



Vilt þú læra að stunda gott kynlíf?

Áætlaður tími: 1 kennslustund

Undirbúningur

☐ Opnið myndbandið Vilt þú læra að stunda gott kynlíf? með því að smella hér.

☐ Veljið verkefni til að vinna í kjölfar myndbandsins.

☐ Prentið út gátlistann *Er ég tilbúið/n/nn að byrja stunda kynlíf með annarri manneskju?*

Afhendið nemendum eftir tímann. Einnig má senda þeim skjalið rafrænt ef slíkt á við þar sem þá geta þau nýtt sér hlekkina á skjalinu..

Þetta er ekki verkefni sem þau skila inn til kennara.

Hægt er að undirbúa sig fyrir samtalið, til dæmis hvernig mætti svara spurningum nemenda um kynlíf, í Erfið spjöll handbókinni.

Hér á vef Neyðarlínunnar má finna ýmsar upplýsingar um kynferðisofbeldi ef spurningar vakna.

Hugmyndir að verkefnum

Hugmyndir að verkefnum í kjölfar myndbandsins:

☐ **Umræður:**

Hægt er að eiga umræðurnar með öllum bekknum í einu eða skipta þeim í minni hópa, láta hópana ræða saman áður en bekkurinn fer yfir hvað rætt var í hópunum.

Umræðuspurningar má finna á næstu síðu.

☐ **„Gráa svæðið”**

Í nokkrum hópum skrifa nemendur 5–10 stutt dæmi á miða um aðstæður þar sem er ekki ljóst hvort það var samþykki eða ekki, og myndi vera á „gráa svæðinu”. Látið svo hugmyndirnar allar í skál og kennari dregur eitt dæmi og spyr hvernig væri hægt að breyta aðstæðum þannig að viðkomandi væri 100% viss um að samþykki væri til staðar þar sem það á ekki að vera neitt „grátt svæði“ til.

Dæmi um eitthvað á „gráa svæðinu”:

- Gagnkynhneigt par í 10. bekk sem hefur oft sofið saman. Einn daginn vaknar strákurinn við að stelpan er með hendurnar inni á nærbuxunum hans og er að snerta á honum typpið. Hann spyr hana hvað hún sé að gera og hún segir „þú sagðir í gær að þegar við myndum vakna á morgun myndum við aftur sofa saman?”

☐ **Fræðsluefni um samþykki:**

Látið nemendur búa til fræðsluefni fyrir samnemendur sína, til dæmis veggspjald, smárit, myndband o.s.frv. um samþykki.

- Hvernig er hægt að fá samþykki? Hver ber ábyrgð á að vera viss um að vera með samþykki? Það eru mismunandi leiðir sem fólk gefur samþykki og mismunandi leiðir sem fólk setur mörk og það er ekki endilega alltaf „já“ eða „nei”.



- Af hverju er hún að bera saman kynlíf og samþykki við það að búa til samlokur?
- Af hverju er mikilvægt að tala saman, jafnvel þótt það sé vandræðalegt?
- Hvað átti hún við með því að kynlíf sé meira en bara „samfarir“? Vitið þið hvað „samfarir“ eru?
 - Samfarir er yfirleitt notað til að lýsa þegar typpi fer inn í leggöng.
- Er til einn ákveðinn aldur þegar allir eru tilbúnir í kynlíf?
- Hvernig geta unglingar útskýrt fyrir öðrum ef þeir vilja bíða með kynlíf?
- Af hverju er mikilvægt að virða það, sama hver ástæða fólks er?
- Af hverju ætti ekki að áætla að hin manneskjan vilji það sama og þú?
- Indíana notaði síld til að bera saman við það að suma hluti veit maður að maður vill ekki prófa í kynlífi. Af hverju er mikilvægt að virða það ef fólk vill ekki prófa eitthvað, frekar en að ætla að sannfæra það um að gera það?
- Hvernig verður fólk alveg pottþétt visst um að vera með samþykki?
- Hvað þýðir það að samþykki þurfi að vera „óþvingað“?
- Af hverju telst það ekki sem samþykki ef einhver hefur verið að suða eða hóta? Þó að manneskjan segi já á endanum.
- Hvað þýðir það að samþykki sé „upplýst“?
- Af hverju getur það verið flokkað sem ofbeldi ef smokkur er tekinn af án þess að láta vita?
- Má segja nei og hætta við þótt kynlífið sé byrjað?
- Ef einhver segir „já“ á einum degi, af hverju gildir það ekki sjálfkrafa næst þegar fólk hittist?
- Hvers vegna getum við ekki áætlað samþykki bara vegna þess að við erum í sambandi?
- Hvernig getur maður verið viss um að maður hafi fengið samþykki með „fullum áhuga og vilja“?
- Hvað átti hún við með því að líkaminn sé að „öskra já“? Vitið þið um einhverjar aðstæður, ekki kynlífstengdar, sem líkaminn „öskrar já“,
 - Dæmi ótengt kynlífi, til dæmis: Ef mig langar geðveikt mikið í nammi, þá finn ég það í líkamanum að mig langar í nammi. En svo kannski einhvern daginn er ég bara pakk södd eftir kvöldmat og þá langar mig bara núll í nammi og finn það í líkamanum.
- Af hverju er mikilvægt að fylgjast með líkamsviðbrögðum en ekki bara orðum?
- Hún nefndi að það að frjósa væri eitt algengasta viðbragðið við kynferðislegu ofbeldi. Hvað á hún við með að „frjósa“?
- Haldið þið að fólk taki alltaf eftir því ef einhver frýs í kynlífi? Hvernig getum við passað að taka eftir því hjá þeim sem við erum með?
- Hvað átti Indíana við með því að „tækkað inn“ á bólfélaga sinn meðan á kynlífi stendur? Af hverju er mikilvægt að gera það?
- Hvers vegna getur verið varhugavert að „áætla samþykki“ byggt á spjalli á netinu?
- Hvers vegna er mikilvægt að vera tilbúinn að eiga samtál áður en kynlíf hefst?
- Af hverju ætti maður að halda áfram að fá samþykki þótt maður sé kominn í samband?
- Hvernig getur maður nýtt það að prófa sig áfram til að átta sig á eigin mörkum?
- Hvort eyðileggur meira „stemninguna“ – að spyrja eða að gera eitthvað sem hinum líkar svo kannski ekki?