

# SEXUALUNDERVISNING PÅ LÄTTARE SVENSKA

Lektionsunderlag



## RFSU

RFSU är en politiskt och religiöst obunden ideell organisation med syfte att sprida en kunskapsbaserad och öppen syn på samlevnads- och sexualfrågor. Genom sexualupplysning, utbildning och opinionsbildning vill RFSU slå håll på fördomar, öka kunskapen och den sexuella hälsan, i Sverige såväl som internationellt. RFSU har ett frihetsperspektiv och rättighetsperspektiv på sexualiteten som utgår från allas frihet att vara, frihet att välja och frihet att njuta.

RFSU är en medlemsorganisation. Vill du bli medlem?

Anmäl dig på [www.rfsu.se/medlem](http://www.rfsu.se/medlem).

Du kan läsa mer om RFSU:s verksamhet på [www.rfsu.se](http://www.rfsu.se).

© RFSU 2019, tredje upplagan

Projektledare och författare: Agnes Dahné, RFSU Göteborg

Illustrationer: Vendela Vrensk

Grafisk formgivning: Eva Jais-Nielsen

Tryck: **BrandFactory AB**

ISBN: 978-91-85188-49-9

Materialet är framtaget med ekonomiskt stöd från statsanslaget  
”Insatser mot hiv/aids och andra smittsamma sjukdomar”  
(Prop. 2005/06:60).

# INNEHÅLL

Om lektionsunderlaget 4

Ord om sexualitet 5

Kropp och sex 47

Berättelser och exempel 105

Övrigt material 209



# OM LEKTIONSUNDERLAGET

I **detta lektionsunderlag** finns bilder, texter och andra tillbehör till *Sexualundervisning på lättare svenska*, ett metodmaterial som vänder sig framför allt till lärare inom sfi och språkintröduktion men som med fördel kan användas även i andra klasser och sammanhang. I metodmaterialet finns övningar, tips och vägledning för dig som vill arbeta med antidiskriminerande sexualundervisning. Där hänvisas till sidnumren i detta lektionsunderlag för det material som behövs till respektive metod. I inledningen till varje kapitel i lektionsunderlaget står också vilka övningar som bilderna och texterna hör till, med sidanvisningar till metodmaterialet. Självfallet kan du gärna använda materialet fritt i sexualundervisningen, även när du inte använder de metoder som föreslås i metodmaterialet.

**Både metodmaterialet och lektionsunderlaget går att ladda ner från [www.rfsu.se/sexualundervisning](http://www.rfsu.se/sexualundervisning).**



# ORD OM SEXUALITET

Här finns material till att jobba med ordförståelse och repetition i sexualundervisningen.

**Material till *Ordmingel* (se s. 64 i metodmaterialet) s. 6–38**

Klipp isär å ena sidan orden och å andra sidan bilderna med förklaringar.

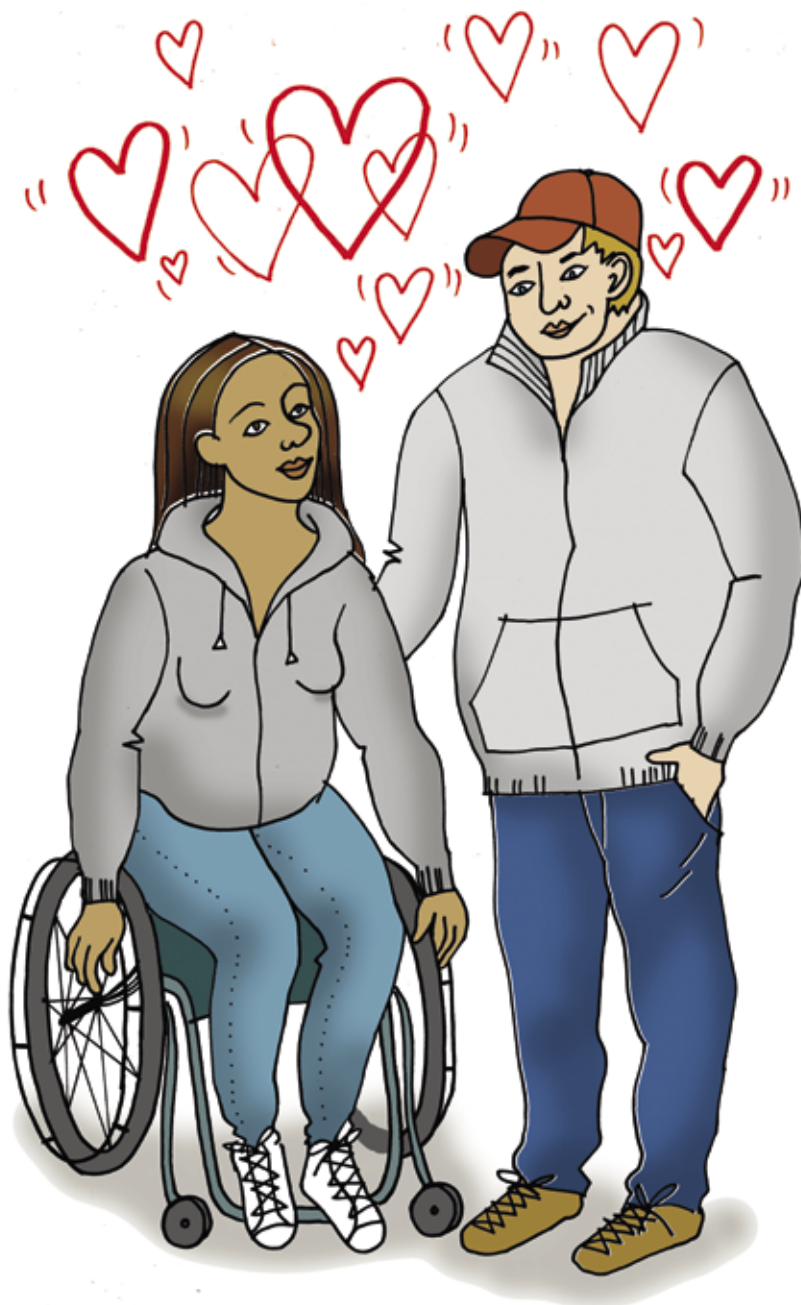
**Material till *Fråga och berätta* (se s. 209 i metodmaterialet) s. 39–42**

Använd också samma bilder som till *Ordmingel* (s. 6, 7, 12, 13, 15, 16, 19 och 28–38), men här kan den förklarande texten klippas bort.

Till denna övning behövs även bilder som finns i *Kropp och sex* (s. 52, 53, 57, 60 och 90). Även här kan eventuell förklarande text klippas bort.

**Ordlista att kopiera till deltagarna s. 43–46**

# kär



När man har starka känslor för någon.  
När man tycker mycket om någon  
och det känns mycket bra att vara med den personen.

kå t



Känslan i kroppen när man vill ha sex (med sig själv eller med någon annan).

# njuta

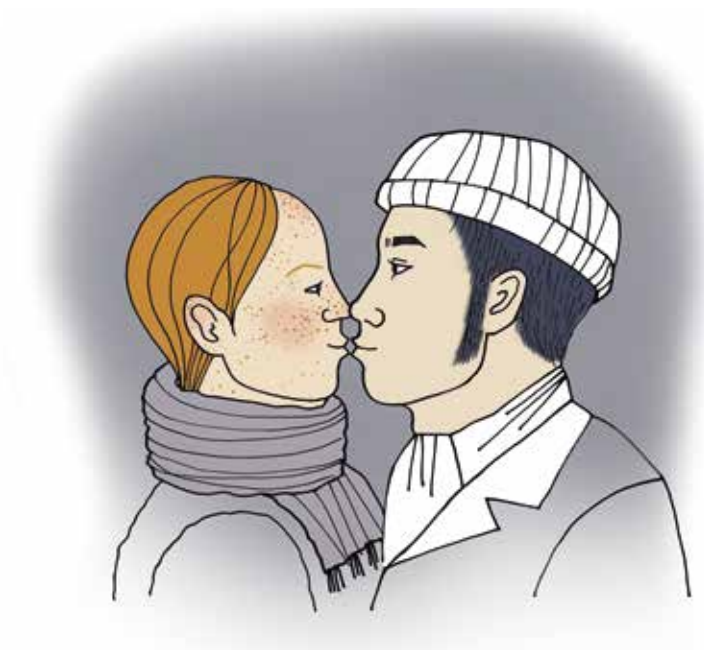
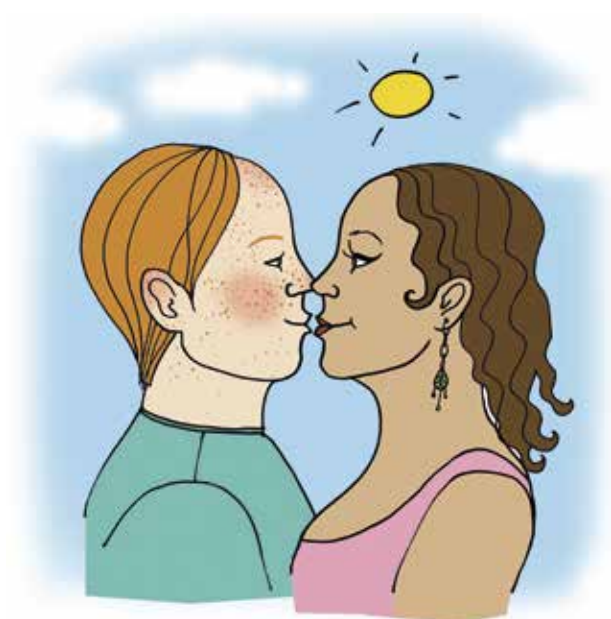


När det känns mycket bra i kroppen.

Att känna lust.

Till exempel när man äter god mat, har sex eller ser vacker natur.

# bisexuell



En person som blir kär i eller vill ha sex med både män och kvinnor.



# heterosexuell



En man som blir kär i eller vill ha sex med kvinnor.  
Eller en kvinna som blir kär i eller vill ha sex med män.

# homosexuell



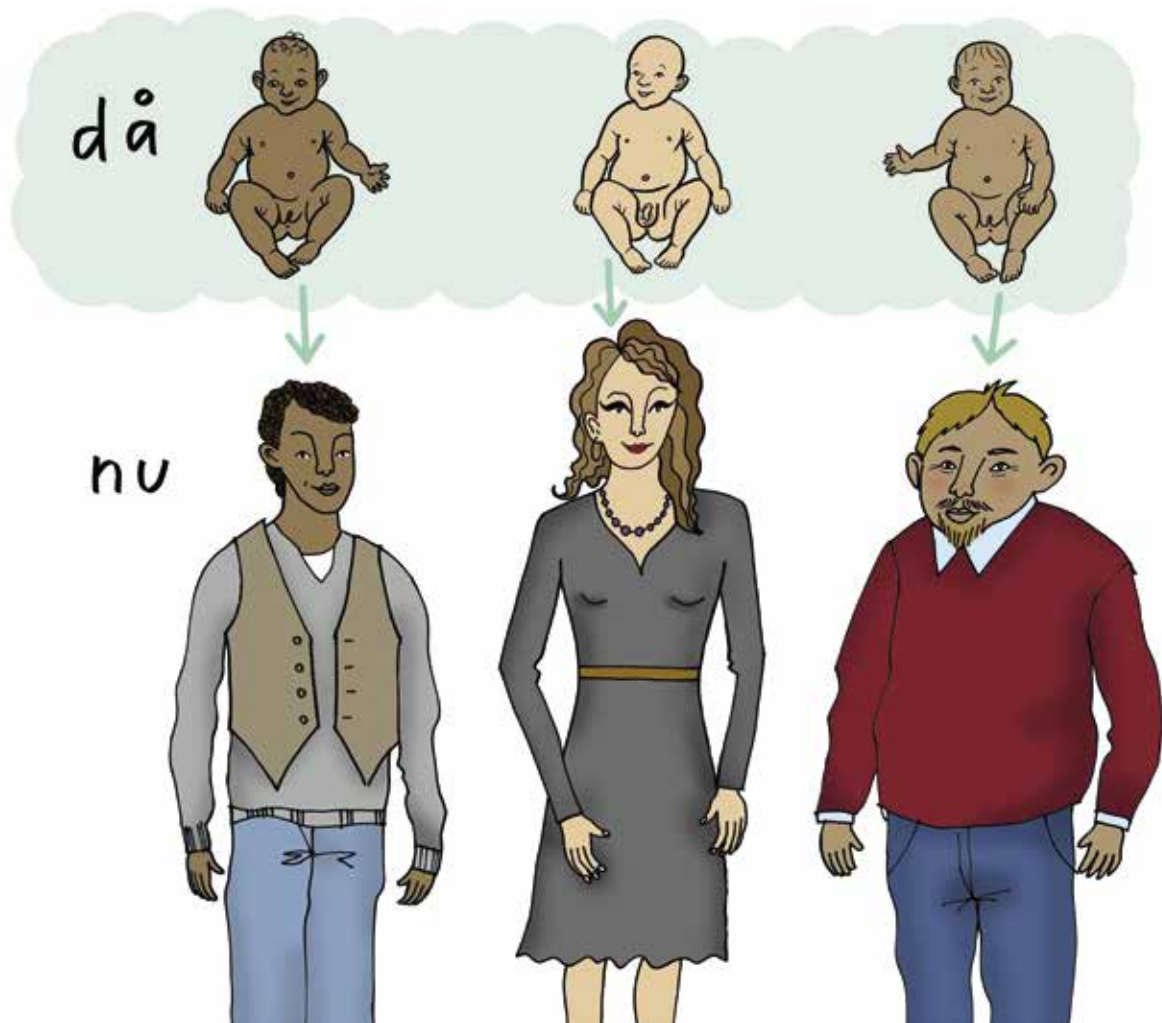
En kvinna som blir kär i eller vill ha sex med kvinnor.  
Eller en man som blir kär i eller vill ha sex med män.

asexuell



En person som inte har sexlust eller inte vill ha sex med andra.

# transperson



En man som föddes med snippa.

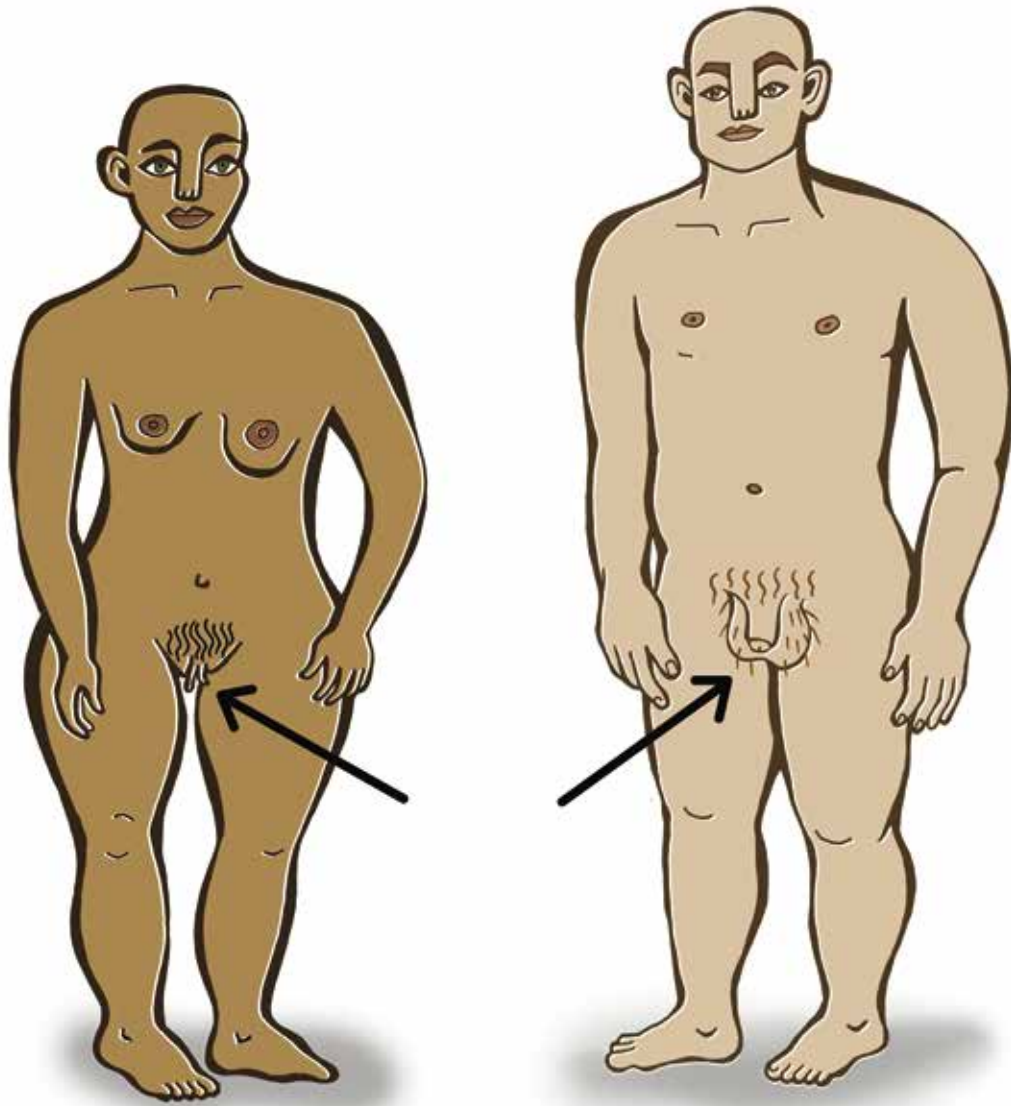
Eller en kvinna som föddes med snopp.

Det kan också vara en person som inte är man eller kvinna.

Det kan också vara en kvinna som gillar att ha manskläder på sig.

Eller en man som gillar att ha kvinnokläder på sig.

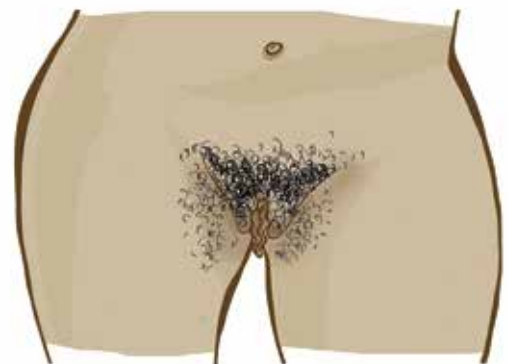
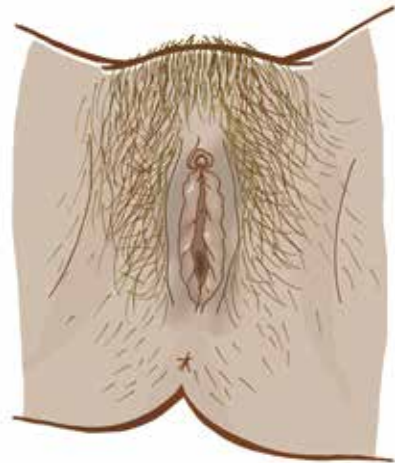
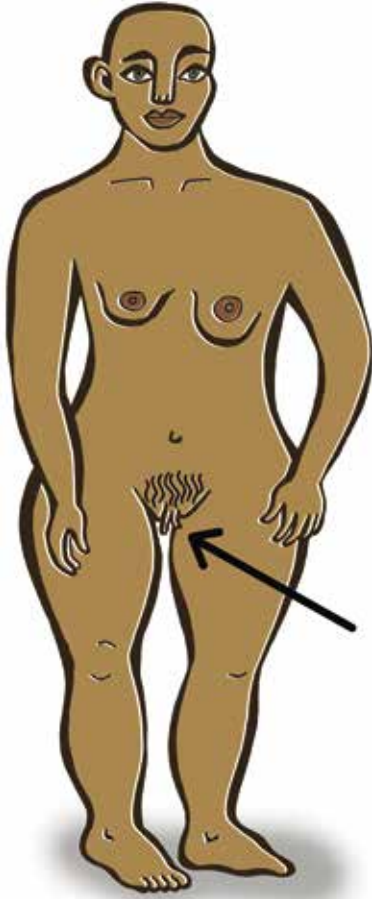
# kön underliv könsorgan



Vagina och penis.

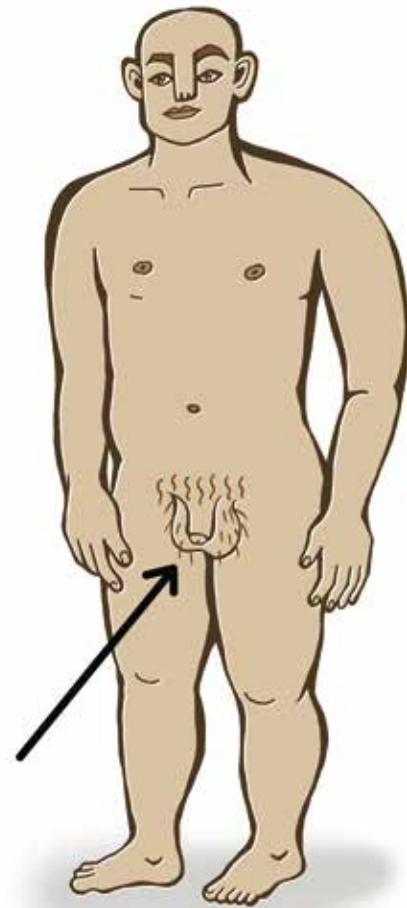
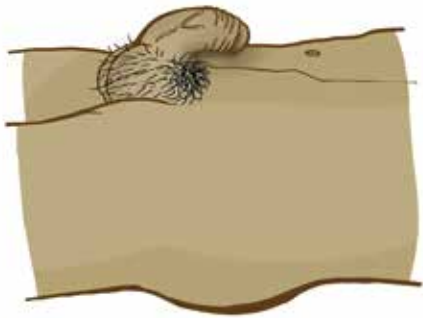


fitta vulva vagina



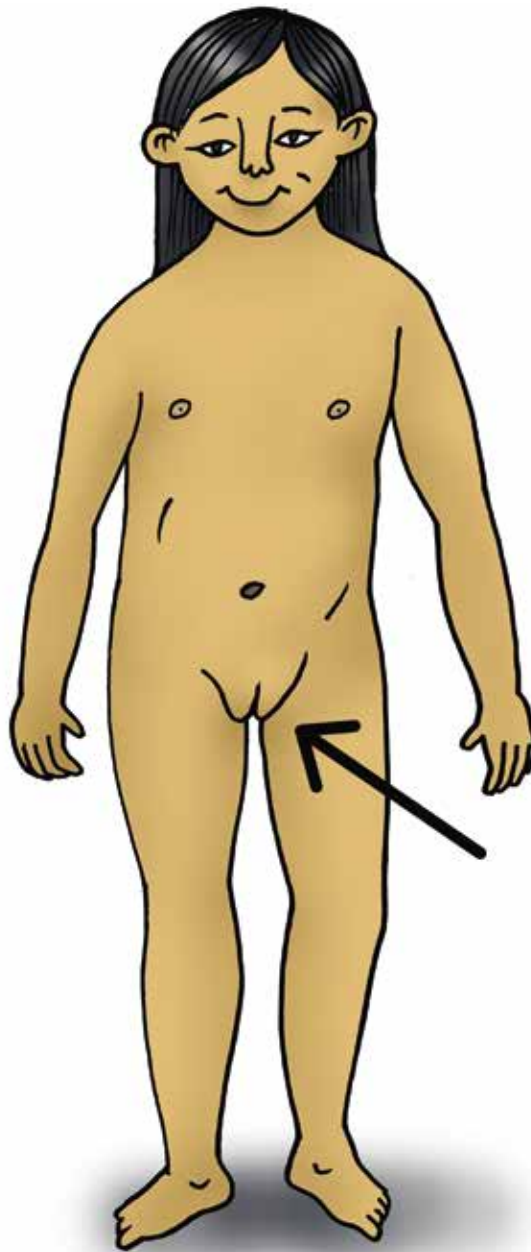
Ord för kvinnors könsorgan.

# kuk penis



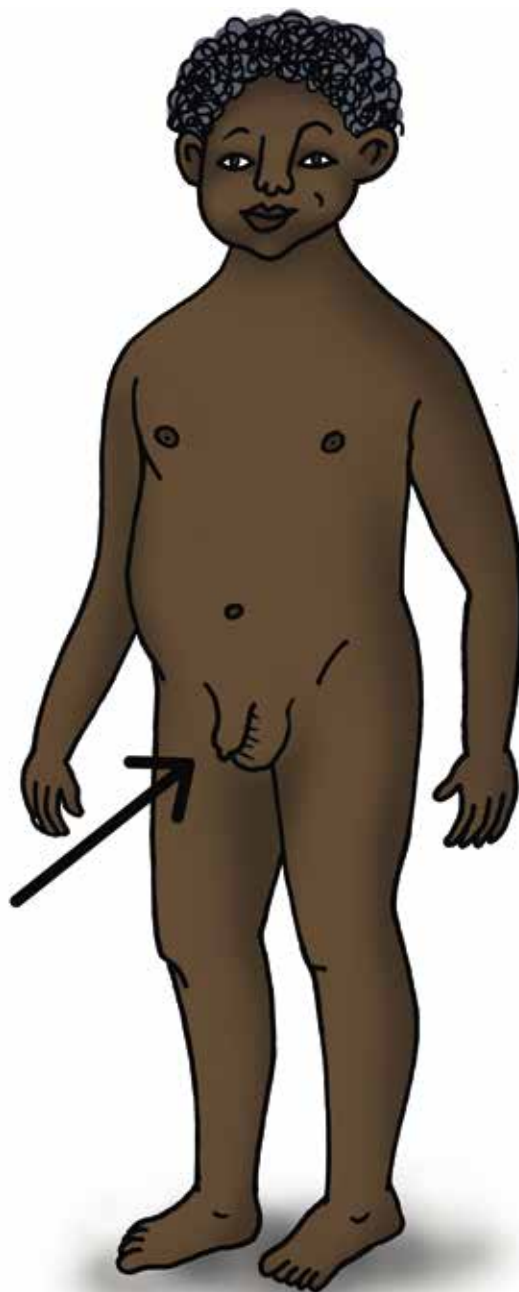
Ord för mäns könsorgan.

# snippa



Ord för flickors könsorgan.  
Det är ett bra ord att använda när man pratar med barn.

snopp



Ord för pojkars könsorgan.  
Det är ett bra ord att använda när man pratar med barn.

# onahera



När en person har sex med sig själv.

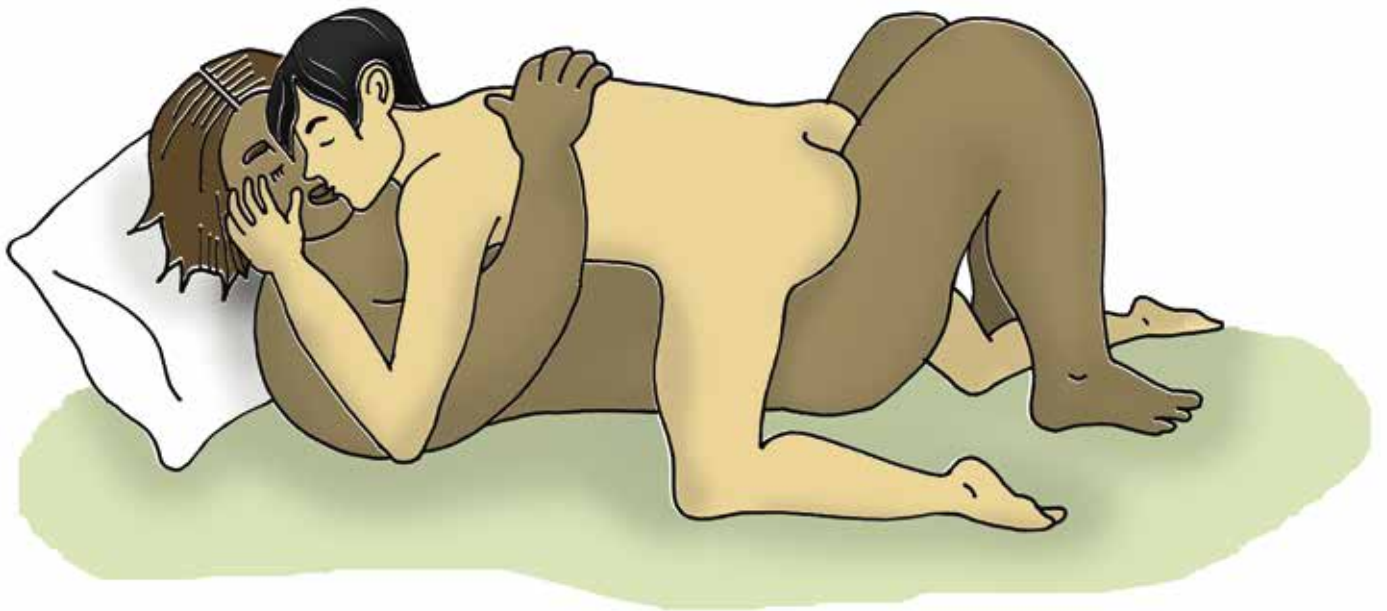


# hängla



Att ha kropparna nära varandra och kyssas, kramas och smekas (med eller utan kläder).

# ligga knulla



Att ha sex med någon. Till exempel smeka någons kön eller ha samlag.

# smeka



Att ta på sin egen kropp med händerna.  
Eller att ta på någon annan persons kropp med händerna.

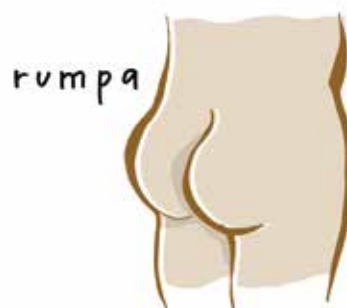
# smeksex



bröst



hand



rumpa



hand



hand



fitta



kuk



hand

Att ha sex genom att ta på varandras könsorgan eller kroppar med händerna.

# gnidsex



fitta



lår



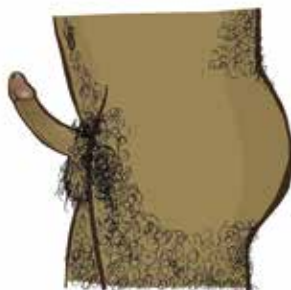
fitta



fitta



kuk



kuk



kuk



fitta

Att ha sex genom att gnida eller trycka sitt könsorgan mot någon annans könsorgan eller annan kroppsdel.



# munsex

# oralsex



fitta



tunga



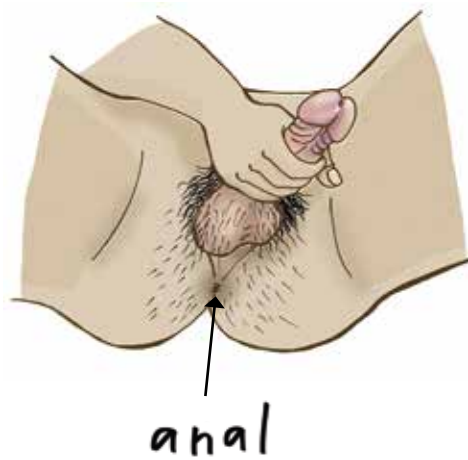
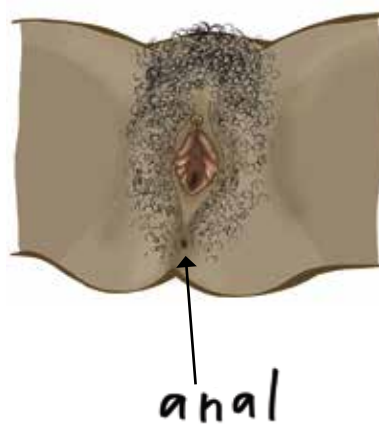
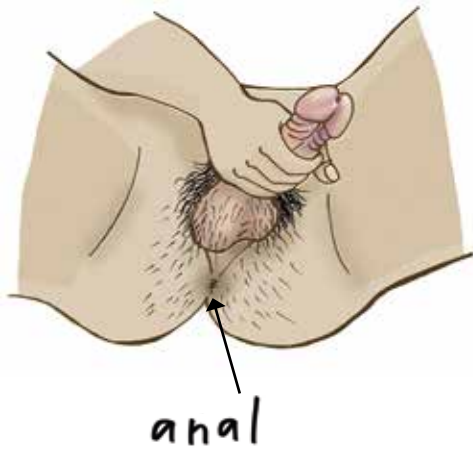
mun



kuk

Att ha sex med munnen genom att kyssa, slicka eller suga på någons könsorgan.

# analsex



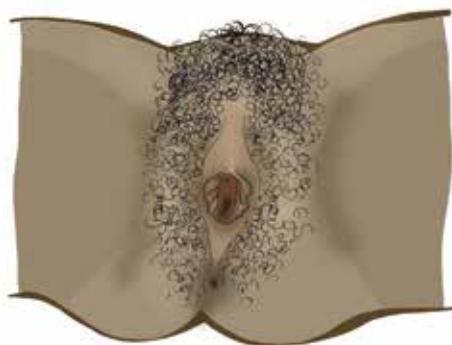
Att ha sex runt eller i analen.  
Till exempel med fingrar, penis eller sexleksak.

# slidsex

# vaginalsex



hand



fitta



fitta



kuk



dildo



fitta

Att ha sex i slidan/vaginan.

Till exempel med fingrar, penis eller sexleksak.

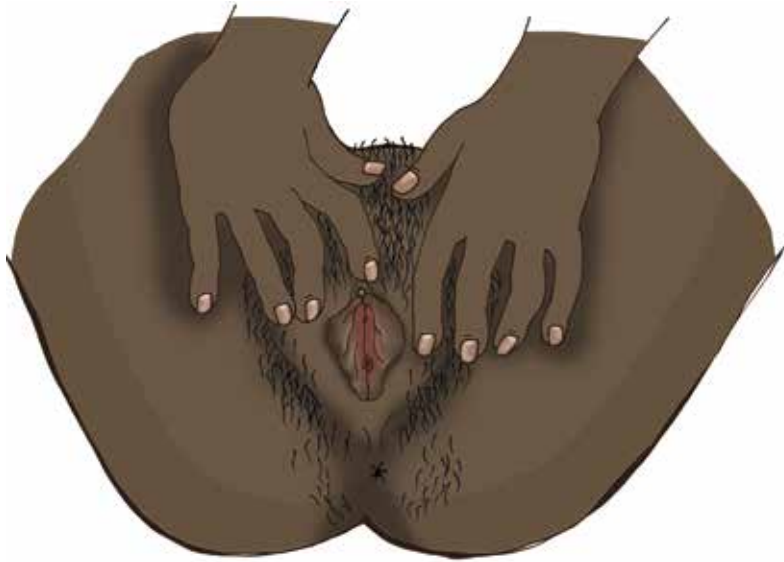
# sexleksak



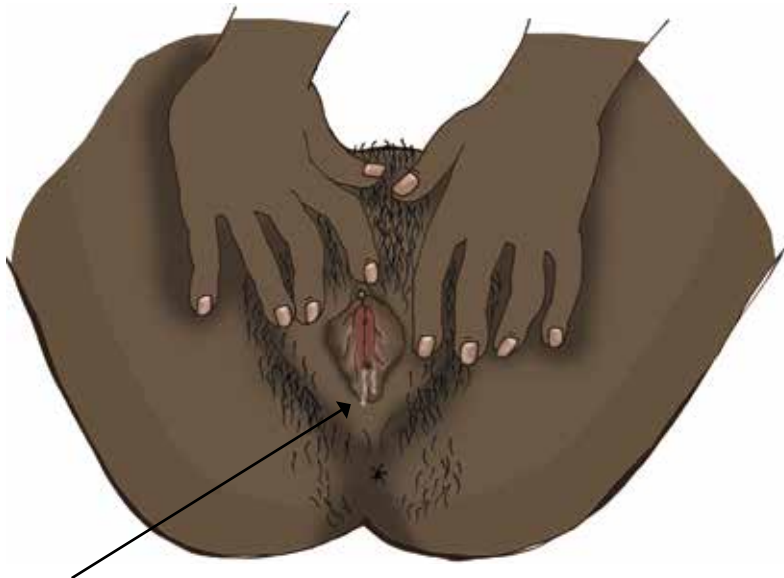
En sak man kan ha sex med (tillsammans med andra eller med sig själv).

# lubrikation

1.



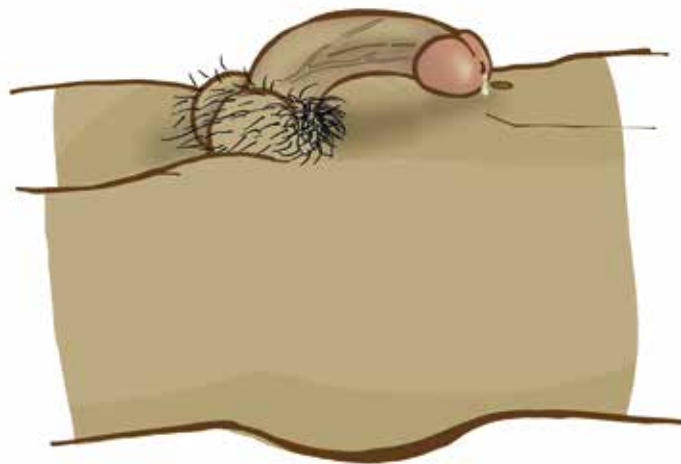
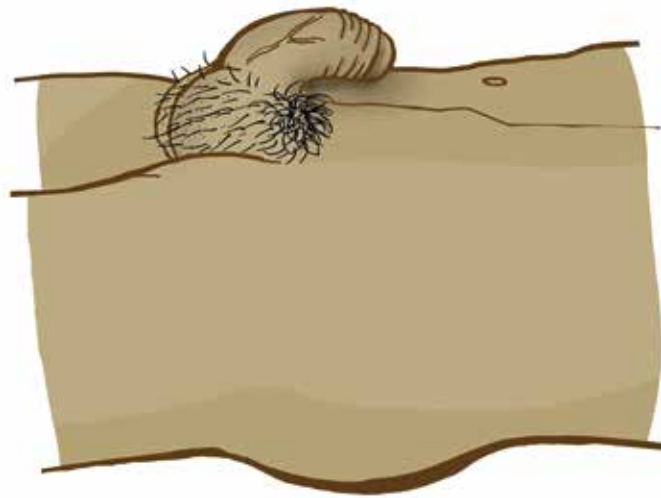
2.



