



Emotionell utbildning – verktygslåda för ungdomar i högstadiet

HANDBOK FÖR LÄRARE



Funded by
the European Union





Emotionell utbildning – verktygslåda för ungdomar i högstadiet
HANDBOK FÖR LÄRARE

Framtagen av: Jasmin Finocchiaro och Laia Ezpeleta

Ansvarig organisation: Associació CONEXS Atenció, Formació i Investigació Psicosocials

I samarbete med: Centro di Ascolto Uomini Maltrattanti, European Network for the Work with Perpetrators, Fundacion Blanquerna, Unizon

Tryckår:: 2023

CONSENT – Combating ONline early access to Sexually explicit material and ENhancing Tools to foster youngsters' healthy intimate relationships
101049565 - CONSENT - CERV-2021-DAPHNE

Finansieras av Europeiska unionen. Åsikter och synsätt som presenteras i materialet står endast författare/författarna för; de speglar inte nödvändigtvis Europeiska unionens eller den beviljande myndighetens åsikter och värdegrund. Varken Europeiska unionen eller den beviljande myndigheten kan därmed hållas ansvariga för dem.



**Funded by
the European Union**



Emotionell utbildning – verktygslåda för ungdomar i högstadiet

HANDBOK FÖR LÄRARE

1. Ramverk.....	4
2. Den italienska kontexten	5
3. Den spanska kontexten	6
4. Kartläggning	7
5. Inledning och allmänna mål för Consent-verktygslådan	10
6. Verktygslådans specifika mål	10
7. Vad är den här verktygslådan till för? Några inledande överväganden.....	11
8. Verktygslådans struktur och metodik	12
9. Program för elever i åldern 13 till 16 år (7:an till 9:an).....	13
Aktiviteter för högstadiet.....	15
Appendix.....	51

1. Ramverk

Under 2000-talet står det europeiska samhället inför en brådskande utmaning i kampen mot könsbaserat våld. Rapporter från Europeiska unionens byrå för grundläggande rättigheter och EIGE avslöjar en hård verklighet: en av tre kvinnor i Europeiska unionen har upplevt fysiskt och sexuellt våld sedan 15 års ålder. Detta dystra landskap återspeglar behovet av att ta itu med detta problem som är djupt rotat i sociala och kulturella strukturer.

De rättsliga ramarna och förebyggande åtgärderna har dock visat sig vara otillräckliga inför denna utmaning. Könsbaserat våld har inte bara förödande konsekvenser för offren utan beräknas även kosta nästan 226 miljarder euro i EU. Dessutom har normaliseringen av våld och kränkande attityder inom pornografi på nätet identifierats som ett hot mot en sund sexuell utveckling hos unga, vilket representerar en oroande vändning i den samtida kulturen.

Huvudprojekt mål och syfte med verktygslådan för emotionell utbildning av ungdomar

I detta sammanhang framstår CONSENT-projektet som ett lovande initiativ. Projektet är grundat i samarbetet mellan stödtjänster specialiserade på könsbaserat våld, program för våldsutövande män, forskare och IT-specialister i Spanien, Italien, Sverige och Tyskland. Förutom sina grundläggande mål att främja sunda könsroller och förebygga våld, är CONSENT unikt i sitt revolutionerande tillvägagångssätt att utveckla en verktygslåda för emotionell utbildning av ungdomar, utformad i samarbete med lärare och utbildare. Den här manualen kommer inte bara att öka motivationen bland lärare att integrera verktygslådan i sitt praktiska arbete, utan den är också en integration av kunskap om könsbaserat våld, sexaffektiv utbildning och förebyggande av sexualiserat våld med den specifika kunskap som utbildare har om sina elevers egenskaper.

Strategier för verktygslådan och dess innovativa tillvägagångssätt

Denna verktygslåda är inte begränsad till en uppsättning övningar och utbildningsmaterial, det är en samling som omfattar övningar, videor, medvetenhetsmaterial, frågesporter, etc., lämpliga för att främja medvetenhet och förändra attityder. Det är fokuserat på erfarenhetsbaserat lärande, med utgångspunkt i framgångsrika modeller som Kompassen för icke-formell utbildning av ungdomar och kompassen för icke-formell utbildning av barn av Europarådet, med fokus på lärande genom direkt erfarenhet. Genom att skapa verktygslådan tillsammans med ungdomar och validera den genom ungdomspaneler har det säkerställts att den tillgodoser deras behov och perspektiv.

Denna verktygslåda för emotionell utbildning av ungdomar överensstämmer direkt med målen för CONSENT genom att vara ett innovativt och anpassningsbart verktyg för att utbilda unga människor om jämställdhet och sunda relationer. Genom att integrera direkta erfarenheter från unga individer blir det en viktig pelare i detta holistiska projekt, som ger en väg att ta itu med utmaningar relaterade till exponering för pornografi och normalisering av våld i relationer.

2. Den italienska kontexten

I Italien har sexualundervisning länge varit föremål för debatt och diskussion. Inom de fokusgrupper som genomförs i italienska territorier med ungdomar, finns det ett allt mer akut behov av att inleda diskussioner om sexualitet och relationer. Å ena sidan betonar unga, yrkesverksamma och vissa politiska personer vikten av att införa sexualundervisning som ett läroämne i skolan. Samtidigt möter detta ämne ofta utmaningar från andra aktörer.

Ur lagstiftningssynpunkt föreskriver inte italienska lagar specifikt sexualundervisning i skolor. Nationella utbildningsriktlinjer rekommenderar att sexualundervisning tas med i läroplanerna, men det slutliga beslutet överläts till lokala skolmyndigheter. Under de sista månaderna av 2023 föreslogs ett lagförslag om att införa sexualundervisning från grundskolenivå, men än så länge har förslaget inte gått igenom.

Med tanke på avsaknaden av en lag som kräver sexualundervisning i skolor och som ger direktiv i ämnet, ingår sexualundervisning varierande i italienska skolplaner. Medan vissa skolor erbjuder omfattande sexualundervisning, kan andra begränsa diskussioner till mänsklig biologi utan att ta upp relationella eller sociala aspekter. Ibland ingår pass för att diskutera sexualitet som leds av medicinsk personal, med fokus främst på risker förknippade med sexualitet som att förebygga sexuellt överförbara sjukdomar och oönskade graviditeter.

Dessutom finner lärare ofta att de hanterar ämnets känslighet utan särskild utbildning, vilket kan påverka undervisningens kvalitet negativt. Lärare beklagar ofta bristen på lämplig kompetens och utbildning för att kompensera för frånvaron av formell sexualundervisning. Faktumet är att lärarnas utbildning om sexualundervisning i Italien ofta är otillräcklig.

En annan utmaning är tillgången av ekonomiska resurser. Eftersom det inte finns någon lag som kräver sexualundervisning i skolor måste institutioner som vill erbjuda workshops eller lokaler för sina elever förlita sig på gratistjänster eller sträva efter att hitta nödvändig finansiering. Vissa skolor kan ha tillgång till utbildningsmaterial och externa experter för att förbättra sexualundervisningen, medan andra kan ha begränsade eller inga resurser tillgängliga. Denna skillnad kan påverka kvaliteten på tillhandahållen sexualundervisning.

Sammanfattningsvis är sexualundervisning i Italien en komplex fråga, som står inför utmaningar relaterade till lagstiftning, variation mellan skolor, lärarutbildning och tillgång till adekvata resurser. Dessa faktorer bidrar till en situation där sexualundervisningen kan vara inkonsekvent och ofta otillräcklig.

CAM:s erfarenheter

Presentationen av CONSENT-projektet i italiensk kontext stod till en början inför utmaningar angående föräldrarnas målgrupp, men samtidigt fanns ett högt deltagande från gymnasieelever som engagerade omkring 400 elever. Bland de mest intressanta ämnena var samtycke i intima/sexuella relationer och att diskutera sexualitet, inte bara i biologiska termer utan även i känslomässiga aspekter. Projektet fokuserade på hur nuvarande modeller uttryckta genom sociala medier och pornografi ofta påverkar ungdomar negativt. Ungdomarna uttryckte sin förmåga att diskutera dessa komplexa ämnen i ett sammanhang med förtroende och trygghet, så att de kunde engagera sig, reflektera och lära sig. Projektet var framgångsrikt i flertalet skolor och det har uppkommit önskemål om kontinuitet från både institutionerna och externa källor.

3. Den spanska kontexten

I Spanien råder det ingen tvekan om att sexualundervisning är en debatterad fråga, både i utbildningsområdet och sociala medier; det är en tydlig oro i samhället.

Sexualundervisning är juridiskt en tvärgående fråga med obligatorisk karaktär som bör ingå i läroplanen. Trots detta saknas regelbunden och stark handling. Sexualundervisning ges ofta av externa föreningar och organisationer som generellt är specialiserade på sexualundervisning. Bortsett från isolerade pass är det svårt att införa sexualundervisning transversellt i läroplanen vilket resulterar att det finns en stor variation i hur skolor arbetar med det, vanligtvis beroende på deras uppfattning om sexualupplysningens betydelse.

Dessutom finner lärare ofta att de hanterar ämnets känslighet utan särskild utbildning.

Inom ramen för detta projekt genomfördes olika fokusgrupper bestående av vuxna (vårdnadshavare och yrkesverksamma) och ungdomar. De flesta av grupperna bestod av pojkar och flickor mellan 13 och 18 år, samt en med grundskoleelever (mellan 10 och 12 år). Dessa diskussioner bidrog till vägledning för utvecklandet av den nuvarande verktygslådan.

När det gäller fokusgrupper med ungdomar bekräftar generellt dessa samtal den data som tidigare granskats. De kräver också av vuxna att inte bara förklara vad som är fel, utan också att ge några positiva exempel och referenser.

"NÄR DE FÖRKLARAR FÖR DIG ATT PORNOGRAFI INTE REPRESENTERAR VERKLIGHETEN SÅ FÖRKLARAR DE INTE VAD VERKLIGHETEN ÄR."

I samma linje kräver de konkretisering:

"VUXNA PRATAR OM SAMTYCKE OCH BEKRÄFTAR ATT DET ÄR NÖDVÄNDIGT I SEXUALITET, MEN HUR SER SAMTYCKE UT UNDER SEX?"

Vissa skillnader har påträffats mellan pojkar och flickor, där flickor generellt uttrycker mer oro om effekterna av porrkonsumtion.

"JAG TROR ATT OM DU TITTAR PÅ PORR INNAN DU HAR SEX, SÅ MÄRKER DU NÄR DU HAR SEX ATT DET INTE ÄR SAMMA SAK SOM DET DU HAR SETT I PORR [OCH DU MÅR DÅLIGT] SÅKLART KÄNNER DU INTE NJUTNING FÖR DU HAR EN ANNAN BILD I HUVUDET OCH DET ÄR INTE SOM DEN."

