

Lærervejledning i seksualundervisning med læringsspillet SEXSNAK

Udarbejdet af Mediesundhed for børn og unge og DIGIchat

Introduktion

Formål

Målgruppe

Uddybning af forløb og temaer

Undervisningsforløb

Beskrivelse af temaer og læringsmål

Grænser

Læringsmål for temaet grænser

Samtykke

Læringsmål for temaet samtykke

Køn, krop og medier

Læringsmål for temaet køn, krop og medier

Læringsspillet SEXSNAK og undervisningsmateriale

Sådan spilles SEXSNAK

Forberedelse og tidsforbrug

Få hjælp

Introduktion

I oktober 2022 blev det vedtaget, at eleverne på de gymnasiale uddannelser skal have obligatorisk seksualundervisning fra skoleåret 2023/2024. Denne beslutning afspejler anerkendelsen af vigtigheden ved at give unge mennesker den nødvendige viden og de rette redskaber til at håndtere og forstå seksualitet på en sund og ansvarlig måde.

Mediesundhed for børn og unge har i mere end 20 år arbejdet på at afdække og belyse de udfordringer danske unge står over for. Gennem landsdækkende analyser har organisationen undersøgt unges forbrug og holdninger til pornografi, de unges oplevelse af seksualisering i deres digitale liv samt deres forhold til samtykke, køn og grænser. I samarbejde med DIGIchat har Mediesundhed for børn og unge nu udviklet læringsspillet SEXSNAK.

SEXSNAK er udformet specifikt til at imødekomme behovene i denne netop vedtagne obligatoriske seksualundervisning. Spillet har til formål at skabe en åben, respektfuld og konstruktiv dialog om vigtige emner som fakta, gråzoner og grænsesætning i forhold til køn, krop og medier samt grænser og samtykke.

Formål

SEXSNAK er et fysisk lærings spil med tilhørende undervisningsmateriale, der primært har til formål at understøtte de unges seksuelle og digitale dannelse. Gennem brugen af spillet og gamificering af seksualundervisningen ønsker vi at øge elevernes viden om forskellige temaer og emner inden for personlige, seksuelle, seksualpolitiske, kulturelle og teknologiske aspekter relateret til krop, køn, samtykke og grænser på en lærerig og samtidig underholdende måde.

Idet spillet er dialogbaseret, bliver der skabt en udviklende og reflekterende proces, der faciliterer elevernes indsigt og giver dem konkrete redskaber til at håndtere og forstå disse emner. Dette bidrager til øget individuelt læringsudbytte og en forbedret evne til at forstå egne omgivelser. Samtidig skaber det en platform for eleverne til at deltage i debatter, reflektere over dilemmaer samt udforske samfundsmæssige trends, fænomener og udfordringer.

SEXSNAK har til formål at tilbyde undervisere på ungdomsuddannelserne en værdifuld ressource til at undervise i emner, der relaterer sig til krop, køn, samtykke og grænser.

Spillet giver underviseren mulighed for at styrke sine kompetencer og blive klædt på til at håndtere fagområder, hvor seksualundervisning spiller en vigtig rolle, uden at skulle være specialist eller uddannet inden for sexologi.

Læringsspillet er udformet på en måde, der gør det nemt for underviseren at navigere og tilpasse det til deres undervisningsbehov. Med klare og præcise instruktioner, understøttende undervisningsmaterialer og en vifte af forskellige temaer, bliver underviseren guidet gennem processen med at levere relevant og opdateret seksualundervisning.

Målgruppe

SEXSNAK er udviklet med henblik på at nå ud til en bred målgruppe af elever på gymnasiale og erhvervsuddannelser i alderen 16-20 år. Spillet er udformet til at være inkluderende og relevant for alle køn og etniciteter. Det sigter mod at lette samtalen om seksualitet og relaterer emnet til forskellige fagområder.