Det våta i slidan vid sexlust.

stånd

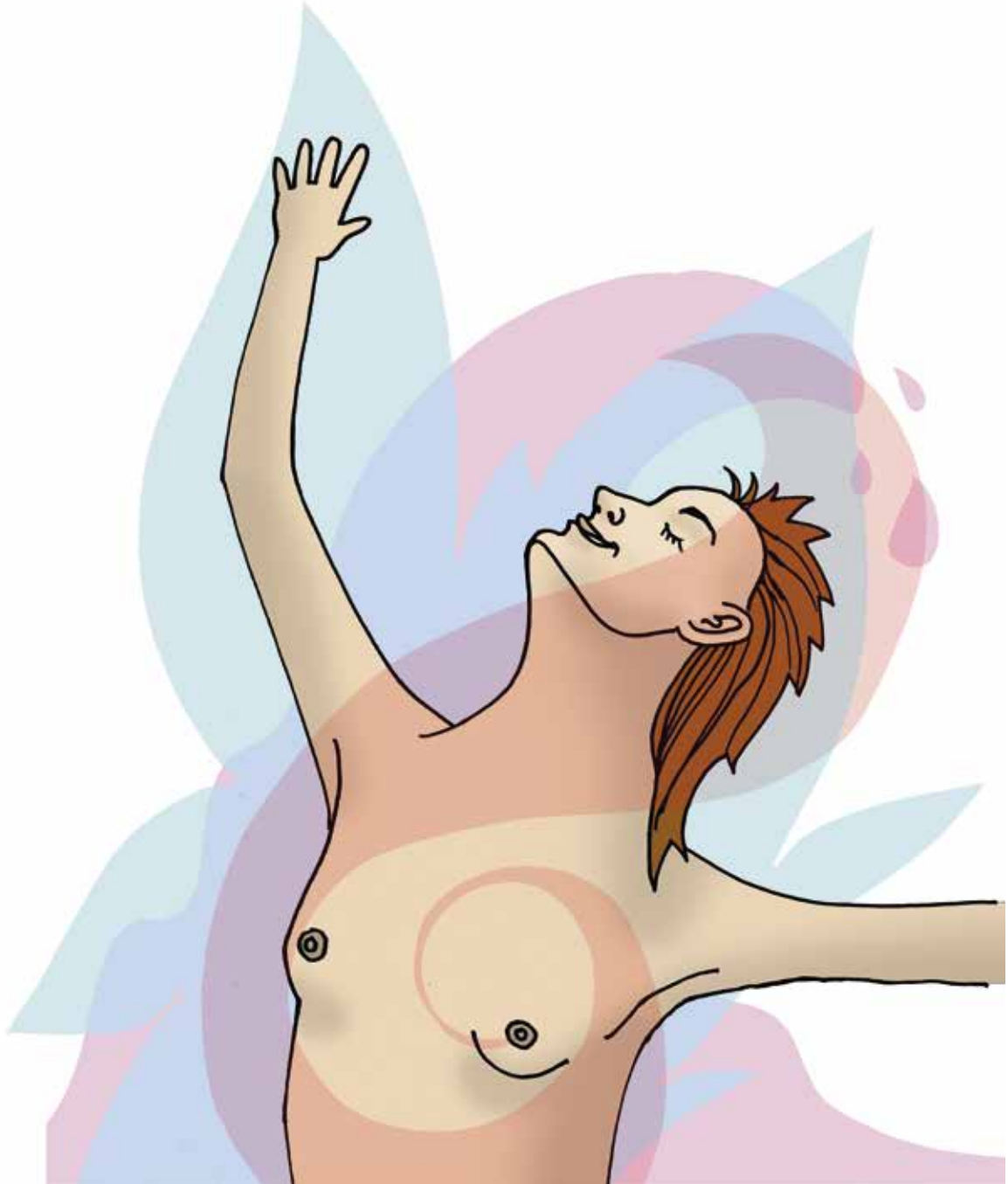
erektion



När penis eller klitoris blir hård och större för att den fylls med blod.



# orgasm

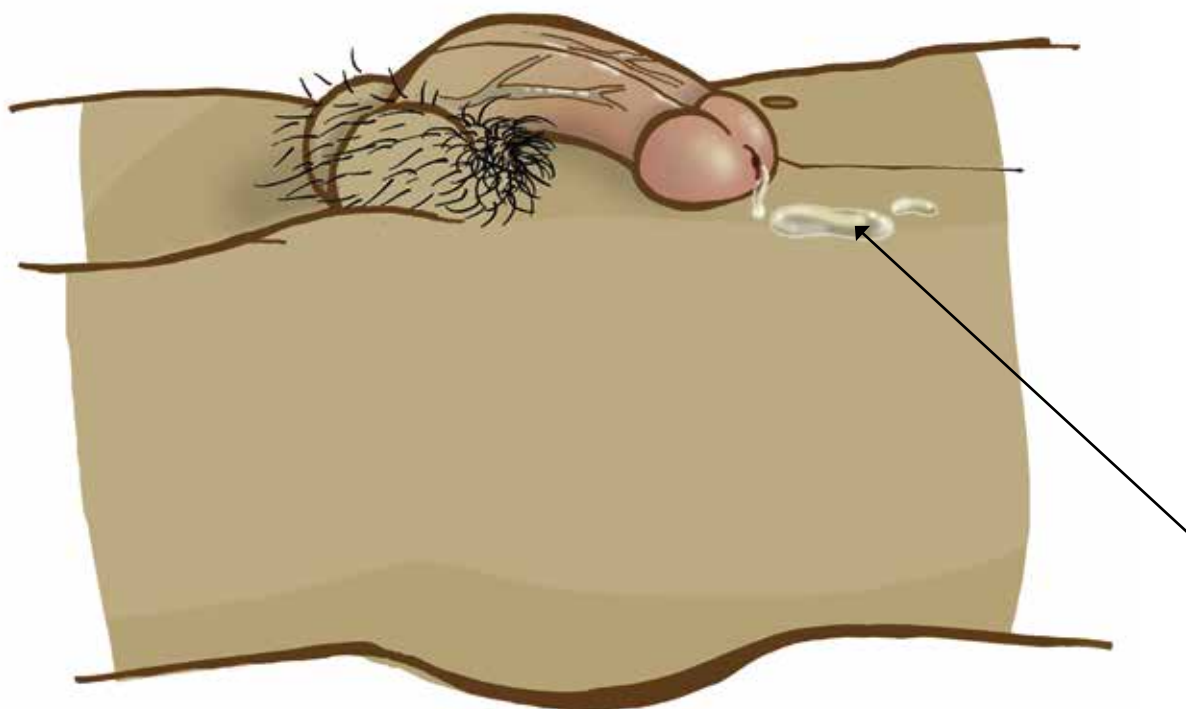


En känsla i kroppen som kan komma när man har sex (med andra eller med sig själv).

Många tycker att det är när sex är som skönast.

Det kan kännas i könet eller i hela kroppen.

# utlösning



När det kommer sperma ur penis, oftast när man får orgasm.  
Eller när det kommer vått från urinröret i vagina vid orgasm.

mens



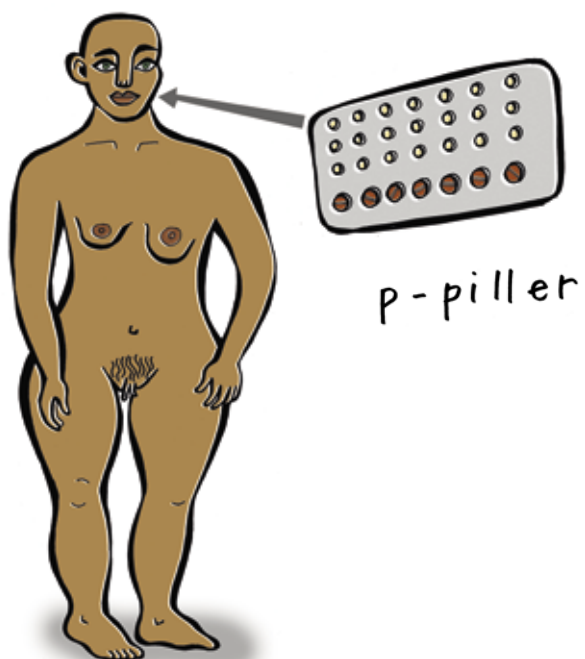
Blod som kommer ur slidan ungefär en gång i månaden.

# gravid



Att ha ett foster i magen.  
Att vänta barn.

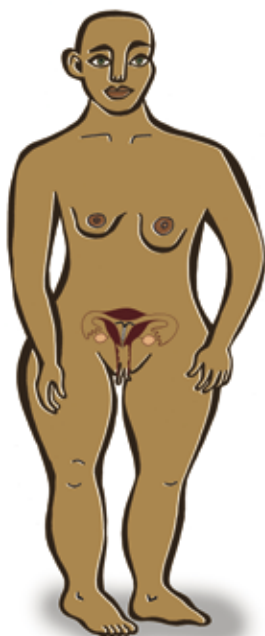
# preventivmedel



p-piller



kondom

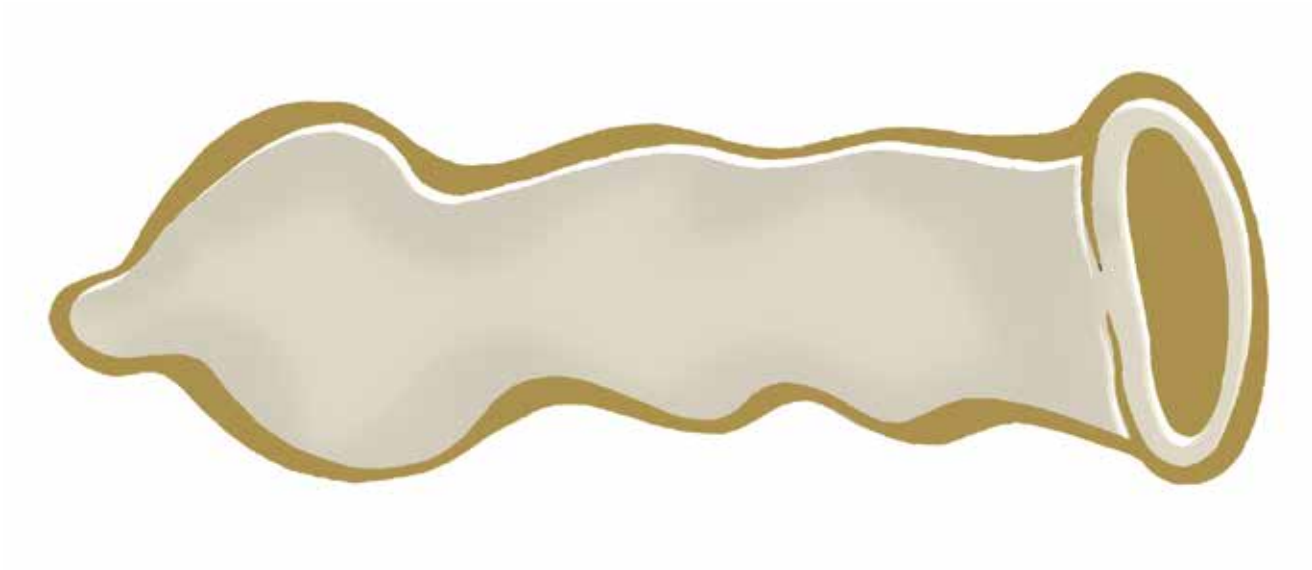


spiral



Man kan använda detta om man vill ha sex med penis i vagina utan att få barn.  
Till exempel kondom eller p-piller.

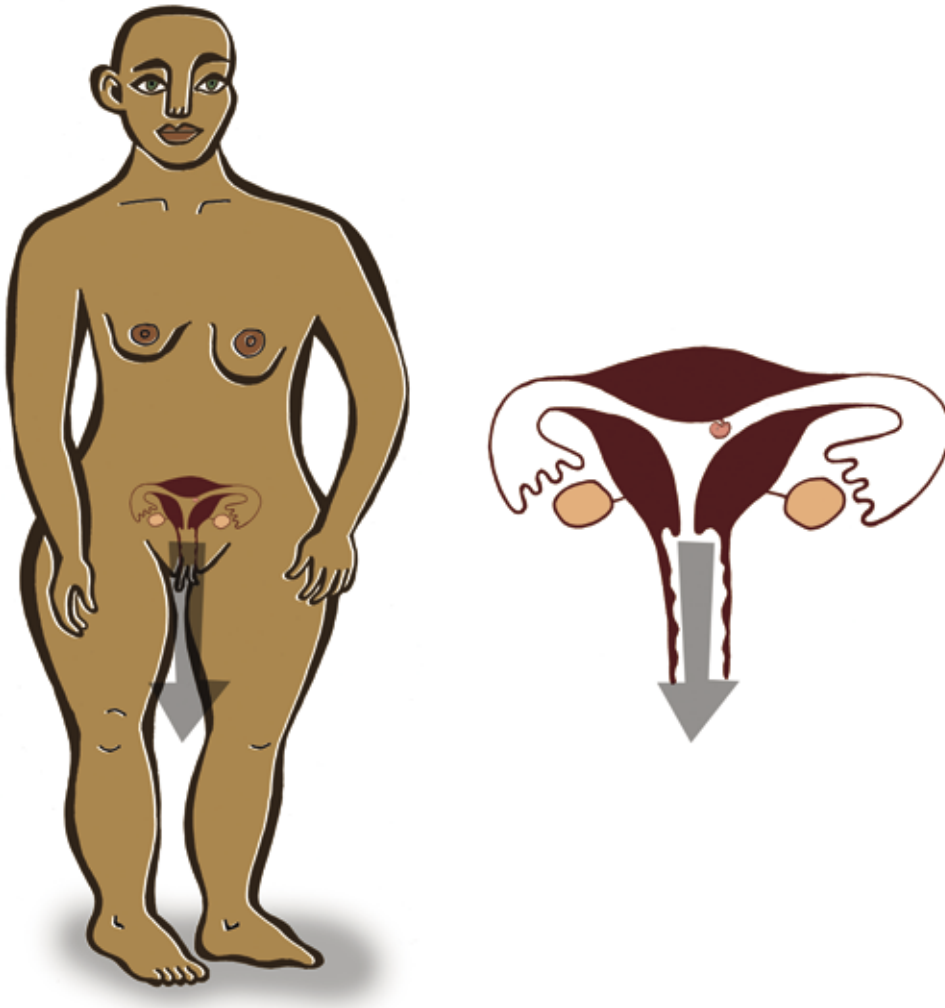
# kondom



Gummi som man kan sätta på penis  
för att inte få eller ge könssjukdomar  
när man har sex med någon.  
Man kan också använda det för att inte bli gravid.

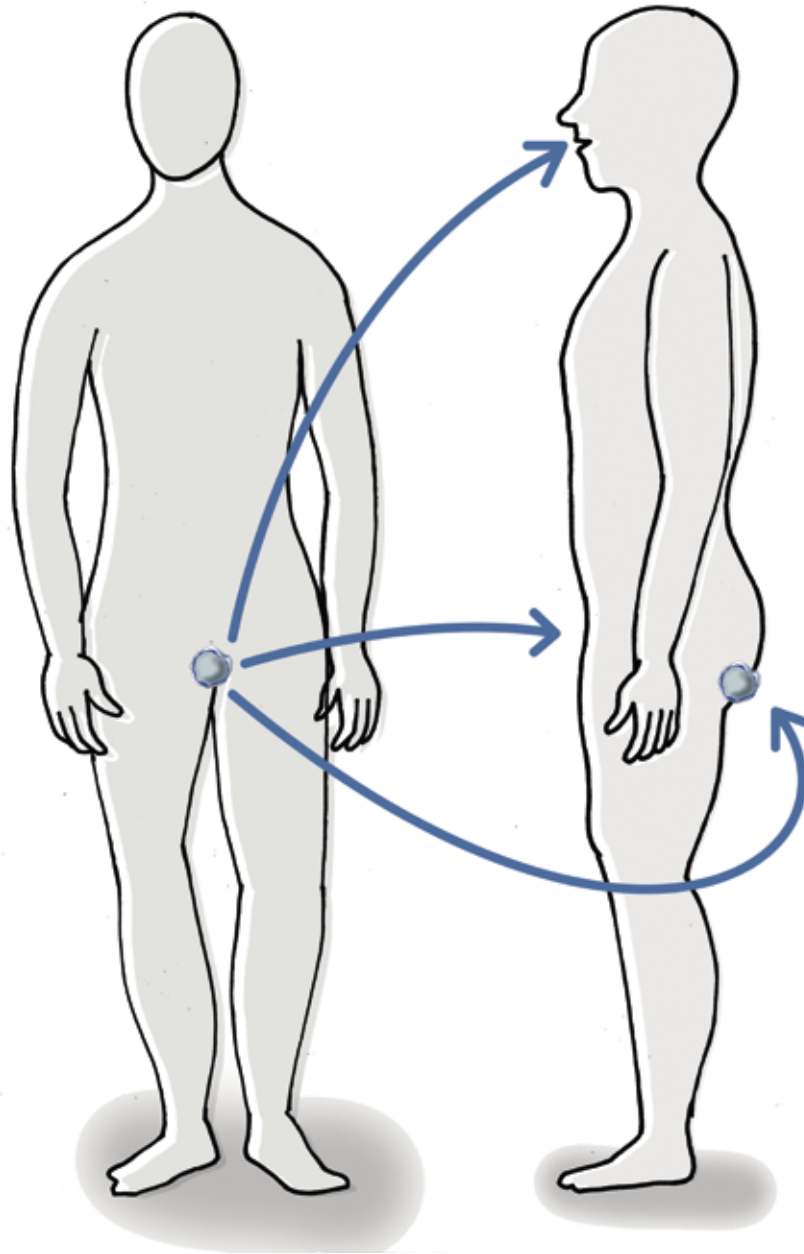


# abort



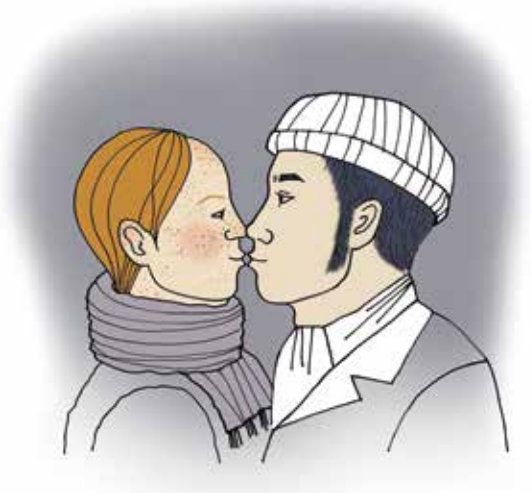
Om man är gravid men inte vill ha barn kan man göra detta på sjukhuset.  
Då är man inte gravid längre.

# könssjukdom



En sjukdom som man kan få av att ha sex med någon som har den sjukdomen.  
Till exempel klamydia.

# bisexuell, heterosexuell och homosexuell

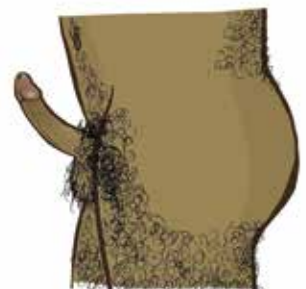


# relationer





# olika sätt att ha sex



glidmedel





# Ordlista

## Känslor

- Vara kär** När man har starka känslor för någon. När man tycker om någon mycket och det känns mycket bra att vara med den personen.
- Ha lust** Att vilja göra något. Ibland handlar det om att vilja ha sex.
- Vara kåt** Känslan i kroppen när man vill ha sex (med sig själv eller med någon annan). Att ha sexlust.
- Njuta** När det känns bra i kroppen. Att känna lust.  
Till exempel när man äter god mat, har sex eller ser vacker natur.

## Identitet

- Asexuell** En *asexuellt* person har inte sexlust eller vill inte ha sex med andra.
- Heterosexuell** En *heterosexuell* kvinna blir kär i eller vill ha sex med män.  
En *heterosexuell* man blir kär i eller vill ha sex med kvinnor.
- Bisexuell** En *bisexuell* person blir kär i eller vill ha sex med både män och kvinnor.
- Homosexuell** En *homosexuell* man blir kär i eller vill ha sex med män.  
Det kallas också *bög*.  
En *homosexuell* kvinna blir kär i eller vill ha sex med kvinnor. Det kallas också *lesbisk* eller *flata*.
- Transperson** En *transperson* kan vara en man som föddes med snippa. Eller en kvinna som föddes med snopp.  
En *transperson* kan också vara en person som inte är man eller kvinna.  
Det kan också vara en kvinna som gillar att ha manskläder på sig. Eller en man som gillar att ha kvinnokläder på sig.

## Kroppen

|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Kön</b>           | <p><i>Kön</i> betyder ofta kvinna eller man.<br/><i>Kön</i> betyder också <i>könsorgan</i>. Könsorgan är kroppsdelarna penis och vagina. En person kan också känna sig som varken kvinna eller man.</p>                                                                      |
| <b>Underliv</b>      | <p>Könsorgan. Både penis och vagina kallas <i>underliv</i>.</p>                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Vagina, slida</b> | <p>Ord för en del av kvinnors könsorgan som finns inne i kroppen.<br/>En del säger <i>vagina</i> när de pratar om hela könet.</p>                                                                                                                                            |
| <b>Vulva</b>         | <p>Ord för de synliga delarna av kvinnors könsorgan.<br/><i>Vulva</i> är det som syns utanpå kroppen, till exempel blygdläppar och klitorisollon.</p>                                                                                                                        |
| <b>Fitta</b>         | <p>Ord för kvinnors könsorgan. En del tycker att <i>fitta</i> är ett starkt ord.</p>                                                                                                                                                                                         |
| <b>Snippa</b>        | <p>Ord för flickors könsorgan. <i>Snippa</i> är ett bra ord när man pratar med barn.</p>                                                                                                                                                                                     |
| <b>Penis, kuk</b>    | <p>Ord för mäns könsorgan. En del tycker att <i>kuk</i> är ett starkt ord.</p>                                                                                                                                                                                               |
| <b>Snopp</b>         | <p>Ord för pojkars könsorgan. <i>Snopp</i> är ett bra ord när man pratar med barn.</p>                                                                                                                                                                                       |
| <b>Lubrikation</b>   | <p>Det våta i slidan vid sexlust.</p>                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Stånd</b>         | <p>Penis får <i>stånd</i> när den fylls med blod och blir hård, större och står upp.<br/>Klitoris får <i>stånd</i> när den fylls med blod och blir hård och större.<br/>Klitoris och penis får ofta <i>stånd</i> när man är kåt.<br/>Stånd kallas också <i>erektion</i>.</p> |
| <b>Orgasm</b>        | <p>En känsla i kroppen som kan komma när man har sex (med andra eller med sig själv).<br/>Många tycker att <i>orgasm</i> är när sex är som skönast.<br/>En <i>orgasm</i> kan kännas i könet eller i hela kroppen.</p>                                                        |

**Utlösning** När det kommer sperma (vått) ur penis, oftast när man får orgasm.  
Eller när det kommer vått från urinröret i vaginan vid orgasm.

## Sex

**Hångla** Att ha kropparna nära varandra och kyssas, kramas och smekas (med eller utan kläder).

**Ligga, knulla,  
ha samlag** Att ha sex med någon.

**Onanera** När en person har sex med sig själv.

**Smeka** Att ta på sin egen kropp med händerna. Eller att ta på någon annans kropp med händerna.

**Smeksex** Att ha sex genom att ta på varandras könsorgan eller kroppar med händerna.

**Gnidsex** Att ha sex genom att gnida eller trycka sitt könsorgan mot någon annans könsorgan eller annan kroppsdel.

**Munsex,  
oralsex** Att ha sex med munnen genom att kyssa, slicka eller suga på någons könsorgan.

**Analsex** Att ha sex runt eller i analen (i rumpan). Till exempel med fingrar, tunga, penis eller sexleksak.

**Vaginalsex,  
slidsex** Att ha sex i slidan/vaginan. Till exempel med fingrar, penis eller sexleksak.

**Sexleksaker** En sak man kan ha sex med (tillsammans med andra eller med sig själv). Till exempel en dildo.

## Könssjukdomar och graviditet

- Könssjukdom** En sjukdom som man kan få av att ha sex med en person som har en *könssjukdom*. Till exempel klamydia.
- Säkrare sex** När man har sex och det är ingen eller liten risk att få eller ge en könssjukdom.
- Kondom** Gummi som man kan sätta på penis för att inte få eller ge könssjukdomar när man har sex med någon. Man kan också använda *kondom* för att inte bli gravid.
- Testa sig** Om man har haft sex är det bra att *testa sig*. Då får man veta om man har en könssjukdom eller inte så att man kan få medicin om man behöver. Man kan också *testa sig* för annat än könssjukdomar.
- Mens** Blod som kommer ur slidan ungefär en gång i månaden.
- Gravid** Att ha ett foster i magen. Att vara *gravid* kallas också att *vänta barn*.
- Preventivmedel** Om man vill ha sex med penis i vagina utan att få barn kan man använda *preventivmedel*. Till exempel kondom eller p-piller.
- Abort** Om man är gravid men inte vill ha barn kan man göra *abort* på sjukhuset. Då är man inte gravid längre.

# KROPP OCH SEX

Här finns bilder till undervisning om lustanatomi, sexuellt överförda infektioner och reproduktion. Till vissa övningar behövs även material som finns i andra delar av lektionsunderlaget (se anvisningar nedan).

## **Bilder till *Lust i hela kroppen* (se s. 90 i metodmaterialet) s. 49**

Dessa bilder kan även användas till att prata om överföring av könssjukdomar, och ja- och nej-signaler (se s. 116 och 107 i metodmaterialet).

## **Bilder på två nakna personer s. 50**

## **Bilder till samtal om de yttre könsorganen s. 51–62**

Till *Könsord* (se s. 91 i metodmaterialet) s. 51–54

Till *Prata kropp och lust* (se s. 92 i metodmaterialet) s. 51–62

Fler bilder till denna övning finns i *Ord om sexualitet* (s. 19 och 42)

Exemplen till övningen finns i *Berättelser och exempel* (s. 107–108)

## **Bilder till samtal om könssjukdomar och säkrare sex s. 63–89**

Sexpraktiksbilder till *Sexlinjen* (se s. 131 i metodmaterialet)

s. 63–88. Om du föredrar svartvita konturbilder finns det att ladda ner från [www.rfsu.se/sexualundervisning](http://www.rfsu.se/sexualundervisning)

Skyltar till denna övning finns i *Övrigt material* (s. 210–212)

Sexpraktiksbilder till *Marcin och Sara – hur blir sexet säkrare?*

(se s. 133 i metodmaterialet) s. 63–88

Fler bilder till denna övning finns i *Berättelser och exempel* (s. 128–130)

Skyltar till denna övning finns i *Övrigt material* (s. 210–212)

STI-symbol till samtal om överföring av könssjukdomar  
(se s. 116 i metodmaterialet) s. 89

### **Bilder till samtal om reproduktion s. 89–104**

Ägg- och spermiesymboler (se s. 155 i metodmaterialet) s. 89

De inre könsorganen s. 90–91

Bilder på mens, kondom, gravid, preventivmedel och abort finns i  
*Ord om sexualitet* (s. 33–37)

Preventivmetoder till *Clara och Tiago – så blir de inte gravida*  
(se s. 159 i metodmaterialet) s. 92–104

Till övningen behövs också sexpraktiksbilder (s. 63–73 och 75–82)

Andra tillbehör till *Clara och Tiago* finns i *Berättelser och exempel*  
(s. 144–146)

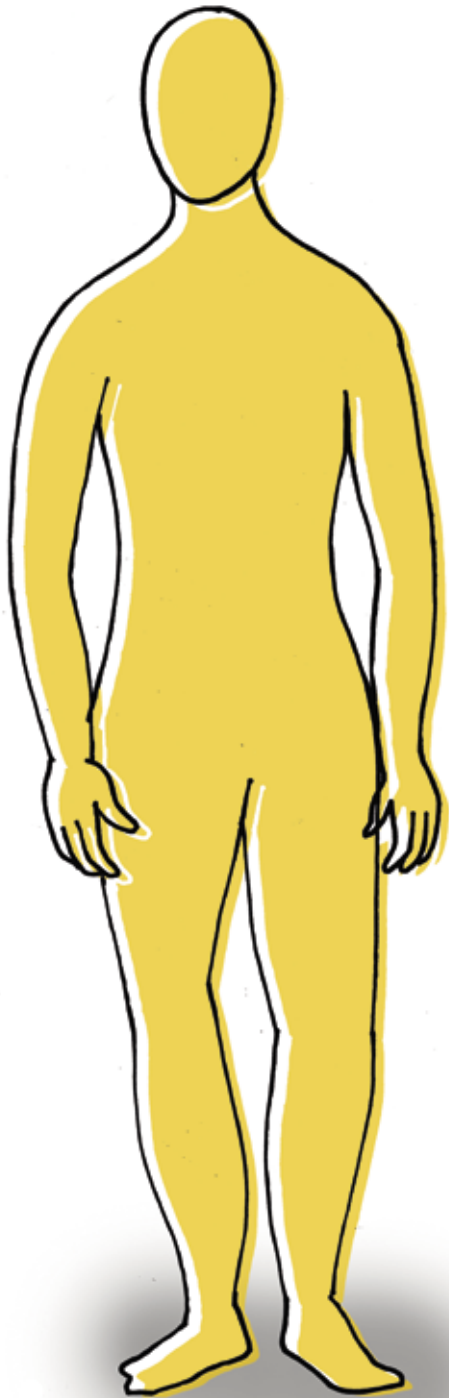
Bild på abort finns i *Ord om sexualitet* (s. 37)

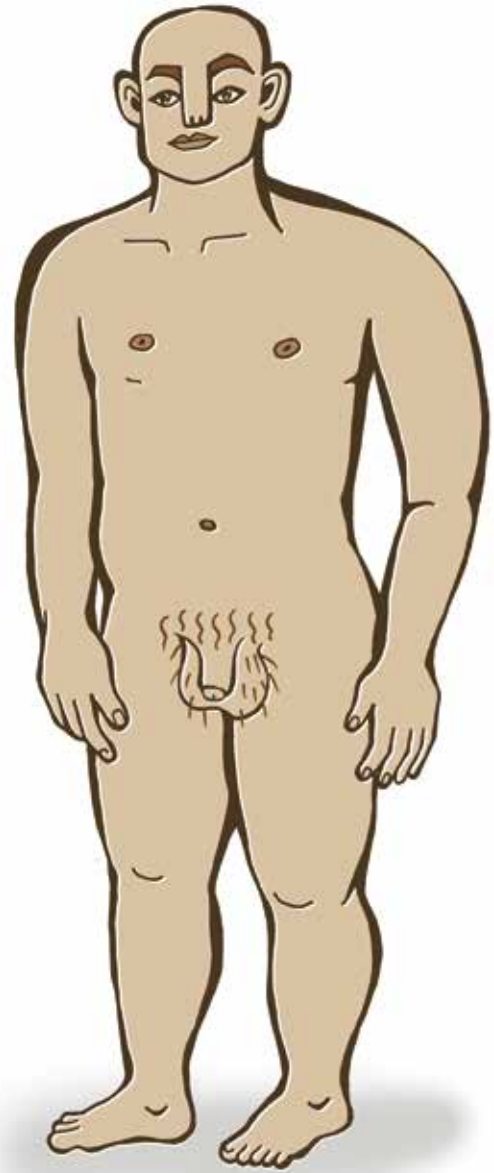
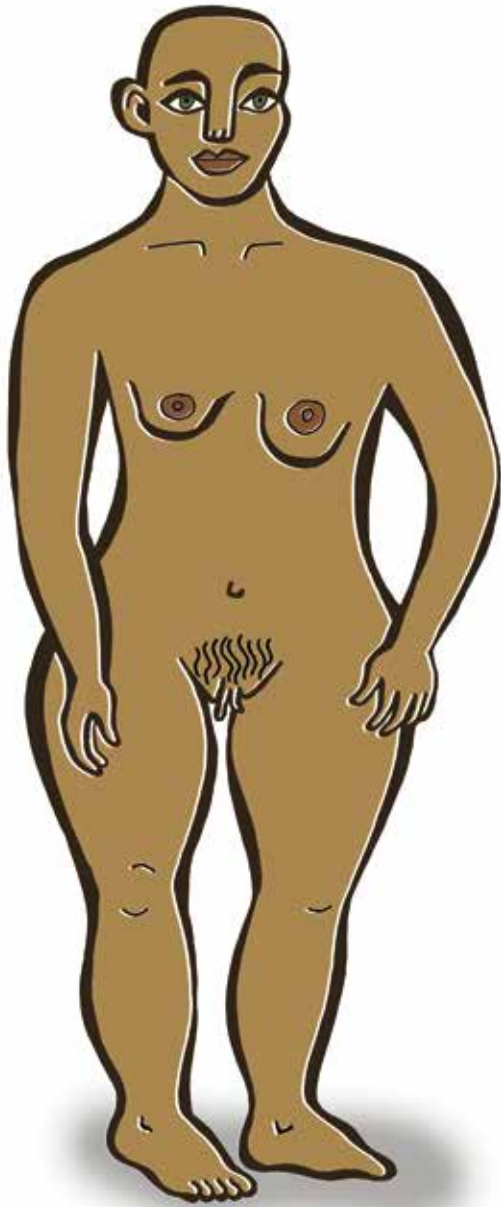
Preventivmetoder till *Finn frågan, sök svaret*  
(se s. 162 i metodmaterialet) s. 92–104

Till övningen behövs också sexpraktiksbilder  
(s. 63–66, 68–73 och 75–82)

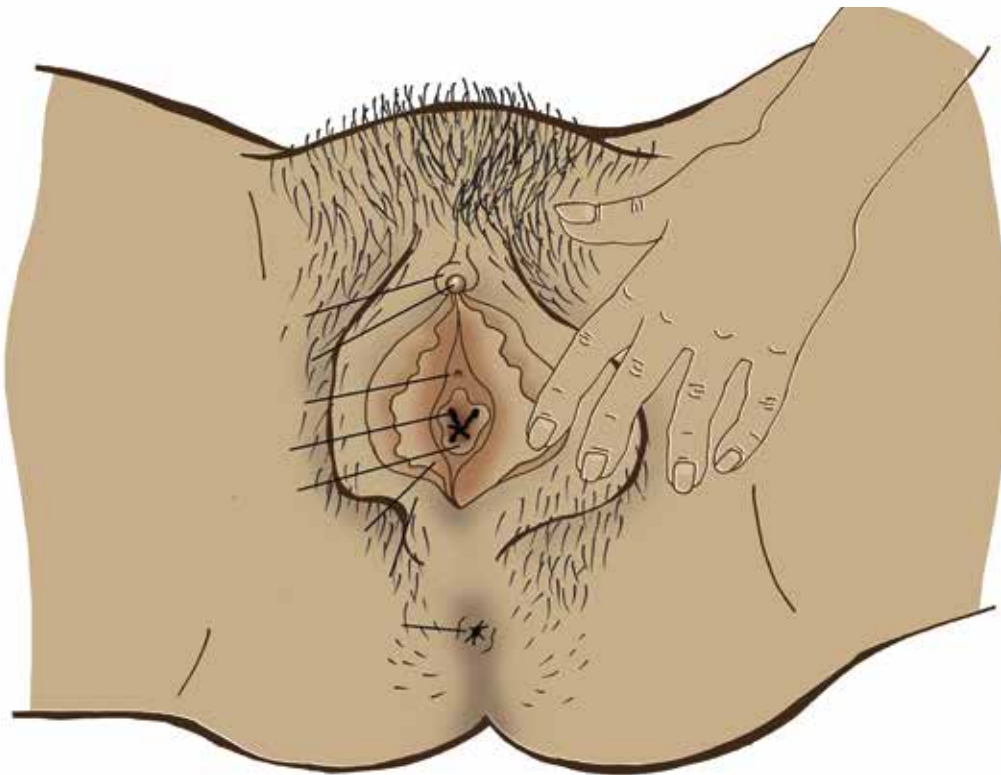
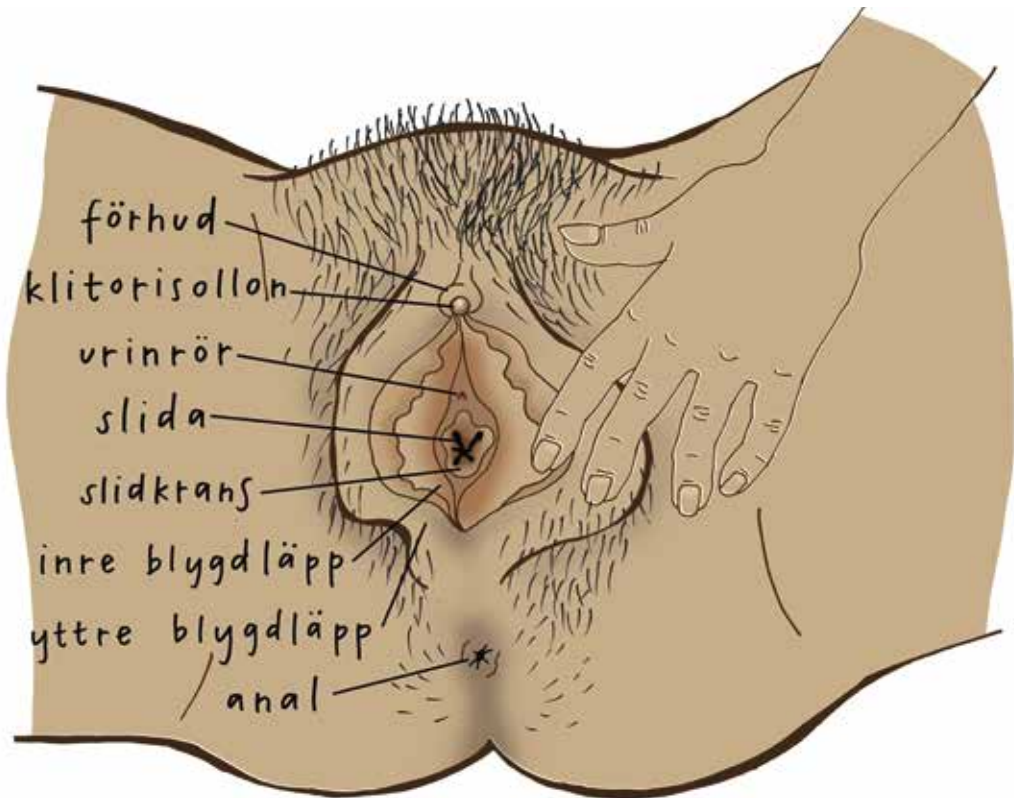
Bild på abort finns i *Ord om sexualitet* (s. 37)