4. Kartläggning

Denna manual är baserad på en grundlig kartläggning och analys av befintliga bästa exempel inom området sexualundervisning med fokus på kritiska och faktabaserade samtal om pornografi och dess skadeverkningar. Sammantaget ingick 29 olika program och metodmaterial som utvecklats i Australien, Kanada, Sverige, Storbritannien och USA i kartläggningen. På grund av projektgruppens språkbegränsning valdes endast material på engelska och svenska ut för närmare granskning.¹

Som ett resultat av den genomförda kartläggningen valdes följande fem metodmaterial ut för djupgående analys då de erbjöd det starkaste forskningsbaserade och holistiska perspektiv till ämnet pornografi och dess skadeverkningar:

1. It's time we talked (Australia)

Det är ett våldsförebyggande initiativ som stödjer ungdomar, föräldrar, skolor, myndigheter och samhällssektorn att förstå och ta itu med pornografins inflytande. Detta initiativ inkluderar också en av de mest omfattande resurserna som kallas In the Picture, som stödjer

¹ Listan på alla metoder och program som ingick i kartläggningen hittar du i bilagan [på s 51](#).

gymnasieskolor att ta itu med påverkan av explicita sexualiserade bilder. Den ger riktlinjer, föreslagna strategier och ett brett utbud av praktiska resurser som ger skolor möjlighet att skapa en övergripande strategi anpassad till deras unika sammanhang.

2. Culture Reframed (US)

Det är ett program som syftar till att bygga motståndskraft hos unga människor mot hypersexualiserad media och pornografi genom att utrusta föräldrar/vårdnadshavare och lärare/utbildare med kunskap, färdigheter och konkreta metoder för att leda samtal om pornografi och dess negativa inverkan.

3. Fight the New Drug (US)

Det är en ideell organisation som ger individer möjlighet att fatta ett välgrundat beslut angående pornografi genom att öka medvetenheten om dess skadliga effekter. FTND innehåller också två specifika verktyg (Bark och Fortify) som kan användas för utbildning samt attityder och beteendeförändringar. Bark är en föräldrakontrollapp som ger föräldrar möjligheten att hantera alla aspekter av sina barns digitala värld. Barks utgåva för skolor tillhandahåller en övervakningstjänst för att skydda eleverna från digitala faror. Fortify är ett vetenskapsbaserat återställningsverktyg för att hjälpa individer att sluta med pornografikonsumtion genom omfattande utbildning, realtidsanalys och interaktivt stöd.

4. Reality Check (Sweden)

Det är ett våldsförebyggande initiativ som skapar och stärker ungas motståndskraft mot pornografins skadeverkningar genom att utrusta utbildare, andra yrkesverksamma och vårdnadshavare med kunskap och verktyg för att utbilda unga om de negativa effekterna av pornografikonsumtion, produktion och den sexualiserade kulturen som inspirerats av pornografiindustrin.

5. Sex and Relationships (Sweden)

Det är ett forskningsbaserat metodmaterial för skolor utvecklat av Sveriges Kvinnoorganisationer som främjar jämställdhet och frihet från våld i relationer.

Den genomförda kartläggningen och analysen av befintliga bästa exempel hjälpte CONSENT-projektet att förstå vad som fungerar bra/mindre bra för olika målgrupper, nämligen lärare/utbildare, föräldrar/vårdnadshavare och ungdomar, beroende på sammanhang, specifika kulturella och sociala miljöer, utbildningsformat osv. Kartläggningen visade att:

- Småskaliga material/program är mindre informativa och effektiva när det används enskilt, de bör istället inkorporeras i eller sättas samman för att bilda en metod i större skala.
- En del av de småskaliga materialen som ingår i kartläggningen saknar heltäckande forskning och värdegrund. Det är problematiskt eftersom forskning och en gedigen och tydlig värdegrund hjälper till att möta motstånd och kritik samtidigt så de berör känsliga frågor inom ramen för sexualundervisningen.
- Definition av de centrala frågor som material/program fokuserar på är avgörande för att säkerställa samma förståelse för de problem och ämnen som ska behandlas/förebyggas. Att ta fram någon form av ordlista med huvuddefinitionerna är här en bra lösning.
- Material för alla målgrupper ska vara heltäckande och lätta att följa – gärna kortare och lättlästa texter, checklistor, faktablad, färdiga föreläsningar osv. Detta ger mer flexibilitet för lärare/utbildare och föräldrar/vårdnadshavare när det kommer till vad man ska prata om och hur man bygger upp samtal beroende på en specifik situation. Ett sådant smörgåsbord av metoder och verktyg underlättar för ovannämnda målgrupper att inleda pornografikritiska och samtyckesinformerade samtal om sex och sexualitet.
- Verktyg och material för interaktivt lärande för ungdomar är en nyckelfaktor då ungdomar blir mer engagerade i lärande och lär sig mer och bättre genom interaktion.
- För lärare/utbildare ger den så kallade "whole school approach" (där hela skolpersonalen, lokala icke-statliga organisationer och samhällen involveras) möjlighet att implementera pornografikritisk, samtyckesbaserad sexualundervisning i utbildningssystemet. Det gör i sin tur detta arbete mer hållbart och effektivt på sikt.
- För föräldrar/vårdnadshavare är checklistor och tips för förberedelser inför samtal om pornografi av stor betydelse för att de första stegen i att inleda pornografikritiska och samtyckesinformerade samtal barn ska bli smidigare och för att motverka jobbiga känslor före och under sådana samtal.

Alla angivna slutsatser och lärdomar togs i beaktande och användes i utvecklingen av CONSENT-manualen.

5. Inledning och allmänna mål för Consent-verktygslådan

Detta program har utformats inom ramen för Consent, ett europeiskt projekt baserat på fokusgrupper med ungdomar och utbildningspersonal som tillhandahåller sin expertis. Dessutom deltog en rådgivande panel bestående av elever mellan 12 och 16 år i processen att skapa programmet i samarbete med utbildningspersonal.

En första version av detta utbildningsprogram testades i skolor i Italien och Spanien. Det har reviderats baserat på utvärderingen av denna pilotimplementering, samt på feedback både från lärarna och de elever som deltog i den.

6. Verktygslådans specifika mål

- Att erbjuda verktyg för kritisk analys av användningen av pornografi med syftet att eleverna ska kunna integrera dem i ett sammanhang gällande ojämlikhet mellan könen.
- Att uppmuntra elever till kritiskt tänkande kring könsroller, stereotyper och speciellt hur dessa påverkar pornografi och hypersexualisering av kvinnor.
- Att reflektera över vikten av samtycke i sexuella relationer, samt vikten av kritiskt tänkande gällande pornografins påverkan och dess effekter på intima relationer.
- Att ge lärare och utbildningspersonal kunskap om pornografi som fenomen, samt att förbättra förmågan att upptäcka och hantera bruket av pornografi bland unga elever. Det slutgiltiga målet är att förbättra den affektiva och sexuella utvecklingen, samt att förhindra sexualiserade former av könsbaserat våld.

7. Vad är den här verktygslådan till för? Några inledande överväganden

Detta program syftar till att ta hantera pornografibruk och dess potentiellt skadliga effekter på affektiv-sexuell utveckling och konstruktionen av sexuella föreställningar. Det är inte ett omfattande program för sexuell och affektiv utbildning, eftersom sådana måste vara tvärgående och närvarande i alla undervisningsstadier och måste fördjupa sig i andra aspekter som lust och njutning. Vad gäller sexuell och affektiv undervisning kan en fokusering på endast pornografi dessutom leda till kontraproduktiva och oavsiktliga effekter, till exempel förstärkning av sexualundervisning baserad på restriktion och rädsla, samt avvisande av en positiv syn på sexualitet som inkluderar utforskning, nyfikenhet och njutning.

Slutligen är det bästa sättet att motverka effekterna av pornografibruk en omfattande och positiv sexualundervisning från barndomen.

Även om sexuell och affektiv utbildning handlar om mer än hantering av pornografi, presenteras ett sätt att hantera de möjliga effekterna pornografi kan ha på affektiv-sexuell utveckling.



Vad vet vi om pornografikonsumtions påverkan på ungdomars affektiva-sexuella utveckling?

62,5% av personer mellan 13 och 17 år har sett pornografi någon gång i sitt liv. Med hänsyn till könsuppdelade data har pojkar utsatts för pornografi i större utsträckning (87,5 % av pojkarna har sett sådan jämfört med 38,9 % av flickorna) (Rädda Barnen, 2020). De kvalitativa resultaten från Consent-projektets fokusgrupper med ungdomar överensstämmer med dessa resultat.

Pornografi är inte något som hittas endast när det specifikt söks efter, men det visas kontinuerligt och i olika former (annonsrutor, videospel osv.).

Den första kontakten med pornografi sker i **genomsnitt vid 12 års ålder** och **8,7% av ungdomarna** har haft tillgång till sådan före 10 års ålder (Rädda barnen, 2020). Detta innebär att den första kontakten med pornografi ofta föregår de första sexuella relationerna tillsammans med andra människor.

Den pornografi som minderåriga lättast har tillgång till motsvarar och representerar en i det stora hela heterosexuell och **könsojämlik föreställning**. Den förstärker också det **symboliska våldet** som är typiskt för denna kultur.

Att hantera pornografi och/eller dess konsekvenser kräver en tidigare etablerad väg som förbereder för detta. Därför uppmuntras en mer holistisk syn som syftar till att hjälpa eleverna att placera pornografi i sitt sammanhang och därmed föra kritisk analys. För att hantera pornografi är det inte nödvändigt att tala om det specifikt. I stället är det användbart att ge sammanhang (könsroller och stereotyper, könsvåld, tabun kring sexualitet osv.) och att fokusera på de aspekter som förblir osynliga, till exempel bekräftande samtycke.

Detta program riktar sig till ungdomar mellan 10 och 16 år. Ändå är detta inte den enda åldersgruppen som påverkas av pornografi med våldsamt innehåll, särskilt mot kvinnor.

8. Verktygslådans struktur och metodik

Som nämnts ovan täcker programmet olika aspekter som kan vara användbara, både för att sätta den pornografi som ungdomar har tillgång till i ett sammanhang och för att kritiskt analysera den. Detta inkluderar bland annat diskussionen om könsroller och stereotyper, kulturen som hypersexualiserar kvinnor och vikten av kommunikation gällande sexualitet för att generera utrymmen där samtycke är närvarande.

