

DIGITAL SEKSUALITET



For å holde kontakten med venner og familie har sosiale medier og meldingstjenester vært veldig viktig for mange ungdom. Ungdom bruker 7,4 timer per dag i snitt online, og de fleste bruker fem til ni timer på internett daglig.

Dette betyr at den sosiale kontakten har blitt enda mer digital enn tidligere. Derfor har vi i årets kampanje valgt oppgaver for 8.-10. trinn som tar for seg flørt, nettdating og digital mobbing. Disse oppgavene har som mål å få i gang felles refleksjon i klassen over positive og negative sider med digital kommunikasjon.

TIPS TIL UNDERVISNINGEN

Trivsel og trygghet er en viktig forutsetning for at elevene skal kunne utvikle seg personlig, sosialt og faglig. Forskning viser at også seksualitetsundervisningen burde foregå i et trygt og inkluderende læringsmiljø for å utgjøre en forskjell for elevene. Derfor er det viktig at du som underviser skaper gode rammer for seksualitetsundervisningen i din klasse. Sex og Politikk anbefaler at seksualitetsundervisningen bygger på følgende prinsipper:

- At det er respekt for ulikheter (for eksempel knyttet til etnisitet, familiebakgrunn, utseende, meninger, kjønnsidentitet og kjønnsuttrykk).
- At ord og utsagn som diskriminerer eller sier noe negativt om andre ikke aksepteres.
- At ingen skal føle seg baksnakket eller krenket.
- At man unngår å snakke om personlige opplevelser, men heller drøfter tematikken gjennom fiktive eksempler.
- At alle vet hva som skal skje i undervisningen.
- At alle deltar, men man har mulighet til å melde pass.
- At man snakker i et «lukket rom» – det vil si at det ikke etterpå snakkes med klassekamerater om hva andre har sagt og gjort i undervisningen.

Vi anbefaler også at seksualitetsundervisningen begynner med at underviser og elever lager tilpassede avtaler for hvordan undervisningen skal foregå, basert på klassens sammensetning og miljø. En avtale om at man ikke snakker privat eller svært personlig om seg selv kan øke tryggheten for de elevene som er utsatt for å bli ertet. Avtaler om at man skal lytte til hverandre og ikke le av det de andre sier, kan også være viktige.

HVA ER EN GOD FLØRT? IDÉMYLDRING OG REFLEKSJON

MÅL

- Elevene reflekterer over hva som er en god flørt og en dårlig flørt.
- Elevene reflekterer over hvordan unngå flørting som er grenseoverskridende.

FAGLIG RELEVANS

- KRLE, samfunnsfag, norsk, folkehelse og livsmestring, demokrati og medborgerskap

TIDSBRUK OG UTSTYR

- 20 minutter
- ingen utstyr

BESKRIVELSE

1. Underviseren forteller at det nå skal handle om flørt og spør klassen: «Hvordan flørter man?» Elevene kan prate sammen i noen minutter om dette spørsmålet. Deretter kan man samle stikkord på tavla.
2. Skriv så på tavla: «Hva er god flørting?» Elevene snakker sammen i par om dette, og man oppsummerer med stikkord på tavla. Still gjerne oppfølgingsspørsmål til elevene: «Du sier at det skal være god kjemi. Hva vil det egentlig si å ha god kjemi? Hvordan flørter man egentlig med øynene?» og så videre.
3. Underviseren skriver så et nytt spørsmål, gjerne med en annen farge: «Hva er dårlig flørting?» Igjen prater elevene med en partner i et par minutter om spørsmålet, og man samler synspunktene på samme måte som tidligere.

Underviseren ber elevene konkretisere synspunktene deres. For eksempel: «Når du sier at en dårlig flørt er når det oppstår misforståelser. Kan du komme med et eksempel på hva man kan misforstå?»

4. Nå kan klassen reflektere i fellesskap eller mindre grupper med utgangspunkt i følgende spørsmål som står listet nedenfor:
 - Hvorfor flørter man? Kan det være forskjellige grunner til at man flørter, for eksempel for å få kjæreste, fordi det er gøy, fordi det gir bekræftelse og så videre?
 - Er man alltid to om å flørte?
 - Kan man flørte uten å ha lyst til at noe mer skal skje?
 - Hvordan unngår man at en flørt blir dårlig?