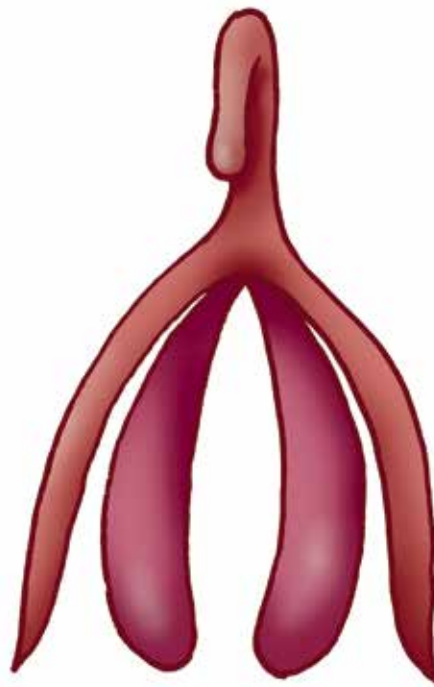
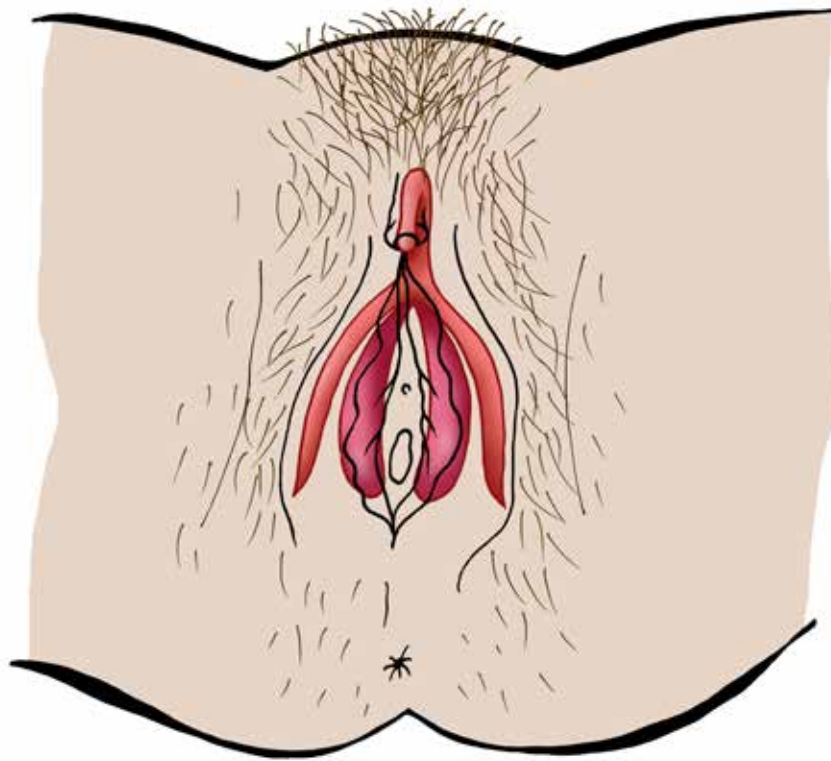




# Namn på de olika delarna av vagina

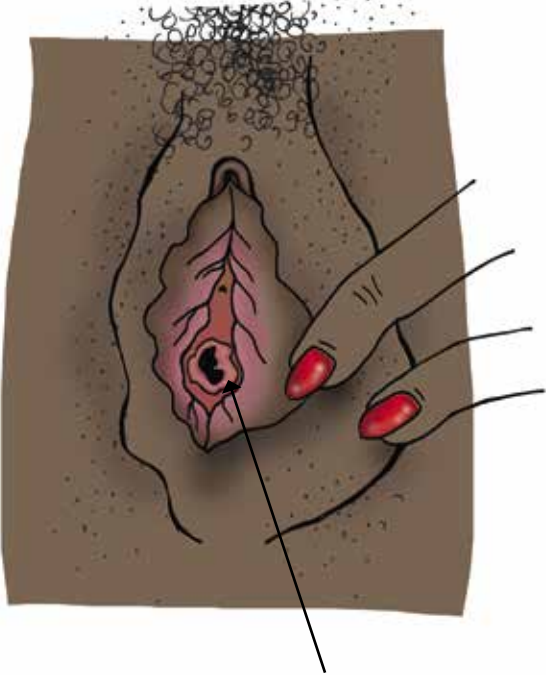
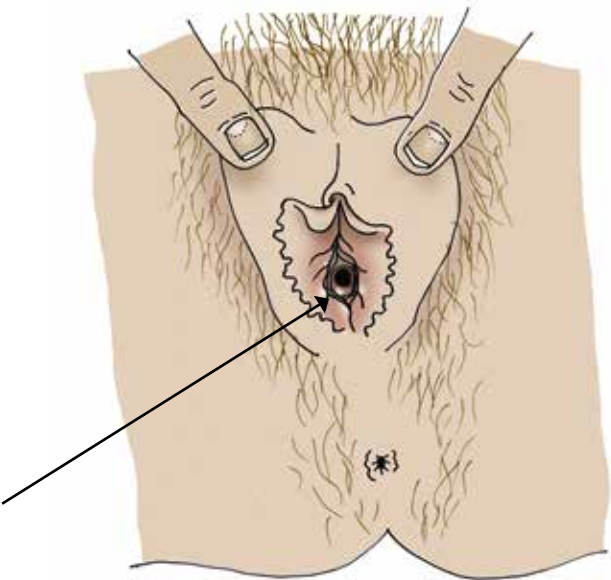
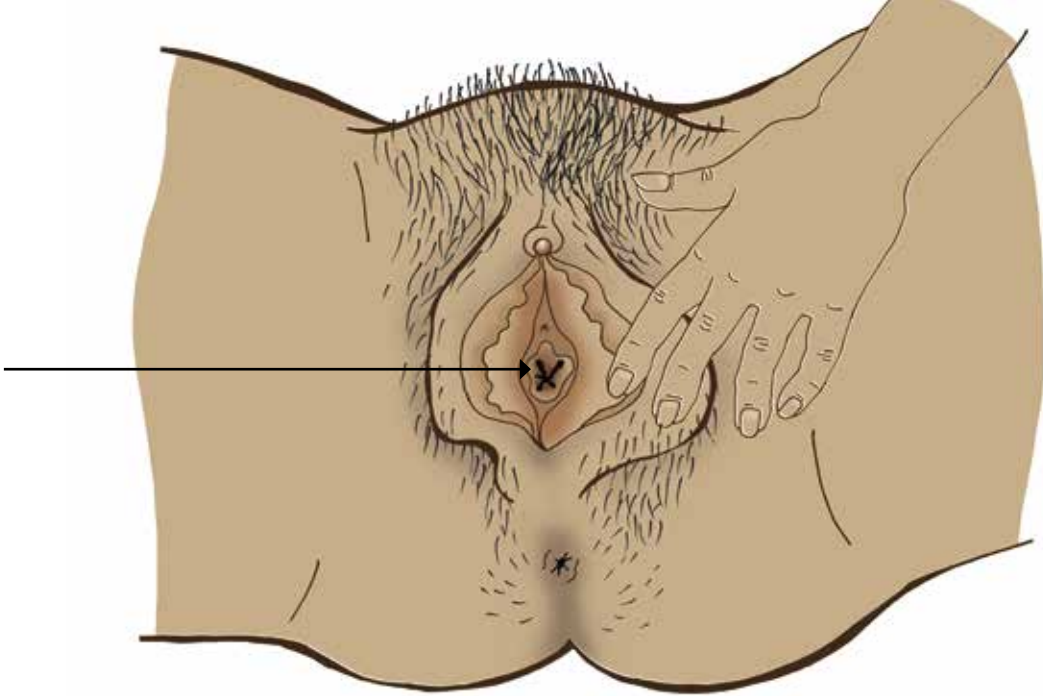


# Klitoris



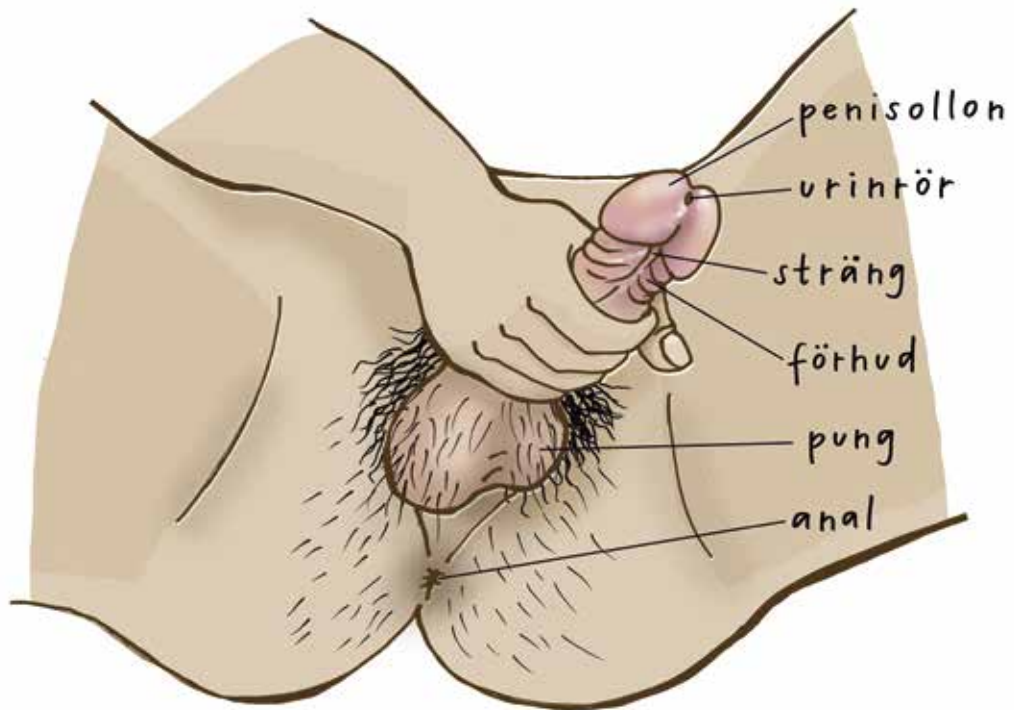
Klitoris inne i kroppen (klyftor, skänklar och skaft).

Slidkrans

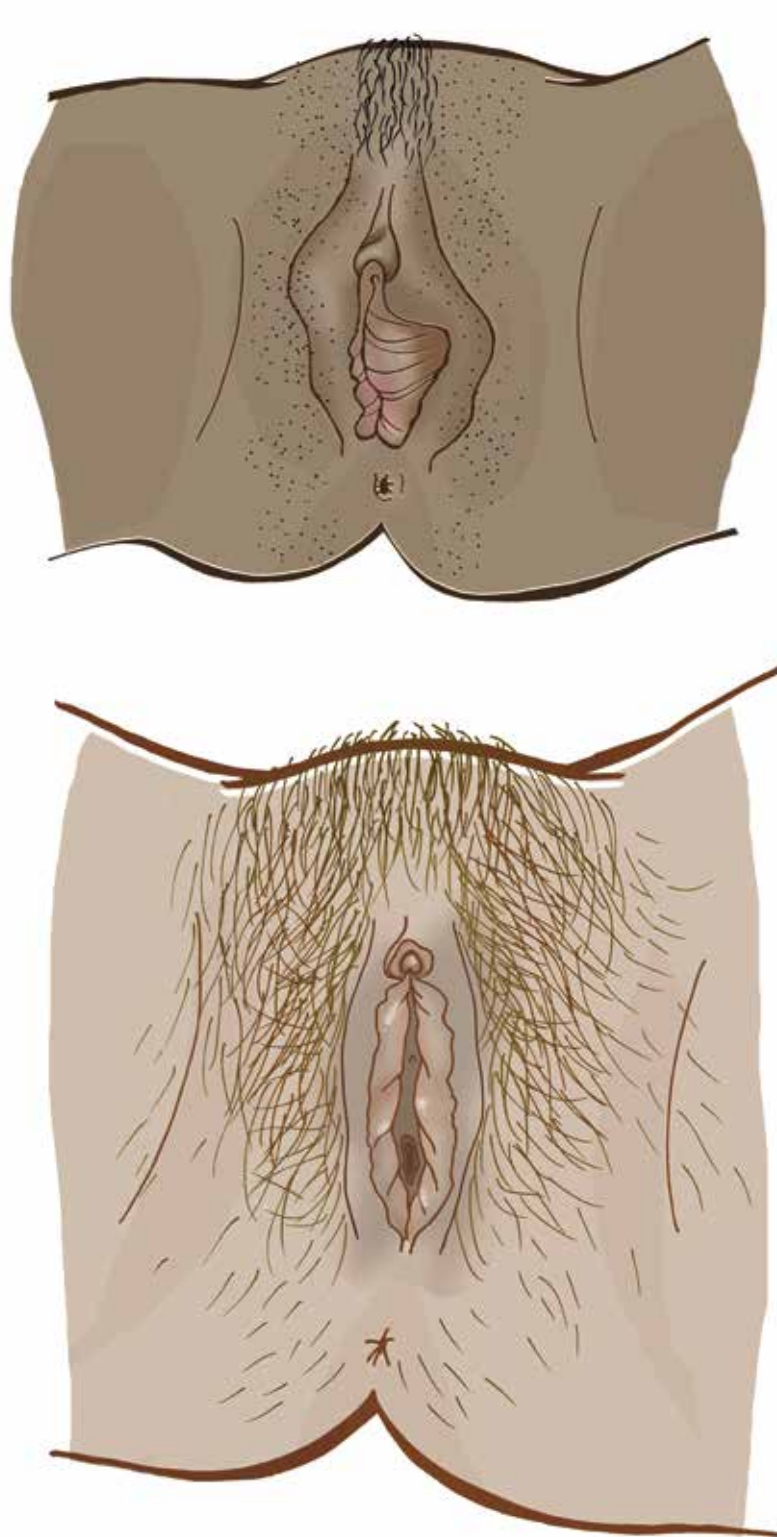




# Namn på de olika delarna av penis

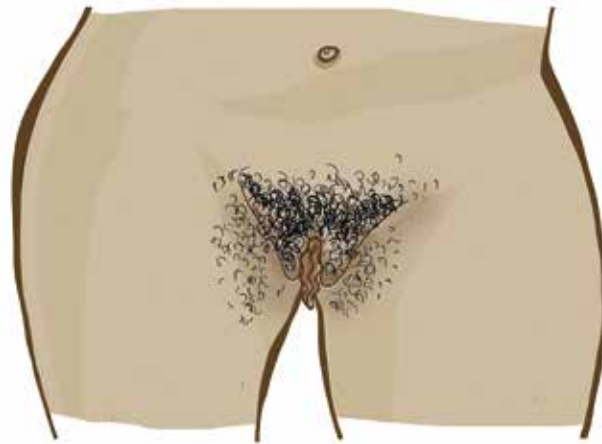


# Olika vulvor

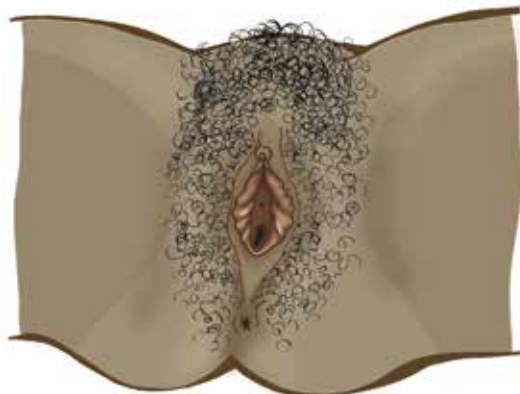




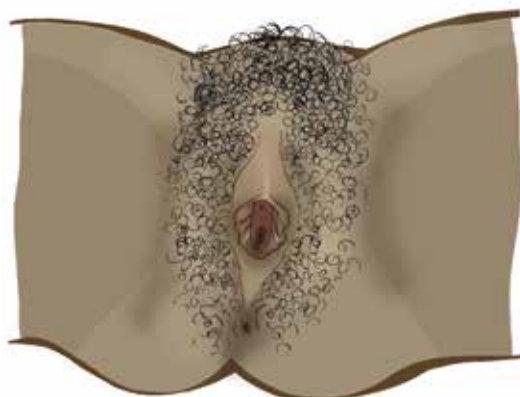
# Olika vulvor



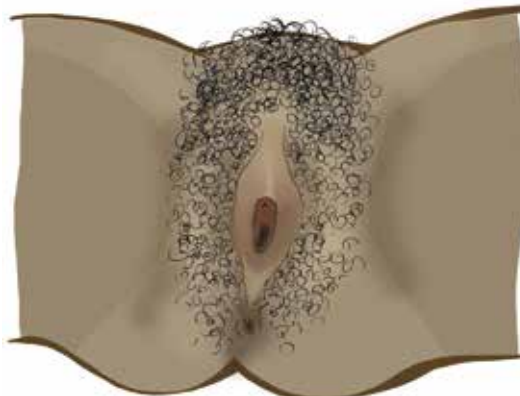
## Omskärelse. Heter också könsstympling.



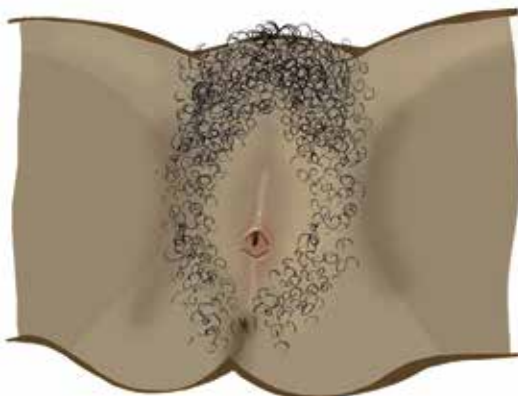
Ett kön som inte är omskuret.



Ett omskuret kön.  
Klitorisollon och förhud har tagits bort.



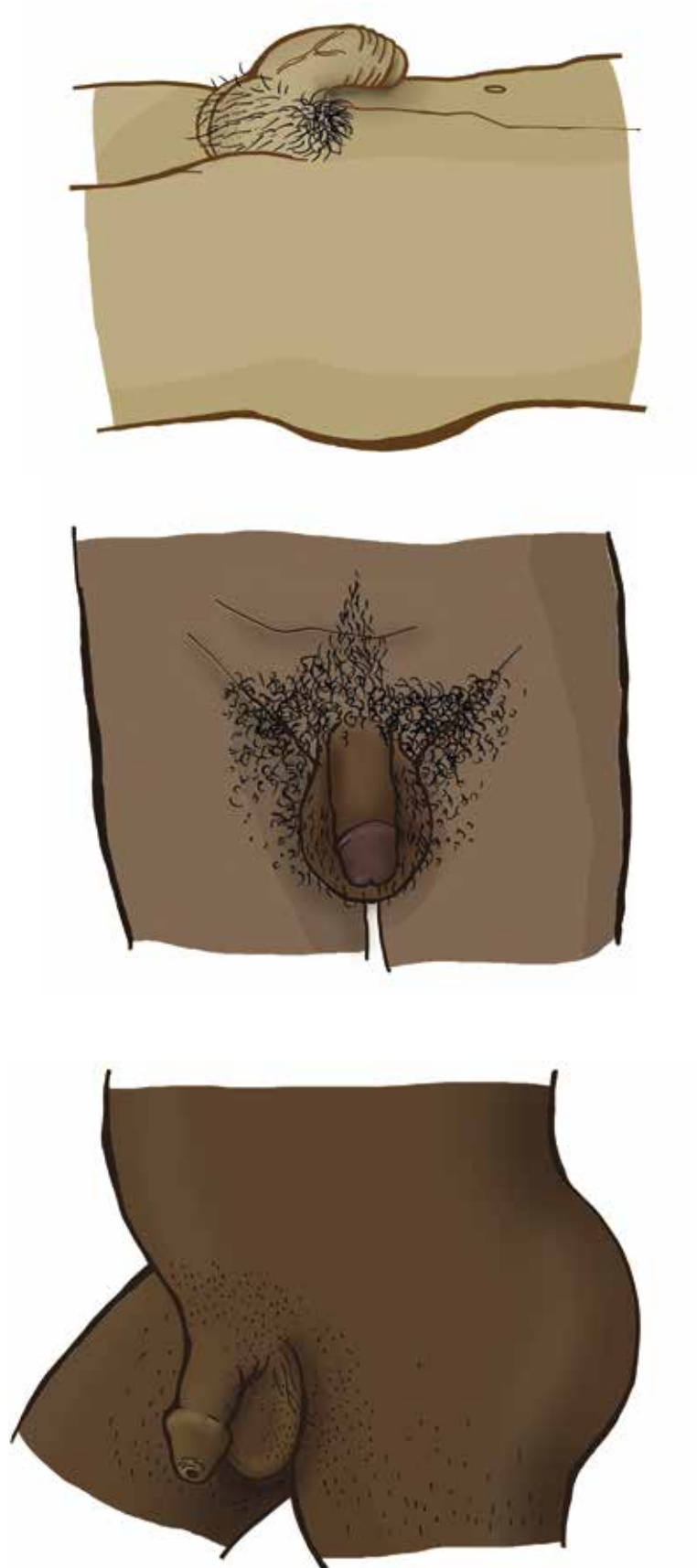
Ett omskuret kön.  
Klitorisollon, förhud och inre blygdläppar har tagits bort.



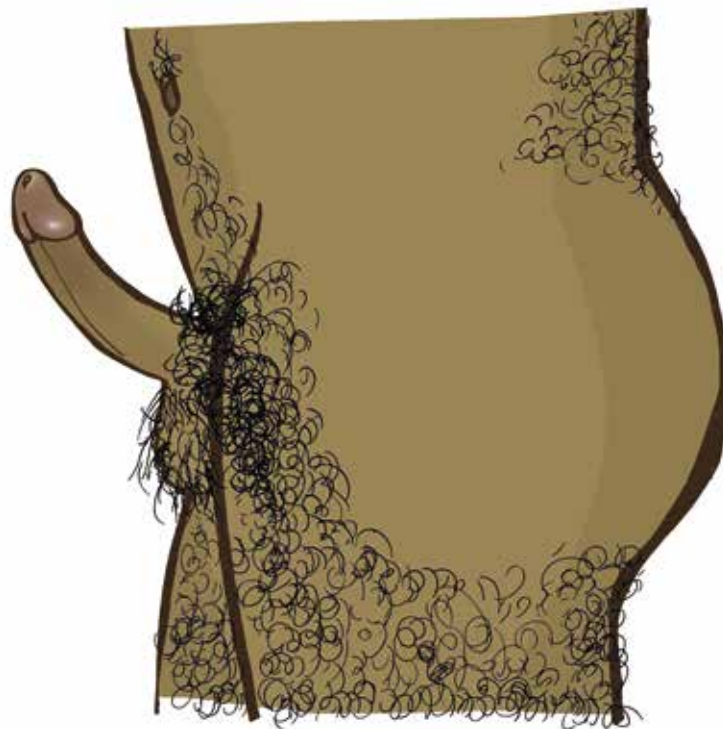
Ett omskuret kön.  
De yttre blygdläpparna har sytts ihop så att det är ett litet hål kvar.  
Klitorisollon, förhud och inre och yttre blygdläppar kan ha tagits bort, men det är inte alltid så.

(Det finns fler typer av omskärelse än dessa bilder visar).

# Olika penisar



# Olika penisar



# Omskärelse



Ett kön som inte är omskuret.



Ett omskuret kön.  
Förhuden har tagits bort.

## Upphetsning och lubrikation

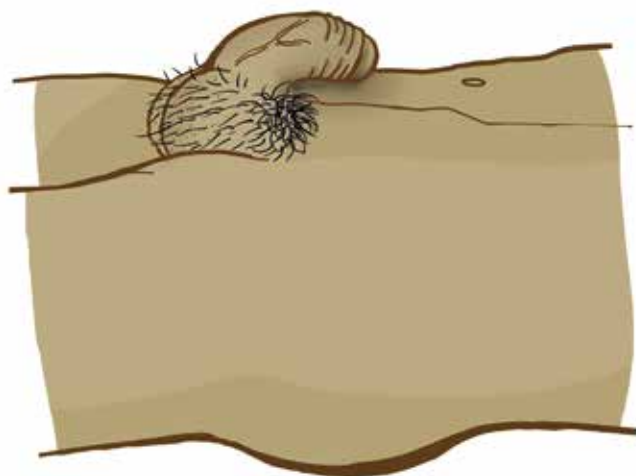


En vagina som inte är upphetsad.

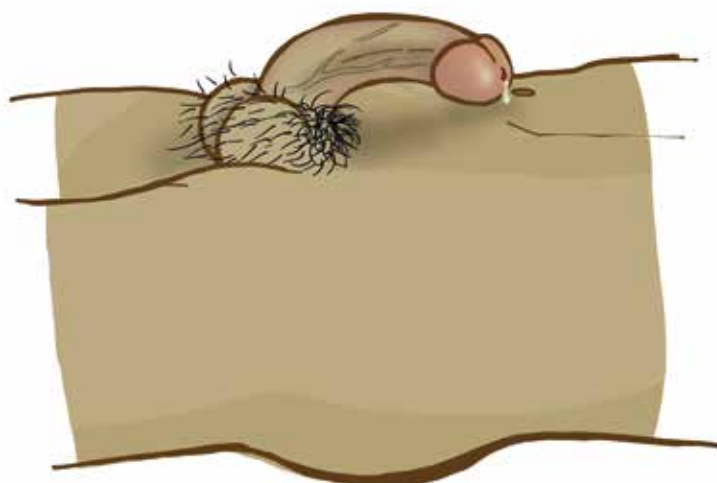


En upphetsad vagina med lubrikation.

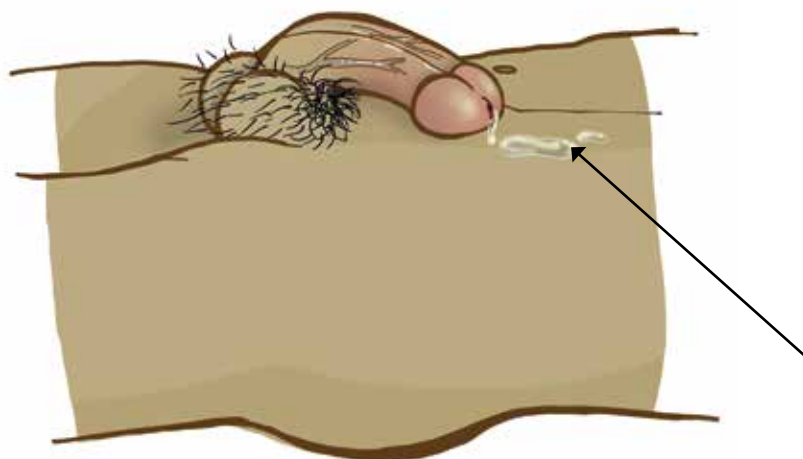
## Stånd, försats och utlösning



En slak penis.

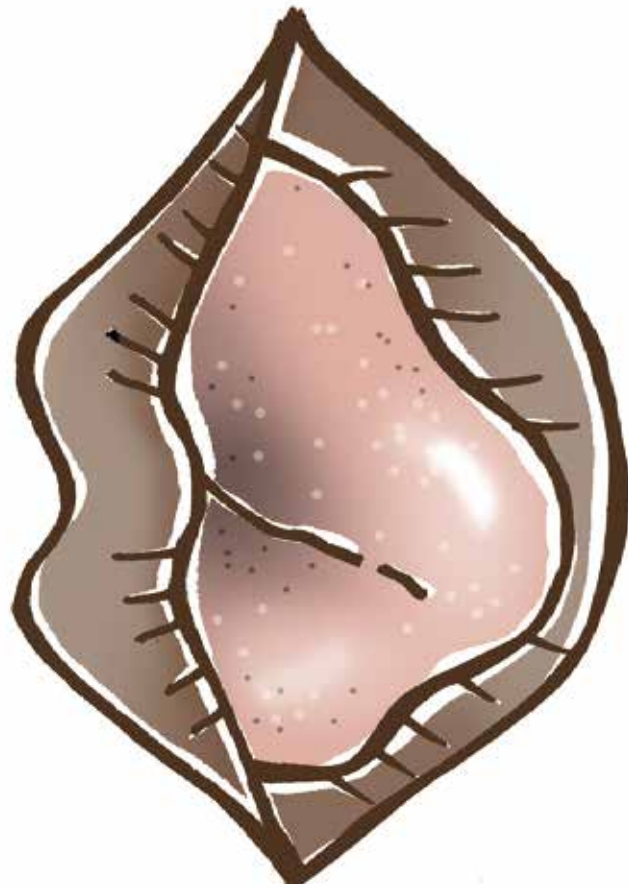


En penis med stånd och försats.



En penis som har fått utlösning.