Programmet innehåller 11 moduler. För varje modul, eller för varje grupp av moduler, finns det en föreslagen aktivitet för att arbeta med innehållet. Några av modulerna är utformade för att arbeta med tillsammans i en enda session och med samma aktivitet. Tiden för detta är dock flexibel, eftersom dessa ämnen ofta kräver mer tid och det alltid finns möjlighet att förlänga den tid som är avsedd för det diskuterade innehållet.



Varaktighet

9 moduler, implementerade i 8 sessioner på en timme vardera.

Metod

Varje modul – eller varje grupp av 2 moduler – består av en aktivitet för att underlätta ytterligare reflektion kring det diskuterade innehållet.

Huvudsyfte

Att överföra det som har upplevts, diskuterats och reflekterats över i klassen, samt de reflektioner som gjorts, till utrymmen utanför klassrummet.

9. Program för elever i åldern 13 till 16 år (7:an till 9:an)



Modul 1	Att skapa ett öppet och säkert utrymme
Modul 2	Introduktion till det globala sammanhanget 2.1 Patriarkat: privilegier och förtryck 2.2 Könstereotyper och sexualisering av kvinnor
Modul 3	Att utforska och uppleva våra kroppar 3.1 Normativa kroppar och deras påverkan 3.2 Skillnader i kroppskänslighet
Modul 4	Känslor i sexuella interaktioner 4.1 Rädsla och skam 4.2 Åtrå, upphetsning och njutning
Modul 5	Kommunikation och samtycke 5.1 Icke-verbal kommunikation 5.2 Kommunikation under sex 5.3 Att uttrycka och acceptera gränser 5.4 Vad är samtycke?
Modul 6	Sexuellt våld som könsbaserat våld
Modul 7	Förhållningssätt till pornografi 7.1 Myter och fakta 7.2 Porranalys: kategorier, kroppar, handlingar 7.3 Porranalys: industrin
Modul 8	Resurser och att hitta stöd
Modul 9	Avslutning

För varje innehållsblock finns mål, en föreslagen tidpunkt och ett huvudbudskap som syftar till att nå eleverna.

Vad behöver vi tänka på när vi utför aktiviteterna?

- Det finns ett socialt sammanhang som normaliserar sexuellt våld mot kvinnor och tillgången till pornografi är självklar i detta sammanhang.
- Det finns en kontext som socialiserar på ett binärt och hierarkiskt sätt, som lär tjejer att tillfredsställa killars önskningar och lär killar att vara mittpunkten i förhållanden, att tillfredsställa sina egna önskningar och att behålla makten.
- Den vanligaste pornografin förstärker dessa aspekter.
- Alla människor påverkas negativt av könsocialisering och hypersexualisering. Detta innebär att de kan känna sig pressade till att leva ut en normativ och ojämlig sexualitet.



Vad önskar sig ungdomarna?

- Att vi talar klarspråk.
- Att vi sätter gränser för kommentarer som normaliserar sexuellt våld.



Observera!

Att hantera pornografibruk bland ungdomar innebär inte att man antar att pornografi är orsaken till allt sexuellt och/eller könsbaserat våld; det är inte möjligt att begränsa förklaringen till sexuellt våld till konsumtion av pornografi.

Aktiviteter för högstadiet

MODUL 1:

Att skapa ett säkert öppet utrymme

Mål	Huvudmålet med denna introduktionsmodul är att skapa ett öppet och säkert utrymme för alla elever: <ul style="list-style-type: none"> • Att skapa en lämplig inställning inför programmets start. • Att skapa en gemensam miljö mellan elever och lärare där det är möjligt att prata öppet, samtidigt som man sätter gränser för attityder och kommentarer som kan vara skadliga
Tid	30 minuter

Utföring

Denna aktivitet görs i ett dialogcirkelformat:

1. Förklara syftet med de aktiviteter som kommer att utföras. Du kan förklara att vi i dessa sessioner kommer att prata om ämnen som sex, sexualitet, kroppar och påverkan av bilder som vi kan stöta på, ibland frivilligt och ibland ofrivilligt. Uttryck tydligt att målet inte är att bedöma personliga erfarenheter, utan att öka kritiskt tänkande för att undvika eventuellt svåra och/eller oönskade situationer.
2. Rama in och förutse möjliga känslor och reaktioner som prat om sexualitet kan generera. När vi pratar om dessa ämnen rör sig saker inom oss och vissa saker kan hända. Ibland kan känslor som skam, njutning, nyfikenhet eller till och med obehag uppstå. Du kan också berätta för dina elever att skratt och rodnad kan förekomma, eller till och med att det kan vara svårt för dem att prata och ställa frågor under diskussionen om dessa ämnen.
3. Om personliga erfarenheter dyker upp, be gruppen respektera integriteten för resten av människorna i gruppen.
4. Slutligen, be eleverna att skriva ner vilka värderingar eller attityder de behöver från gruppen för att känna sig bekväma och kunna ställa eventuella frågor, även om de känner sig generade.



TIPS
Det är viktigt att behandla tabun kring dessa ämnen. Om du känner dig bekväm som lärare kan du nämna att dessa saker händer även dig som vuxen.



NYCKELBUDSKAP

Inget skam- eller skuldbeläggande.

För att slutföra aktiviteten kan du introducera de olika ämnena i form av en tidtabell och även föreslå ett diagram likt följande som du kan återvända till i slutet av programmet:

VAD VET VI?	VAD VILL VI VETA?	?
...



I det här fallet bör du veta att detta program kanske inte kan svara på alla frågor som uppstår. Det bör dock alltid finnas en öppen dörr för att prata om sexualitet!

? VAD INNEBÄR ETT SÄKERT UTRYMME OCH VAD KAN VI SOM LÄRARE GÖRA FÖR ATT SKAPA ETT SÅDANT?

Vi kan inte kontrollera alla attityder, kommentarer eller reaktioner från människorna i klassrummet. Därför kan vi inte alltid garantera att sådant som kan orsaka obehag inte händer i klassrummet. Vad vi kan göra – och vad vi har ansvaret att göra – är att sätta gränser.



Det kan hjälpa att tydliggöra att skadliga attityder eller kommentarer kommer att påpekas. Detta är för gruppens välbefinnande, eftersom det är en möjlighet att reflektera över dem tillsammans. Alla gör misstag.

MODUL 2:

Introduktion till det globala sammanhanget

Pornografi varken produceras eller konsumeras i en bubbla, utan det är en del av ett globalt sammanhang som påverkas av ojämlikheter och stereotyper. Därför är det nödvändigt att placera pornografin i detta nuvarande och globala sammanhang som utgångspunkt för granskning, samt för att generera en kritisk analys i följande sessioner, eftersom den ojämlika maktfördelningen ger män makt över kvinnors liv, kroppar och sexualitet.

Aktiviteterna i denna modul syftar till att reflektera över de sociala villkor för kön som formar våra erfarenheter ur ett intersektionellt perspektiv, det vill säga att förstå att kön inte är det enda elementet som påverkar våra livserfarenheter. Det finns även andra, såsom rasifiering, ålder, familjebakgrund osv.

Även om detta program fokuserar på kön måste vi – när vi analyserar kulturella föreställningar och stereotyper om sexualitet och pornografi – även ta hänsyn till detta intersektionella könsperspektiv.

Detta innehållsblock består av två moduler, vilka enligt följande kan organiseras i en session:

Module 2.1 Patriarkat: privilegier och förtryck

Module 2.2 Könsstereotyper och sexualisering av kvinnor

MODULE 2.1: Patriarkat: privilegier och förtryck

Mål	Öka medvetenheten kring privilegier
Time	30 minuter

Utföring

Skapa ett frågeformulär med hjälp av anonyma och interaktiva verktyg (Mentimeter eller Kahoot är några alternativ) för att säkerställa svarens anonymitet.

Först och främst måste frågeformuläret skapas med en första fråga som frågar efter deltagarnas kön ("Man, Kvinna, Icke-binär").

I enkäten ska en lista över situationer som visar olika aspekter relaterade till könsförtryck införas. Eleverna ska svara ja eller nej beroende på om det är något som händer dem och om det är något som de har upplevt i sitt liv eller inte.

Läraren läser en mening i taget och eleverna svarar. Procentandelarna av svaren kan ses på skärmen samtidigt som anonymiteten upprätthålls.



I det här programmet kommer vi att prata mer explicit om ojämlikheter och stereotyper mellan könen. Det är dock viktigt att vara medveten om att kön inte är den enda faktorn för ojämlikhet och diskriminering i vårt samhälle. Även rasifiering, kroppars olikheter, HBT-fobi och andra dimensioner av ojämlikhet reproduceras genom stereotypa och våldsamma representationer i pornografi.



Be om ärlighet och att svar inte delas med andra. Kom ihåg att vara icke-dömande.



NYCKELBUDSKAP

Att leva som en man eller som en kvinna, samt att överskrida befogenheterna inom det binära könssystemet, leder till att man upplever olika situationer som dessutom representerar ojämlikheter. Kön är inte den enda faktorn som genererar sociala ojämlikheter. Denna analys är nödvändig för att belysa effekterna av pornografi.



LISTA ÖVER SITUATIONER

- Jag känner att jag är sexualiserad på grund av kläderna jag bär eller att jag har fått sexualiserande kommentarer.
- Jag har hört kommentarer i skolan som sexualiserar människor av mitt kön.
- Jag får ofta kommentarer om min kropp och mitt fysiska utseende när jag inte ber om dem, särskilt i offentliga utrymmen (t.ex. på gatan).
- När jag idrottar/sportar separerar man mig eller utesluter mig från resten av gruppen (eftersom andra anser att jag är en svag person med liten eller ingen skicklighet i sporten).
- Vid bollspel passas bollen inte till mig.
- Jag märker att lärarna har en annan inställning till människor av det motsatta könet i klassen.
- Jag märker att lärarna är mer nedlåtande mot människor av mitt kön.
- När jag får ett bra betyg får jag kommentarer som antyder att det inte är på grund av min ansträngning eller min intelligens.
- Andra ifrågasätter mig ofta när jag talar, eller så har jag mindre möjligheter att tala och ge min åsikt i klassen.
- I klassen skämtar man ofta om de erfarenheter jag uttrycker/delar.
- I allmänhet väljer lärare mig, värdesätter mig eller uppmuntrar mig mer i ämnen som konst eller teckning (och mindre i tekniska ämnen).
- I allmänhet tar lärare mer hänsyn till mig i ämnen som idrott och hälsa (och/eller matematik och naturvetenskap).
- Jag har kallats saker som "flata", "pojkflicka", "bögg" ...
- Jag har fått höra rasistiska skällsord eller förolämpningar som anspelar på min hudfärg.
- Jag har ändrat kläder och klädstil på grund av vad andra kan tänka.
- Jag har slutat göra något på grund av andras åsikt.