SEXSNAK kan spilles på alle klassetrin, men der er visse overvejelser at tage i betragtning. Det anbefales at vente med at introducere spillet til førsteårselever indtil 2. skolehalvår. Dette skyldes erfaringen med, at eleverne på dette tidspunkt generelt er mere modtagelige for at deltage aktivt og åbent i samtaler om seksualitet. Ved at give eleverne tid til at etablere en vis tryghed og fællesskabsfølelse i klassen, kan spillet bidrage til at fremme en større åbenhed og forståelse eleverne imellem.

Uddybning af forløb og temaer

Spillet er særligt velegnet til undervisning i samfundsfag, biologi, digital teknologi, psykologi, dansk, idræt og mediefag. Derudover er det oplagt at benytte som tværfagligt materiale til temadage og uger, fx i forbindelse med Uge Sex.

Eleverne arbejder med seksualundervisning gennem et forløb med temaerne grænser, samtykke og køn, krop og medier ved brug af lærings spillet SEXSNAK og tilhørende undervisningsmateriale.

Det er mest optimalt, at forløbet strækker sig over tre undervisningsgange, med en minimumsvarighed på 90 minutter til hvert tema. Vi foreslår, at I starter med temaet grænser, derefter samtykke og til sidst køn, krop og medier.

Undervisningsforløbet er imidlertid udformet således, at hvert tema kan stå alene, og det kan spilles når som helst, der er tid og mulighed for det.

Beskrivelse af temaer og læringsmål

For at gøre dig som underviser så godt som muligt klædt på til facilitering af spillet, er der nedenfor en beskrivelse af de forskellige temaer som SEXSNAK indeholder.

Grænser

Vores grænser er en fundamental del af vores liv og fungerer som psykiske og følelsesmæssige retningslinjer, der definerer vores personlige rum, individuelle præferencer samt holdninger til acceptabel adfærd og interaktioner med andre mennesker. De er et udtryk for vores individuelle behov, værdier og grænser for, hvad vi er komfortable med og accepterer i forskellige aspekter af vores liv.

Grænser spiller en afgørende rolle i vores liv og relationer. De hjælper os med at opretholde en sund psykisk og følelsesmæssig afstand mellem os selv og andre mennesker. Grænser dækker forskellige områder af vores liv, herunder **fysiske, materielle, mentale, følelsesmæssige, seksuelle og interne grænser**.

Læringsmål for temaet grænser

- At give eleverne viden om, at kunne begå sig hensigtsmæssigt online og offline inden for seksuelle og pornografiske områder.
- At eleverne opnår viden om egne rettigheder og grænser
- At eleverne evner at udvikle forståelse for respekt, gensidighed og etablering af trygge og sunde seksuelle relationer.
- At eleverne har viden om vold og overgreb af fysisk, psykisk og seksuel karakter.
- At eleverne kan diskutere, hvordan overgreb på unge kan forebygges.
- At eleverne udvikler redskaber til at navigere i sociale og seksuelle interaktioner uden at forårsage skader på sig selv eller andre.
- At eleverne kan udvikle kommunikationsfærdigheder til at udtrykke ønsker, grænser og samtykke tydeligt og respektfuldt.
- At elevernes forudsætning for seksuel, relationel, social og mental trivsel og sundhed på sigt vil styrkes.

Samtykke

Den samtykkebaserede voldtægtsbestemmelse, også kaldet samtykkeloven, blev vedtaget 17. december 2020 og trådte i kraft 1. januar 2021.

Samtykkeloven er blevet indført for at beskytte og styrke individets ret til at bestemme over egen krop og at deltage i seksuel aktivitet på en frivillig og respektfuld måde. Samtykkeloven er et svar på behovet for at adressere udfordringer og uligheder i relationer og forebygge seksuelle overgreb, voldtægt og tvungen seksuel aktivitet. Loven understreger betydningen af at indhente et klart og tydeligt samtykke fra alle involverede parter for at sikre, at de deltager frivilligt og med respekt for deres egne grænser.