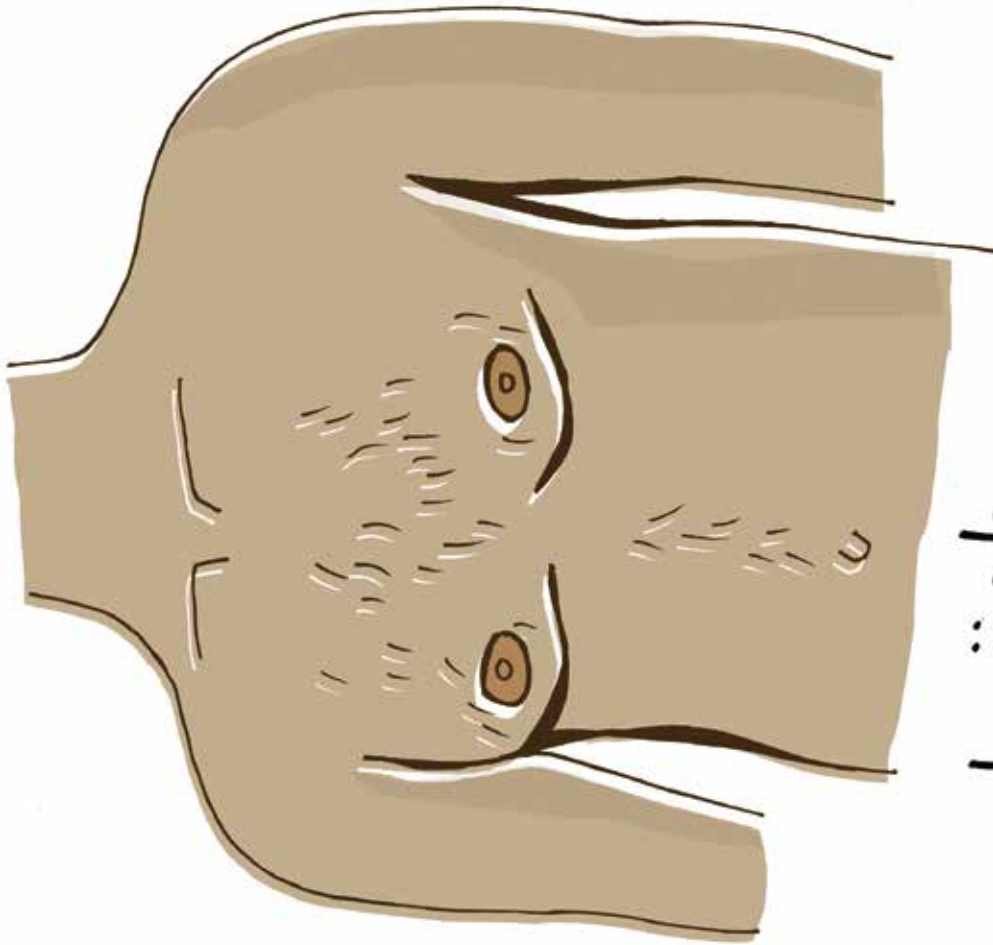
tunga



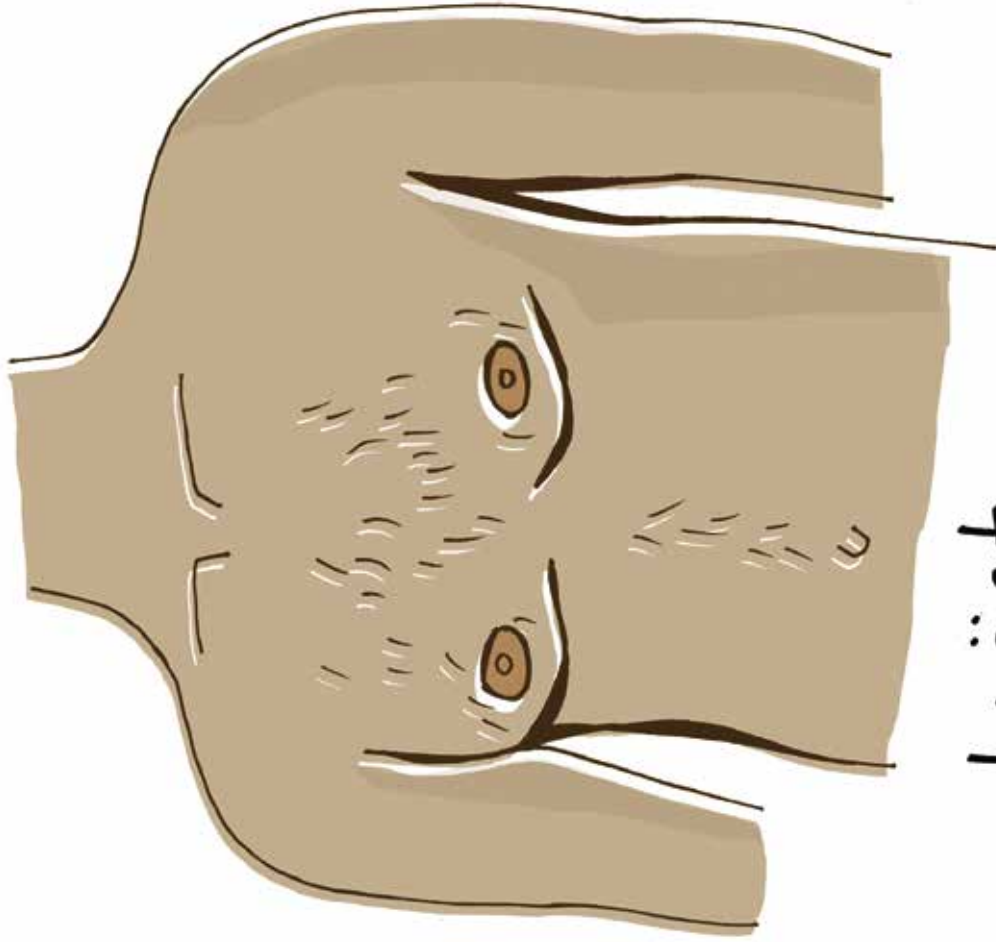
tunga



hand



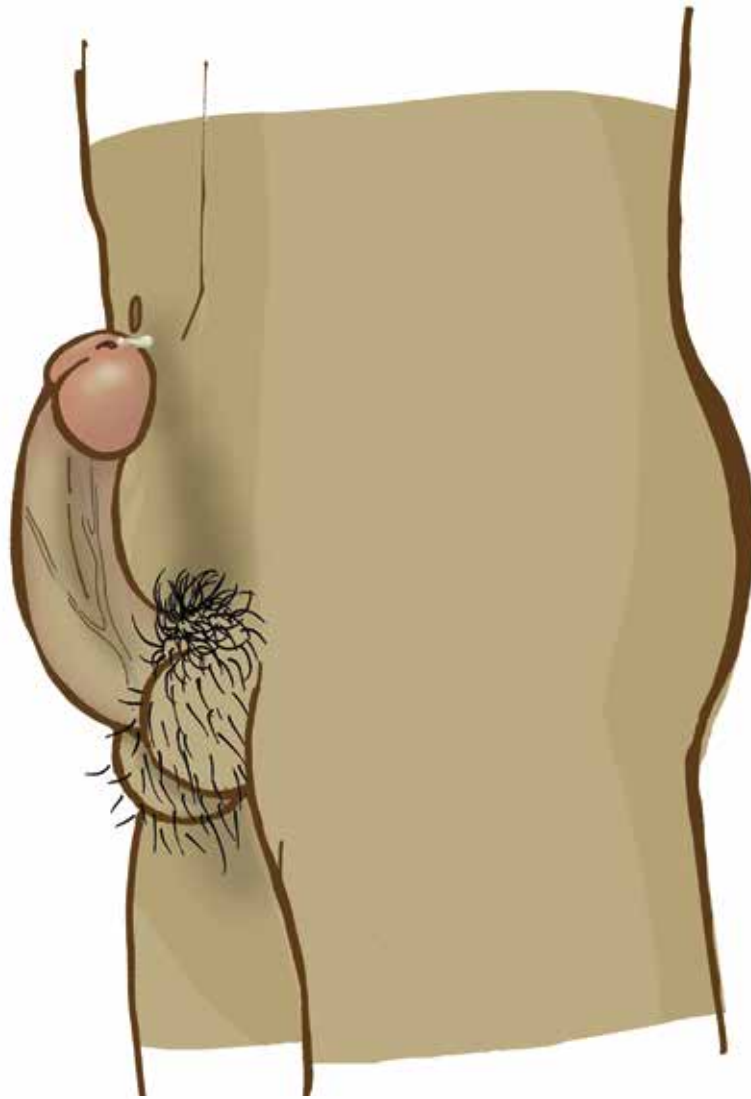
bröst



bröst



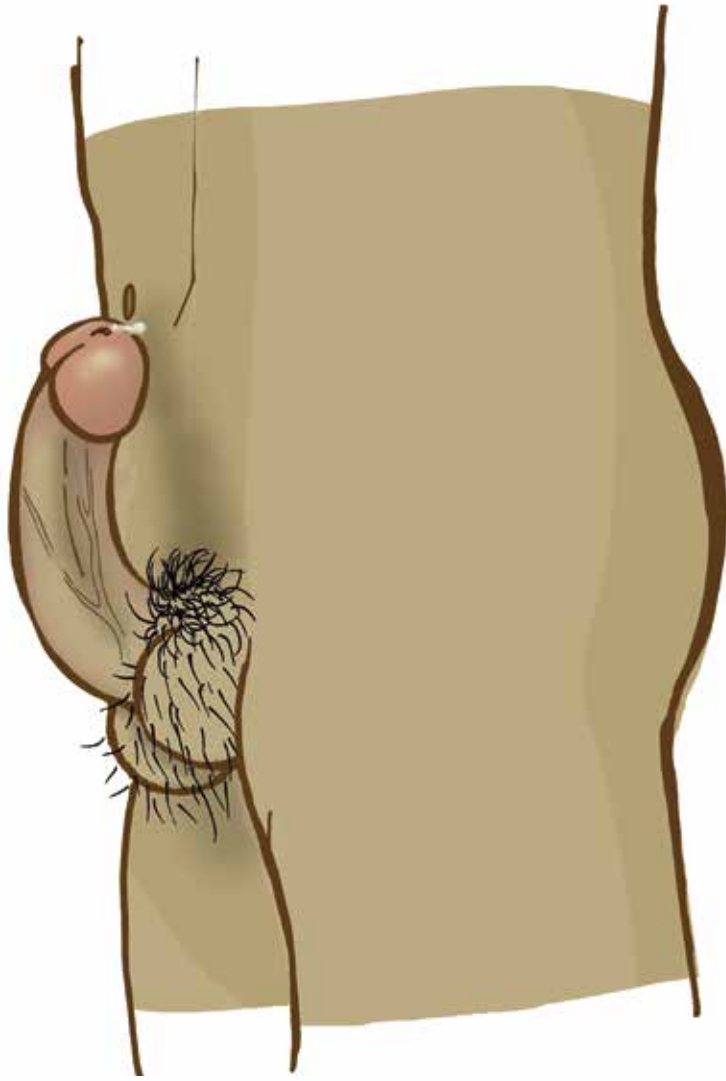
mun



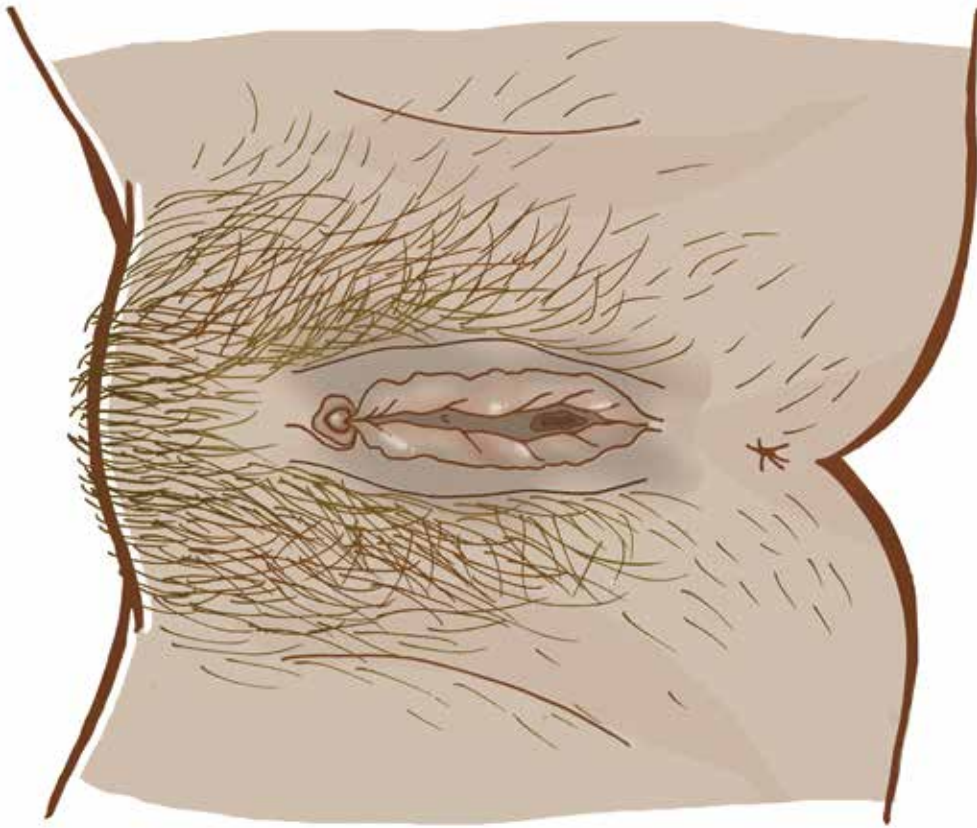
penis  
kuk



mun



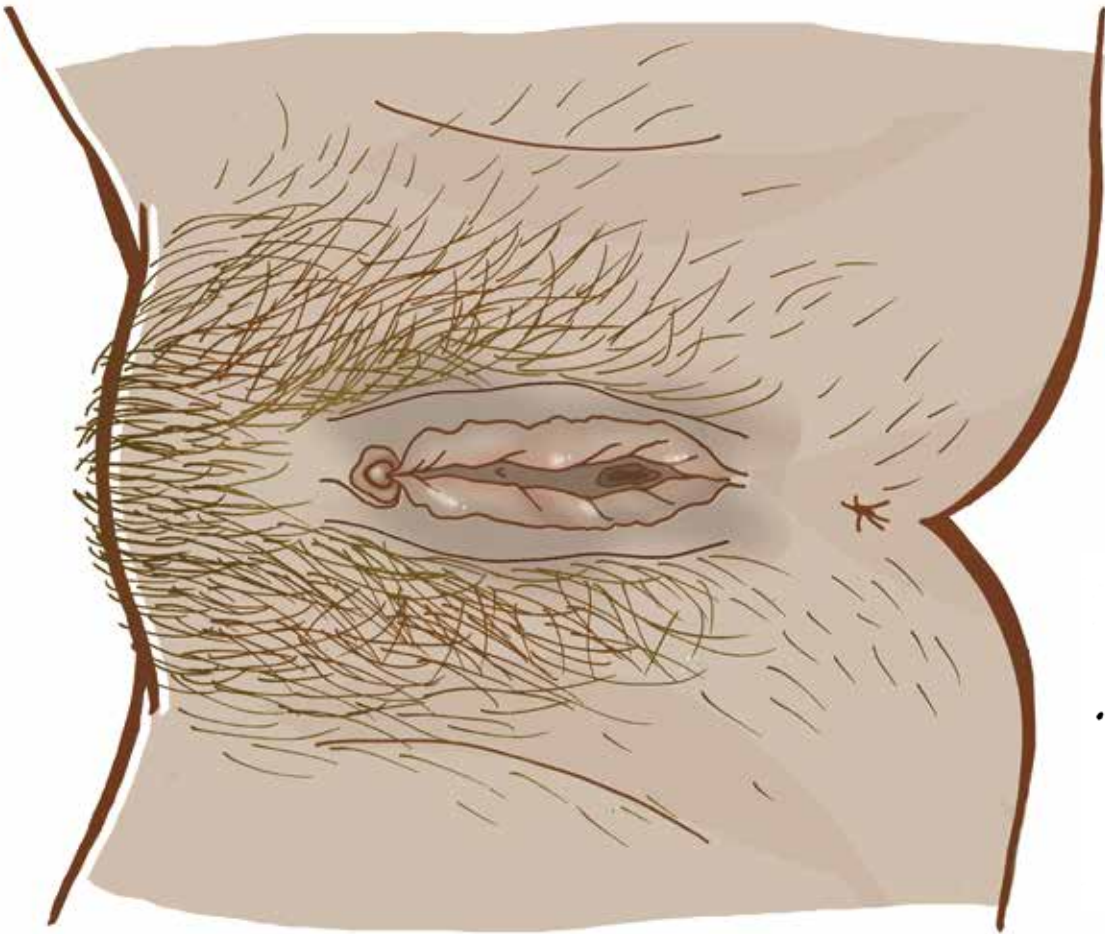
penis  
kuk



vagina  
fitta



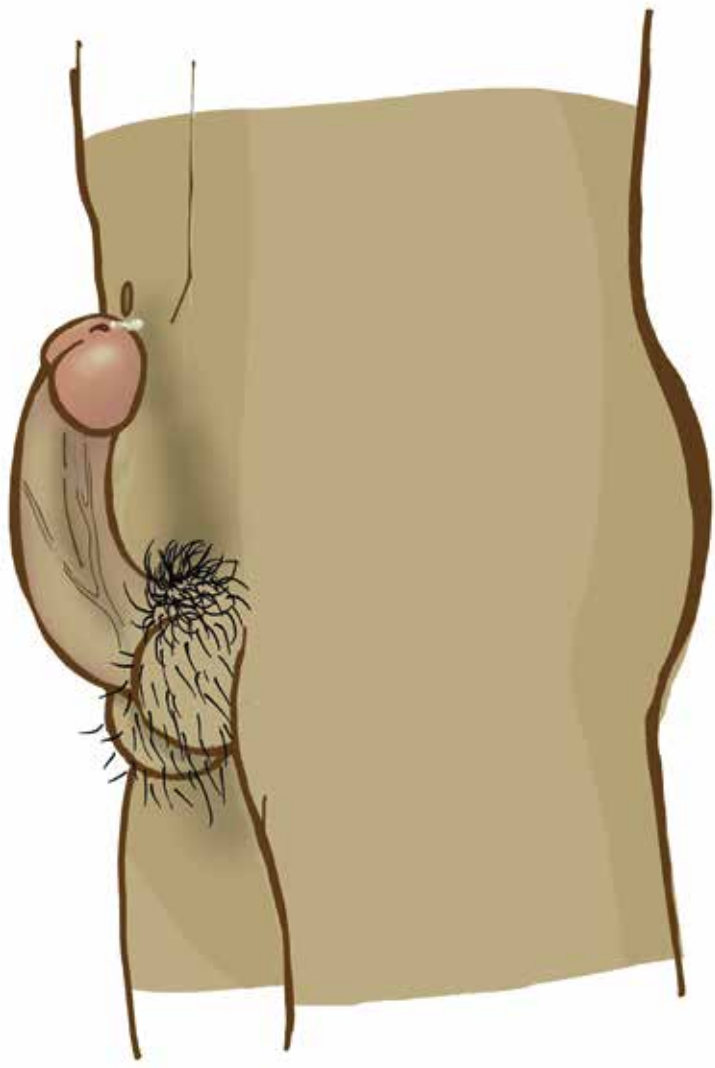
hand



vagina  
fitta

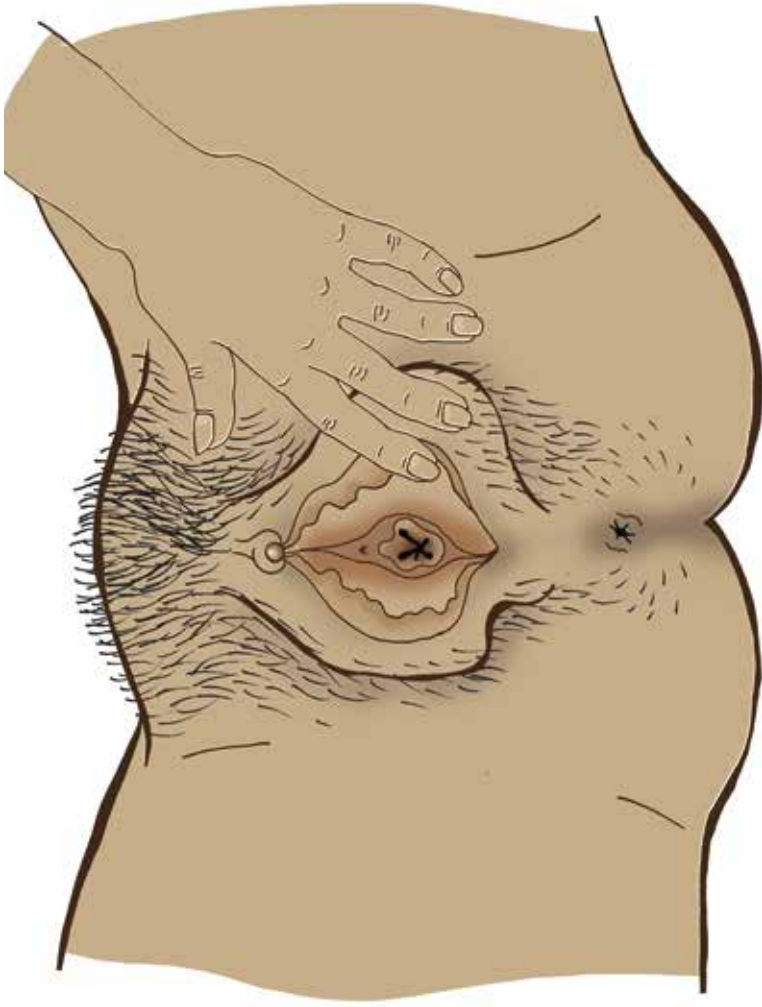


hand



penis  
kuk



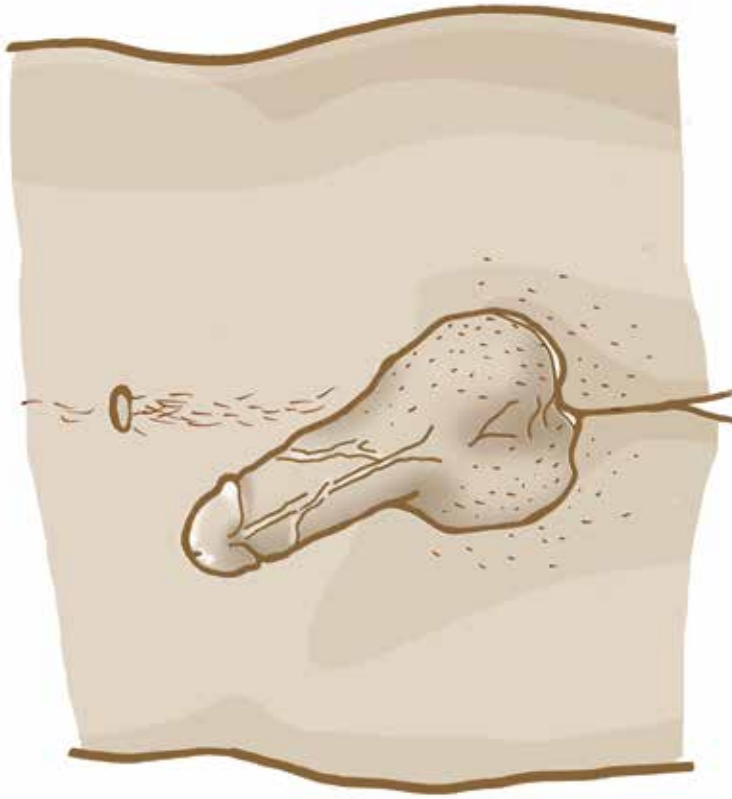


vagina

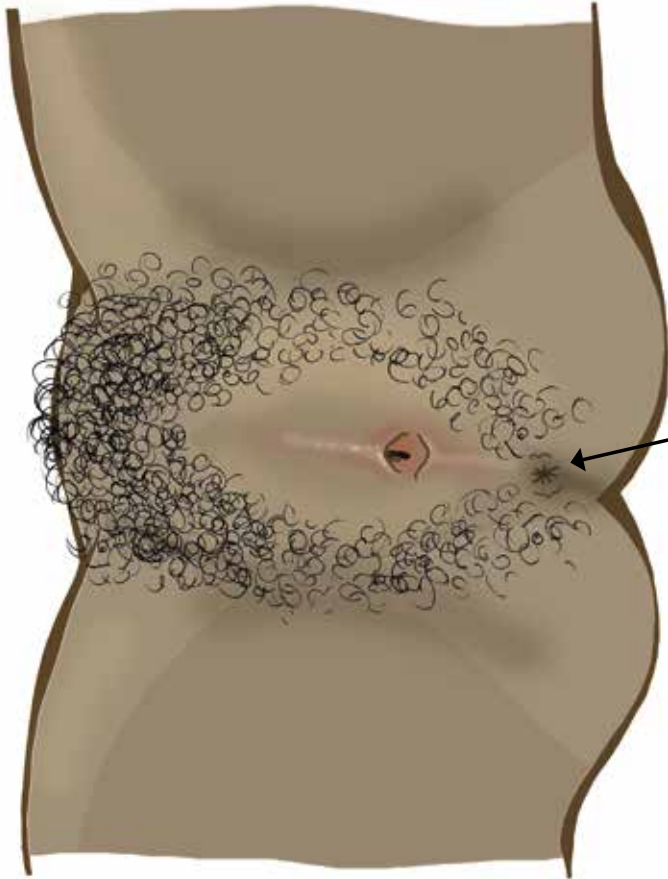
fitta



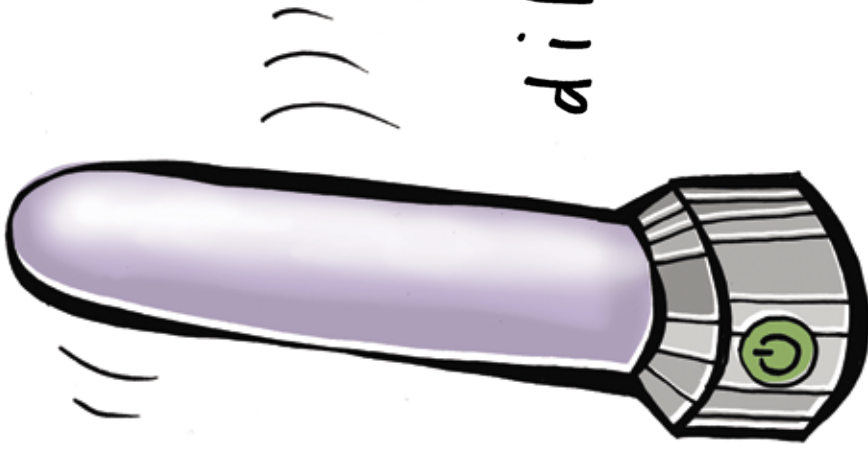
tunga



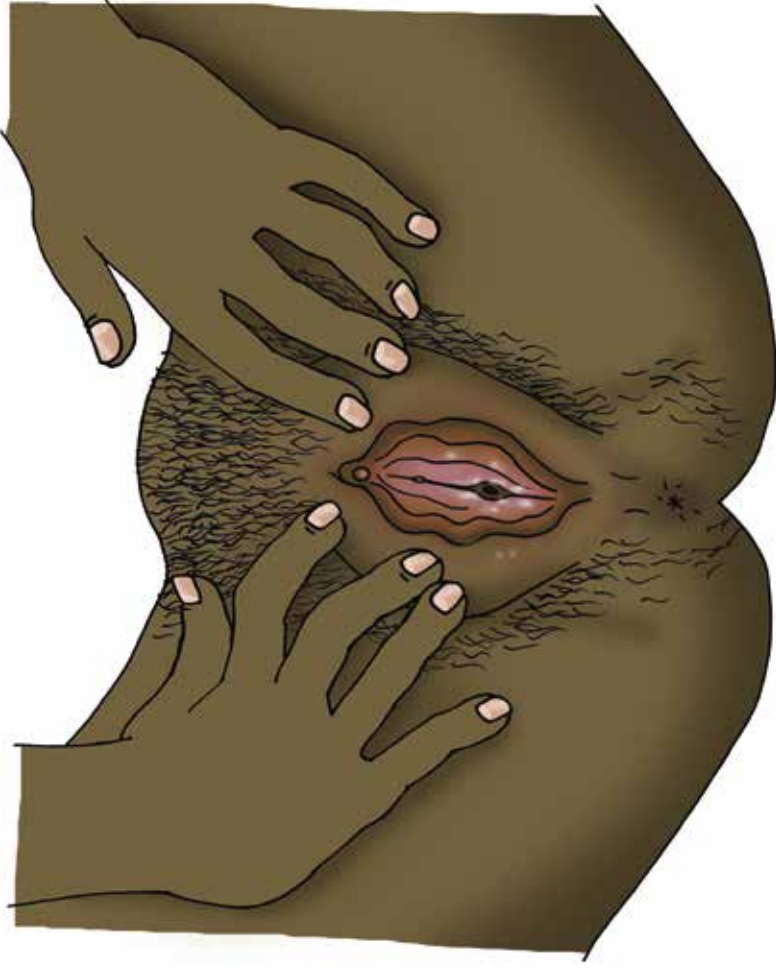
penis  
kuk



anal



dildo

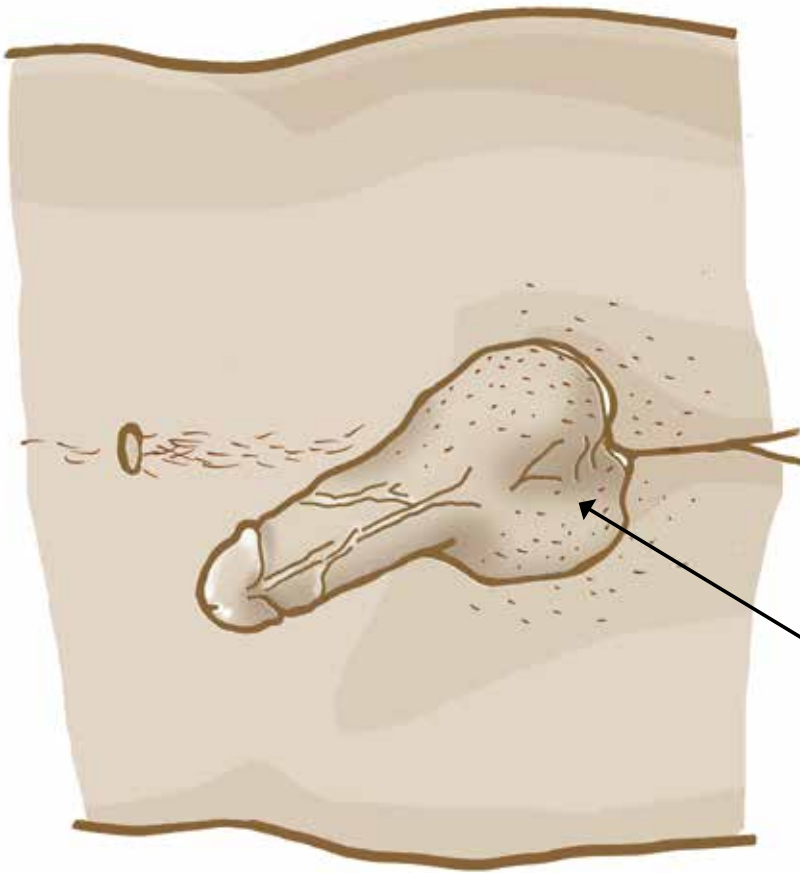


vagina

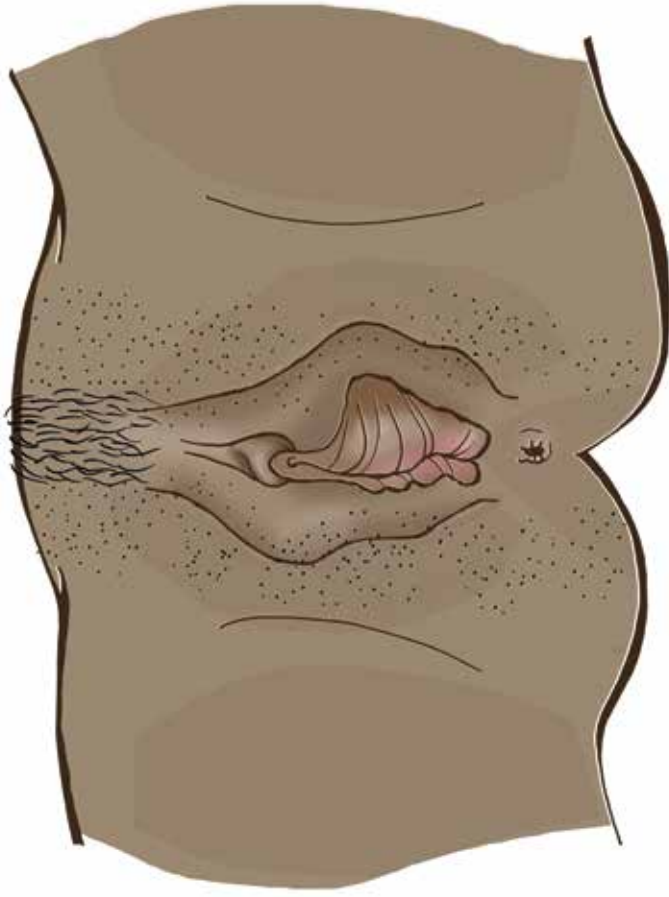
fitta



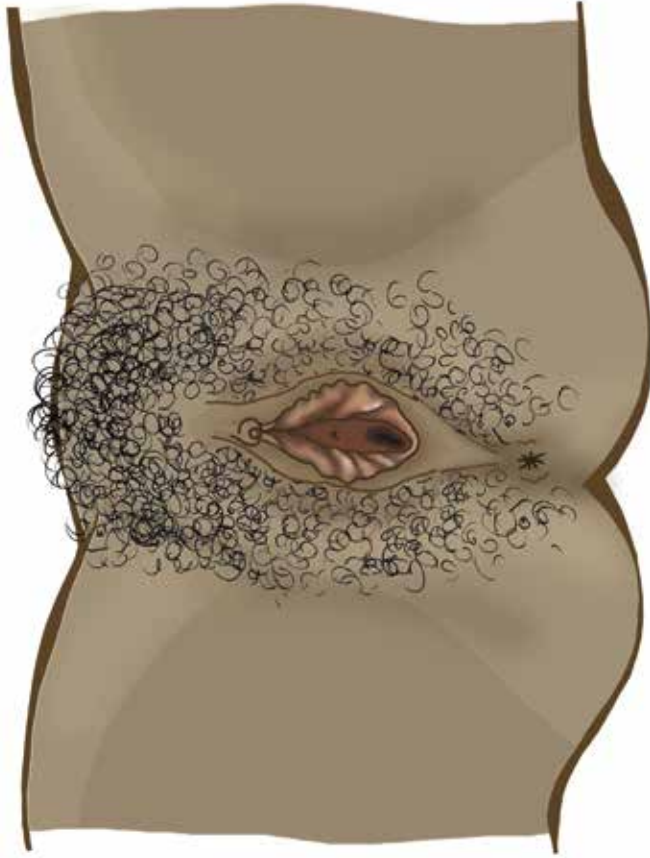
m u h



p u n g

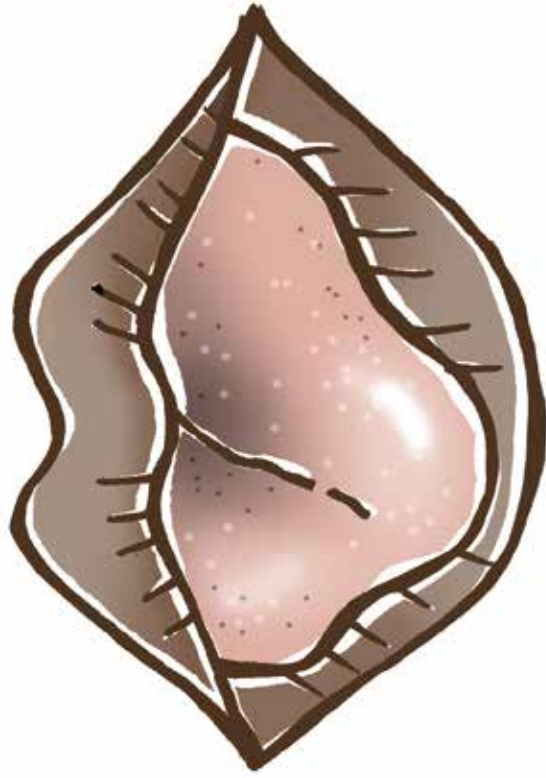


vagina  
fitta

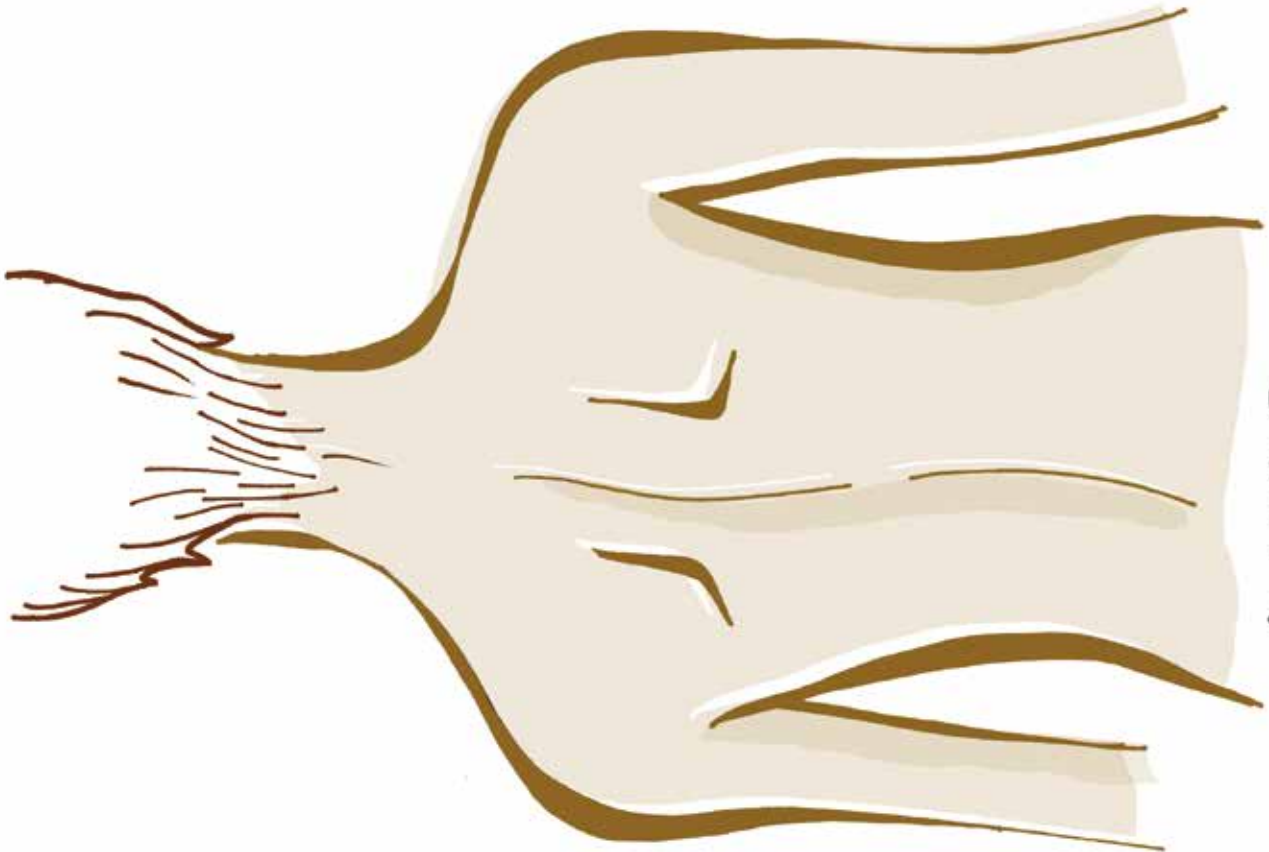


vagina  
fitta





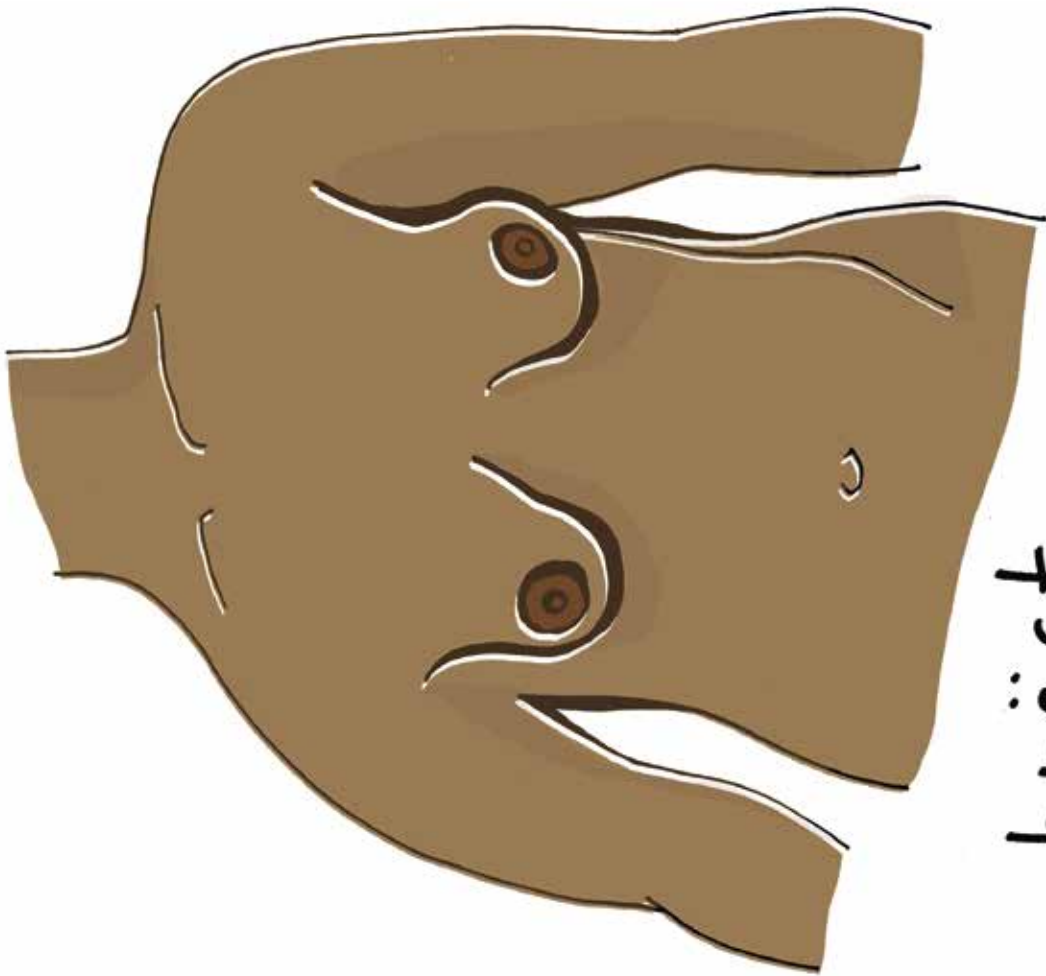
tunga



rygg



tunga

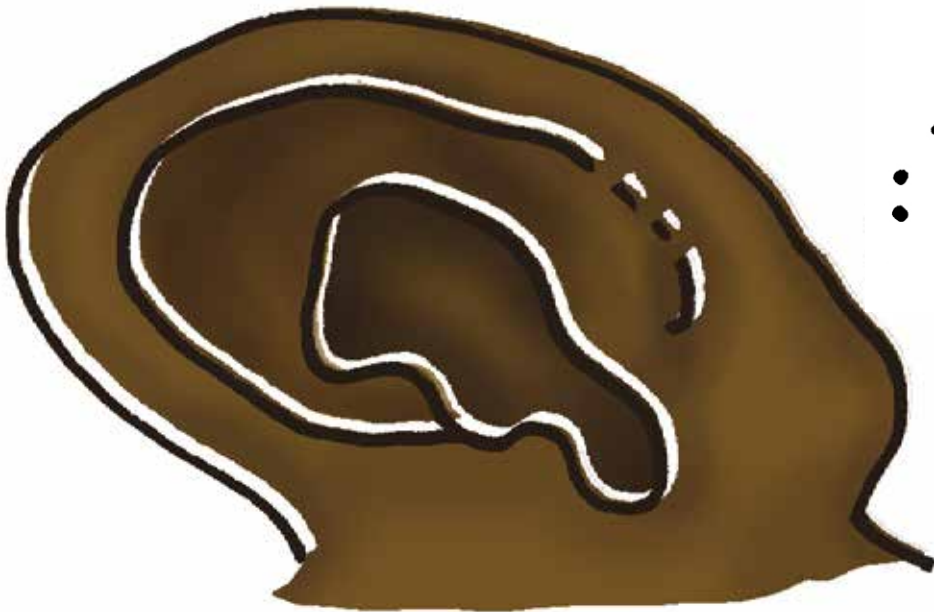


bröst

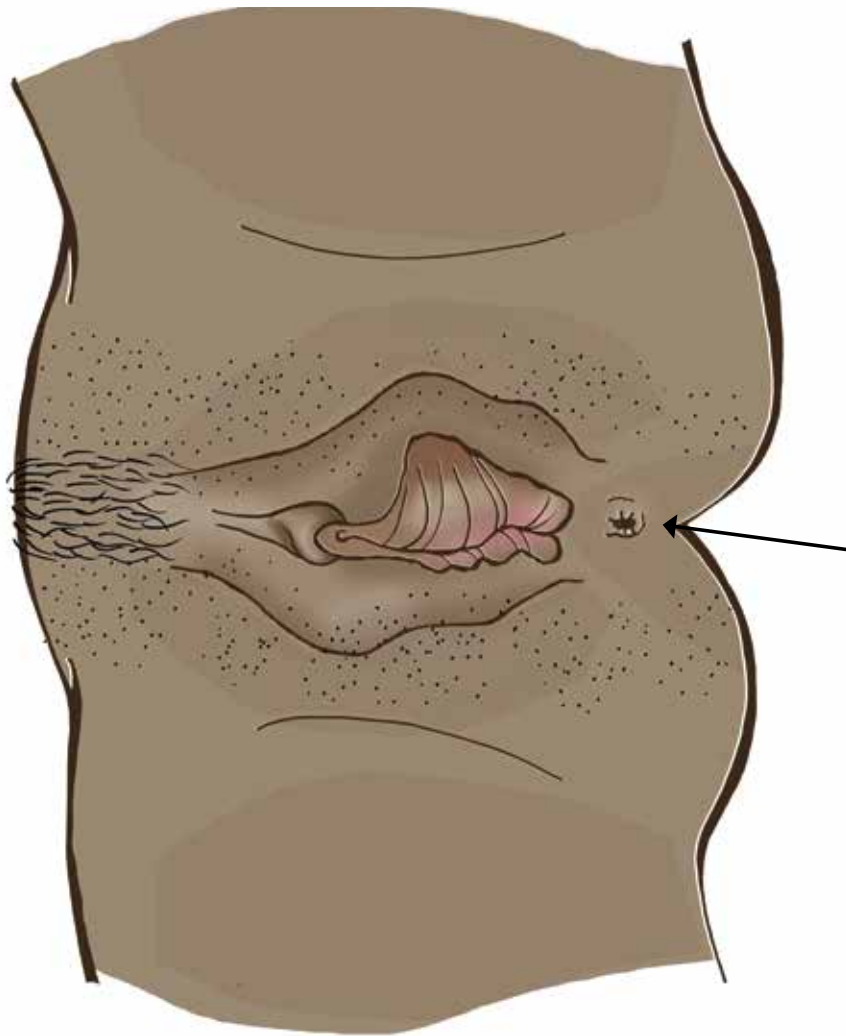




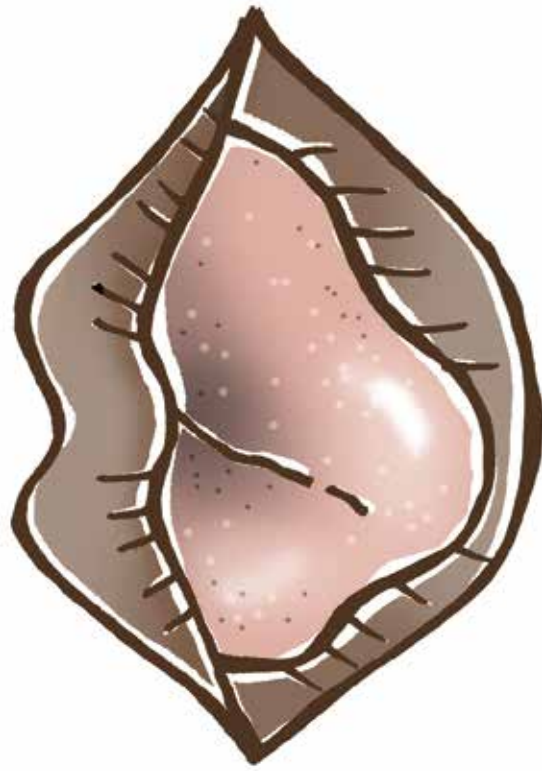
m u n