Även om den vägledande principen fokuserar på kön är det viktigt att komma ihåg att andra sociala kategorier också påverkar våra livserfarenheter. Intersektionalitet är en övergripande utgångspunkt. Därför är det viktigt att göra detta tydligt och beakta det under hela diskussionen.

MODUL 2: Introduktion till det globala sammanhanget

MODUL 2.2: Könstereotyper och sexualisering av kvinnor

När vi fortsätter med innehållet i den föregående modulen fokuserar vi på hur könstereotyper inkluderar sexualisering av kvinnor, vilket möjliggör ojämlikhet och är källan till normalisering av sexuellt våld. Könstereotyper och hypersexualisering av kvinnor finns i pornografi och det är därför det är viktigt att lära sig att identifiera dem.

Könstereotyper är förutfattade meningar som har byggts upp och överförts i samhällen över tid. De är kulturella och sociala konstruktioner som klassificerar människors psykiska och fysiska egenskaper, delar in dem i män och kvinnor och begränsar deras respektive potential att utveckla vissa färdigheter. När vi enligt stereotyper har delat in människor i män och kvinnor börjar vi anta de beteenden som motsvarar dem. Därför lär vi oss att agera på vissa sätt, enligt vad vi har fått höra att en man eller en kvinna beter sig som. **Könsroller** uttrycker det beteende som förväntas av en person i ett visst samhälle, beroende på personens kön.



Pornografi sprider och förstärker rasistiska, transfobiska, åldersdiskriminerande och andra destruktiva åsikter och stereotyper.

Mål	Att kritiskt reflektera över och dekonstruera könstereotyper och att ge eleverna möjlighet att reflektera över objektivering och hypersexualisering av kvinnor och flickor i media.
------------	---

Tid	30 minuter
------------	------------

Utföring

Eleverna analyserar olika reklamkampanjer och bilder från videospel. Du kan visa en sammanställning av olika annonsbilder eller projicera dem.

Eleverna identifierar olika aspekter och egenskaper (såsom stereotyper, roller eller beteenden) som representeras i bilderna enligt kön. Först analyserar gruppen könsaspekterna.



BILDER FÖR DISKUSSION

Bilaga 1. Reklamkampanjer Modul 2.2, sida 51

Du kan använda följande diagram på tavlan och fylla den med de idéer som dyker upp:

	KVINNOR	MÄN
KROPP		
ÅLDER		
VAD ÄR DETTA REKLAM FÖR?		
BETEENDE ELLER ROLL SOM UTFÖRS (VAD GÖR HAN/HON? VAD SÄGER DET OSS?)		
FÖR VEM ÄR ANNONSEN ELLER TILL VEM RIKTAS BETEENDET?		

Frågor att reflektera över

- Vad säger bilden om män? Och om kvinnor?
- Vad syns eller representeras inte? Vad lämnas utanför diagrammet och bilderna (sätt att uttrycka kön som över-skrider stereotyper, samt uttryckssätt utanför de binära, normativa kroppstyperna).
- Vad händer om en pojke/flicka börjar bete sig på ett sätt som inte överensstämmer med vad samhället förväntar sig? Vilken behandling får han/hon från sin omgivning (familj, vänner osv.)?

Sedan, med hjälp av samma övning, läggs fokus på sexualisering av kvinnor.

Några frågor att vägleda reflektionen

- Vilket budskap förmedlar bilden du ser?
- Vad säger det om mäns sexualitet? Och om kvinnors sexualitet?
- Hur kan denna sexualisering relateras till ojämlikheter mellan könen?
- Varför och i vilket syfte sexualiseras kvinnor? Vilka effekter kan detta ha på våra liv?
- Påverkar sexualisering alla kvinnor på samma sätt?

Slutligen är det nödvändigt att vägleda reflektionen

- På vilket sätt påverkar detta oss i våra liv och i våra relationer?
- Vilka förväntningar skapar det för oss? Och mot andra människor?



Det är möjligt att uttryck för hegemonisk maskulinitet dyker upp när man visar somliga av bilderna (skratt eller sexualiserande kommentarer mot kvinnor). Det är viktigt att påpeka detta och att sätta gränser, eftersom detta har en inverkan på de kvinnliga kamraterna.



Det är möjligt att eleverna svarar att de inte påverkas av sin miljöns åsikter och att de är fria att uttrycka sig som de vill. Ett sätt att uppmuntra dem att vara ärliga är att läraren delar med sig av något tillfälle där vi har påverkats av könsstereotyper.



Kom ihåg att kön inte är den enda källan till ojämlikhet och att sexualisering av kvinnor också påverkas av rasism eller ålders-diskriminering.

- Hur påverkar det oss? Kan det innebära någon form av begränsning?

Be eleverna att fråga sig själva om de kan ha internaliserat något av dessa budskap.



NYCKELBUDSKAP

Dagens samhälle och media objektifierar och hypersexualiserar kvinnor och flickor och detta påverkar samhällets syn på dem, skapar orättvisa situationer och begränsar yttrande-, beteende- och känslofriheten etc.

MODUL 3:

Att utforska och uppleva våra kroppar

Efter att ha reflekterat över könsstereotyper och specifikt om sexualisering av kvinnor, pratar vi om hur detta påverkar vår upplevelse av våra kroppar. Dessa moduler tjänar som grund för de följande, eftersom vi med kunskap om våra kroppar kan lyssna på våra känslor, behov och önsknin

Detta innehållsblock innehåller 2 moduler som kan organiseras i en enda session, enligt följande:

Modul 3.1 Normativa kroppar och deras påverkan

Modul 3.2 Skillnader i kroppskänslighet

MODUL3.1: Normativa kroppar och deras påverkan

Mål	Att bli medveten om hur bilder påverkar vår upplevelse av våra kroppar
Tid	30 minuter

Utföring

Skriv på tavlan de egenskaper hos de kroppar vi ser i filmer/serier/ Instagram/Tiktok osv. Du kan välja om du vill visa bilderna eller bara namnge dessa förebilder.

Vilka är förebilder för tonåringar? Vi rekommenderar att du anpassar listan till de som dina elever beundrar.



Du kan också visa filmklipp eller fråga vilka modeller din grupp skulle vilja arbeta med.

<p><i>BELLA HADID (MODELL)</i> <i>KYLIE JENNER (MODELL)</i> <i>ZENDAYA (SKÅDESPELERSKA)</i> <i>BRANDY MMELVILLE (MODELL)</i> <i>ESTER EXPÓSITO (SKÅDESPELERSKA)</i> <i>MARÍA PEDRAZA (SKÅDESPELERSKA)</i></p>	<p><i>CRISTIANO RONALDO (FOTBOLLSSPELARE)</i> <i>NEYMAR (FOTBOLLSSPELARE)</i> <i>GAVI (FOTBOLLSSPELARE)</i> <i>ITZAN ESCAMILLA (SKÅDESPELARE)</i> <i>MIGUEL HERRÁN (SKÅDESPELARE)</i> <i>ÁLVARO RICO (SKÅDESPELARE)</i></p>
--	--

Uppmuntra sedan en reflektion som tar upp frågor som:

- Tror du att vi påverkas av denna modell? På vilket sätt?
- Har människor i allmänhet dessa egenskaper? Har du någonsin känt dig obekvämt med att inte följa denna mall?
- Vilka konsekvenser tror du att det kan få? Kan det leda till någon form av begränsning?
- Känner du att du har blivit påverkad av de modeller du ser i filmer, annonser och så vidare?



NYCKELBUDSKAP

Att leva inom dessa roller och mallar har en personlig kostnad och genererar förväntningar på oss själva och andra som hindrar oss från att uppskatta mångfalden av kroppar som en rikedom.

MODUL 3:
Att utforska och uppleva våra kroppar

MODUL 3.2: Skillnader i kroppskänslighet

Mål	Att reflektera över de olika känslorna och nivåerna av kroppslig känslighet
Tid	30 minuter

Utföring

I denna modul arbetar gruppen med det faktum att olika kroppar har olika sätt att fungera och olika nivåer av känslighet. Därför föreslår vi att man inleder en debatt med öppna frågor:

- Tror du att känsligheten är densamma i alla delar av kroppen?
- Tror du att alla har samma nivå av känslighet, eller tror du att vissa människor kan vara mer/mindre känsliga än andra?
- Tror du att intensiteten med vilken vi uppfattar känslor kan förändras? Vad beror det på?
- Tror du att du är medveten om de olika kroppsliga känslorna? Är det enkelt för dig att identifiera dem?
- Vad skulle hjälpa dig att få kontakt med din kropp?



Om du känner dig bekväm kan du göra en kroppsskanning. När man tänker på sexualitet kan det nämligen hända att uppmärksamheten riktas mot könsorganen. Kroppsskanningen kan hjälpa oss att bli medvetna om våra kroppar som en helhet.



DET ÄR MÖJLIGT ATT ...

- ... Diskursen kan fokusera mest på könsorgan. Det är nödvändigt att bredda fokus och framhäva möjligheten att känslighet finns i olika delar av kroppen.
- ... Maskuliniteter kan försöka återföra fokus på könsorganen och det kan vara svårare för pojkar att bredda fokuset på kroppsmedvetenhet.



NYCKELBUDSKAP

Människors kroppar är mycket olika och människor har olika kroppsliga förnimmelser, vilket kan förändras över tid och i olika situationer. Kroppsmedvetenhet är grundläggande för att lära känna oss själva. Det är viktigt att betona att nivåer av känslighet och medvetenhet kan förändras från ett ögonblick till ett annat och att det är en dynamisk upplevelse.

MODUL 4:

Känslor i sexuella interaktioner

Det är viktigt att betona att affektiva och sexuella interaktioner involverar känslor. Vissa av dessa kan vara positiva och behagliga, såsom lust, upphetsning, nöje, glädje eller känslor av samhörighet. Andra kan vara svårare att uppleva, såsom skam.

Detta innehållsblock innehåller 2 moduler som kan organiseras i en session, enligt följande:

Modul 4.1 Rädsla och skam

Modul 4.2 Åtrå, upphetsning och njutning

MODUL 4.1: Rädsla och skam

Mål	Att tänka på vilka känslor som kan uppstå i sexuella relationer och att utforska strategier för att hantera dem.
------------	--

Tid	30 minuter
------------	------------

Utföring

I små grupper presenteras följande frågor för reflektion. Eleverna uppmanas att svara på frågorna baserat på deras fantasi (vad de tror händer). Om inte personen vill är det inte nödvändigt att dela personliga erfarenheter. Vi kommer att prata om idéer och åsikter vi har.