Når man taler om samtykke, er der nogle vigtige principper, man skal huske på: **frivillighed, tydeligt samtykke, verbalt samtykke, nonverbalt samtykke, evnen til at give samtykke samt respekt for grænser.**

Læringsmål for temaet samtykke

- At eleverne kan forklare begrebet samtykke i en seksuel kontekst og at kunne begrunde vigtigheden af samtykke.
- At eleverne kan identificere metoder til at udtrykke og opnå samtykke, både verbalt og nonverbalt.
- At eleverne kan anerkende tegn på manglende samtykke eller ubehag, herunder tydelige signaler eller tøvende adfærd.
- At eleverne kan diskutere, hvordan overgreb på unge kan forebygges.
- At eleverne kender til lovgivning på området (heriblandt blufærdighed, samtykke og voldtægt) for at forebygge seksuel kriminalitet og grænseoverskridende adfærd og holdninger.
- At eleverne kan udvikle kommunikationsfærdigheder til at udtrykke ønsker, grænser og samtykke tydeligt og respektfuldt.
- At eleverne kender til betydningen af samtykke i relationer, sociale situationer og digitale medier.
- At udvikle forståelsen for, at samtykke er baseret på frivillighed.

Køn, krop og medier

Køn, krop og medier udgør et tæt sammenhængende emne, der berører, hvordan sociale medier påvirker vores opfattelse af krop, køn og seksualitet. Inden for den bredere diskussion om krop, køn og medier spiller pornografien en væsentlig rolle.

Pornografisk indhold har potentialet til at forme vores forståelse af krop og seksualitet på flere niveauer ved at præsentere idealiserede kropsidealer, som kan resultere i følelser af utilfredshed og mindre værd, hvis vores egne kroppe ikke harmonerer med disse standarder. Ydermere kan indholdet påvirke vores opfattelse af seksuelle normer og stereotype kønsroller, som kan have betydelig indvirkning på vores selvopfattelse, selvværd og identitetsdannelse.

Emnet inviterer også til at forholde sig til magtstrukturer i samfundet hvor pornografien kan være

med til at forme opfattelsen af, hvordan seksuelle relationer skal udspille sig, lige så hvordan dette kan have påvirkning på både individuelle og kollektive forståelser af ligeværd og respekt i intime forhold og mennesker imellem.

Læringsmål for temaet køn, krop og medier

- At eleverne kan identificere konkrete eksempler på, hvordan sociale medier påvirker opfattelsen af krop, køn og seksualitet i nutidens samfund.
- At eleverne er i stand til at identificere eksempler på seksuelle normer og stereotype kønsroller, der repræsenteres.
- At eleverne opnår viden om selvværd, selvtillid og ligeværd.
- At eleverne kan anvende kritisk tænkning til at vurdere mediebudskabers påvirkning på individuelle og kollektive opfattelser af intime forhold og dennes samfundsindflydelse.
- At eleverne kan identificere eksempler på mediebudskaber, der fremmer en sund forståelse af krop, køn og seksualitet.
- At eleverne opnår nye perspektiver på selvaccept, selvkærlighed og mangfoldighed.
- At elevernes forudsætning for seksuel, relationel, social og mental trivsel og sundhed på sigt vil styrkes.

Læringsspillet SEXSNAK og undervisningsmateriale

Læringsspillet SEXSNAK printes og spilles gruppevis og kan spilles af op til 36 elever ad gangen i grupper med maksimalt 6 elever per gruppe. Dog anbefales 3-4 elever i hver gruppe for at eleverne opnå bedst flow under spil med SEXSNAK.