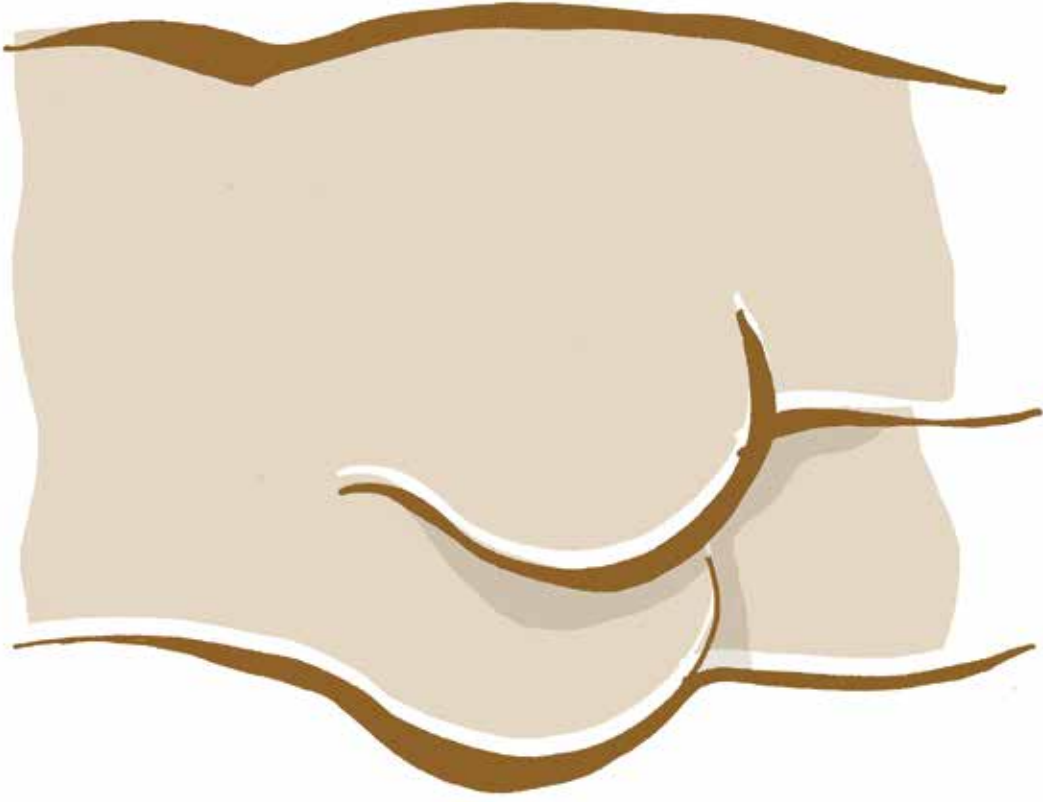
ö r a



anal

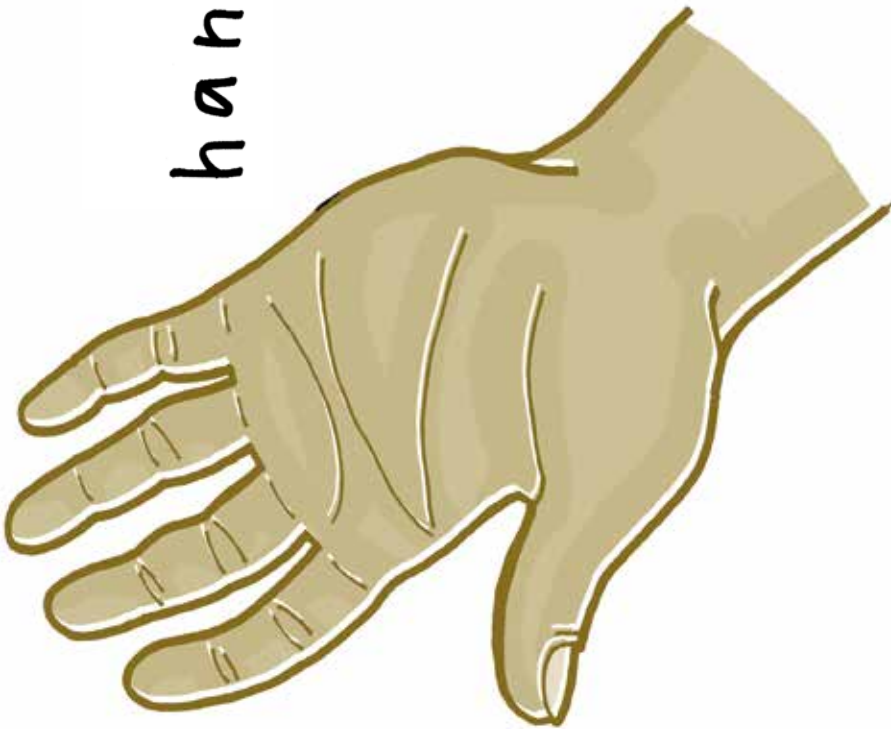


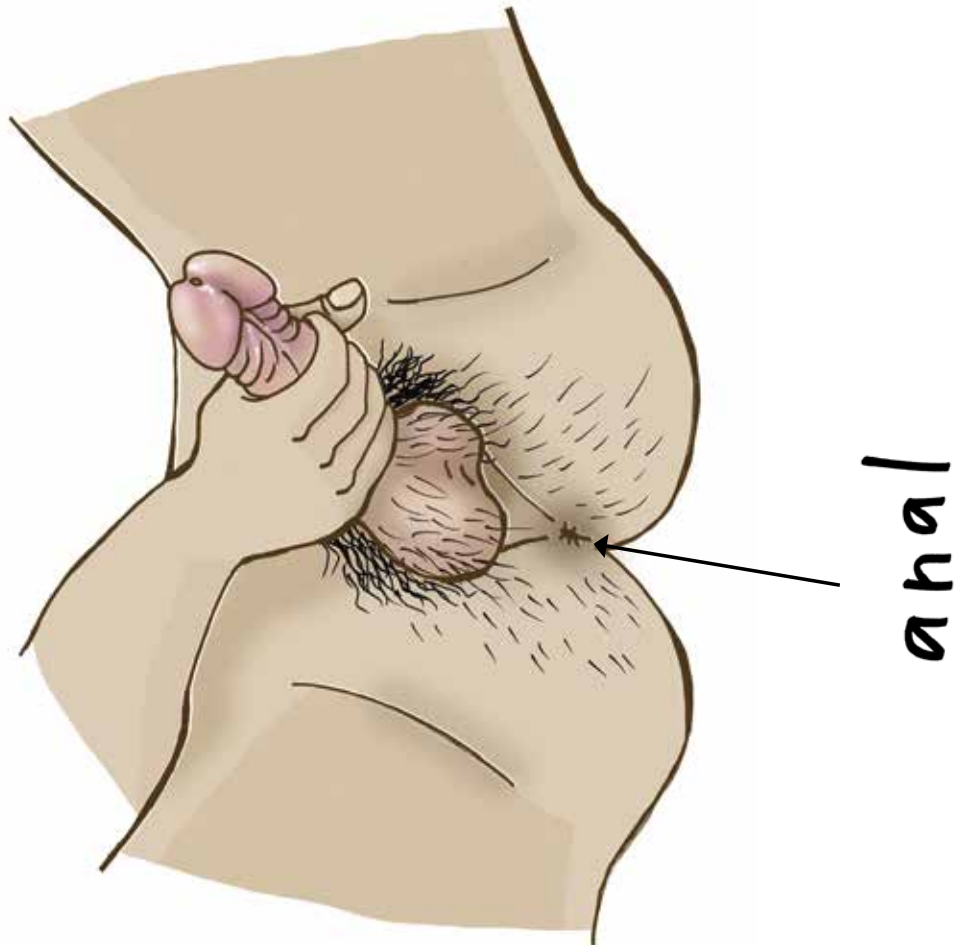
tunga

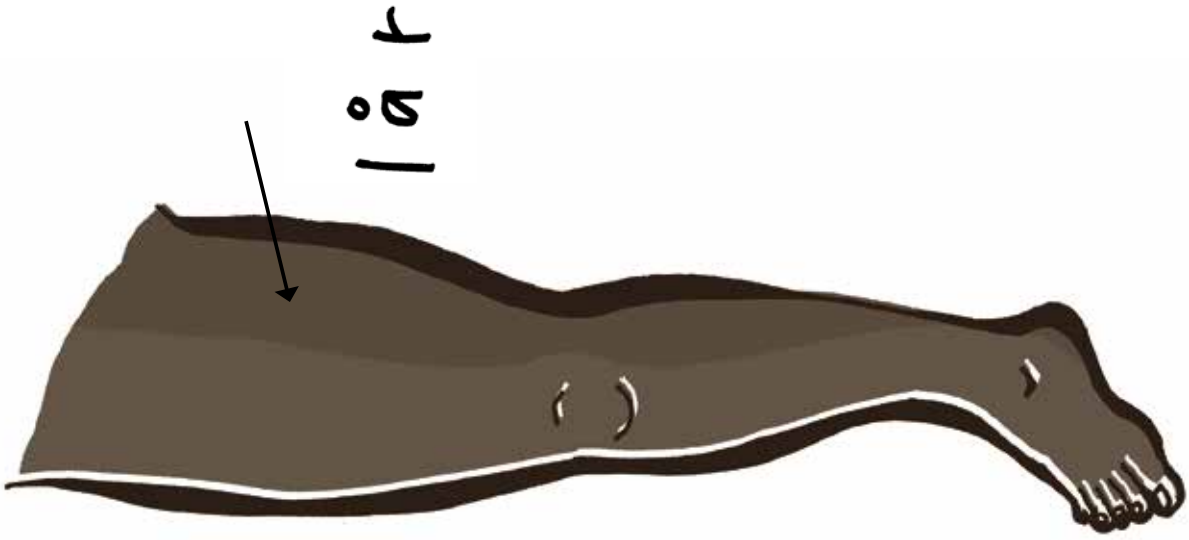


rumpa

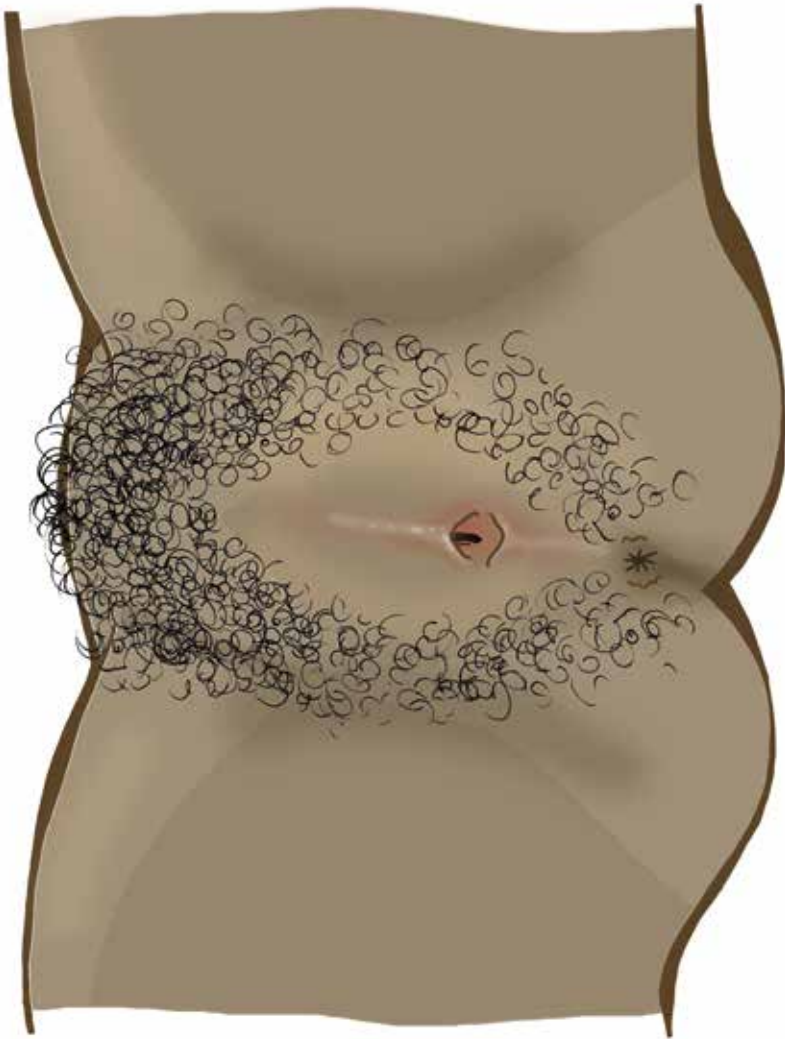
hand





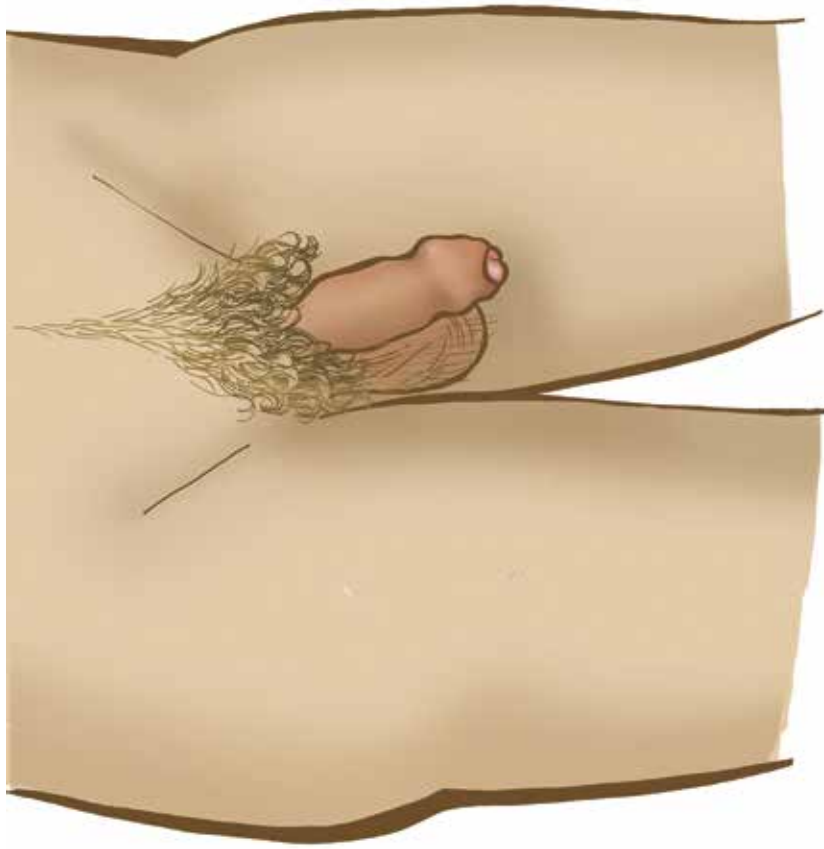
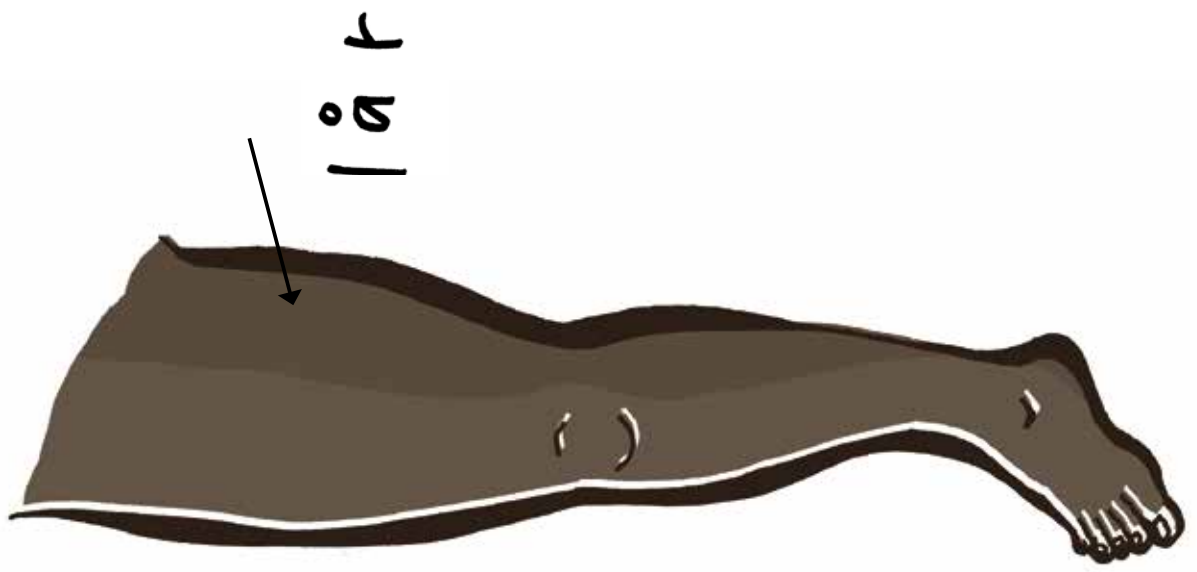


lår

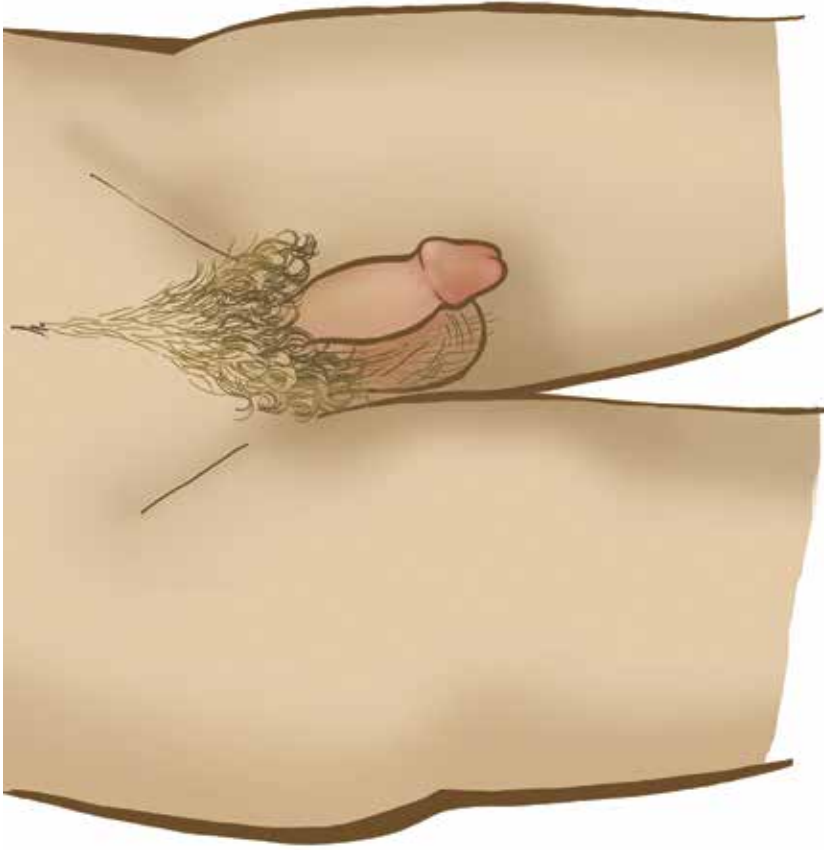


vagina

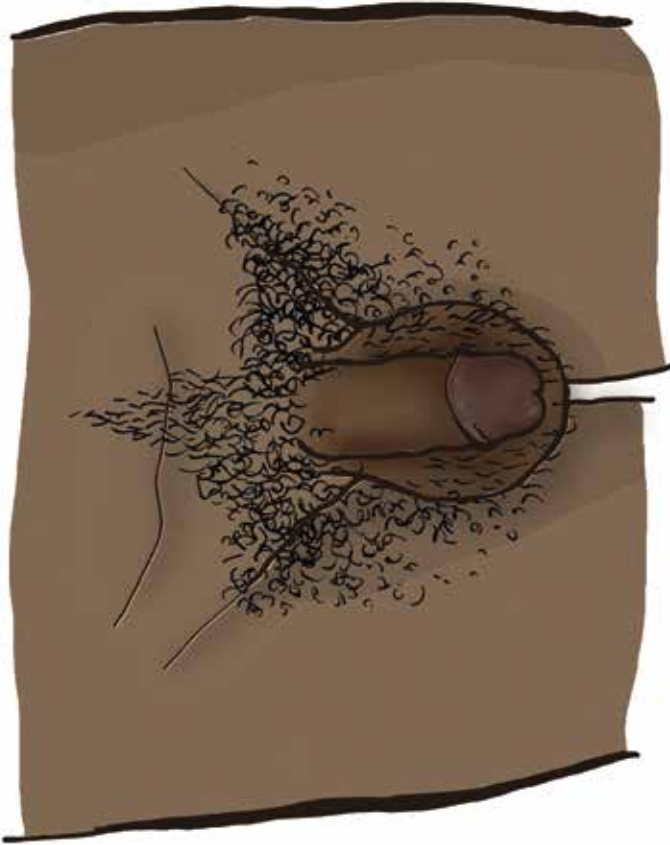
fitta



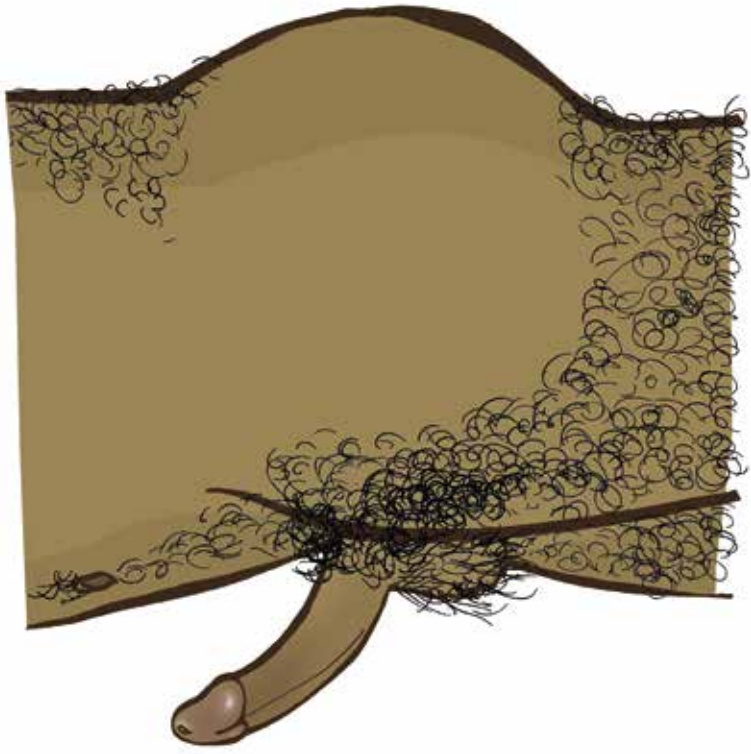




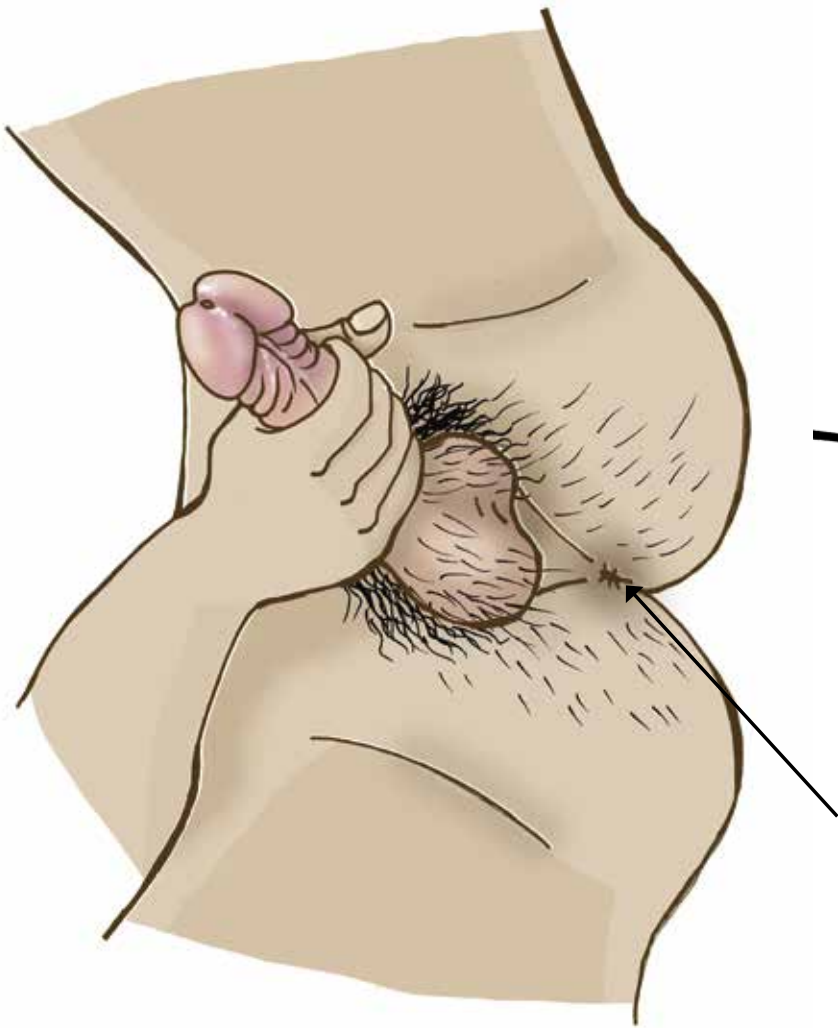
penis  
kuk



penis  
kuk



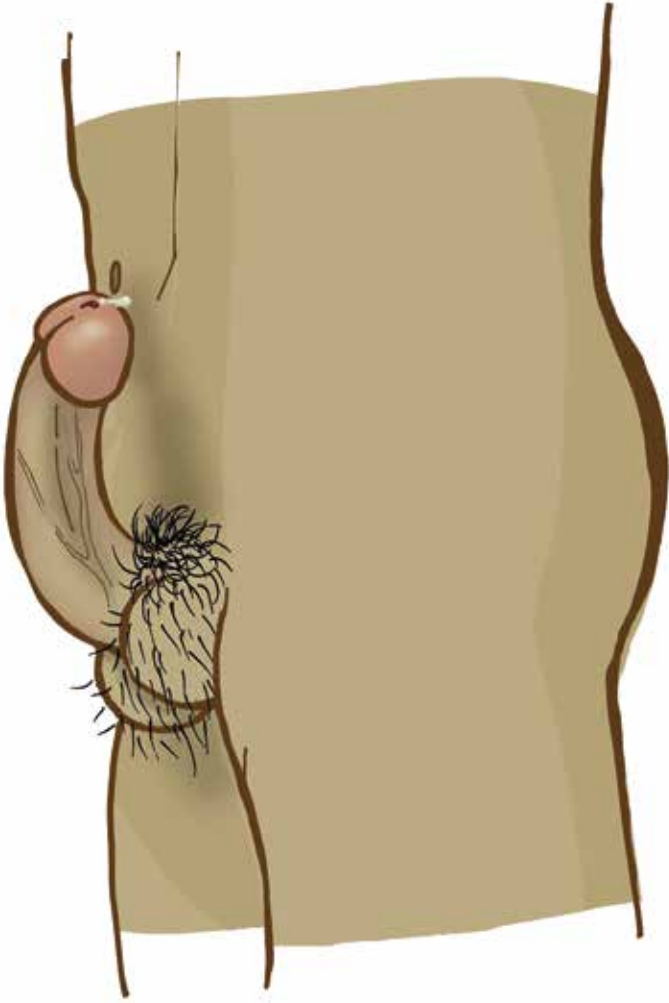
penis  
kuk



anal



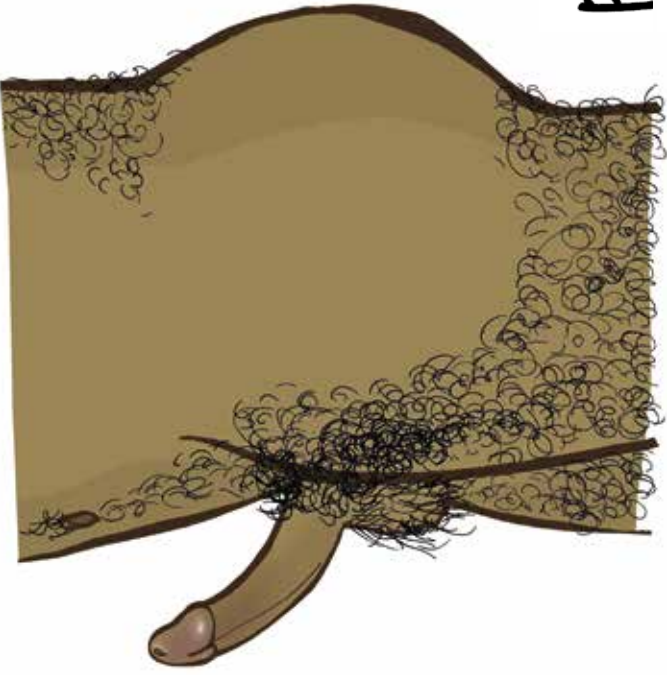
m u h



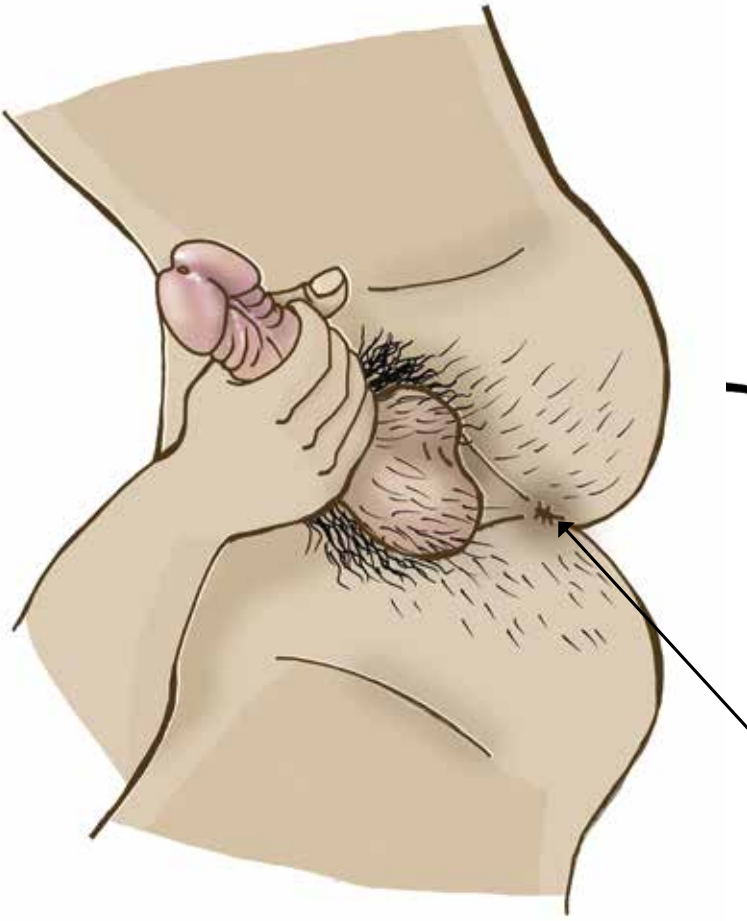
penis  
k u k



k o n d o m



penis  
kuk



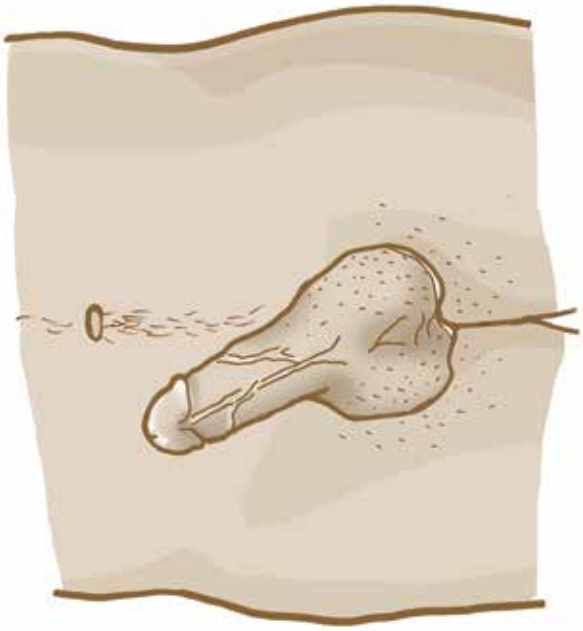
anal



glid medel



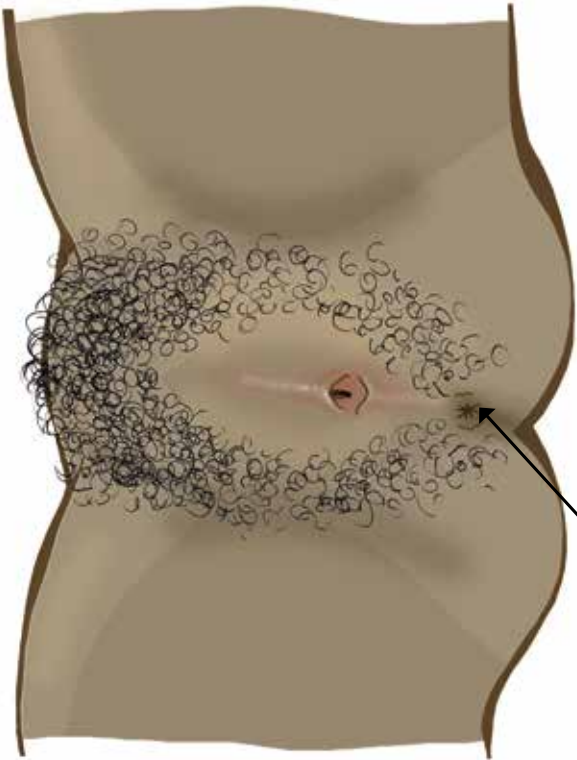
kondom



penis  
kuk



glidmedel

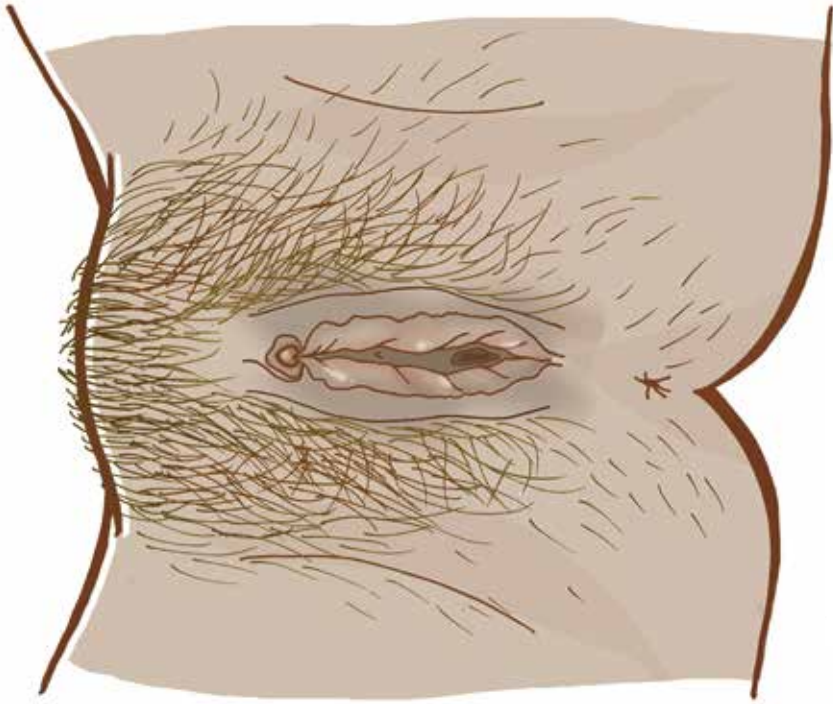


anal

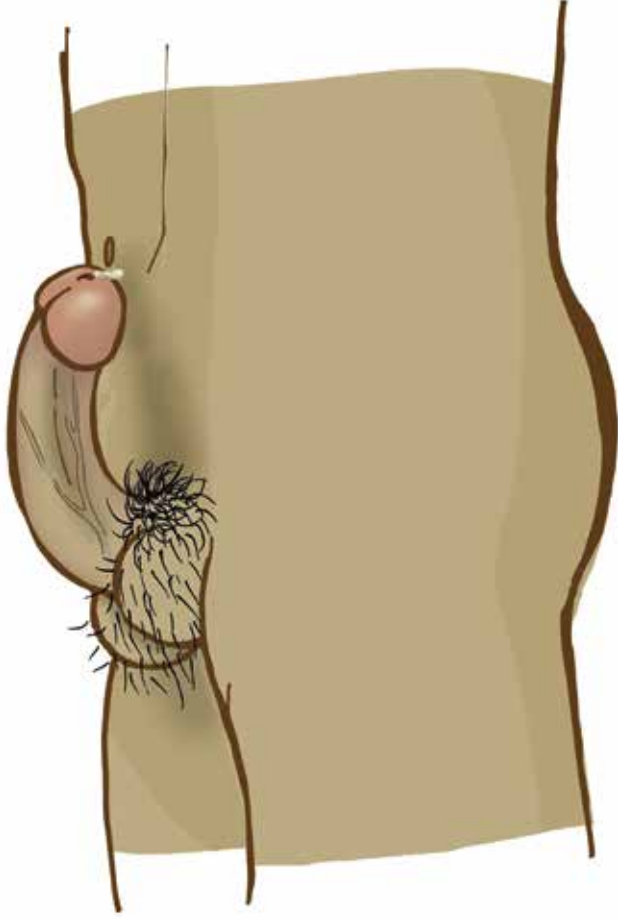


kondom





vagina  
fitta



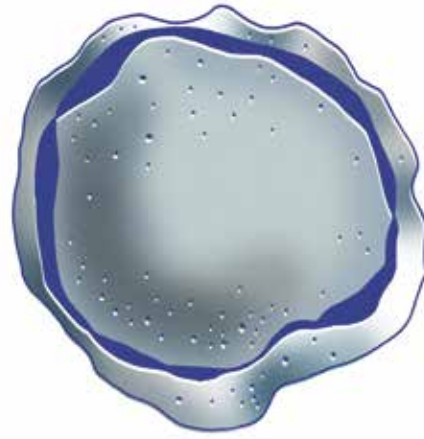
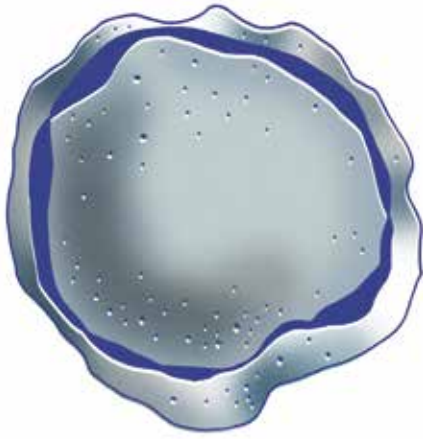
penis  
kuk



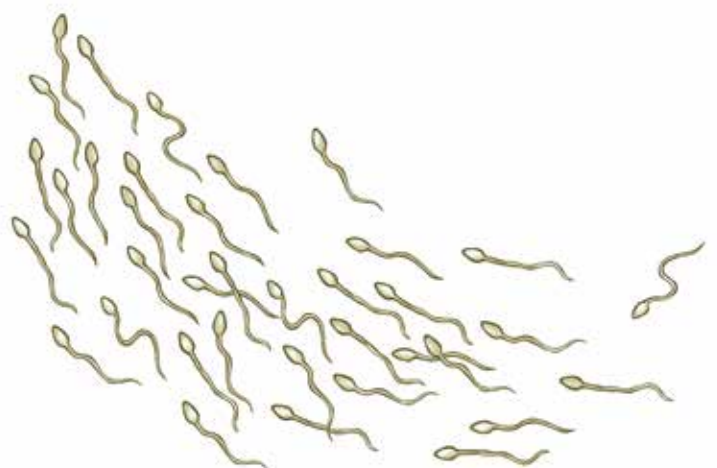
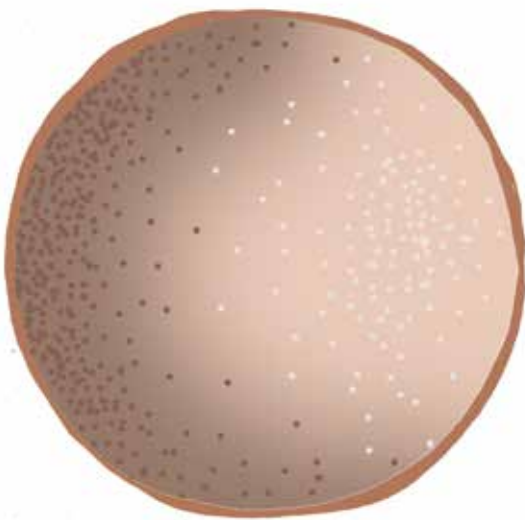
kondom