- Vilka känslor kan uppstå när vi tänker på sex eller sexualitet?
- I synnerhet, vilka rädslor kan uppstå?
- Var kommer dessa rädslor från? Vad utlöser dem?
- Hur kan vi reagera på våra osäkerheter? Vad skulle vara bra för oss att få om osäkerhet uppstår?
- Hur kan vi reagera på andras osäkerhet?



NYCKELBUDSKAP

Känslor är en slags självguidning. Det finns inga negativa eller positiva känslor, men det finns sådana som är behagligare och andra som är svårare att uppleva, men de ger oss alla information om vad som händer med oss.

Ibland kan de framträda på ett mer intensivt sätt och varje person har sina egna strategier för att kunna hantera dessa känslor eller för att minska dem. Några av dessa kan vara: att kommunicera dem till den andra personen, att omdirigera uppmärksamheten till andra stimuli (till exempel ens egen andning, ett ljud etc.), men framför allt är det viktigt att känna sig trygg när man är med en person, samt att lita på den andra personen, för att minska dessa rädslor.



I de lägre årskurserna kan du prata om sexualitet och interaktioner, om att flirta osv.

I de högre vill eleverna prata mer öppet om sex. Det stämmer! Kom ihåg att sex inte bara är den heteronormativa fantasin om penetration och att det finns människor som ännu inte har haft en sexuell upplevelse med en annan person, samt att det finns de som inte är intresserade av det.



VARNING

Ibland uppstår osäkerhet inte bara på grund av våra personliga erfarenheter. Det kan också vara ett tecken på att den person vi är med, eller det utrymme vi befinner oss i, inte får oss att känna oss trygga!

MODULE 4: Känslor i sexuella interaktioner

MODULE 4.2: Åtrå, upphetsning och njutning

Mål	Att tänka på gränserna kring lust, njutning och onani ur ett könsperspektiv.
Tid	30 minuter

Utföring

Utföring: Videovisning och diskussion i små grupper (ca 5 personer).

Frågor att reflektera över (från mindre till mer komplexa efter ålder):

- Vad händer med karaktärerna i videon? Tycker du att något har utelämnats? Och vad händer med killen specifikt?
- Tror du att det finns en skillnad mellan den åtrå som män och kvinnor kan känna? Tror du att det finns en skillnad mellan mäns och kvinnors onani?
- Tror du att du måste vara uppmärksam på den andra personens njutning?
- Vad är nödvändigt för att uppleva njutning (följande frågor kan hjälpa till under denna reflektion)?
- Behöver vi en annan person för att uppleva njutning?
- Tror du att om en person onanerar är det för att han/hon inte är nöjd med den sexuella relationen han/hon har med den andra personen?

Efteråt kommer varje grupp att dela de idéer som har dykt upp med hela gruppen. Detta kommer att samlas in för avslutningsövningen. Den slutliga reflektionen ska fokusera på följande punkter:

- Det finns ingen könsskillnad när det gäller att uppleva lust för en annan person eller känna lusten att onanera. Det är dock sant att det sociala sammanhanget ger män och pojkar privilegiet att uttrycka det, medan kvinnors uttryck av åtrå och lust ofta har avskräckts eller straffats (till exempel är det mer normaliserat för män och pojkar och de kan uttrycka det mer fritt, medan flickor/kvinnor inte kan uttrycka det eftersom de kan klandras eller tillrättavisas, eller får nedsättande kommentarer om de gör det).



VIDEOLÄNK

Oh My goig - El plaer
[Upp till min 6:10]

<https://beteve.cat/oh-my-goig/oh-my-goig-el-plaer/>



Det är viktigt att eleverna känner sig bekväma i diskussionsgruppen.



Om du är uppmärksam och använder "könslinser" kommer du säkert att upptäcka skillnader beroende på könsnärlig socialisering av människorna i gruppen.



Det finns inga naturliga könsskillnader i åtrå och lust, men inte alla människor upplever samma intensitet. Ibland känner vi oss pressade till att känna eller uttrycka en önskan om affektiva-sexuella interaktioner. Detta är inte obligatoriskt och bör inte påtvingas.



NYCKELBUDSKAP

För att uppleva njutning behöver vi känna oss trygga och uppleva lust och upphetsning, ha känslor, tankar, känna nyfikenhet, experimentera, känna till våra egna behov och gränser etc. Det är inte nödvändigt att vara med en annan person för att känna njutning, men om vi är det är kommunikation, respekt, samtycke och överenskommelse alla nödvändiga.

Lust och njutning är känslor som ofta dyker upp när vi tänker på sex och sexualitet. Alla människor, oavsett hur våra kroppar är, har samma möjlighet och kan uppleva känslorna. Alla har också samma sexuella rättigheter, även om killar och tjejer ibland har fått olika budskap kring sexuell njutning och glädje.

I en relation är det viktigt att vara uppmärksam på sin njutning och den andra personens njutning, utan att göra kompromisser som kan vara skadliga för en själv.

Könssocialisering och skönhetsnormer kan påverka människors förhållande till njutning.

MODUL 5:

Kommunikation och samtycke

Verbal och icke-verbal kommunikation är grundläggande och en nödvändighet i affektiva-sexuella interaktioner och sexuella relationer.

Detta innehållsblock innehåller 4 moduler som kan organiseras i två sessioner, enligt följande:

Session 1: Modul 5.1 Icke-verbal kommunikation
Modul 5.2 Kommunikation under sex

Session 2: Modul 5.3 Att uttrycka och acceptera gränser
Modul 5.4 Vad är samtycke?

MODUL 5.1: Icke-verbal kommunikation

Mål	Att lära sig att vara medveten om varandras icke-verbala signaler, att känna igen dem och att känna till deras betydelse.
Tid	30 minuter

Utföring

Aktiviteten består av att arbeta i par: En person (som vi kallar *guiden*) håller den andra persons hand (den *guidade personen*), som har ögonen stängda för att leda dem genom det tillgängliga utrymmet. Ingen av personerna får tala.

Varken den vägledde eller den vägledande personen får känna till de instruktioner som har getts till den andra rollen. Eleverna uppmanas att stå i par och instruktioner ges. Den vägledande guiden får bara instruktionen att vägleda den andra genom utrymmet, medan den guidade personen kan ge signaler för att indikera när han/hon vill sluta). Vi lämnar cirka 5 minuter för att gå fritt i utrymmet och föreslår sedan några frågor för reflektion.

Efter detta kan eleverna byta roller.



INSTRUKTIONER FÖR GUIDEN

Du måste vägleda personen i utrymmet.



INSTRUKTIONER FÖR PERSONEN SOM VÄGLEDTS

Blunda. Du kommer att vägledas av din partner, men du kan ge signaler (icke-verbala!), för att indikera om du vill sluta eller något annat (du kan signalera till din partner att sluta, att gå på ett eller annat sätt – vad än du känner att du behöver).

Frågor att reflektera över

- Hur kände du dig i din roll? Kände du dig bekväm, obekvämt eller osäker?
- Ville du göra något, men gjorde det inte eftersom den andra personen inte tillät det?
- Märkte du eller kände du att den andra personen ville göra något, men att du inte lyssnade på honom/henne? Om du inte svarade på vad den andra personen uttryckte, vad fick dig att göra så?
- Kan du tänka dig en verklig situation där du kan ha korsat gränsen för vad den andra personen försökte kommunicera? Finns det några verkliga situationer där du inte lyssnade på eller respekterade gränsen som en annan person kommunicerade?
- Är det lätt att uppfatta vad den andra vill ha/behöver? Hur känner vi oss när vi lyssnar på/uppmärksammar vår partner? Och när vi inte gör det? Varför uppmärksammade vi inte den andra personen? Hade det varit lättare om muntlig kommunikation hade varit tillåten?
- Hur känner vi oss när de lyssnar på oss? Och när de inte gör det? Kände du att du ville sluta, men den andra inte gjorde det?
- Kände du någon gång att din partner ville göra samma sak som du?



Observera vad guiderna gör: Stannar de eller uppmärksammar de om de ser att den andra känner sig osäker? Reagerar de på partners signaler? Ignorerar de dem?

Sätt på dig de rätta "linserna" för att upptäcka eventuella könsskillnader.

Du kan även notera handlingar av uppmärksamhet/ouppmärksamhet eller överträdelser av gränser.



Som alltid, om det dyker upp åsikter som legitimerar att ignorera den andra personens gränser, eller att göra något som inte är trevligt för personen, påpeka det och uppmuntra eleverna att reflektera över de möjliga konsekvenserna om detta händer inom sexualitet. Förmedla aktsamt men bestämt budskapet att detta är viktigt.

NYKELBUDSKAP

Icke-verbal kommunikation är viktig, men det är inte den enda typen av kommunikation, eftersom den ibland är mindre tydlig och det alltid är värt att fråga. Enbart icke-verbal kommunikation kan leda till missförstånd. Samtidigt är det viktigt att lära sig att läsa varandras icke-verbala signaler eftersom de också ger information om vad som händer.

MODUL 5: Kommunikation och samtycke

MODUL 5.2: Sexuell kommunikation

I denna modul, som bygger på tidigare lärdomar, är det viktigt att betona att icke-verbal kommunikation är nödvändig, men att verbal kommunikation även krävs inom sex och att denna måste vara förenlig med icke-verbala signaler. Att kommunicera och fråga angående det vi vill, samt fråga om den andra personen också vill det, är nyckeln till att njuta av sexualitet.



Detta innebär inte att sexuell kommunikation inte är möjlig för att säkerställa samtycke för personer som inte använder tal.

Mål	Att erkänna vikten av samtycke för att njuta av sexualitet
------------	--

Tid	30 minuter
------------	------------

Utföring

Titta på videon och diskutera den.



VIDEOLÄNK

PlayParty- SidaStudi

<https://www.youtube.com/watch?v=C5tVQyJQuws>

Frågor att reflektera över

- Är det svårt att prata under sex, kan det "förstöra stämningen" eller kan det vara "sexigt"?
- Tror du att prata eller fråga kan vara hämmande eller kan det vara en fördel?
- Finns det saker som är lättare att säga/fråga och saker som är svårare och gör dig lite nervös?
- Hur kan vi säga att vi inte gillar något, att vi inte känner oss bekväma, att vi inte vill ha en sexuell relation, etc.? Gör ett förslag. Är det enkelt att säga att vi gillar det som händer? Känner du att du kan förolämpa, skada eller stöta bort den andra personen? Och tvärtom, avskyr vi att få höra att den andra personen inte gillar det eller inte tycker om det?
- Hur känner du dig när du får höra att den andra personen inte gillar något eller att de inte är bekväma med något?