Spilelementer

Til hvert tema medfølger følgende spilelementer:

- Spillevejledninger til elever, 2 stk. per gruppe.
- Spillekort i kategorierne quiz, dialog og aktiviteter, 12 stk. per gruppe.
- Spilleplader, 1 stk. per gruppe.
- Svarplader + spillebrikker, 1 sæt per gruppe,

Undervisningsmaterialer

Til hvert tema medfølger følgende undervisningsmaterialer:

- PowerPoint til underviser, 1 stk.
- Vejledning til underviser, 1 stk.
- Notatark til elever (A4), 1 stk. per elev.
- Poster til klassens retningslinjer, 1 stk.

Alt materiale vil kunne downloades gratis på SEXSNAK.net, Mediesundhed for børn og unges hjemmeside eller på DIGIChats hjemmeside. (NB! – spillet er endnu ikke lagt ud på disse sider)

Udprint af materialer er beskrevet i ZIP mappen I har fået tilsendt.

Sådan spilles SEXSNAK

1. Kategoriopgaver

Eleverne i gruppen trækker på skift ét spillekort i hver af kategorierne **quiz**, **dialog** og **aktivitet** fra spillepladen.

Opgaverne på spillekortene skal eleverne udføre i fællesskab gennem dialog og gennemførelse af aktiviteter og opgaver ved brug af deres individuelle svarplader og notatark.

Quiz

I quiz-kategorien bliver eleverne quizzet i forskellige begreber inden for det valgte tema, hvor eleverne kan opnå point ved korrekt besvarelse af quizspørgsmål. Pointene farves på elevernes egne svarplader. Elever vil her også blive rustet med ny viden om begreberne samt blive mødt opfølgende dialog spørgsmål.

Dialog

I dialog-kategorien bliver eleverne stillet forskellige dialog- og dilemmas spørgsmål inden for det valgte tema. Dialog- og dilemma spørgsmålene vil også blive efterfulgt med gode og gavnlige råd, som eleverne kan tage i brug efter spillet.

Aktivitet

I aktivitets-kategorien bliver eleverne mødt med forskellige lærerige og reflekterende aktiviteter inden for det valgte tema, som de skal udføre med og uden en digital enhed. Aktivitets-kategorien giver også eleverne mulighed for et brain break med underholdende aktiviteter, der får pulsen op hos eleverne undervejs i spillet.



Gruppen starter med at fuldføre ét quizkort og fortsætter herefter med ét dialogkort og ét aktivitetskort. Efterfølgende fortsættes med ét quizkort, dialogkort og aktivitetskort, indtil der ikke er flere kort tilbage eller til spilletiden er ovre.

2. Øvelser

Eleverne skal efterfølgende lave en øvelse, som tager afsæt i deres opnåede viden, refleksion, dialog gennem læringsspillet SEXSNAK. Vi anbefaler at disse øvelser laves gruppevis.

3. Opsamling og dialog

Afslutningsvis afholdes en opsamling og dialog i plenum vha. medfølgende PowerPoint sammen med underviseren, hvor klassen i fællesskab udarbejder retningslinjer med fokus på det enkelte tema, eksempelvis retningslinjer for en god grænsesætning for temaet "Grænser". Retningslinjerne nedskrives på medfølgende poster.

Forberedelse og tidsforbrug

Hvert tema har en varighed på i alt 90 minutter, der både inkluderer spil med SEXSNAK og opsamling i plenum.

Før afvikling af tema

Forud for hvert tema bør underviseren forberede modulet ved at orientere sig i lærervejledning og PowerPoint.

Forberedelsestid: 20 minutter

Begyndelsen af tema

PowerPointen anvendes ved begyndelse af temaet til at beskrive formålet med seksualundervisning og det valgte tema samt til at forklare spillereglerne i læringsspillet SEXSNAK.

Det anbefales at underviseren orienterer sig i det medfølgende PowerPoint til det ønskede tema.