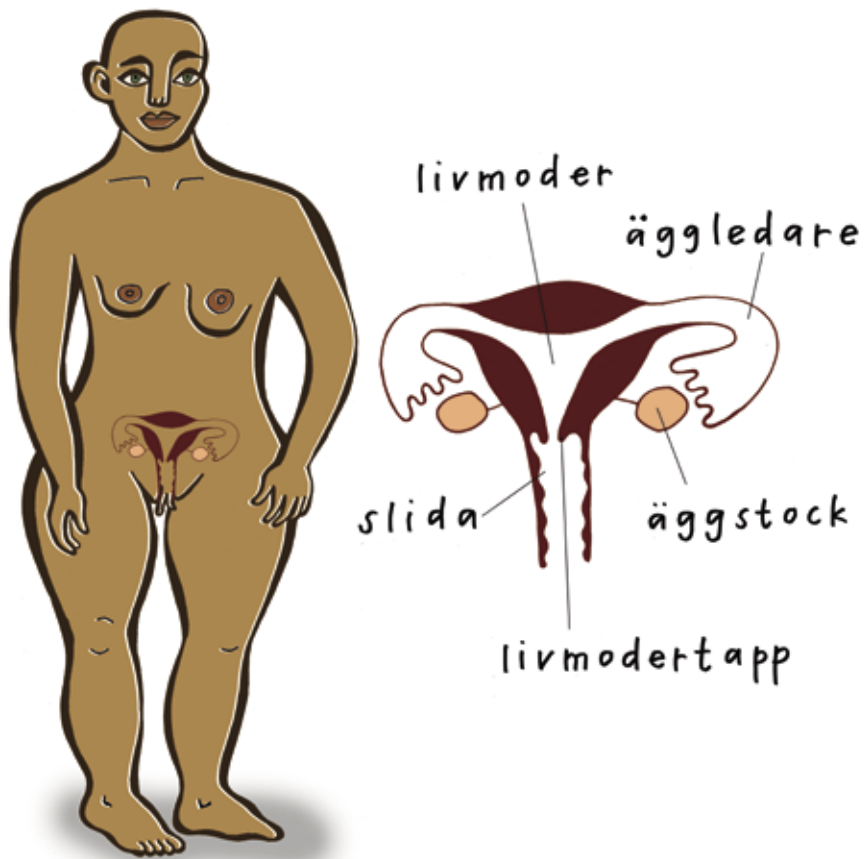
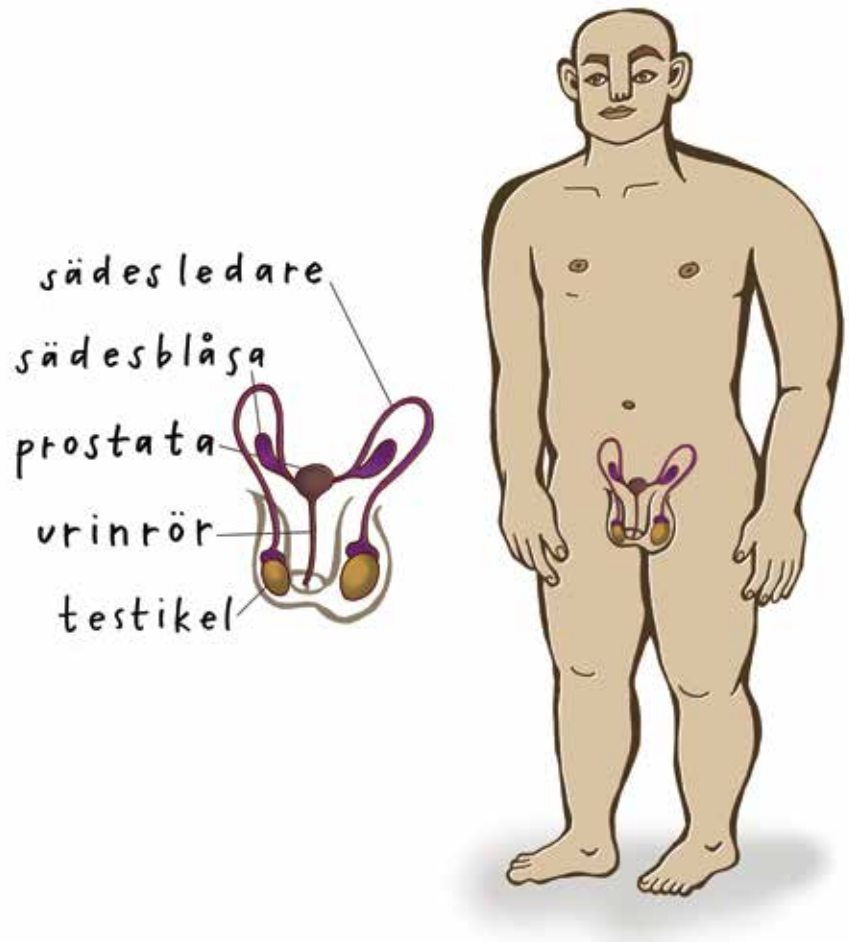
## STI-symbol

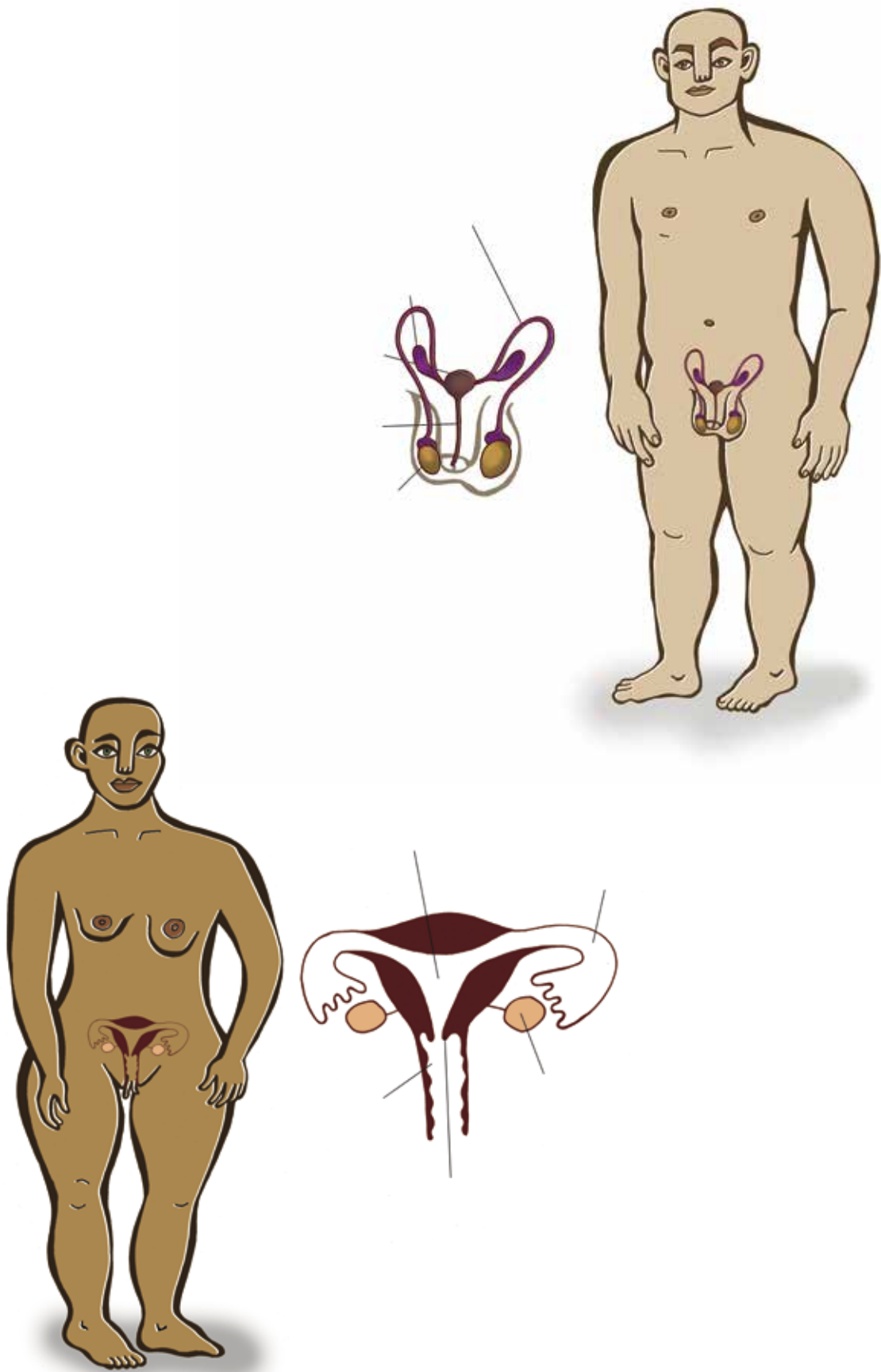


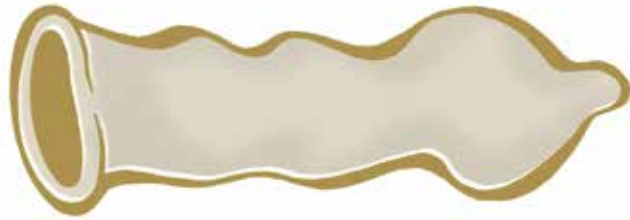
## Ägg- och spermiesymboler



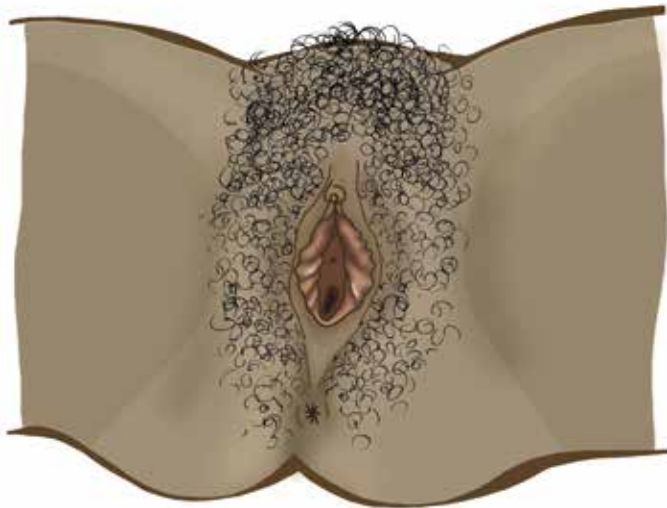
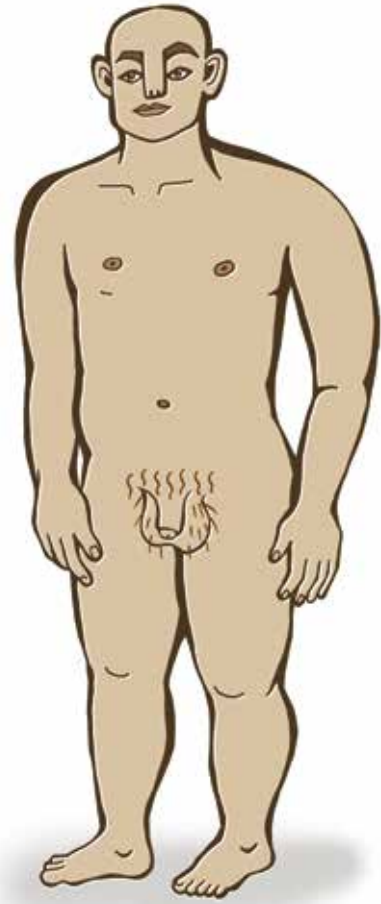
# Inre könsorganen



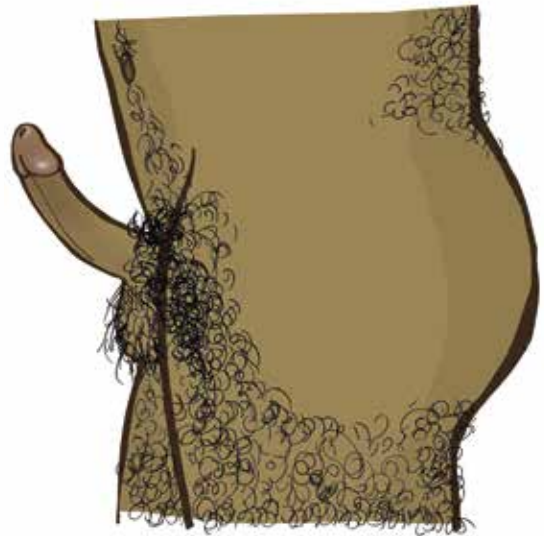




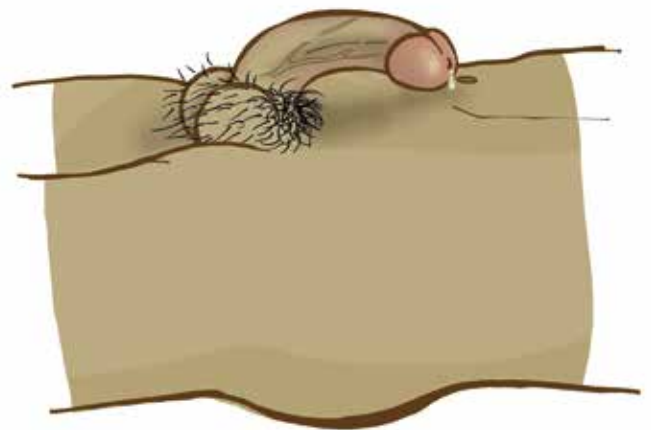
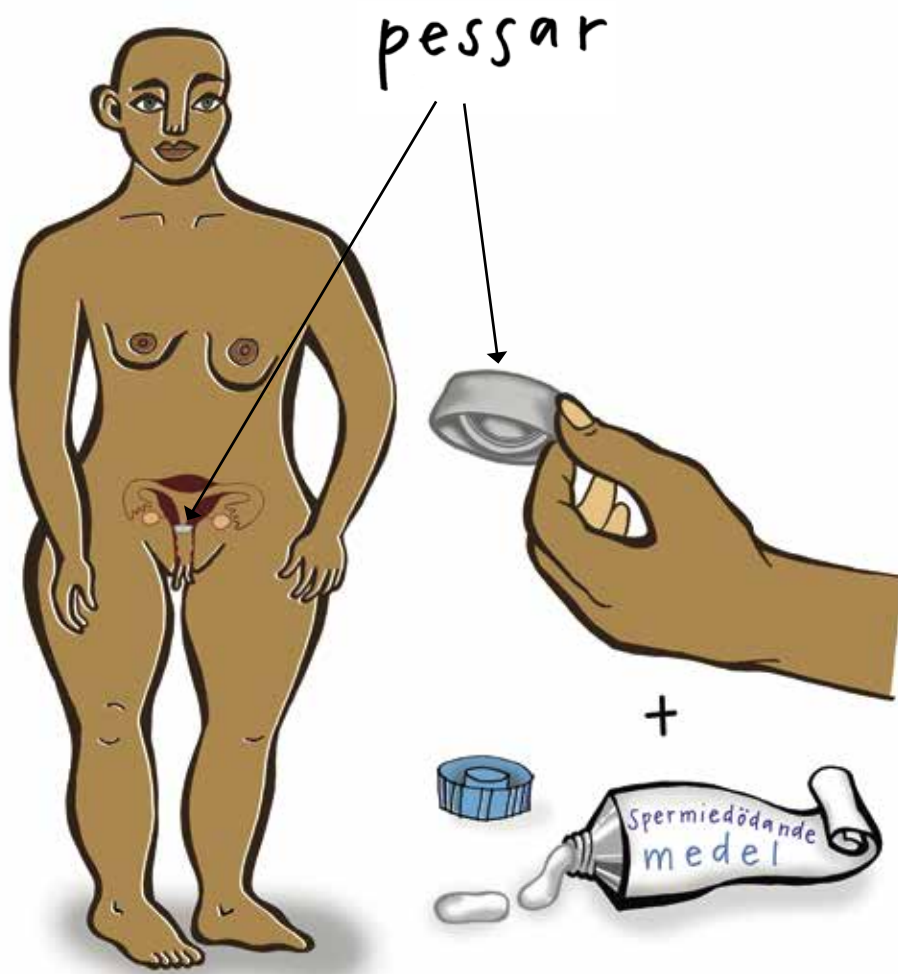
kondom



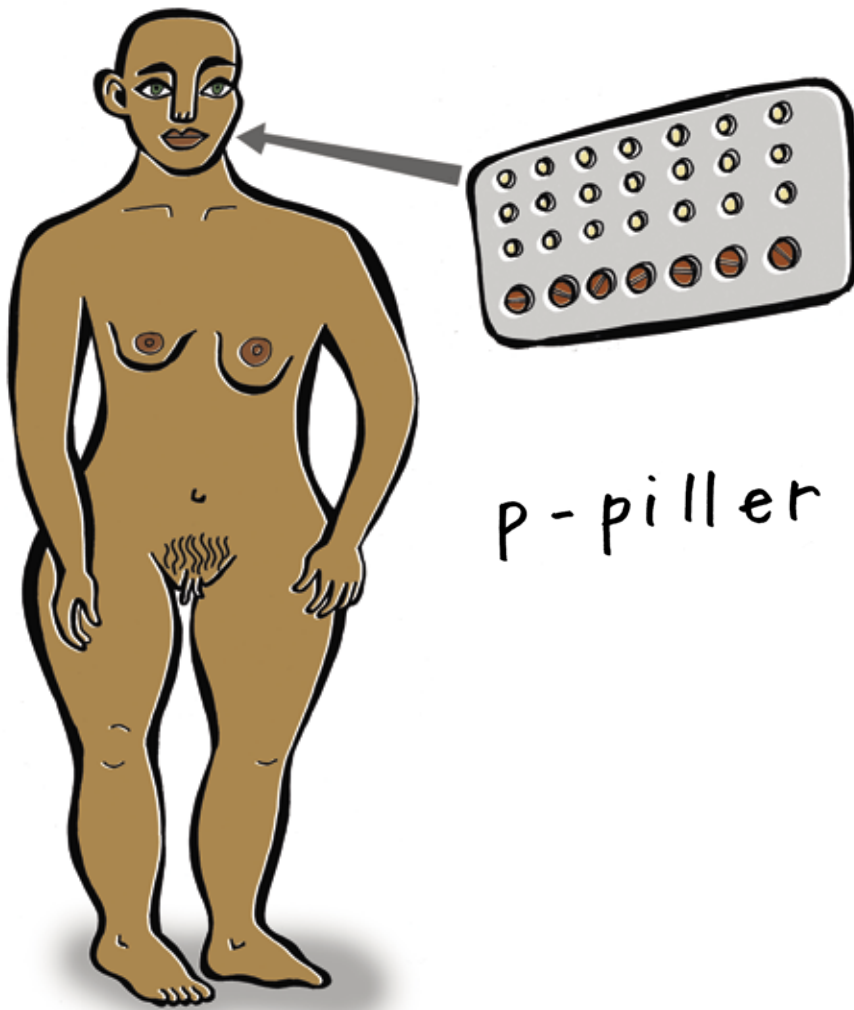
vagina  
fitta



penis  
kuk



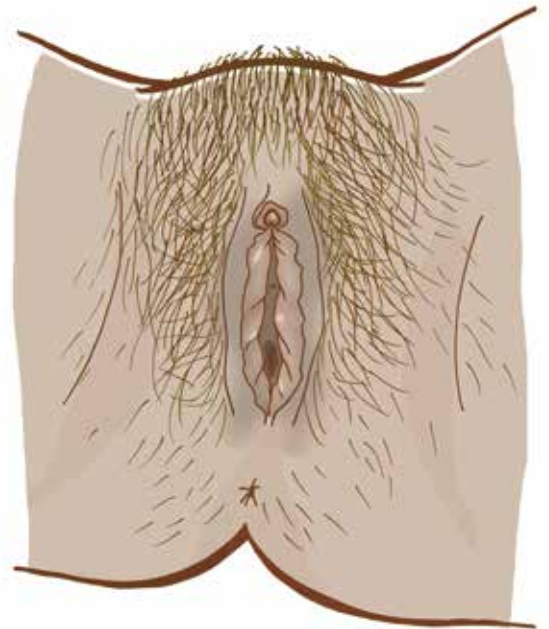




p-piller

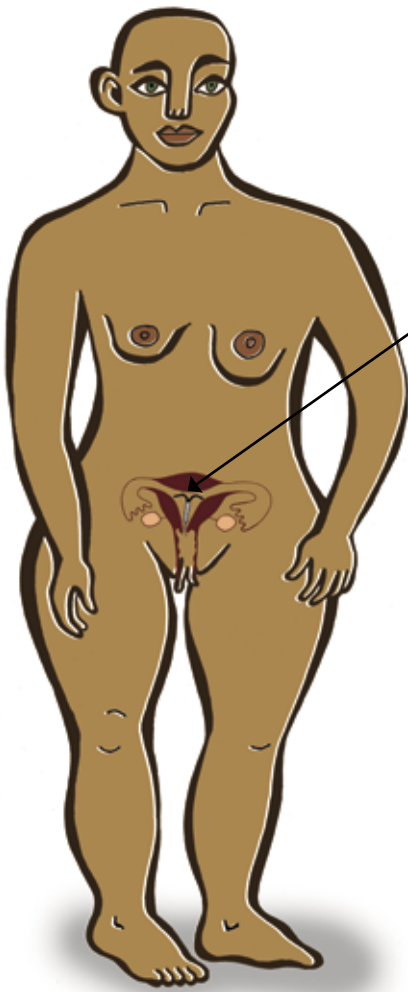


penis  
kuk

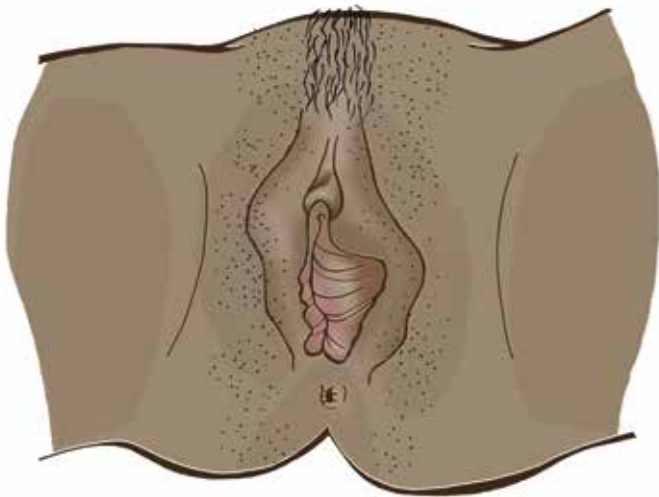
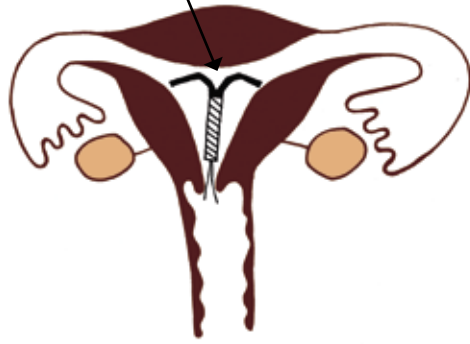


vagina  
fitta

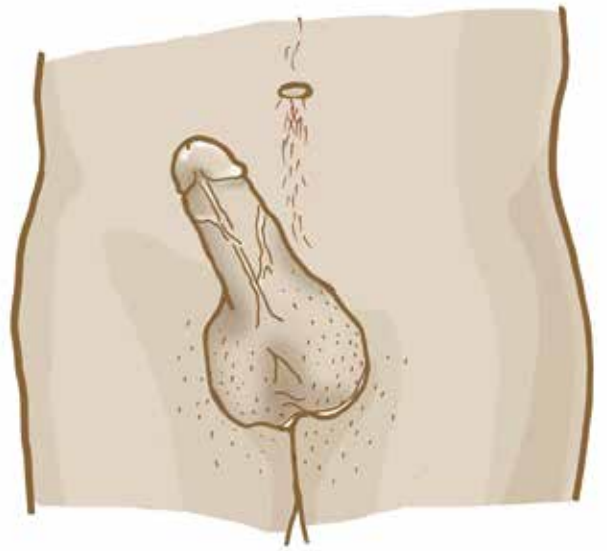




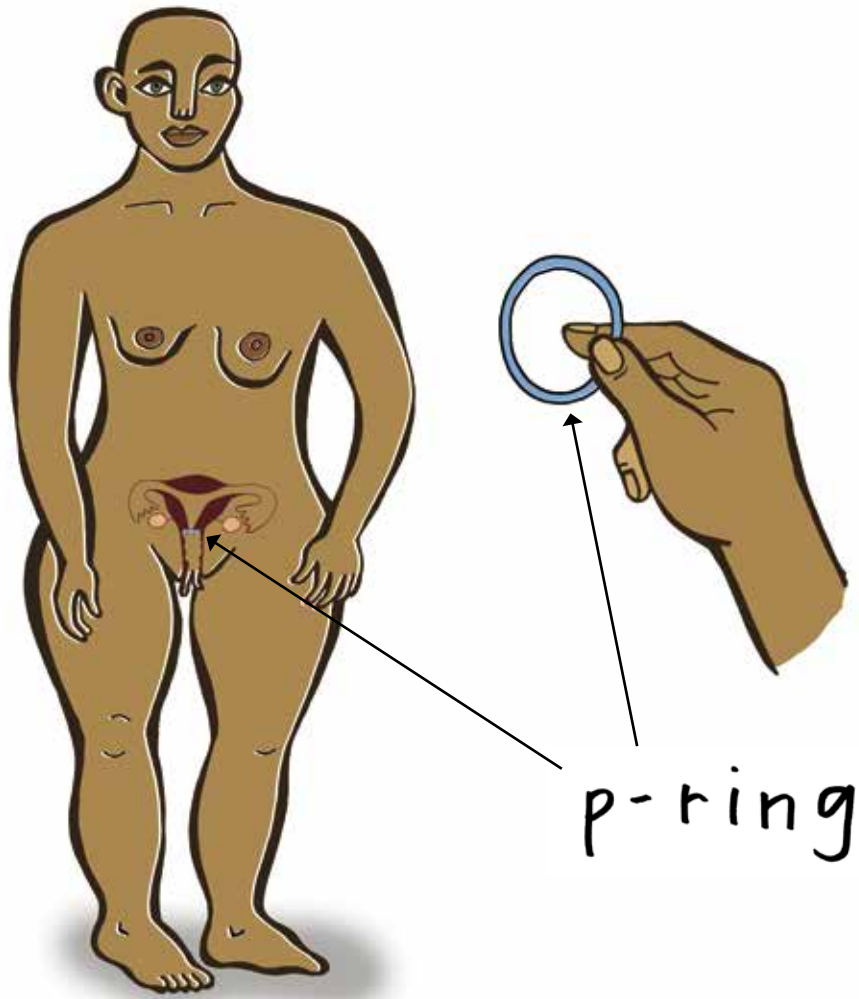
spiral



vagina  
fitta



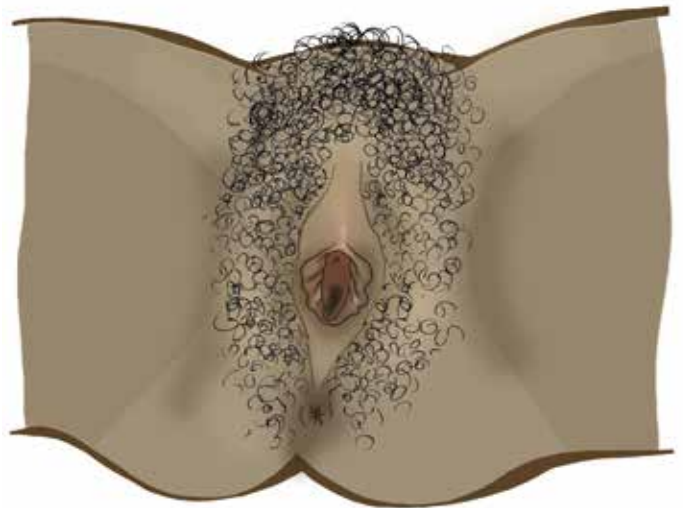
penis  
kuk



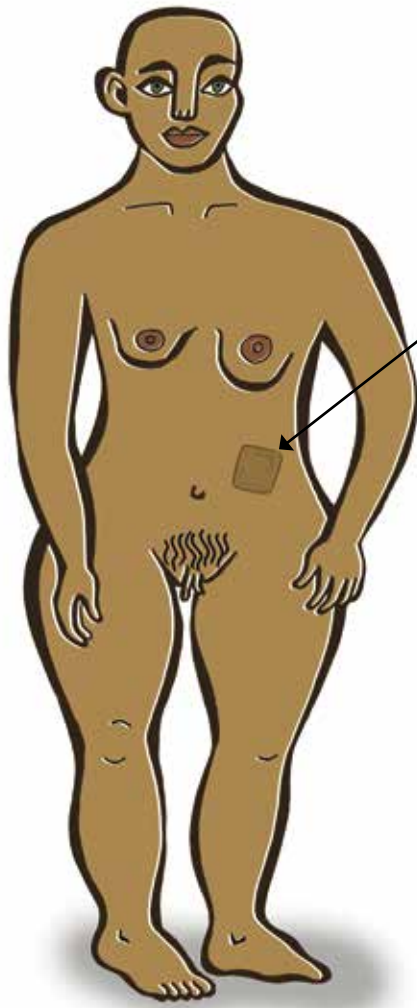
p-ring



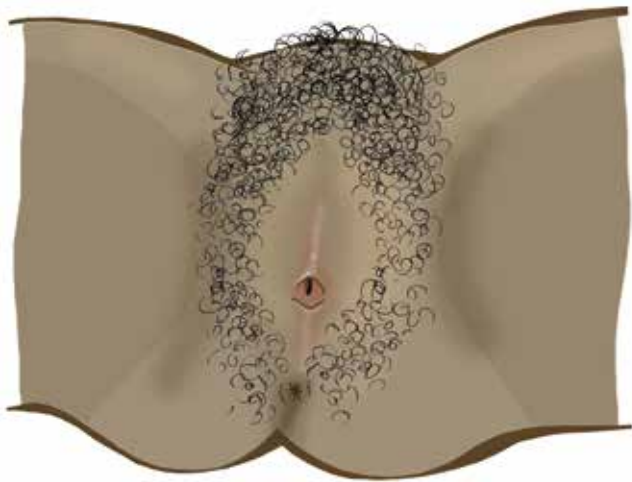
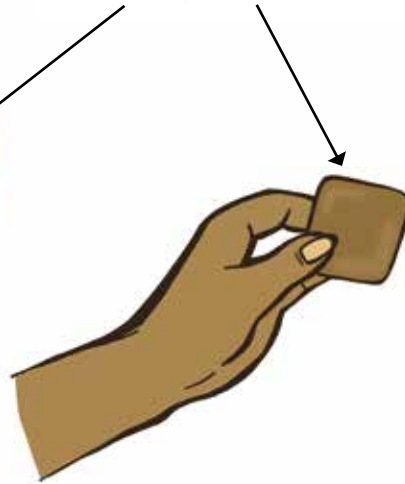
penis  
kuk



vagina  
fitta



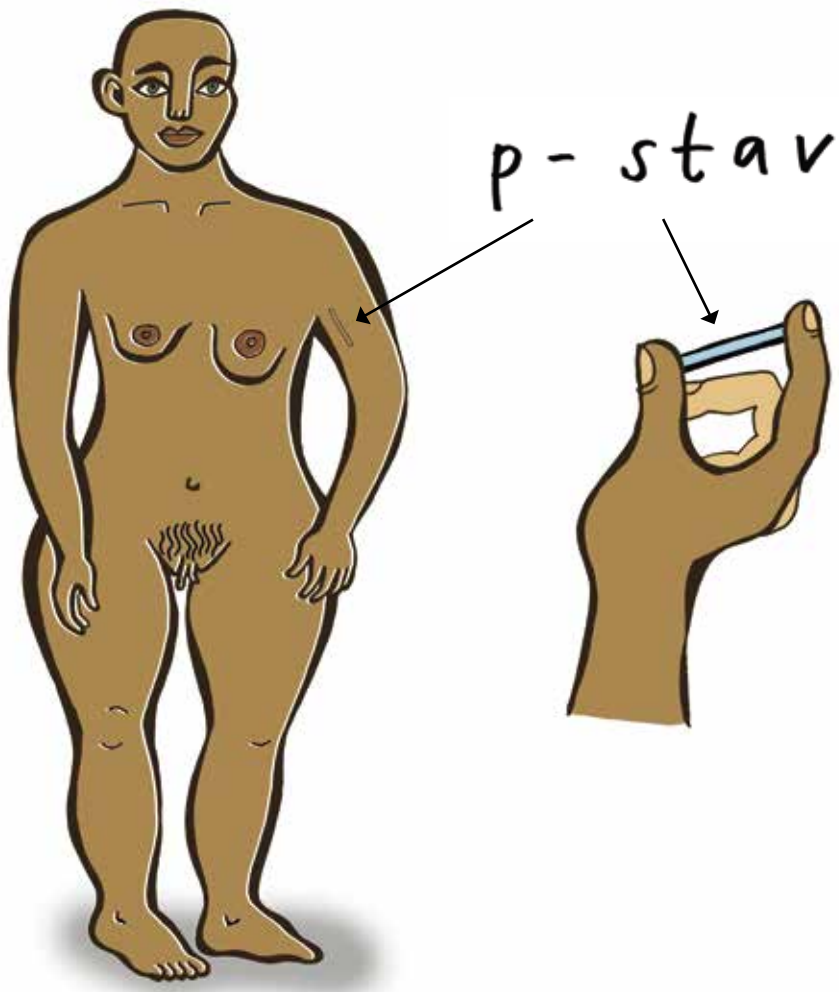
p-plåster



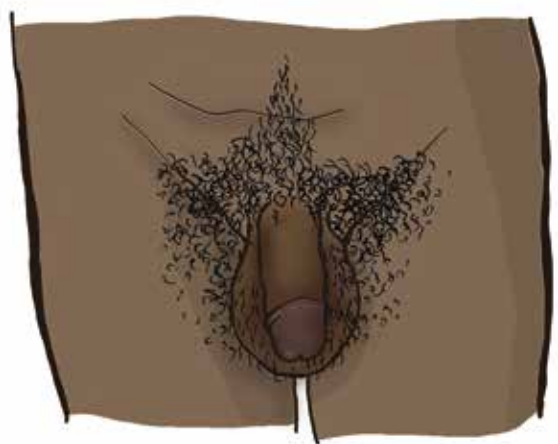
vagina  
fitta



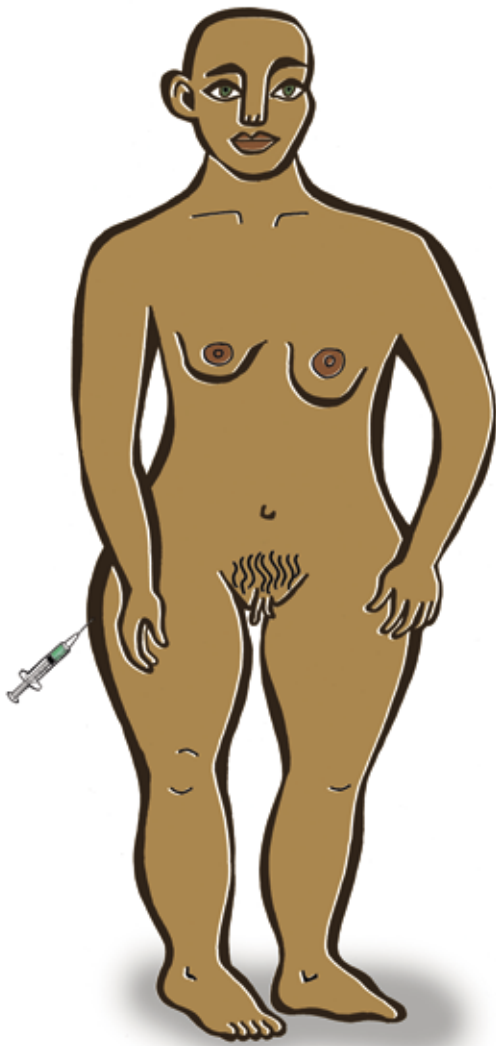
penis  
kuk



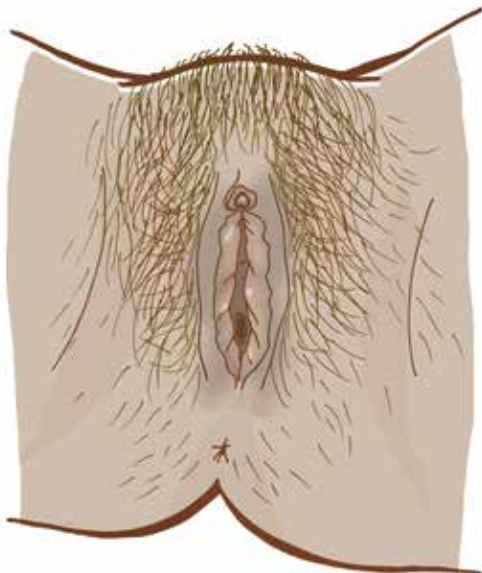
vagina  
fitta



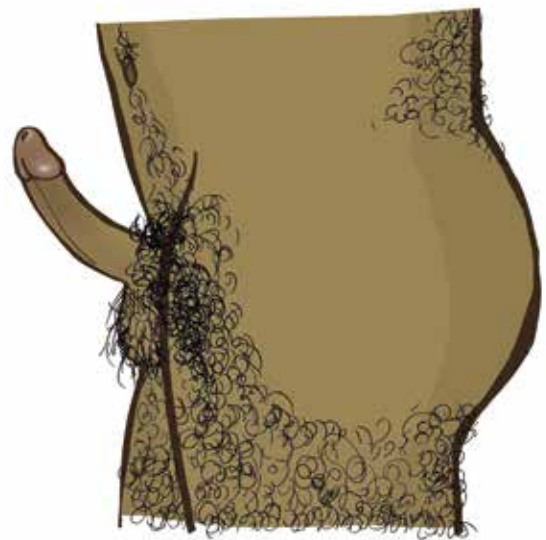
penis  
kuk



p-spruta



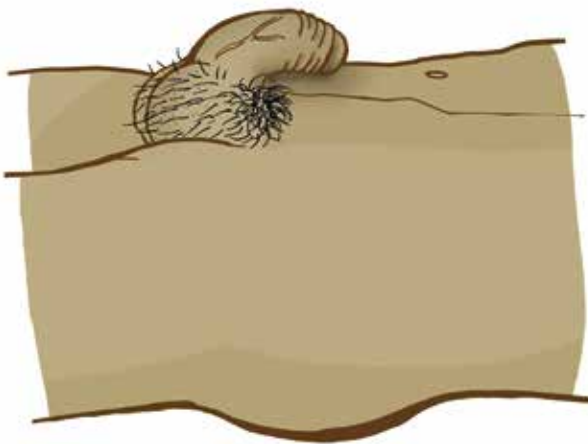
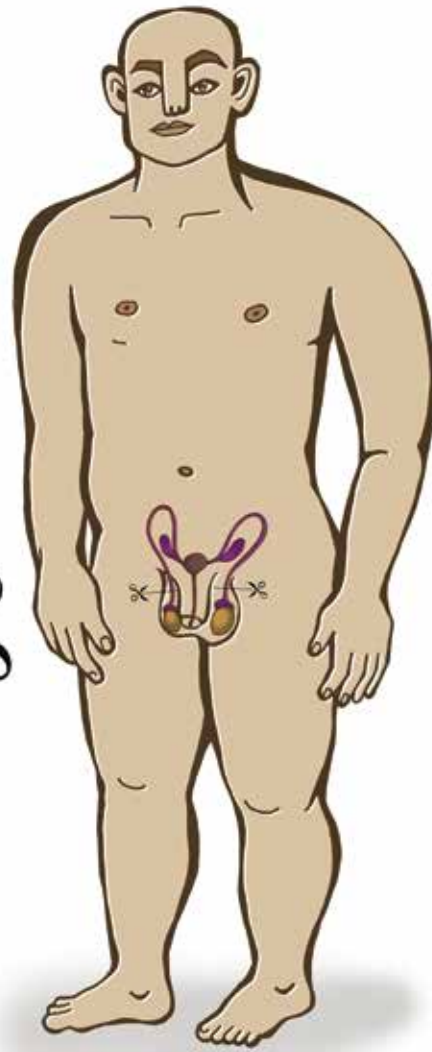
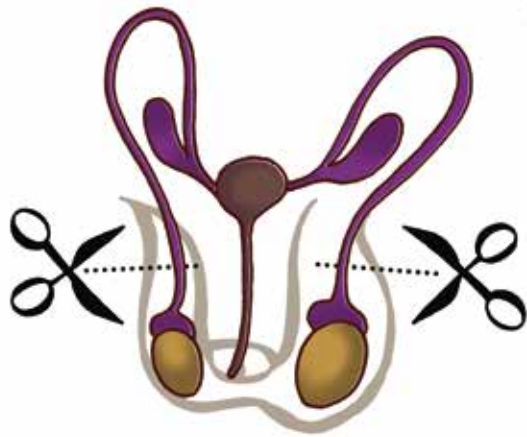
vagina  
fitta