Ungdomar ber oss att vara specifika när vi pratar om samtycke och sexuell kommunikation. "Ni pratar om lust, samtycke, men ... hur gör vi?"



TIPS

Du kan dra nytta av den tidigare modulen och ställa frågor för att överföra formerna av konsensus till sexualitet.

Vilka frågor kan vi ställa om vi tror att vår partner vill sluta?

Hur kan vi se till att han eller hon känner sig bekväm?

Om du känner att du vill kyssas, hur kan du göra det?



"Det här dödar stämningen!" Vi kan höra kommentarer i den här stilen när vi pratar om sexuell kommunikation, särskilt från pojkar. Det är viktigt att komma ihåg sammanhanget med normalisering av sexualiserat våld, så:

Uppmärksamma kommentaren och sätt en gräns. Relatera till riskerna med att inte fråga.

Påminn dem om att kommunikation är nödvändig för att säkerställa sexuellt samtycke. Dessutom hjälper det till att få mer njutning.

Vad kan vi upptäcka?

- Rädslan för att inte tillfredsställa den andra personen, att göra dem obekväma och att sårta dem, när vi säger att vi inte vill något eller att vi inte gillar det. Om det finns förtroende och en säker miljö kan vi välja hur vi säger saker. Det kan vara både mer bestämt och vänligt. Det är möjligt att minska denna rädsla genom att uppmuntra till att uttrycka vad vi inte vill ha, och sedan försöka hitta metoder som behagar båda personerna (här inkluderar vi också smekningar, kramar etc. som ses i videon).
- Tanken att "vi pratar senare" och/eller rädslan att prata för mycket eller för ofta. Det är viktigt att påpeka att kommunikation är centralt när vi inte vill göra något, när vi inte gillar det, när vi vill ha något, när vi behandlas dåligt etc. utan att skjuta upp det.
- Rädslan att den andra personen kommer att bli arg om du säger "nej". När detta händer är det viktigt att betona att det är en rättighet att kunna avvisa en person eller en situation.



Som lärare måste vi vara uppmärksamma på eventuellt könsbaserat våld! Påminn dem om att ilska eller aggressiva reaktioner efter ett avvisande av ett sexuellt förslag är en form av könsbaserat våld.



TIPS

Känslor som förlägenhet kan uppstå tillsammans med skratt. Det är viktigt att säkerställa att det finns en miljö av förtroende och icke-dömande i samtalet.

För att diskutera videon och de olika situationerna kan små grupper vara ett sätt att känna sig mer trygga, men det måste beaktas att det kan vara svårt att samla in eller upprepa vissa "budskap" som kan behöva tas upp (budskap av sexistisk, klassistisk, rasistisk natur etc.). Det är lämpligt att påpeka mångfalden av kroppar, sexualiteter etc. som finns i videon.



NYCKELBUDSKAP

Att kunna uttrycka sig och fråga tydligt hjälper till att njuta av sexualitet och att göra sex till en behaglig upplevelse.

Fråga om olika möjligheter (att säga nej, ge alternativ som vi gillar mer eller är mer intresserade av etc.).

Detta är möjligt och vi har rätt att när som helst ändra oss.

Det är möjligt att be om något som vi gillar och som ger oss njutning förutom att endast vägra vissa saker.

Det faktum att en akt eller ett beteende behagar eller misshagar oss är något som vi lär oss och som kan ändras. Varje kropp är annorlunda.



BOK

"Ja" är det sexigaste ordet,
Shaina Joy Machlus

MODUL 5: Kommunikation och samtycke

MODULE 5.3: Att uttrycka och acceptera gränser

Mål	Att uppleva vad det innebär att sätta/respektera gränser och uppmärksamma vad man själv vill/inte vill.
Tid	30 minuter

Utföring

Eleverna står i två rader, vända mot varandra och bildar par.

Efter att ha tittat in i varandras ögon en stund berättar den ena personen för den andra vad han eller hon skulle vilja göra (t.ex. "Jag vill röra vid din rygg" eller, utan fysisk kontakt, "Jag vill att du sätter dig ner"). Instruktionen måste formuleras i enlighet med den önskan som uppstår när man tittar in i den andras ögon.

Den person som får instruktionerna kan välja att säga "Ja" eller "Nej" och följaktligen utföra åtgärden eller inte. Rollerna är sedan omvända.

Sedan, för att byta partner, föreslås att en av de två raderna flyttar en position åt ena sidan.

När alla personer i en rad har parats ihop med alla personer i den andra raden, kan du beroende på återstående tid göra två rundor eller blanda de två raderna och starta om aktiviteten.

Aktiviteten avslutas här eftersom reflektionsfrågorna ingår i nästa modul.



Det är inte lätt för alla att ha ögonkontakt. Om skratt uppstår är det okej. Du hanterar helt enkelt vad som händer och återgår till en miljö av förtroende.



Om du hör en sexualiserande kommentar, stoppa aktiviteten och sätt en gräns. Påminn eleverna om att ingen form av könsbaserade trakasserier eller våld är tillåtna i detta utrymme.



Kom ihåg att det är en rättighet att vägra en situation eller instruktion!

MODUL 5: Kommunikation och samtycke

MODULE 5.4: Vad är samtycke?

Mål	Att förstå vad samtycke är och vilka egenskaper det måste ha. Att enligt linjen i den föregående modulen uppleva en sund situation där det är möjligt att sätta en gräns och att den andra personen respekterar den.
------------	--

Tid	30 minuter
------------	------------

Utföring

Baserat på den tidigare aktiviteten, fortsatt med frågor för reflektion som kan ställas i en öppen grupp:

- Vad är samtycke?
- Är det möjligt att säga ja/nej och sedan ändra sig? Vad behöver vi för att kunna säga ja eller nej?
- Hur känner vi oss när den andra säger nej? Hur känner vi oss när vi säger nej?
- Hur känner vi oss när de säger ja?
- Hur känner vi oss när vi säger ja?
- Hur känner vi oss när vi sätter gränser?
- Hur känner vi oss när en gräns vi sätter respekteras?
- Kan vi känna igen våra egna behov och önskningsar?

Den slutliga reflektionen ska fokusera på följande punkter

- Ge definitionerna av vad samtycke är och vad det inte är [nästa avsnitt].
- Det är möjligt att när som helst ändra sig. Ett ja vid ett tillfälle innebär inte ett ja vid ett annat tillfälle.
- Det faktum att vi inte gillar något, eller att vi inte vill göra något, borde inte göra den andra personen arg. Ömsesidig respekt och förtroende behövs. Den ena personens behov är lika viktiga som den andra personens. Att bli arg när den andra personen säger "nej" är en form av press.
- Om vi inte är säkra på att den andra personen samtycker är det bäst att sluta och fråga.
- Om jag inte säger nej, men skulle vilja det, skadar jag först och främst mig själv. Det är rättvist att kunna säga nej och att den andra personen accepterar det. Vi har rätt att säga nej. Om vi känner att det är obekvämt att säga "nej" finns det säkert egenskaper hos relationen som inte utgör ett tryggt och säkert utrymme. Sociala normer genererar också tryck, särskilt för kvinnor.
- Om jag blir ombedd att göra något jag inte vill göra har jag rätt att säga nej och stoppa situationen. Om obehagliga situationer uppstår är det bra att be om hjälp [Modul 8].



Sett ur ett könsperspektiv är det möjligt att tjejer har svårare att uttrycka gränser och är mer fokuserade på den andra personens tillfredsställelse. Om detta inte händer, fantastiskt!

Om det händer, påminn dem om att ansvaret för sexualiserat våld aldrig ligger hos den som uttrycker eller inte uttrycker gränser, utan hos dem som överträder dem.



NYCKELBUDSKAP

Vi kan när som helst ändra oss. Ett ja vid ett tillfälle betyder inte ett ja vid ett annat tillfälle.

Att bli arg när någon säger "nej" är en form av press.

Om vi inte är säkra på att den andra personen vill, gillar vad som händer eller samtycker, är det bäst att sluta och uttryckligen fråga dem.



SAMTYCKE ÄR ...

den muntliga och/eller icke-verbala överenskommelsen om sexuell aktivitet som ges frivilligt som ett uttryck för personens fria vilja enligt omständigheternas kontext.

...OCH ...

- Det kan inte ges som ett resultat av våld.
- Det kan inte ges under påverkan av alkohol eller droger.
- Det kan inte uppnås genom användning av tvång och/eller kontroll.
- Det bör vara explicit: frånvaron av "ja" betyder "nej".
- Det kan inte köpas eller säljas.
- Det kan "återkallas" när som helst under sexuell aktivitet och/eller kan ges för en specifik handling inom en samtyckande sexuell aktivitet.

MODUL 6:

Sexuellt våld som könsbaserat våld

Mål	Att visa pyramiden av könsbaserat våld för att illustrera hur de olika handlingar och beteenden, både verbala och fysiska, som avbildas i pornografi är handlingar som i andra sammanhang skulle kallas våldshandlingar. Att identifiera sexuellt våld som en form av könsbaserat våld.
Tid	30 minuter

Utföring

Rita ett isberg på tavlan och be gruppen att ge exempel på våldshandlingar som de har sett i konventionell pornografi, eller de har hört talas om från andra, eller som de föreställer sig är vanliga i pornografi (eller inte). Placera handlingarna på våldspyramiden/-isberget.

Fråga sedan gruppen:

- Hur tror du att samma typ av beteende skulle uppfattas om någon gjorde det i en offentlig miljö, i skolgången, på en arbetsplats eller hemma? Hur skulle du känna dig om du utsattes för detta beteende?

Hjälp gruppen att reflektera över hur reproduktionen av aktiva och dominerande mansroller (de diskuterade könsstereotyperna) är kopplad till våldselementen i pornografi.

- Vad kan vara anledningen till att pornografi innehåller så mycket våld och våldtäkt? På vilket sätt sker denna normaliseringsprocess?
- Vad tycker du om pornografi som ofta visar att män erövrar kvinnor på olika sätt, eller att män vill våldta och/eller dominera andra? Och att kvinnor och andra skulle vilja bli våldtagna och/eller dominerade?
- Vad tycker du om det här? Är det här något du känner igen?

Den slutliga reflektionen måste beakta följande:

- Pornografi överför och vidmakthåller destruktiva och skadliga normer för maskulinitet, vilka måste upprätthållas genom användning av våld. I synnerhet främjar den sexuellt våld (till exempel att pojkar och män lär sig att det inte finns något behov av att respektera ett "nej") och lär ut att sexuellt våld är att förvänta sig. Å andra sidan lär den inte ungdomar en sexualitet baserad på samtycke, respekt, jämlikhet etc.
- Om du tror att det skulle vara bra kan eleverna delas in i mindre grupper.

