsk Folkehjelp har laget om [skjellsord](#). Elevene kan nå reflektere sammen i grupper eller i klassen med utgangspunkt i følgende spørsmål:
 - Hvorfor bruker noen skjellsord?
 - Hvordan føles det å bli kalt et skjellsord?
 - Hvordan påvirker skjellsord miljøet på skolen eller i klassen?
4. Kan ord eller kallenavn være diskriminerende og trakasserende, selv om de er blitt brukt «bare for gøy» eller moro skyld?
5. Som avslutning av øvelsen kan klassen komme med forslag til en avtale om hvordan de kan unngå at noen elever i klassen blir kalt ord som sårer, trakasserer eller diskriminerer. De kan ta utgangspunkt i følgende spørsmål:
 - Hva skal eventuelt avtalen inneholde?
 - Er det noe annet klassen og hver enkel elev kan gjøre for å motvirke at andre blir kalt for noe som kan oppfattes negativt eller trakasserende?
 - Hvordan bør avtalen overholdes?
5. Forslag til avtaler kan samles, og kan brukes når klassen senere tar opp språkbruk, digital kommunikasjon eller mobbing.

TIPS TIL UNDERVISER

- Når klassen snakker om seksualitet, kan underviser oppleve at elever bruker nedsettende og diskriminerende uttrykk knyttet til seksualitet og kjønn. For eksempel «homo», «hore» eller «billig» kan bli brukt som skjellsord. Det er viktig å utfordre elevene på slik språkbruk samt holdninger som kan ligge bak ordene.
- Selv om noen elever kan si at enkelte ord bare brukes «på gøy», kan det oppleves støtende eller diskriminerende av andre elever. Når vi sier at det er lov å være uenig, betyr ikke det at det er greit å si ting som for eksempel at «homofile er ekle».
- Bruk din kunnskap om klassedynamikken og elevene til å tenke om det er noe spesielt du må tilpasse i din klasse.