penis  
kuk



sterilisering

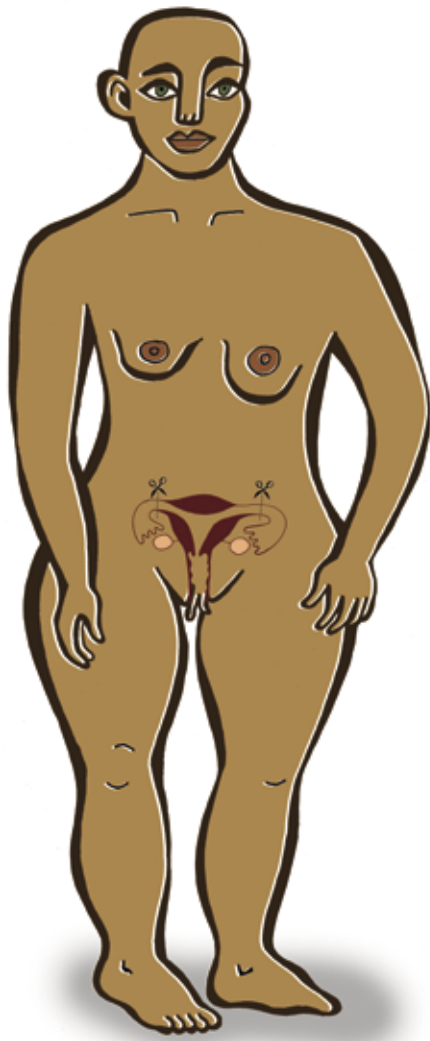


penis  
kuk

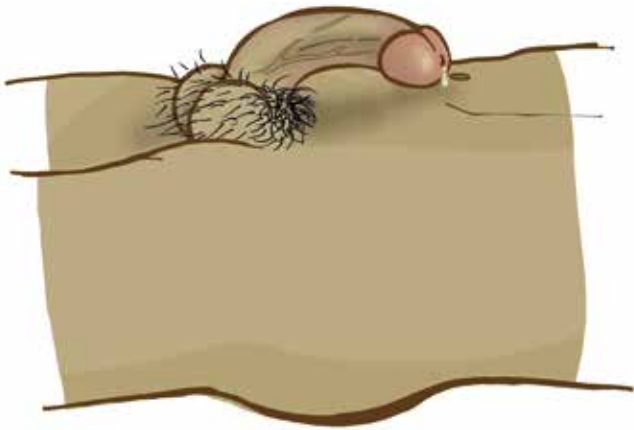


vagina  
fitta





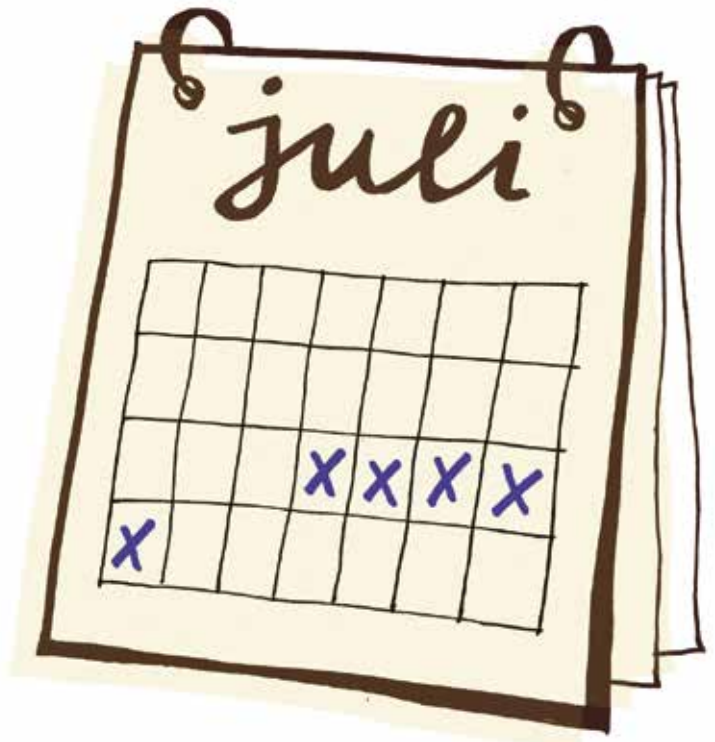
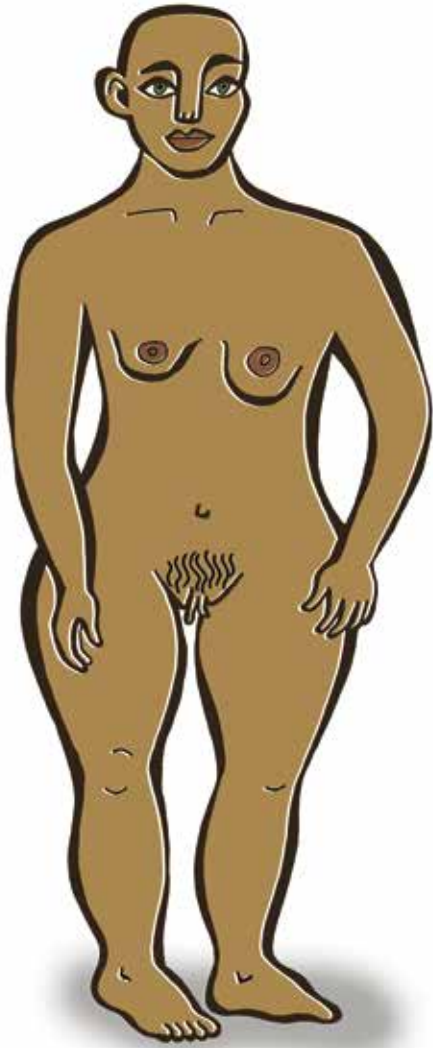
sterilisering



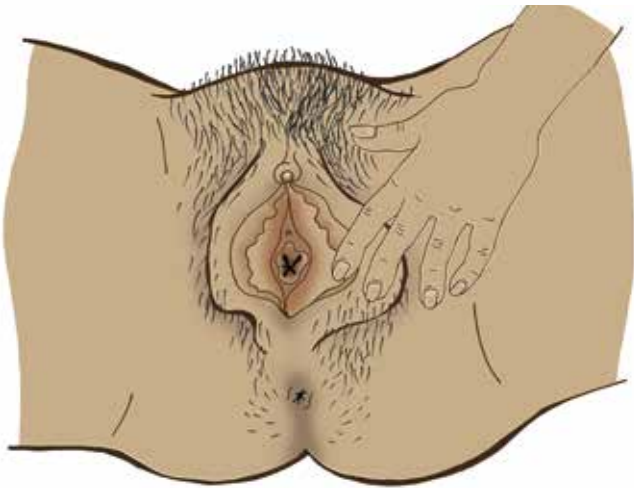
penis  
kuk



vagina  
fitta



"säkra perioder"



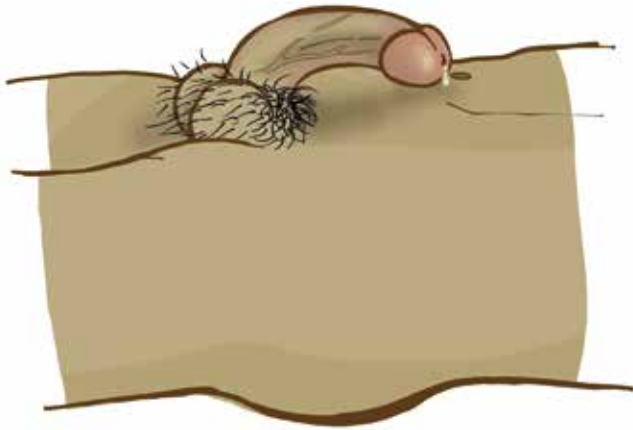
vagina  
fitta



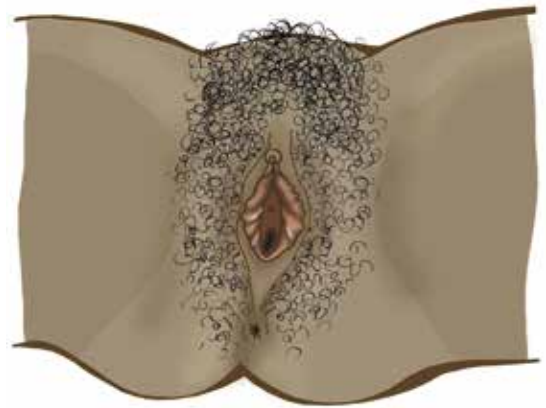
penis  
kuk

# avbrutet samlag

## 1. Slidsamlag (utan kondom)

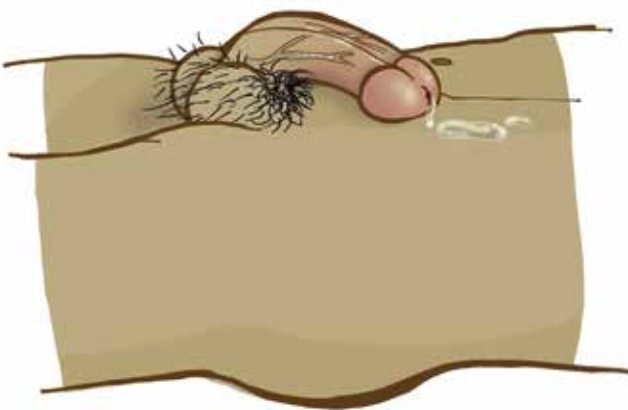


penis  
kuk

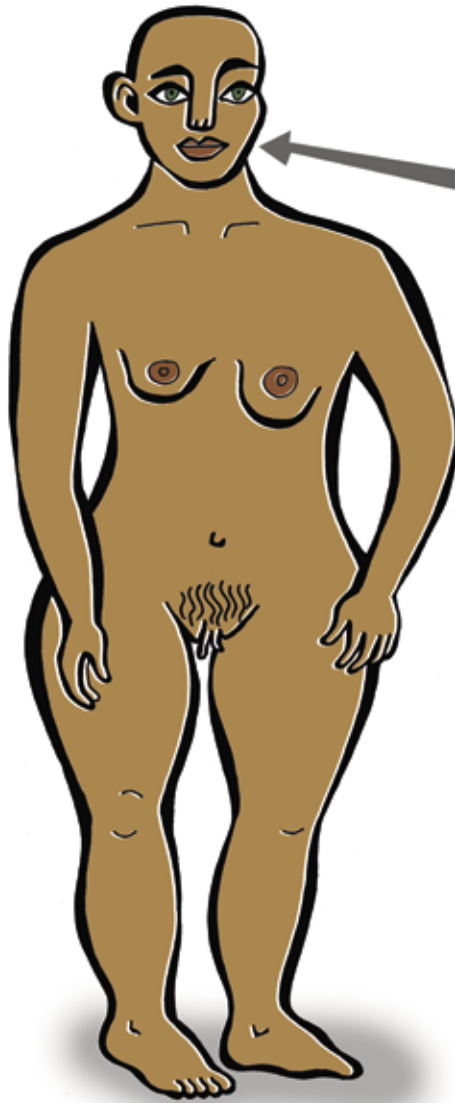


vagina  
fitta

## 2. Utlöshing kommer inte i slidan



penis  
kuk



akut-p-piller

# BERÄTTELSE OCH EXEMPEL

Här finns berättelser och exempel i text och bild till olika övningar i metodmaterialet. Till vissa övningar behövs också bilder som finns i andra delar av lektionsunderlaget (se anvisningar nedan).

Exempel till *Prata kropp och lust* (se s. 92 i metodmaterialet) s. 107-108

Bilder till övningen finns i *Kropp och sex* (s. 51-62) och i *Ord om sexualitet* (s. 19 och 42)

Exempelberättelse till *Första gången* (se s. 96 i metodmaterialet) s. 109

Berättelser till *Våga visa både ja och nej* (se s. 99 i metodmaterialet) s. 110-111

Bilder och diskussionsfrågor till *Kit och Gabi – när man vill olika* (se s. 101 i metodmaterialet) s. 112-124

Berättelse med bilder till *Loa och Eli – när bara en vill* (se s. 104 i metodmaterialet) s. 125

Exempel till *Där finns hjälp – för vuxna* (se s. 112 i metodmaterialet) s. 126-127

Bilder till *Marcin och Sara – hur blir sexet säkrare?* (se s. 133 i metodmaterialet) s. 128-130

Fler bilder till övningen finns i *Kropp och sex* (s. 63-88)  
Skyltar till övningen finns i *Övrigt material* (s. 210-212)

**Bild till *Tam och Ime – tankar och känslor om kondom* (se s. 137 i metodmaterialet) s. 131**

**Berättelse och bilder till *Termehs tankar om testning* (se s. 141 i metodmaterialet) s. 132–137**

Bilderna finns i två versioner beroende på deltagarnas ålder.

**Bilder och tillbehör till *Vic och Jody – tankar om testning i en parrelation* (se s. 143 i metodmaterialet) s. 138–143**

**Tillbehör till *Clara och Tiago – så blir de inte gravida* (se s. 159 i metodmaterialet) s. 144–146**

Bilder till övningen finns i *Ord om sexualitet* (s. 37) och i *Kropp och sex* (s. 63–73, 75–82 och 92–104)

**Exempel till *Finn frågan, sök svaret* (se s. 162 i metodmaterialet) s. 147–150**

Klipp isär frågorna (i rött) och svaren (i svart).

Bilder till övningen finns i *Ord om sexualitet* (s. 37) och i *Kropp och sex* (s. 63–66, 68–73, 75–82 och 92–104)

**Bilder och pratbubblor till *Spelar kön roll?* (se s. 186 i metodmaterialet) s. 151–184**

Pratbubblorna är uppdelade i kategorier. Välj ut tre pratbubblor ur varje kategori, förslagsvis fyra kategorier.

**Berättelse till *Alexis och Tendai – om självständighet och samhörighet* (se s. 192 i metodmaterialet) s. 185**

Berättelsen finns i två versioner beroende på deltagarnas ålder eller livssituation.

**Brev till *Brev om rättigheter* (se s. 193 i metodmaterialet) s. 186–193**

De flesta av breven finns i två versioner beroende på deltagarnas ålder eller livssituation.

**Exempel med bilder till *Gissa lagen* (se s. 202 i metodmaterialet) s. 194–208**



# Prata kropp och lust

Freja har tittat på sin fitta i en spegel.  
Den är inte som andra fittor som hon har sett på bild.  
Hur kan fittor vara olika?

Audreys kompis säger att alla kukar är olika.  
Audrey vill veta vad han menar.  
Hur kan kukar vara olika?

Zakariye är ihop med Kent.  
Zakariye tror att de snart kommer att ha sex. Han är glad men lite nervös.  
Han vill att det ska bli bra och undrar hur han kan göra Kent kåt.  
Vad vill ni säga till Zakariye?

När Teah är kåt blir hennes penis större och står upp.  
Hon undrar om det är samma med vaginor.  
Blir vaginor också större?  
Vad händer med vaginan?

Josef onanerar ganska ofta. Han vill veta om olika sätt att onanera på.  
Hur kan tjejer och killar onanera?  
Vad vill ni säga till Josef?

När Yaasmiin var liten tog de bort en bit av klitoris.  
Hon har hört att många tycker att det är skönt att smeka runt klitorisollonet.  
Yaasmiin vill ha sex med sig själv.  
Hon vill veta vad hon kan göra som är skönt.  
Vad vill ni säga till Yaasmiin?

Axel och hans flickvän har sex ibland.  
De vill prova att ha sex med finger i analen.  
De vill veta vad som är viktigt att tänka på för att det ska bli bra.  
Vad vill ni säga till dem?

Kei har hört sina kompisar prata om orgasm.  
Kei tycker att det är skönt att ha sex men har nog aldrig haft orgasm.  
Kei vill veta vad en orgasm är.  
Vad vill ni säga till Kei?

Elmi tycker att alla pratar så mycket om sex och förstår inte  
varför sex är så viktigt och roligt.  
Elmi undrar om det är ett problem att inte vilja ha sex.  
Vad vill ni säga till Elmi?

Bilal och hans flickvän har haft sex många gånger.  
De senaste gångerna de hade samlag gjorde det ont i hennes vagina.  
Bilal är rädd att något är fel. Han vill veta vad de ska göra.  
Vad vill ni säga till Bilal och hans flickvän?

Selma har hört att det gör ont och kommer blod när tjejer  
har sex första gången.  
Hon har haft sex med en kompis en gång. Kompisen förde in  
ett finger i hennes slida.  
Selma tyckte att det var skönt. Det kom inget blod.  
Hon vill veta om det är vanligt att det inte kommer blod.  
Vad vill ni säga till Selma?

## Exempelberättelse till *Första gången*

Angelika har varit kär i Nina länge. Nu har de äntligen blivit tillsammans. Angelika vill gärna ha sex med henne men är nervös att hon ska göra fel. Nina kanske inte kommer tycka om det hon gör. Det kanske inte kommer att kännas så bra som Angelika hoppas.

När de hånglar säger Angelika alltid att hon måste gå innan de tar av sig kläderna. Hon tycker att det är svårt att berätta för Nina hur hon känner.

# Våga visa både ja och nej

## OM ATT VISA INTRESSE

Adam och Elliot är klasskompisar. Adam är kär i Elliot men vet inte om Elliot känner samma för honom. Adam tycker att det är jobbigt att inte veta.

De har gått hem till Adam efter skolan. Han vill visa sina känslor, men vet inte hur.

Adam tänker att Elliot kanske bara vill vara kompisar. Men han hoppas att Elliot också är kär.

- \* Vad kan Adam göra?
- \* Finns det sätt att visa att man är intresserad som inte är okej?
- \* Hur kan man säga eller visa att man inte är intresserad på ett bra sätt?

## OM ATT HA SEX FÖR FÖRSTA GÅNGEN

Aysha och Robin är på en fest. De dansar tillsammans och Aysha tycker att det känns jättebra. När festen är slut frågar hon om Robin vill följa med henne hem. Det vill han.

De hångrar hemma hos Aysha. Hon är kåt och vill att de tar av sig kläderna, men vet inte om Robin vill det.

Robin och Aysha har aldrig haft sex med någon förut.

- \* Vad kan Aysha göra?
- \* Om man vill ha sex, finns det sätt att visa detta på som inte är okej?
- \* Hur kan man säga nej på ett bra sätt om man inte vill ha sex?

## OM ATT KÄNNA SIG PRESSAD ATT HA SEX

Bao och Thanh har varit ihop i några månader. En kväll är de hemma hos Thanh och tittar på film.

Bao börjar smeka Thanh's lår. Thanh förstår att Bao nog vill ha sex. Det känns bra och de börjar hångla och klä av sig kläderna.

Efter att de hånglat ett tag vill Thanh bara kramas. Thanh vill inte alls ha sex längre. Det känns jobbigt eftersom Thanh inte vill att Bao ska bli ledsen.

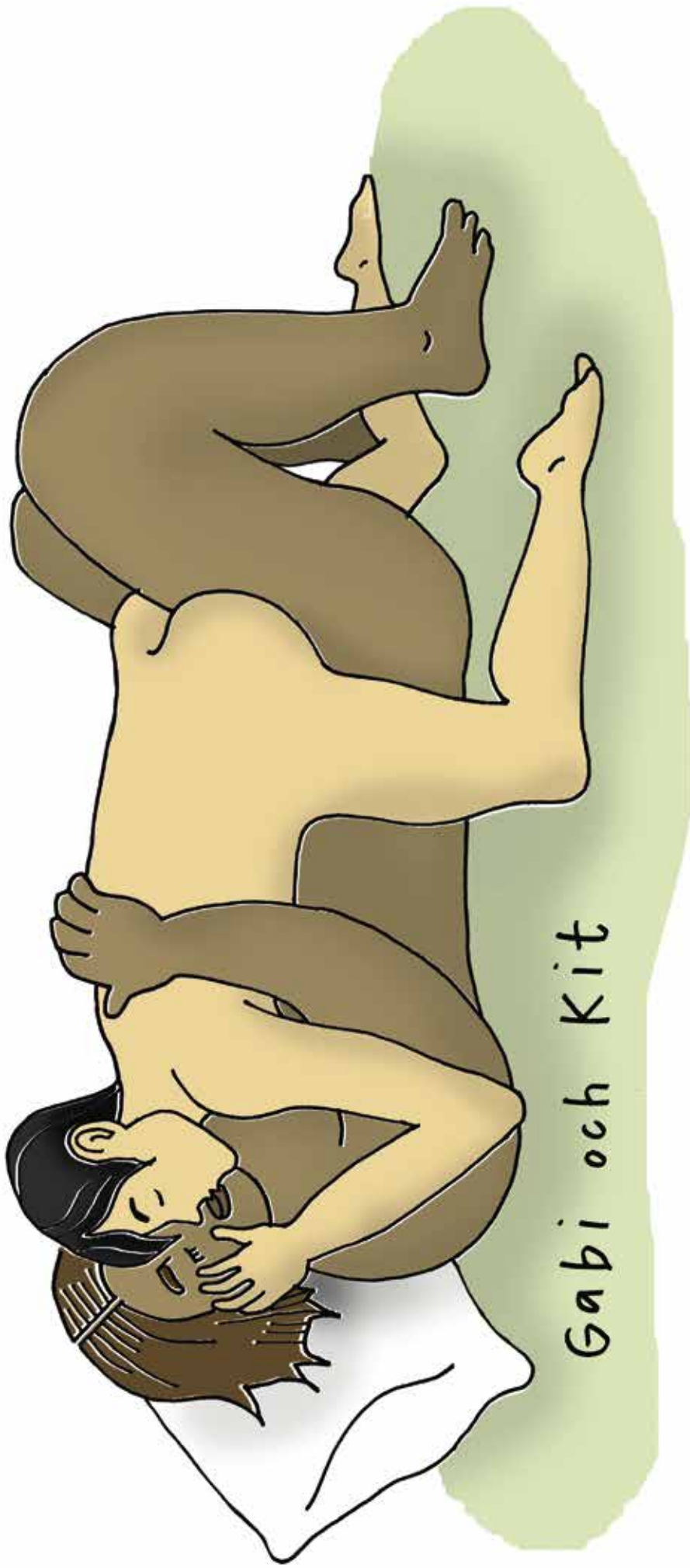
Thanh slutar att smeka och kyssa Bao, men säger ingenting.

\* Vad tror ni att Bao gör nu?

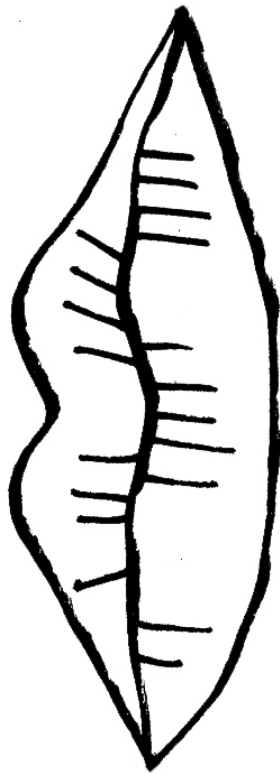
\* Hur kan man säga nej på ett bra sätt om man inte vill ha sex?