Vad kan hända?

- För att kunna göra den här övningen behöver du redan ha diskuterat och definierat könsbaserat våld.
- Ta reda på om eleverna kan relatera sina reflektioner till tidigare diskussioner ni har haft om könsnormer, makt och våld.
- För att starta diskussionen kan du ge exempel på saker som kan hända, såsom kränkande/nedsättande språk, någon som drar i en annan persons hår, någon som spottar på någon annan, objektifiering av kvinnor etc.

- Om du tror att många av ungdomarna i gruppen inte har haft direkt kontakt med pornografi, eller inte är redo att diskutera sambandet mellan våld och porr av andra skäl, kan du fokusera på det verbala missbruket och fysiska våldet som nämns i statistik från olika studier (såsom slag, hårdragning, strypning, spottning etc.) och prata om var du ska sätta det i pyramiden.



NYCKELBUDSKAP

Pornografi reproducerar normer som upprätthåller en makthierarki eller dynamik där män erövrar kvinnor.

Vad som anses vara sexuellt våld i den "verkliga världen" är normen inom pornografi.

MODUL 7:

Förhållningssätt till pornografi

MODULE 7.1: Myter och fakta

Mål	Att dekonstruera myterna om pornografi och reflektera över hur den påverkar oss.
Tid	30 minuter

Utföring

Skapa ett frågeformulär med hjälp av verktyg som Mentimeter eller Kahoot för att säkerställa anonymitet i svaren.

I enkäten skriver du en lista över idéer som demonstrerar olika myter om pornografi. De möjliga svaren är "Myt", "Sanning" och "Jag tvivlar".

Läraren kommer att läsa en fråga, eleverna måste svara och svaren kommer att visas på en skärm.

För varje fråga kommer läraren att ge information för att kunna dekonstruera den. Rätt information visas nedanför.

MYT	VERKLIGHET
PORNOGRAFI ÄR SEXUELL UNDERVISNING	<p>Mainstreampornografi kännetecknas av våld, sexism, rasism och brist på kommunikation kring samtycke (till exempel om skydd). Kondomer och diskussion om riskerna med sexuell aktivitet förekommer nästan aldrig. Dessutom förstärker pornografi även rasistiska stereotyper, såsom hypersexualisering av svarta kvinnor eller infantilisering av kvinnor med asiatiska drag.</p> <p>Inom pornografi är våld också normen: En studie från 2010 visade att 9 av 10 av de mest populära pornografiska filmerna innehöll fysiskt våld, såsom öppna handslag, strypning etc. Nästan 50 % av alla scener innehöll verbal aggression, till exempel att kalla kvinnan "hora" etc. Nästan all förnedring, aggression och våld i pornografi riktas mot kvinnor av män, och kvinnor tvingas att verka njuta av det sexuella våldet.</p>

MYT	VERKLIGHET
<p>PORNOGRAFI PÅVERKAR INTE RELATIONER</p>	<p>orskning har identifierat ett samband mellan pornografikonsumtion och en i allmänhet lägre kvalitet på relationer. På ungdomskliniker finns det en växande trend av så kallad "porrinducerad erektil dysfunktion", där ungdomar upplever försenad utlösning, oförmåga att bli upphetsad med riktiga partners och svårigheter att uppnå eller upprätthålla erektion tillräckligt länge för att ha samlag.</p> <p>Dagens pornografi presenterar en förvrängd och felaktig syn på utseendet och funktionen hos mäns och kvinnors kroppar.</p> <p>Konsumenter av pornografi kan bli kritiska mot sig själva och sina partners och utveckla orealistiska och skadliga förväntningar kring sexuellt utseende och beteende. Båda kan börja uppleva brist på självförtroende eller känna sig pressade att delta i sexuella handlingar som de är obekväma med och tro att dessa handlingar är "normen". Dessutom socialiserar pornografi manliga tittare till att se kvinnor som objekt som måste ge sexuellt nöje till män. Forskning har visat att endast 10 % av scenerna innehöll positivt beteende som kyssar, skratt och kramar, och till och med dessa scener innehöll i genomsnitt fyra aggressiva handlingar. I vanlig pornografi reduceras kvinnor till kroppsdelar som ska "petas", "bitas", "pullas" och "töjas". Om vi överför dessa meddelanden till verkliga relationer är det inte förvånande att män i synnerhet berövas förmågan att uppleva romantik, passion och fysisk och känslomässig intimitet med en riktig partner, samt att det blir allt svårare att känns åtrå inför sin sexuella partner. Deras sexuella fantasier domineras alltmer av scener som ofta är mer primitiva och våldsamma än deras tidigare fantasier, och i stället för att använda sina sinnen för att uppleva njutning med sin partner måste de föreställa sig att de är i en porrfilm.</p>

MYT	VERKLIGHET
<p>PORNOGRAFI ÄR BARA EN FANTASI</p>	<p>Folk hävdar att pornografi bara är en fantasi, men för att göra pornografi använder porno-grafer verkliga människor som deltar i verkliga sexualiserande handlingar som har verkliga konsekvenser. Kvinnor tvingas uthärda förnedrande, avhumaniserande och våldsamma sexuella handlingar och kvinnans uppgift är att låtsas njuta av allt som görs mot hennes kropp. Budskapet som förmedlas av den pornografiska industrin är att den typ av kvinnor som finns i pornografi vill och förtjänar att förödmjukas. Men bakom kulisserna finns en riktig kvinna eller tjej, med en riktig historia, som tvingas uthärda våld, smärta och förnedring.</p>

MYT	VERKLIGHET
<p>PORNOGRAFI ORSAKAR INTE VÅLD</p>	<p>Hundratals internationella studier som genomförts över 50 år visar ett obestridligt samband mellan konsumtion av pornografi bland killar och män och ökningen av sexuell aggression mot kvinnor och tjejer. En metaanalys från 2016, som kombinerade 22 enskilda studier från sju olika länder, fann en statistiskt signifikant koppling mellan ökad konsumtion av pornografi och ökade sexuella övergrepp, oavsett om pornografin innehöll explicit fysiskt våld eller inte. Forskarna hävdar att detta är en följd av den objektivering och förnedring av kvinnor, som finns även i scener utan uttryckligt fysiskt våld. En annan studie, som genomfördes 2016 bland 4 564 ungdomar i åldrarna 14 till 17 i fem europeiska länder, fann att sannolikheten för att killar begick sexuella övergrepp var signifikant positivt förknippad med vanemässig konsumtion av pornografi. Studien fann också att killar som regelbundet tittar på pornografi är betydligt mer benägna att ha negativa könsattityder. Således bidrar vanlig pornografi till attityder som trivialiserar våld mot kvinnor och till beteenden som främjar våld mot kvinnor. Kvinnliga offer för manligt sexuellt våld vittnar om att pornografi fungerar som en katalysator och inspiration för sexuell aggression som begås av män och killar.</p>

MYT	VERKLIGHET
<p>PORNOGRAFI ÄR INTE BEROENDEFRAMKALLANDE</p>	<p>Beroende är inte bara relaterat till droger eller alkohol. Det kan också handla om pornografiskt innehåll som formar tittarnas attityder och i sin tur påverkar deras beteende. Faktum är att alla som lider av ett beroende visar en förlust av kontroll över en aktivitet och att de bedriver den aktiviteten tvångsmässigt trots de negativa konsekvenserna. En undersökning som genomfördes 2001 av Msnbc.com avslöjade att 80 % av pornografianvändarna kände att de spenderade så mycket tid på dessa webbplatser att det äventyrade deras relationer eller arbetsliv. Vissa män uppgav att de i allt högre grad spenderade mer och mer tid på internet för att söka efter pornografiskt material och onanera. När beroendet utvecklas behöver personen ökande mängder pornografi för att uppnå en tillräcklig effekt.</p> <p>Samtidigt utvecklas toleransen så att behovet av fler och fler "doser" för att tillfredsställa suget blir uppenbart. Detta medför abstinens när det inte finns tillgänglighet/möjlighet, samt att det krävs mindre av "substansen" för att trigga intensiva behov. Vad gäller pornografi leder detta till att de bilder som brukade vara upphetsande inte längre har samma effekt och att begäret ökar, men inte nödvändigtvis det nöje som är förknippat med konsumtionen.</p>



FÖR ATT VETA MER ...

<https://prostitutionresearch.com/10-myths-about-porn/>

<https://theconversation.org/>

NYCKELBUDSKAP



Vissa hävdar att det finns typer av pornografi som inte innehåller förnedring, av-humanisering eller våld mot kvinnor och att sådana produceras på jämlika villkor. Ändå är filmer med den här typen av innehåll nästan obefintliga. Materialet som hävdar att det är "feministiskt" är inte heller gratis, vilket gör den här typen av pornografi praktiskt taget otillgänglig för ungdomar. Dessutom finns det inga konkreta empiriska bevis för att stödja tanken att så kallad feministisk, alternativ eller kvinnostyrd pornografi produceras under icke-tvingande omständigheter.

MODUL 7:
Förhållningssätt till pornografi


MODUL 7.2: Porranalys: kategorier, kroppar, handlingar

Mål	Att analysera vad som visas och vad som inte visas i pornografi.
Tid	30 minuter

Utföring

Baserat på frågorna "Vilken information kan vi hitta i en pornografisk video? Vad tror du att porr visar?", kommer följande tabell att tillhandahållas för att analysera vad som ses i porr och för att uppmuntra analys och reflektion.

	MÄN	KVINNOR
KROPPAR		
SEXUELLT BEMÖTANDE		
KOMMUNIKATION		
UTTRYCK FÖR EGEN ÖNSKAN		
KATEGORIER/ETIKETTER		
SEXUELLT UMGÄNGE		



Denna tabell är binär eftersom pornografi tenderar att reproducera binära könsroller eller våld mot transpersoner. Lyft fram detta faktum för eleverna.

Frågor att reflektera över

- Vad visas inte? Vilka kroppar eller identiteter görs inte synliga?
- Hur porträtteras kvinnor och män?
- Vilka andra beteenden kan vi identifiera som skiljer sig mellan könen?
- Vad är verkligt och vad är inte?
- Hur tror du att den här typen av porr påverkar oss? Påverkar det olika beroende på vårt kön? Om ja, hur?
- Vilka människor upplever mer våld i pornografi? Tror du att andra människor påverkas av pornografi?
- Vad syns inte? Finns det kommunikation eller samförstånd?



NYCKELBUDSKAP

Mainstreampornografi reproducerar och normaliserar våld och stereotyper som finns i vårt samhälle, till exempel sexuellt våld mot kvinnor eller rasistiska stereotyper. Den visar också ett omedelbart sexuellt svar, utan någon föregående process, vilket inte lämnar något utrymme för samtycke.