HVA ER EN GOD FLØRT? IDÉMYLDRING OG REFLEKSJON

- Er der noen situasjoner der det er større risiko for at flørt blir dårlig / går over grenser – for eksempel på Snapchat eller på fest?
- Hva kan man gjøre dersom man er vitne til en flørt som går over en grense?
- Hva kan man gjøre i et fellesskap, for eksempel i en vennegjeng, i klassen, på trening, for at flørt ikke ender i dårlige opplevelser?

i

” Elevene kan jobbe videre med dette temaet og eventuelt lage en plakat med «Tips til god flørt» eller lignende, som de kan henge opp i klasserommet.

” Hvis man kommer inn på temaet grenseoverskridende flørt, er det viktig at det ikke stilles spørsmål om den utsatte kunne gjort noe annerledes, for eksempel burde kledd seg annerledes, burde ikke flørte tilbake og så videre. Ha i stedet fokus på retten til ikke å bli krenket og retten til å bestemme over egen kropp, uansett. Det er viktig at underviseren understreker at påkledning, fysiske signaler eller alkohol aldri rettfærdiggjør krenkelser. Del gjerne disse perspektivene med elevene.

MÅL

- Elevene reflekterer over fordeler og ulemper ved å date på nettet.

FAGLIG RELEVANS

- folkehelse og livsmestring, demokrati og medborgerskap, samfunnsfag, KRLE

TIDSBRUK OG UTSTYR

- 30 minutter
- arbeidsarket til øvelsen

BESKRIVELSE

1. Underviseren forteller klassen at i denne øvelsen skal det handle om nettdating. Man skal se på fordeler og ulemper med å bruke nettet og sosiale medier til å date, oppsøke relasjoner og få seg kjæreste.
2. Underviseren deler ut arbeidsark 1 og 2, som inneholder sitatkort med fordeler og ulemper til hver gruppe. Elevene klipper ut kortene.
3. Gruppen diskuterer sitatene med fordeler og tenker på hvilke av dem de synes er viktigst. Kortene plasseres i en pyramide med det viktigste sitatet innenfor hver kategori øverst. I neste rekke legges to kort med sitater som er mindre viktige, og i den siste rekken legges tre kort med sitater som er minst viktige (se figuren på arbeidsarket). I hver kategori er det et blankt kort der elevene supplerer med eventuelle sitater som de synes mangler på de blanke kortene.
4. Gruppen diskuterer sitatene med ulemper og tenker hvilke sitater med ulemper de synes er de viktigste. Kortene plasseres i en pyramide på lik måte som fordelene, med det viktigste sitatet øverst.
5. Når gruppene har kommet til enighet om sine prioriteringer, presenterer hver gruppe sine pyramider for hverandre. Eventuelt kan hver gruppe ta et bilde av sin pyramide og presentere dem på en smartboard eller skjerm, sammen med en begrunnelse for valgene de har tatt.

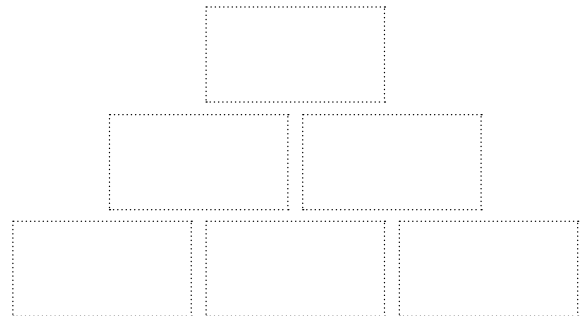
Øvelsen avrundes med en felles dialog i klassen, der man kan ta utgangspunkt i følgende spørsmål:

- Hvilke fordeler med å date på nettet ble du oppmerksom på?
- Hvilke ulemper med å date på nettet ble du oppmerksom på?

- Var det vanskelig å bestemme hvilke kort som skulle hvor? Hvorfor? / Hvorfor ikke?
- Hvordan kan man på best måte benytte seg av fordelene ved å møte nye mennesker på internett?

OPPGAVE

1. Klipp ut sitatkortene.
2. Plasser sitatkortene i en pyramide.
3. Øverst legger dere det sitatkortet dere synes er viktigst hvis man dater på nettet.
4. I andre rekke legger dere de to nest viktigste sitatkortene og i den tredje rekken de tre sitatkortene dere mener er minst viktige. Noen kort blir da ikke brukt.