I PowerPointen gennemgås følgende hovedpunkter:

- Præsentation af temaet, læringsmål og læringsspillet SEXSNAK
- Spil med SEXSNAK
- Opsamling med vidensdeling og dialog i plenum med nedslag i læringsspillet SEXSNAK.
- Fælles udarbejdelse af klassens retningslinjer inden for valgte tema, som nedskrives på plakat.
- Kåring af vindere

I PowerPointen har underviseren selv mulighed for at tilføje egne dialog- og/eller dilemmaspørgsmål til eleverne.

Elevernes forberedelsestid: 5 - 10 min

Før læringsspillet SEXSNAK igangsættes skal eleverne klippe svarplader, spillebrikker og spilleplader ud i deres respektive grupper, mens de har en indledende dialog med hinanden, som opvarmning til temaet.

Eleverne skal bruge

- Sakse
- Smartphone/tablet med kamerafunktion (video og billede) samt adgang til internettet.
- Skriveredskaber

Afrunding af tema

Efter spil med SEXSNAK anvendes PowerPoint til at rammesætte opsamling og dialog i plenum om valgte tema og med nedslag i elevernes opnåede viden, refleksion og dialog i læringsspillet SEXSNAK.

I Powerpointen har underviseren også selv mulighed for at tilføje egne dialog- og/eller dilemma spørgsmål til eleverne.

Afslutningsvis rundes det valgte tema af med klassens retningslinjer og kåring af vinderne af læringsspillet SEXSNAK.

Retningslinjerne udarbejdes af elever og underviser i fællesskab med fokus på det valgte tema og nedskrives på medfølgende poster, som kan hænges op i klassen.

Posteren er et godt redskab til at opsamle og synliggøre elevernes opnåede viden og refleksioner om samtykke, grænser, køn og krop, og til at fremme god adfærd inden for temaerne.

Ved kåring af vindere udråbes den elev, der har opnået flest point i de enkelte grupper. Her kan underviseren evt. uddele en form for præmie.

Se venligst Sekvensbeskrivelsen for en mere detaljeret beskrivelse af, hvordan de enkelte temaer med læringsspillet SEXSNAK og det tilhørende undervisningsmateriale kan anvendes i undervisningen.

Links til hjælp

Mediesundhed for børn og unge

Anonym gratis rådgivning for undervisere, fagpersoner, forældre, pårørende og børn og unge. Kyndig rådgivning, workshops, foredrag og undervisning i seksualundervisning - herunder grænser, krop og samtykke. Mediesundhed for børn og unge arbejder for at klæde undervisere, fagpersoner, børn og unge på for at forebygge overgreb og mistrivsel blandt børn og unge.

Kontakt os på 3113 9778 eller send en besked på <https://mediesundhed.dk/raadgivning/> eller kontakt@mediesundhed.dk.

<https://mediesundhed.dk/>

<https://sexsnak.net/>

Girltalk

Anonym rådgivning for piger i alderen 12-24 år. Et online forum hvor der kan luftes svære tanker og følelser, og hvor alle problemer bliver taget seriøst. Der arbejdes for at forebygge mistrivsel blandt piger og unge kvinder.

Kontakt foregår via chat, sms-rådgivning og brevkasse.

www.girltalk.dk

Reden Ung

Et gratis og anonymt tilbud til unge af alle køn, som oplever problemer i forbindelse med udveksling af intimitet og seksuelle ydelser (sugardating, byttedating, sextortion, webcamsex). Der tilbydes sparring når der er behov for at tale anonymt om bla. sex og grænser, eller modtagelse af gaver/husly/tjenester/rusmidler mv. i bytte for seksuelle ydelser.

Kontakt foregår via telefon, chat og sms-rådgivning.

www.redenung.dk

Sexlinien

Sexlinien for Unge er Danmarks ældste og største informations- og rådgivningsportal om sex, køn, krop, prævention, følelser og seksualitet for unge mellem 15-25 år.

Kontakt foregår via telefon, chat og brevkasse.

www.sexlinien.dk