MODUL 7: Förhållningssätt till pornografi

MODULE 7.3: Porranalys: industrin

Mål	Att reflektera över vem som vinner och vem som förlorar när det gäller produktion och distribution av pornografi, och hur de personer som är involverade i produktionen av pornografi påverkas av den.
------------	--

Tid	30 minuter
------------	------------

Utföring

Dela upp klassen i par. Varje par måste prata i 10 minuter om vem de tror "vinner" och vem som "förlorar" inom pornografi. De bör ta ett tomt pappersark och dela upp det i två kolumner (vinnare och förlorare). De ska skriva sina tankar i varje kolumn. När de är klara, samla in svaren på tavlan från de olika paren och skapa ett utrymme för eleverna att dela med sig av sina tankar (15 minuter):

Frågor att reflektera över

- Varför tror du att dessa är vinnare/förlorare?
- Finns det andra grupper/personer som påverkas av pornografi som inte har skrivits upp?



DE ENDA VINNARNA I PORNOGRAFI ÄR DE ...

... som tjänar pengar på sexuellt utnyttjande och förlorarna är alla andra.

Vad det gäller pornografins konsumtion, produktion och kultur:

- Pornografi är en multinationell industri skapad av män för män, ett medium som vidmakthåller den sexualiserade maktobalansen där män framställs som dominerande och mäktiga, medan kvinnor framställs som undergivna och maktlösa.
- Ägarna av pornografiproduktion och distribution gör stora vinster och har därför motiv att normalisera pornografi och göra det mainstream.
- Branschen utnyttjar marginaliserade och socioekonomiskt utsatta tjejer och kvinnor som redan har utsatts för olika former av fysiskt och sexuellt våld, inklusive prostitution och människohandel. Inom branschen underlättar deras sårbarhet och brist på alternativ deras utnyttjande.
- Med den ökande digitaliseringen av våra liv förändras branschen och nya former och metoder för sexuell exploatering uppstår, till exempel OnlyFans, utnyttjande genom sociala nätverk etc.
- Kvinnor i pornografi och prostitution delar ofta samma oro: Att verka i sexindustrin kan inte betraktas som ett fritt val. Dessa kvinnor upplever betydande fysisk och psykisk skada och har svårt att lämna branschen.
- Män som filmas för pornografi beordras att förnedra, avhumanisera och begå olika former av sexuellt våld mot kvinnor.



Reflektioner kan väcka svåra känslor bland eleverna. Det är viktigt att visa förståelse och bekräfta sina känslor, att klargöra att porrindustrin är ansvarig för det pornografiska våldet och att inte skylla på individen som tittar på det.



NYCKELBUDSKAP

Överlag är det samhället som helhet som är förloraren när porrindustrin normaliserar manligt våld mot kvinnor och ojämlikhet mellan könen.

MODULE 8:

Resurser och att hitta stöd

Denna modul syftar till att ge ungdomar de nödvändiga resurserna om de befinner sig i en situation med sexuellt våld, eller om de har bevittnat någon i sin omgivning som upplever det.

Vänligen samla in kontaktuppgifter till relevanta stödlinjer och hjälptjänster för överlevare av mäns våld mot kvinnor samt våldsutövare som finns i din ort, region och land, särskilt de som riktar sig specifikt till ungdomar. Dela sedan ut listan på de stödlinjerna och hjälptjänsterna till dina elever.

VAD KAN DU GÖRA

Om en elev närmar sig läraren för att be om hjälp i processen att hitta stöd är det viktigt att inte tvinga personen, utan att vägleda personen enligt det protokoll som varje utbildningscenter har.

Skyll inte på personen, utan håll en aktiv övervakning av situationen.

Om en person upplever en våldssituation eller är vittne till den, både inom och utanför utbildningscentret (eller om det inte är tydligt för dem, men de har uttryckt viss oro), är det viktigt för dem att be om hjälp från pålitliga vuxna och stödtjänster, eftersom det är deras rätt att få specialiserad vård.

NYCKELBUDSKAP

Kom ihåg att ansvaret för sexuellt våld aldrig ligger hos dem som upplever det, utan hos dem som begår det.

Sexuellt våld handlar inte om sexualitet eller sex, utan om våld. Det handlar inte heller om att sätta gränser, utan mer om att någon annan har korsat dem.

MODUL 9:

Avslutning

Mål	Att leda till de slutliga konklusionerna och reflektionerna kring hela processen.
Tid	30 minuter

Utföring

Varje elev uppmanas att reflektera över den förvärvade kunskapen och att överväga nästa steg (du kan återskapa rutinen för den första dagen). För att göra detta uppmanas eleverna att tänka på hela utbildningen de har fått och att skriva ner på ett pappersark i tre kolumner:

VAD JAG VISSTE INNAN.	VAD JAG HAR LÄRT MIG SOM JAG INTE VISSTE.	VILKA FÖRÄNDRINGAR JAG KOMMER ATT GÖRA I FRAMTIDEN, ELLER VART JAG SKULLE VILJA ATT DEN FÖRVÄRVADE KUNSKAPEN OCH REFLEKTIONEN TAR MIG.
...

När alla är redo uppmanas eleverna att dela sina huvudtankar för den slutliga reflektionen och avslutningen.



DET ÄR TROLIGT ATT VISSA FRÅGOR KOMMER ATT FÖRBLI ÖPPNA

Vi uppmanar dig att dra nytta av denna stund för att lösa eventuella problem, eller för att föreslå att dessa ämnen ska tas upp under hela kursen ... och i livet!



NYCKELBUDSKAP

Att förstärka den förvärvade kunskapen och framtida förändringar.

Bilaga 1

Reklamkampanjer Modul 2.2











Bilaga

(Metod)material	Lärare/ utbildare	Föräldrar/ vårdnads- havare	Andra vuxna	Ungdomar	Barn 12+	Land
1. <u>It's Time We Talked: In the Picture</u> https://itstimewetalked.com/in-the-picture/	X	X		X		AU
2. <u>Pornography: talking about it with teenagers 12-18 years</u> https://raisingchildren.net.au/teens/entertainment-technology/pornography-sexting/pornography-talking-with-teens#sharing		X				AU
3. <u>Catching on Later</u> https://fuse.education.vic.gov.au/ResourcePackage/LandingPage?ObjectId=3a7e444f-6e31-4a72-baf1-790bd6e4fe58&SearchScope=All	X					AU
4. <u>I heard it 'round the internet: sexual health education and authenticating online information</u> https://mediasmarts.ca/lesson-plan/i-heard-it-round-internet-sexual-health-education-and-authenticating-online-information	X					CA
5. <u>The Fourth R</u> https://youthrelationships.org/	X	X				CA
6. <u>In the age of Google, is sex ed. necessary?</u> https://mediasmarts.ca/blog/age-google-sex-ed-necessary	X					CA
7. <u>On the Loose: A Guide to Life Online for Post-Secondary Students</u> https://mediasmarts.ca/sites/mediasmarts/files/guides/on_the_loose.pdf	X					CA
8. <u>Relationships and Sexuality in the Media</u> https://mediasmarts.ca/sites/mediasmarts/files/lesson-plans/lesson_relationships_sexuality_media.pdf	X					CA
9. <u>Sexuality and Romantic relationships in the Digital Age</u> https://mediasmarts.ca/blog/sexuality-and-romantic-relationships-digital-age	X					CA
10. <u>Ses offline</u> https://www.argument.se/wp-content/uploads/ses-offline.pdf				X		SE
11. <u>Reality Check</u> https://reality-check.nu/	X	X		X		SE
12. <u>Sexochrelationer.se – methodological material on sex education</u> https://sexochrelationer.se/	X					SE

(Metod)material	Lärare/ utbildare	Föräldrar/ vårdnads- havare	Andra vuxna	Ungdomar	Barn 12+	Land
13. <u>Planet Porn: Making it easier to talk about porn</u> https://bishtraining.com/planet-porn/			Ansvariga vuxna			UK
14. <u>Sex and Relationships Education (SRE) for the 21st Century</u> https://www.sexeducationforum.org.uk/resources/advice-guidance/sre-21st-century-supplementary-advice	X					UK
15. <u>Pornography – tips on how to address in SRE lessons</u> https://www.tes.com/teaching-resources	X					UK
16. <u>Childline: Online Porn</u> https://www.childline.org.uk/info-advice/bullying-abuse-safety/online-mobile-safety/online-porn/					X	UK
17. <u>We need to talk about pornography</u> https://www.amazon.co.uk/Need-Talk-about-Pornography-Relationships/dp/184905620X	X		Fritidspedagoger			UK
18. <u>Talking to your teen about porn</u> https://www.familylives.org.uk/advice/teenagers/sex/porn		X				UK
19. <u>NSPCC: Online Porn</u> https://www.nspcc.org.uk/keeping-children-safe/online-safety/inappropriate-explicit-content/online-porn/		X				UK
20. <u>Worried about your child and online porn?</u> https://www.thinkuknow.co.uk/parents/articles/Worried-about-your-child-and-online-porn/		X				UK
21. <u>Sexualization of young people</u> https://web.archive.nationalarchives.gov.uk/ukgwa/20100408143023/http://www.homeoffice.gov.uk/documents/Sexualisation-of-young-people2835.pdf?view=Binary	X	X		X		UK
22. <u>The Mix: Porn</u> https://www.themix.org.uk/search/PORN/				X		UK
23. <u>Online Pornography</u> https://www.internetmatters.org/issues/online-pornography/		X				UK
24. <u>Your Brain on Porn</u> https://www.yourbrainonporn.com/	X	X		X		UK

(Metod)material	Lärare/ utbildare	Föräldrar/ vårdnads- havare	Andra vuxna	Ungdomar	Barn 12+	Land
25. <u>Culture Reframed: Solving the public health crisis of the digital age</u> https://culturereframed.org/		X				US
26. <u>How to Talk to Your Kids about Pornography</u> https://www.amazon.com/Talk-Your-Kids-about-Pornography/dp/0986370843		X				US
27. <u>Fight the New Drug</u> https://fightthenewdrug.org/about/	X	X		X		US
28. <u>Good Pictures Bad Pictures: Porn-proofing Today's Young Kids</u> https://www.defendyoungminds.com/product/good-pictures-bad-pictures				X		US
29. <u>Navigating Pornography Addiction: A Guide for Parents</u> https://static1.squarespace.com/static/5146816de4b04055d30999b8/t/569a9724d8af100e85072fb2/1452971860313/Navigating+Pornography+Addiction-A+Guide+for+Parents.pdf		X				US



Funded by
the European Union