FORDELER MED NETTDATING: SITATKORT

«Det er lettere å finne en person som er lik seg selv. Man kan for eksempel sortere vekk folk som røyker, de med andre interesser eller de som er over eller under en bestemt alder.»	«En datingside gir god oversikt over de personene som man synes er interessante.»
«Det er utrolig lett å bli kjent med nye mennesker, og man er som oftest i et forum med plass til mange ulike mennesker og seksuelle orienteringer.»	«Du blir presentert for et bredt utvalg av mennesker som du ellers ikke hadde møtt.»
«Det er lett å komme i kontakt med folk. Du kan også øve deg på å fortelle hvem du selv er.»	«Det er mindre seriøst over nettet, siden det kan være morsomt og underholdende og virker ikke så seriøst.»
«Det er lett å komme i gang med dating og møte andre. Spesielt hvis man er sjenert, så kan det være en god mulighet til å vise hvem man er.»	«Man kan sitte alene og prøve seg fram – det blir på en måte en slags «dating-skole».»

OPPGAVE

1. Klipp ut sitatkortene.
2. Plasser sitatkortene i en pyramide.
3. Øverst legger dere det sitatkortet dere synes er viktigst hvis man dater på nettet.
4. I andre rekke legger dere de to nest viktigste sitatkortene og i den tredje rekken de tre sitatkortene dere mener er minst viktige. Noen kort blir da ikke brukt.

ULEMPER MED NETTDATING: SITATKORT

«Man kan ikke være sikker på hvem det er man møter online. De kan være en helt annen person enn de har utgitt seg for å være. Dette kan gå på for eksempel utseende, alder og væremåte.»	«Man kan ende opp med at noen misbruker bildene dine eller sprer private bilder og private meldinger.»
«Du kan ikke se ut fra et bilde og en profilttekst om en person er morsom å være sammen med. På nettet bestemmer man jo selv hva man deler, og alle prøver å ta seg best mulig ut.»	«Du kan ikke vite om personen du liker kanskje skriver akkurat de samme tingene til andre samtidig.»
«Fordi nettet er så lett og uforpliktende, kan man få en opplevelse av at kjæresten er mer som en vare man kan kjøpe og kaste som i en butikk.»	«Noen steder på nettet har en tendens til å være veldig overfladiske – det blir lett å dømme andre kun ut fra utseende og ikke ut fra personlighet.»
«Man kan bli sett ned på hvis man bruker datingsider, siden noen oppfatter det som pinlig.»	«Du kan ikke introdusere personen for vennene dine og få deres mening om personen.»

MÅL

- Elevene kan gjenkjenne trakassering og grenseoverskridende atferd.
- Elevene kan sette ord på og diskutere oppfatninger og holdninger rundt trakassering og respekt.
- Elevene reflekterer rundt hvilken betydning grenser og grenseoverskridelse kan ha.

FAGLIG RELEVANS

- demokrati og medborgerskap, folkehelse og livsmestring, KRLE, samfunnsfag

TIDSBRUK OG UTSTYR

- 35–45 minutter
- Lenke til videoklipp fra [NRK Skole: "Netthat": nrk.no/skole/?p=age=search&q=nettet&mediaId=22619](https://www.nrk.no/skole/?p=age=search&q=nettet&mediaId=22619) (20.50 minutter)

BESKRIVELSE

1. Underviser introduserer elevene for at det nå skal handle om mobbing og trakassering på internett. Klassen kan starte med å se videoklippet fra NRK Skole «Netthat».

2. Elevene kan nå diskutere et og et spørsmål i mindre grupper eller i fellesskap:

- Én av fire unge i Norge har opplevd å bli mobbet på nettet. Hva tenker dere om dette?
- Hvorfor mobber vi? Hvorfor mobber vi ikke?
- Er hatytringer lov?
- Hva er eksempler på hatytringer?
- Har man lov til å krenke andre som har valgt å være offentlige personer?
- Hvorfor tror dere at noen krenker andre på nettet?

- Hvorfor tror dere at noen sprer nakenbilder av andre på nettet? Er det lovlig?
- Hvilke råd kommer Leo med på slutten av klippet til de som har blitt utsatt for krenkelser på internett?