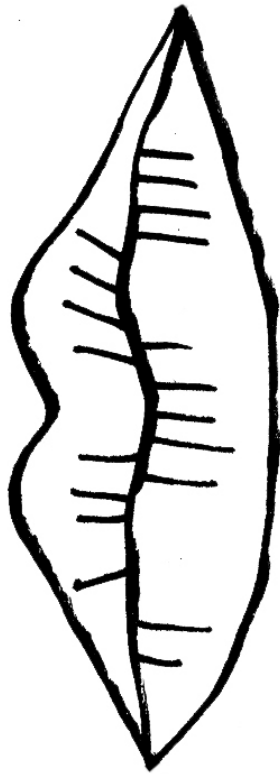




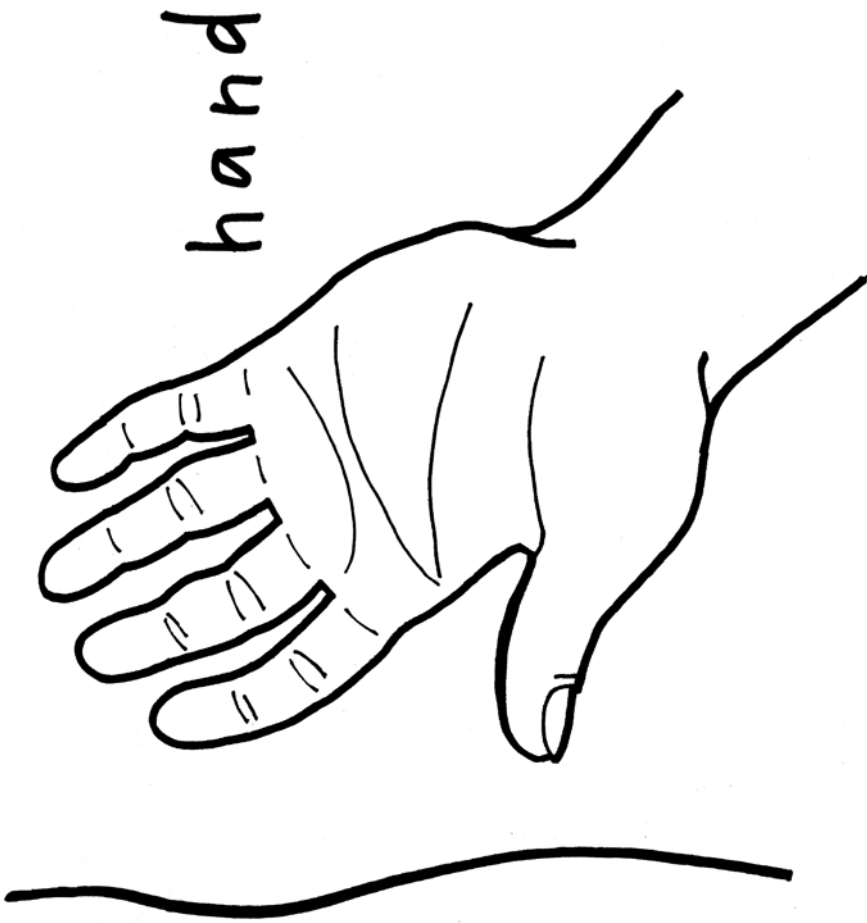
Gabi och Kit



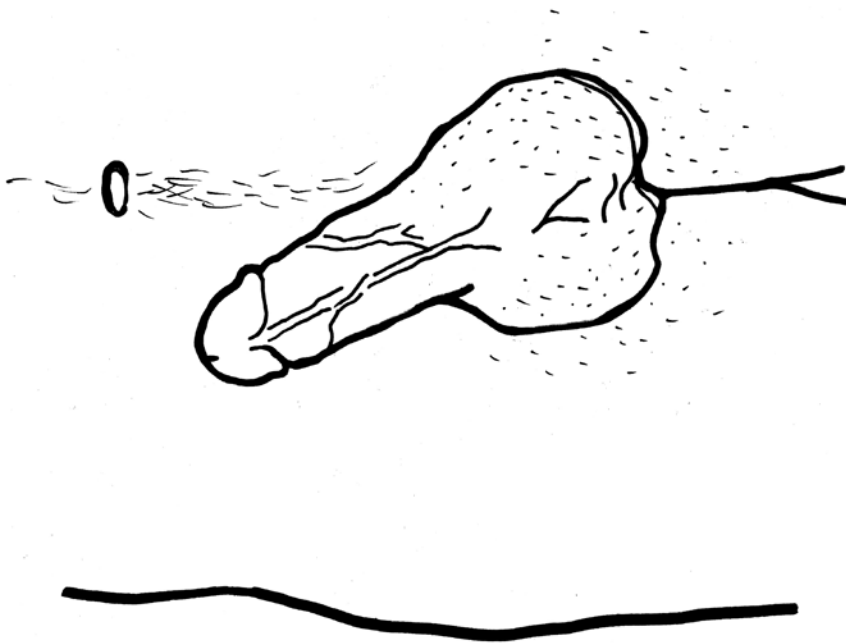
muh



muh

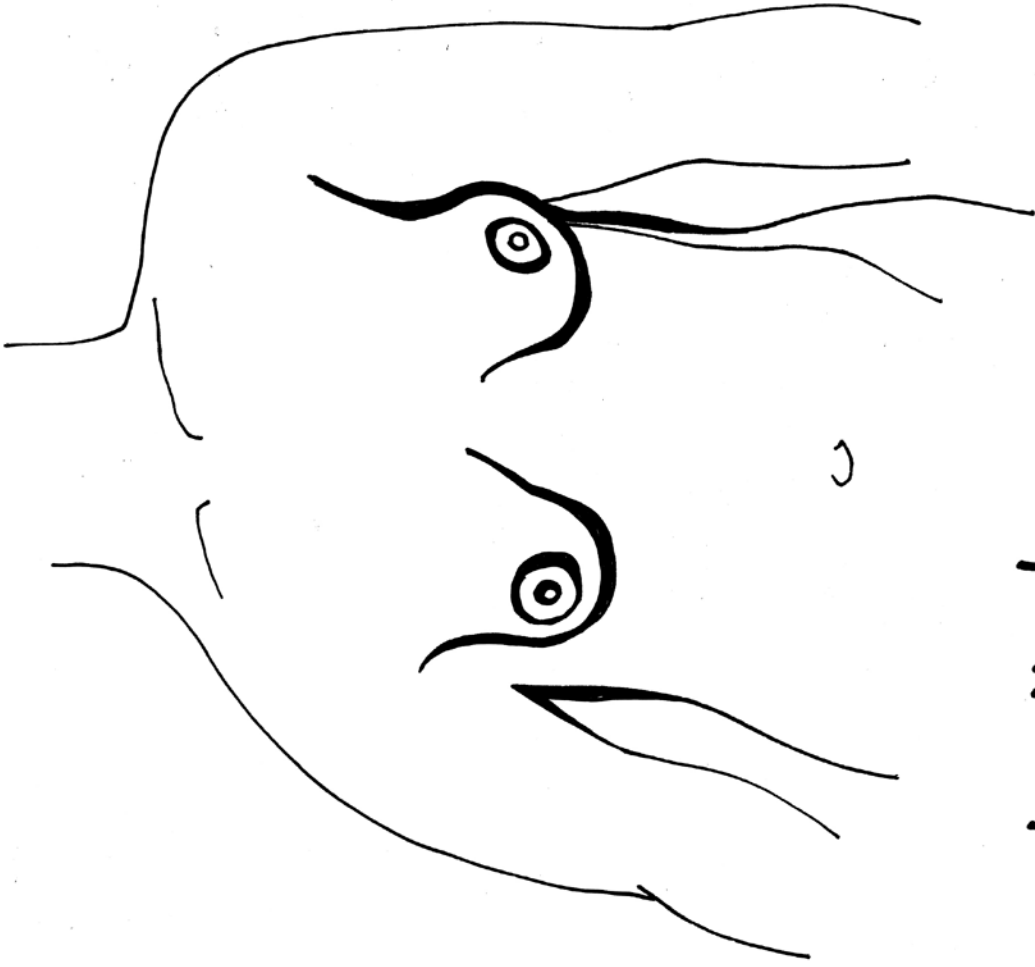


hand

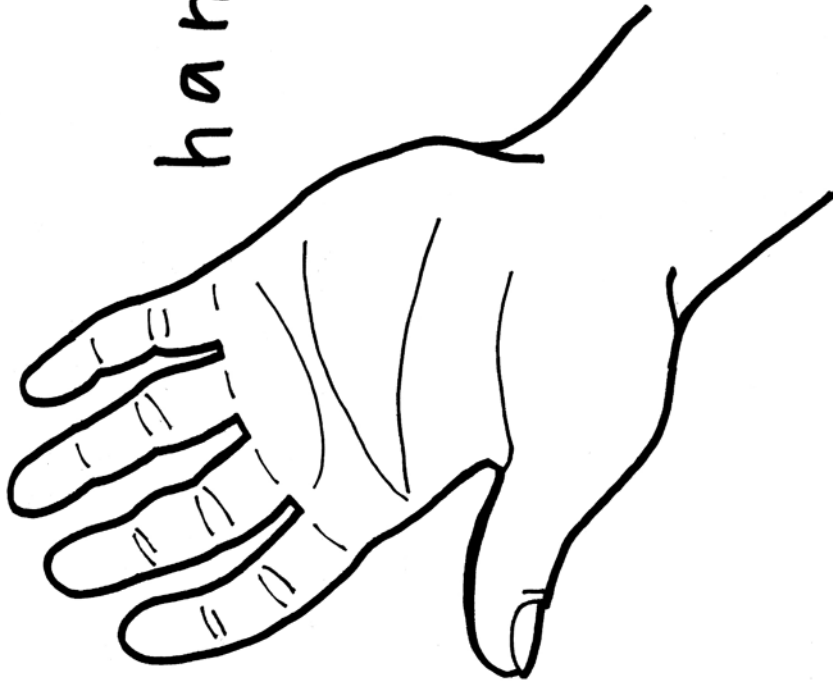


penis

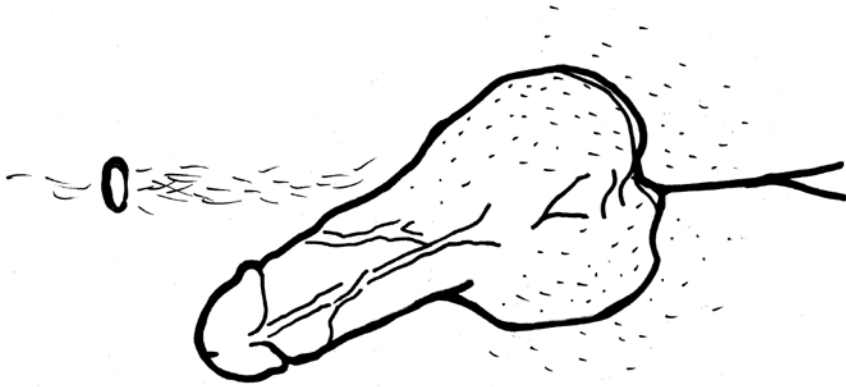
kuk



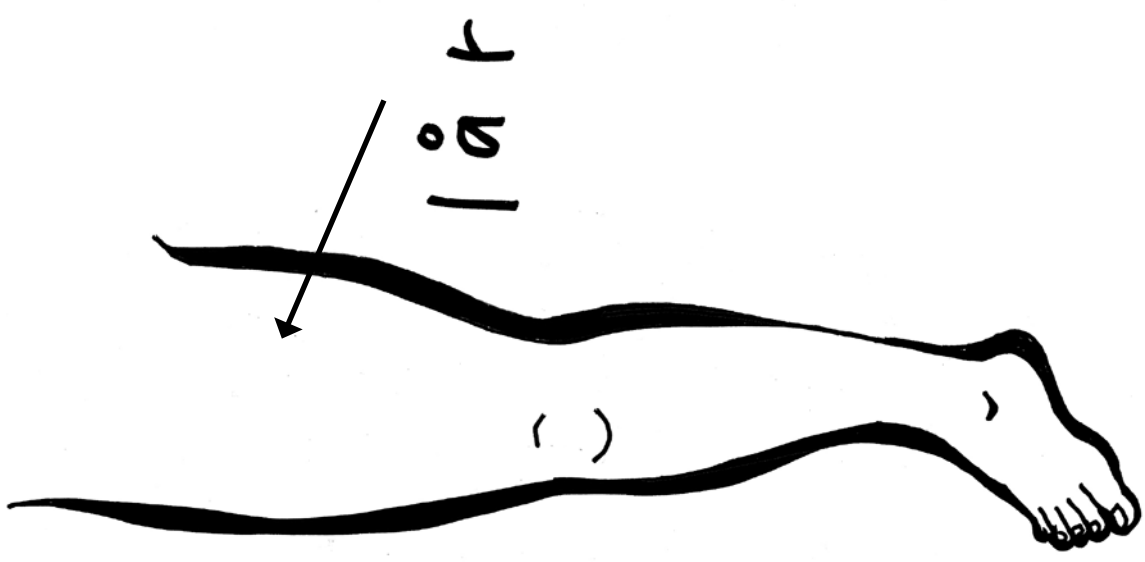
bröst



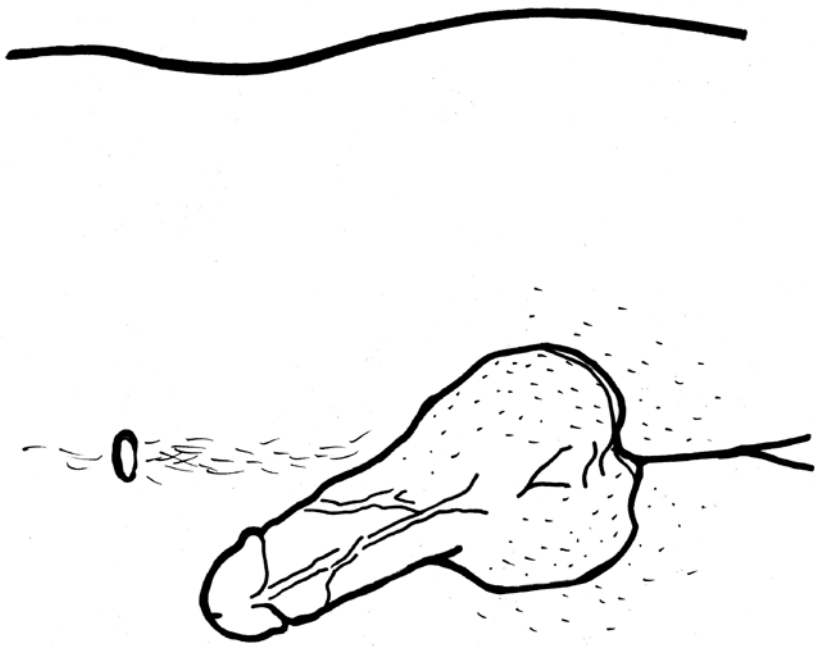
hand



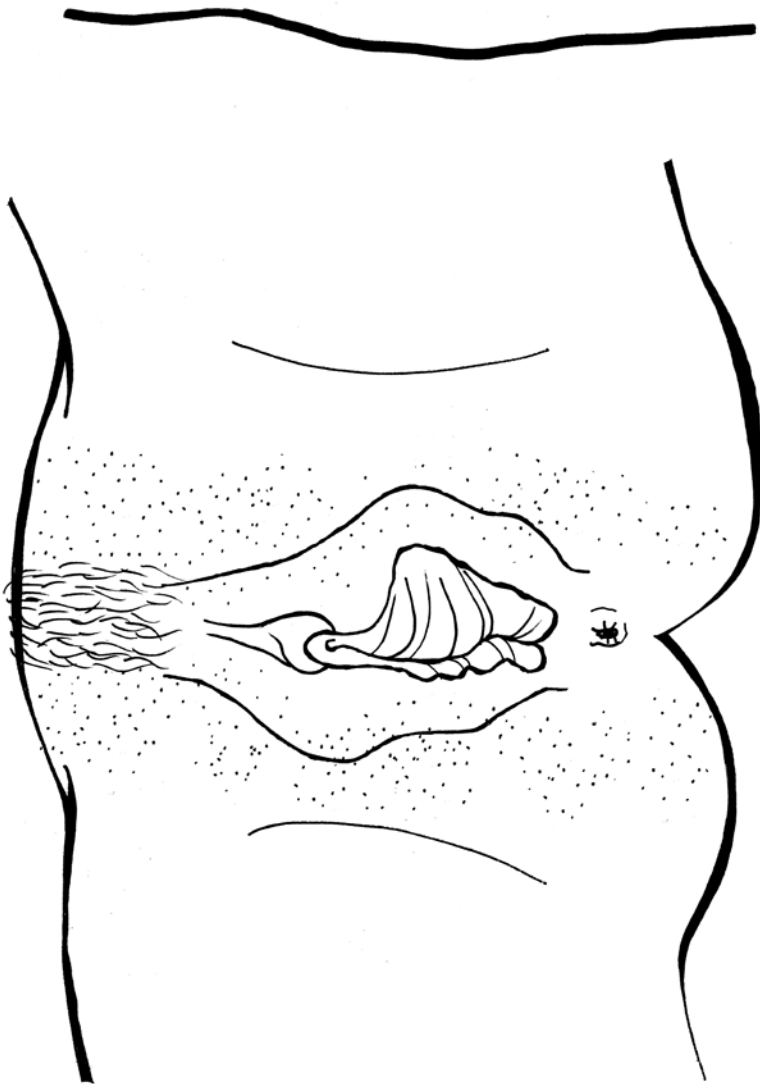
penis  
kuk



lår



penis  
kuk

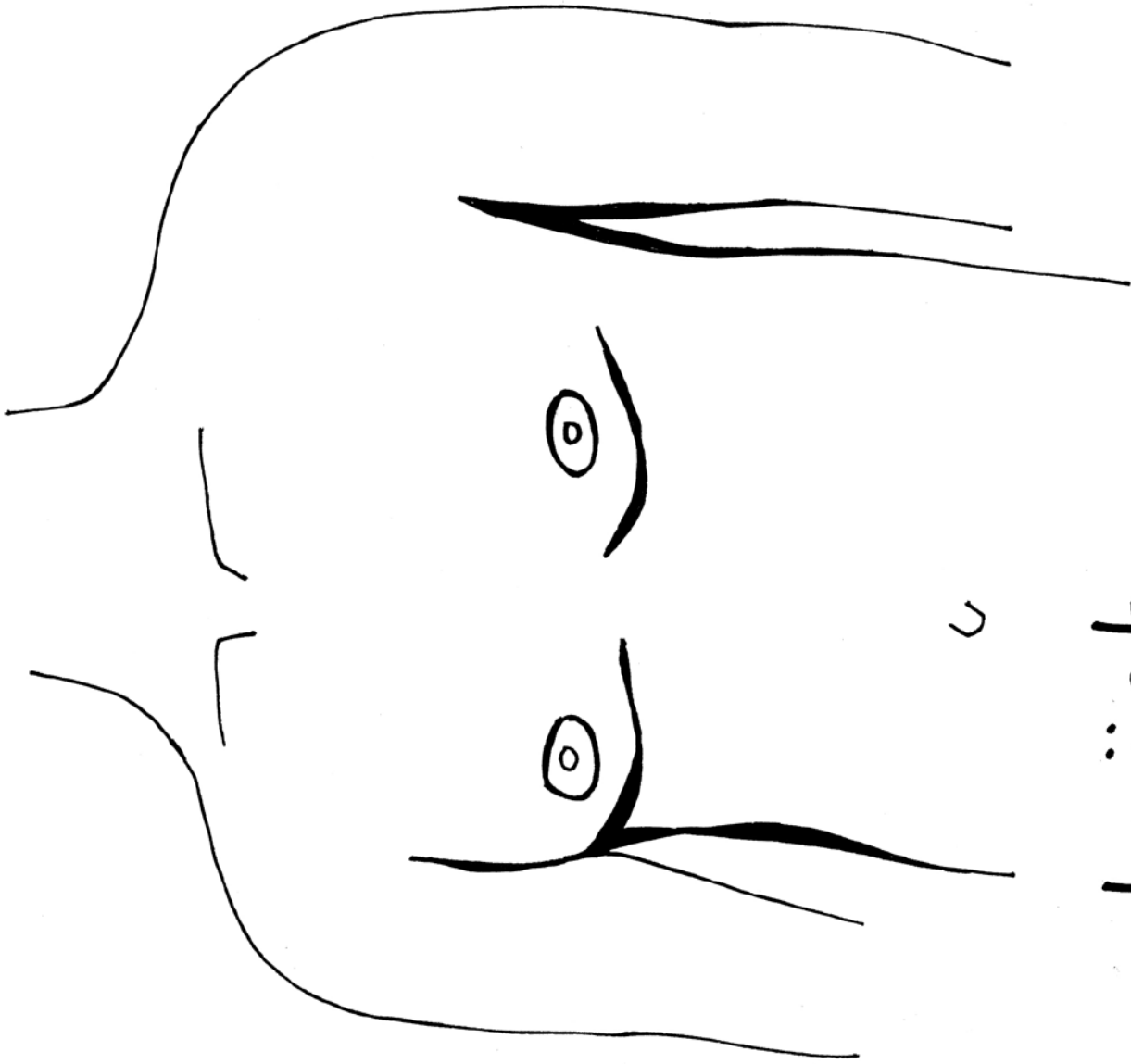


vagina  
fitta

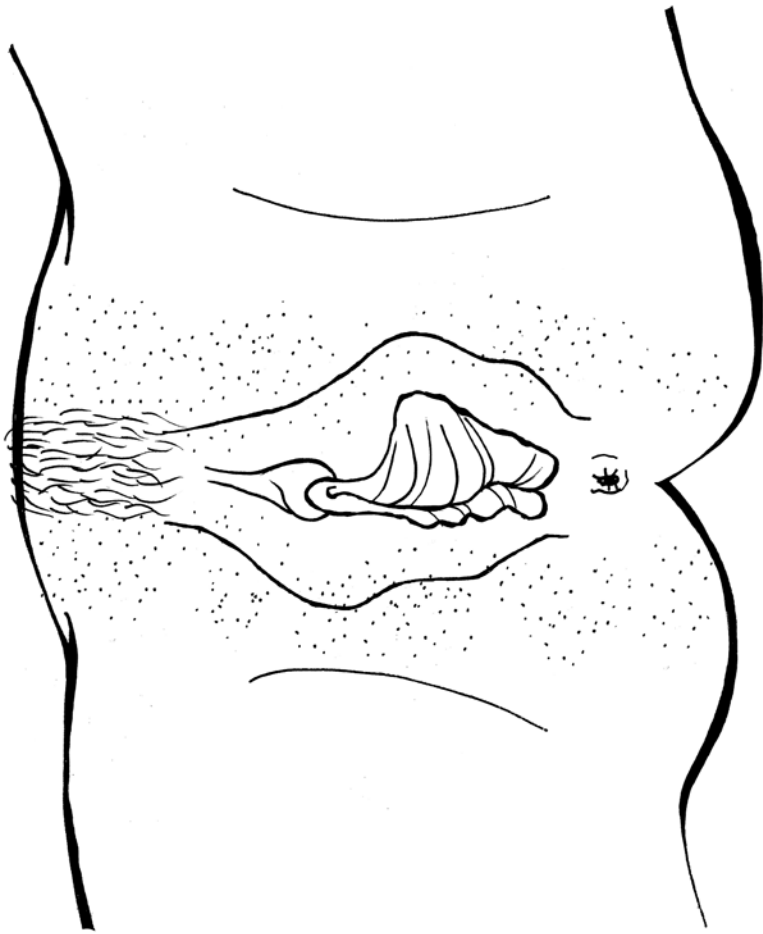
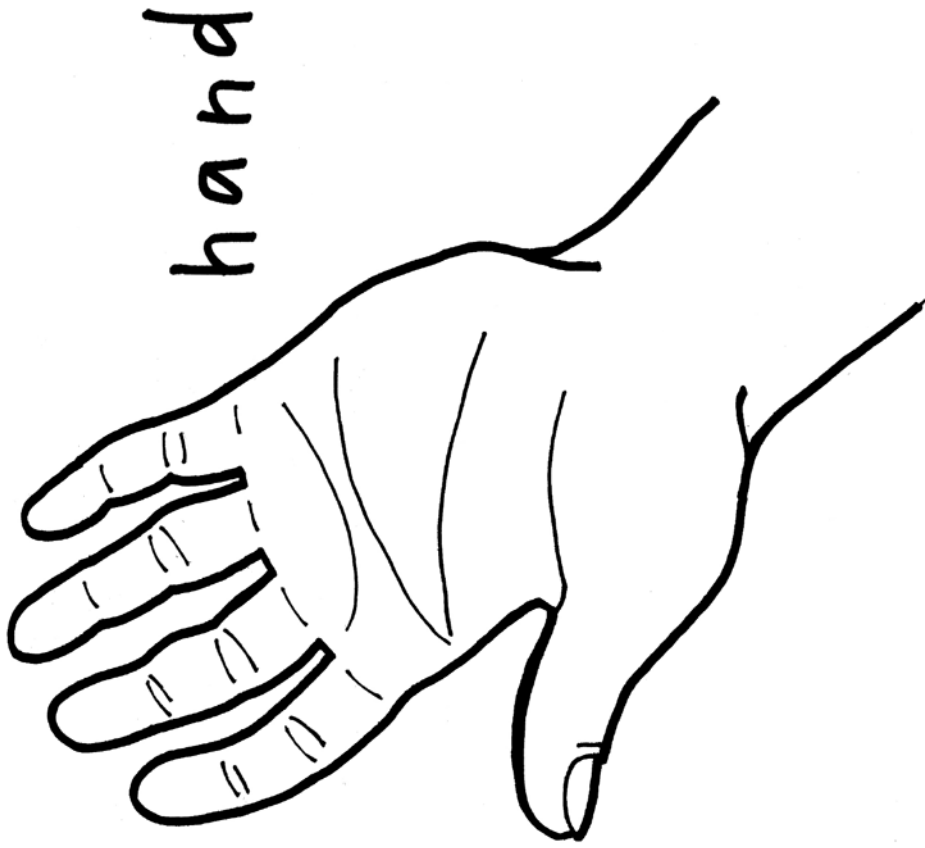




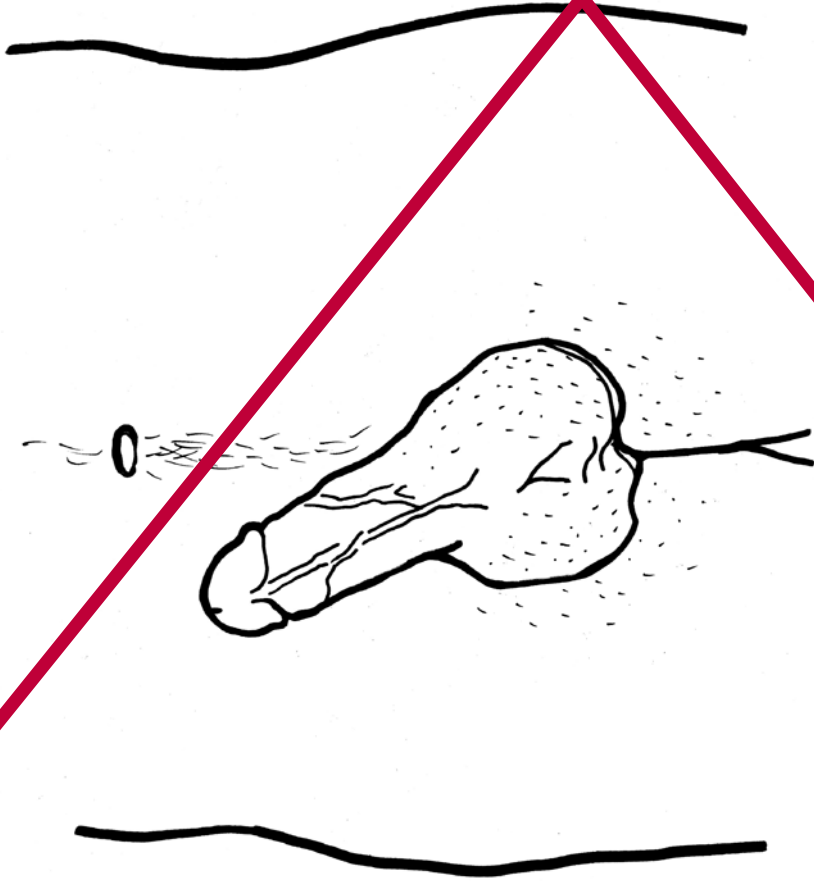
mun



bröst

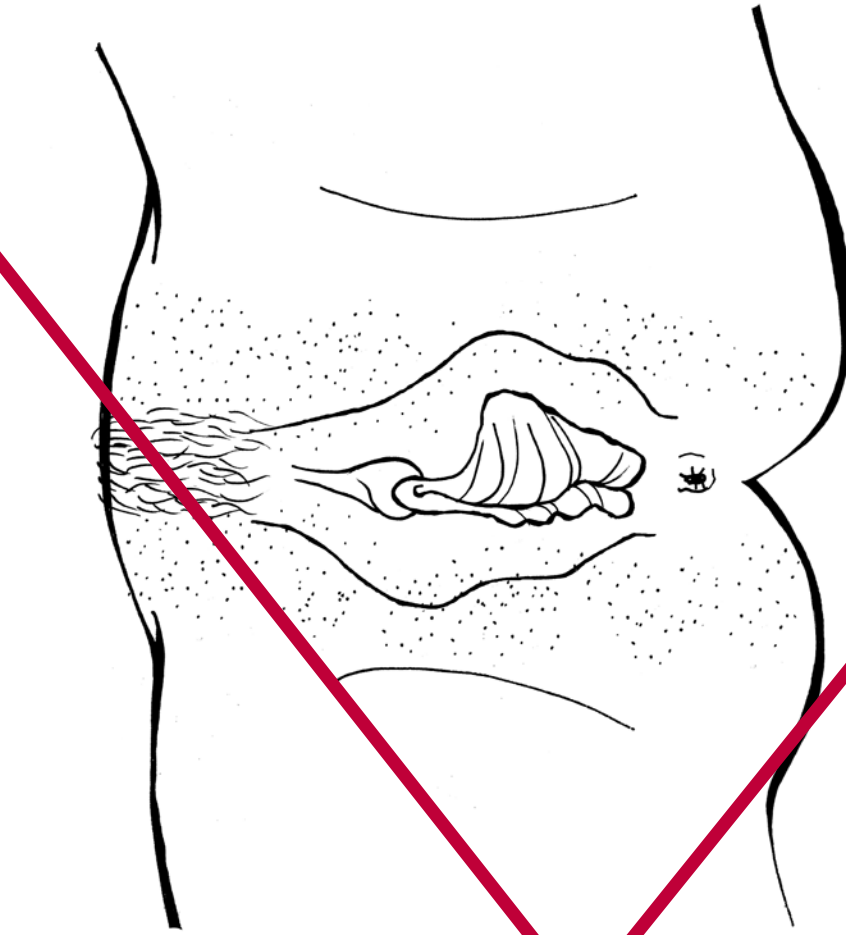


fitta



penis

kuk



vagina

fitta

Gabi visar att Gabi inte vill ha sex med penis i vagina.  
Kit förstår inte och blir irriterad.

Gabi är inte kåt längre och vill inte ha sex. De har inte sex.

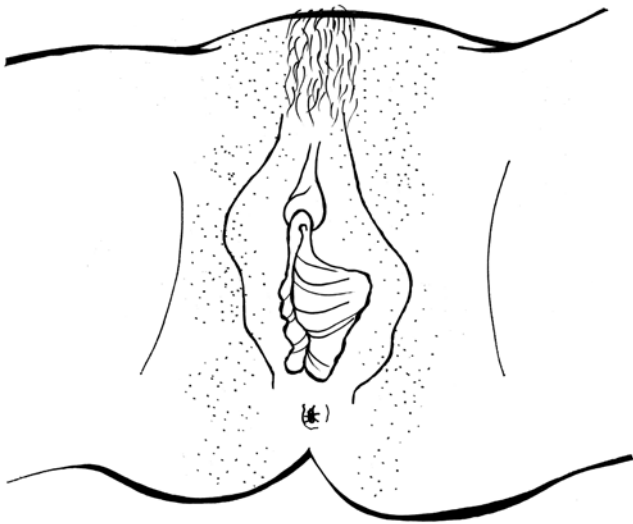


SEX

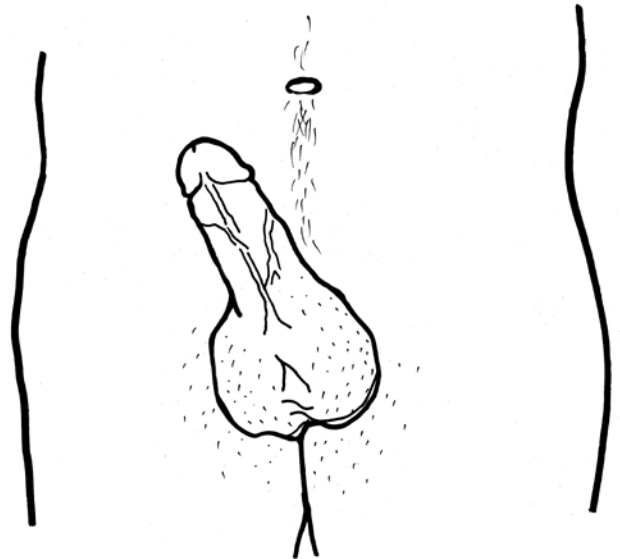
**Diskutera:**

- \* Varför blir Kit irriterad?
- \* Hur känns det för Kit när Gabi inte vill ha samlag?
- \* Hur känns det för Gabi när Kit blir irriterad?

Kit förstår vad Gabi vill men tycker att de ändå ska göra som Kit vill. Kit tjarar. De har sex som Kit vill.



vagina  
fitta

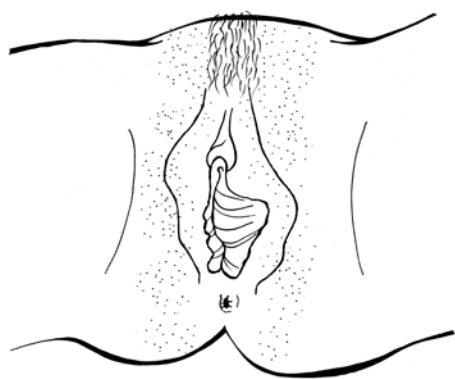


penis  
kuk

**Diskutera:**

- \* Varför tjarar Kit?
- \* Hur känns det för Gabi när Kit tjarar?
- \* Varför tycker Gabi att det är svårt att säga nej?

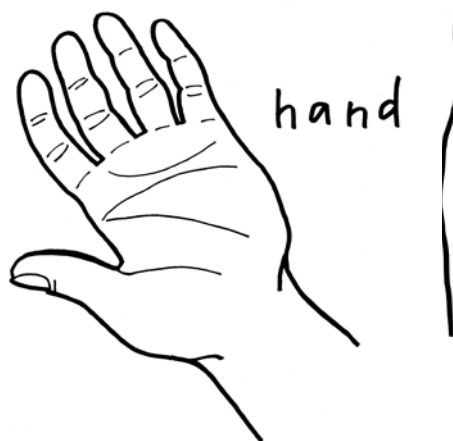
Kit och Gabi förstår varandra. De har smeksex.



vagina  
fitta



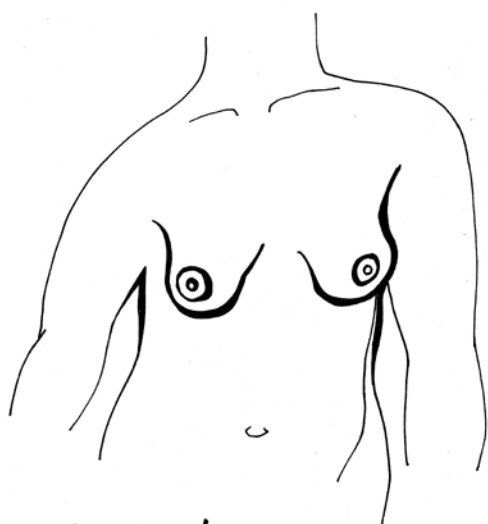
hand



hand



penis  
kuk



bröst



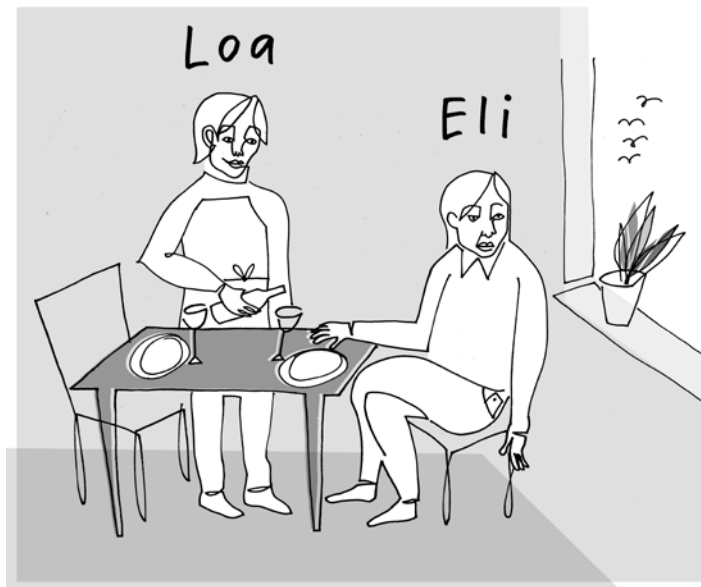
hand

**Diskutera:**

\* Hur gör Gabi och Kit för att förstå varandra?



## Loa och Eli – när bara en vill



Eli och Loa har varit tillsammans i flera år och bor ihop. De älskar varandra.

Eli har inte lust att ha sex så ofta längre och tycker att det känns bra. Men Eli ser att Loa fortfarande vill ha sex. Loa tycker att det är jobbigt att Eli inte har lust.

En dag kommer Eli hem från jobbet. Loa har gjort fint hemma och lagat god mat. Eli förstår att Loa vill ha sex ikväll. Eli tycker att det känns jobbigt.



När de lägger sig tar Loa på Elis kropp. Eli har inte lust men säger ingenting. Eli vill inte att Loa ska bli ledsen. Eli vänder sig bort.

## Där finns hjälp – för vuxna

Din kompis har en son som är 15 år. Han har mycket frågor om kroppen. Han är ofta ledsen också och skulle vilja prata med en vuxen. Var kan han få hjälp?

Din kompis har många frågor om kroppen och sex. Hon vågar inte prata med någon. Var kan hon få information?

Din kompis har ett barn och hon vill inte ha fler barn. Hon vill ha preventivmedel. Var kan hon få hjälp?

Din kompis är gravid. Hon har varit gravid i 6 veckor. Hon vill inte ha barn. Var kan hon få hjälp?

Din kompis har bara sex med sin partner. De har aldrig testat sig för könssjukdomar. Han vet inte om han har en könssjukdom. Var kan han testa sig?

Din kompis gillar sex. Ofta får han inte erektion. Han blir nervös och vågar inte ha sex. Var kan han få hjälp?

Din kompis var med om en könsstympling när hon var barn.  
De sydde ihop hennes blygdläppar så att det är ett litet hål kvar.  
Idag har hon svårt att kissa.  
Var kan hon få hjälp?

Din kompis är en transperson. Han känner sig som en kille men är född med snippa.  
Många tror att han är tjej. Det gör honom ledsen.  
Var kan han få hjälp?

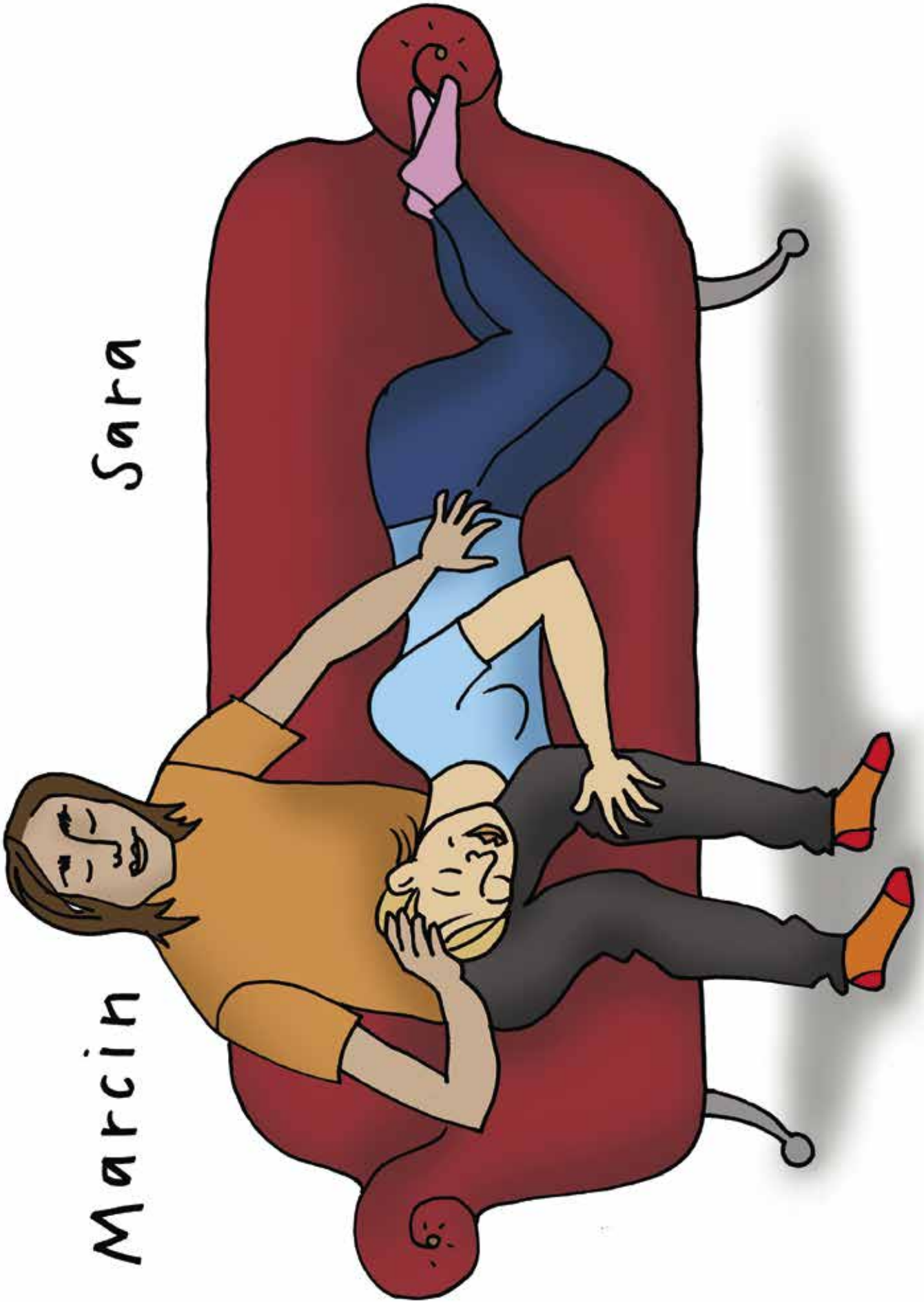
Din kompis är kär. Han är tillsammans med en man. De är lyckliga.  
Men hans klasskamrater tycker att han ska vara med en kvinna istället.  
Din kompis vill prata med någon.  
Var kan han få hjälp?

Din kompis är gift. Hennes man hade sex med henne.  
Hon sa nej och då slog han henne.  
Var kan hon få hjälp?

Din kompis vill ha sex ofta, men det vill inte hennes flickvän.  
Hon är rädd att hon kommer att ha sex med sin flickvän mot hennes vilja.  
Din kompis har svårt att kontrollera sig.  
Var kan hon få hjälp?

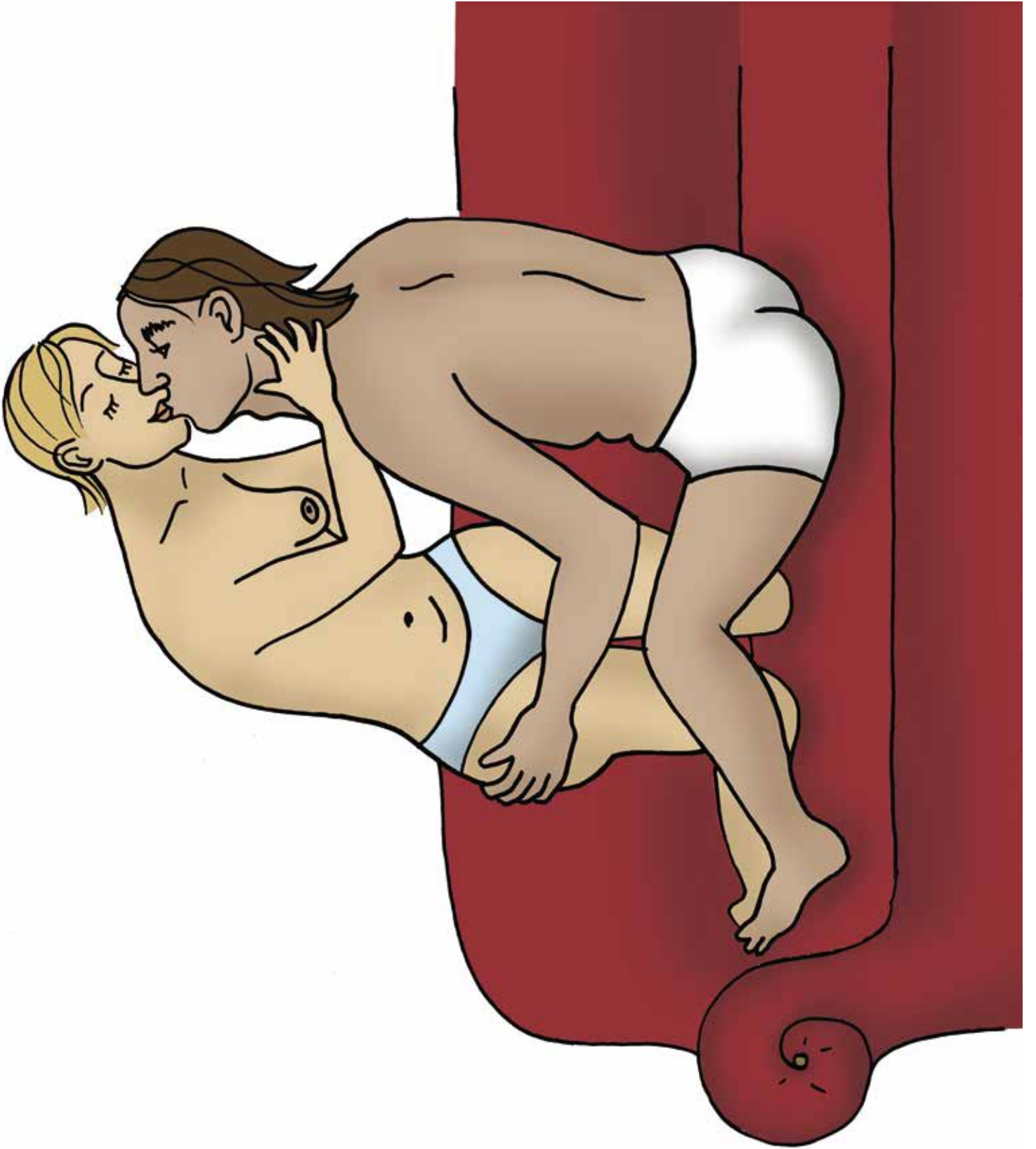
Din kompis har en dotter som är 17 år. Dottern får inte träffa sin pojkvän.  
Familjen vill inte att andra ska börja prata dåligt om deras familj.  
De vill bestämma vem hon ska gifta sig med.  
Var kan dottern få hjälp?

Din kompis och hans fru bråkar ofta.  
Han älskar henne och vill inte skilja sig.  
Men de kan inte lösa sina problem själva.  
Var kan de få hjälp?



Sara

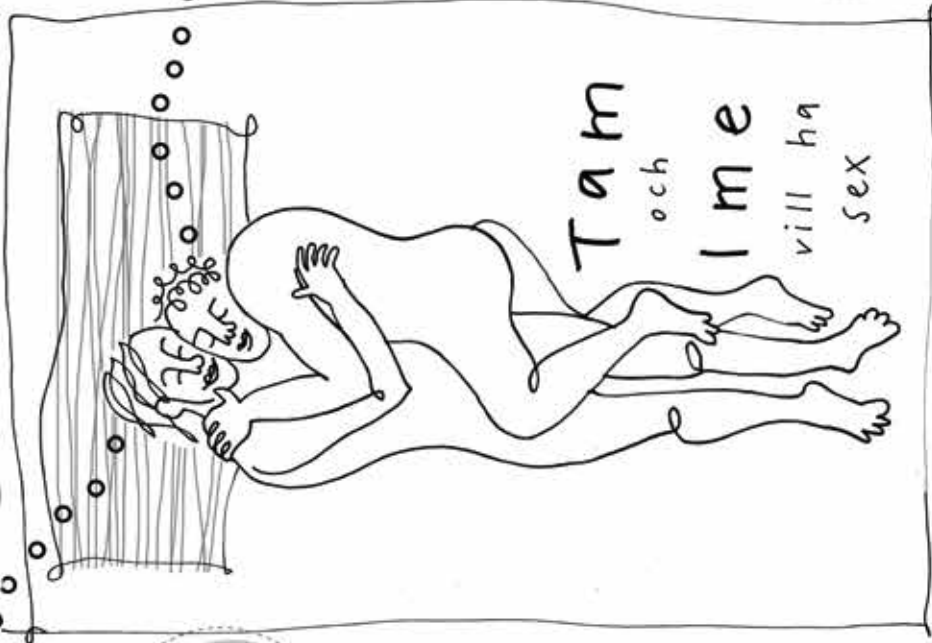
Marcin







Tam vill ta fram kondom.  
vad tänker Tam?



Ime vill inte ta fram kondom.  
vad tänker Ime?



Termeh

Termehs kompis

Termeh berättar för sin kompis att hon har träffat en ny man.  
De har haft sex.

Kompisen frågar om de använde kondom. Termeh säger nej.  
De har mest smeksex. Men de har haft samlag också.

Kompisen tycker att hon ska testa sig för könssjukdomar,  
men Termeh vill inte testa sig.

Jag vill inte testa mig för att...



Termeh

Termehs kompis

Jag tycker Termeh ska  
testa sig för att...



Termeh

Termehs kompis





Termeh berättar för sin kompis att hon har träffat en ny kille.  
De har haft sex.

Kompisen frågar om de använde kondom. Termeh säger nej.  
De har mest smeksex. Men de har haft samlag också.

Kompisen tycker att hon ska testa sig för könssjukdomar,  
men Termeh vill inte testa sig.

Jag vill inte testa mig för att...





Jag tycker Termeh ska  
testa sig för att...





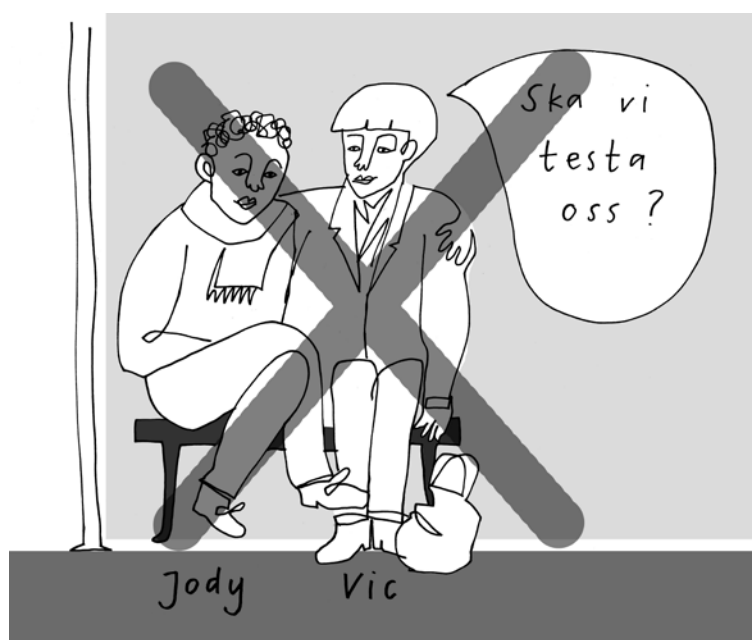
Vic frågar Jody om de kan testa sig tillsammans.



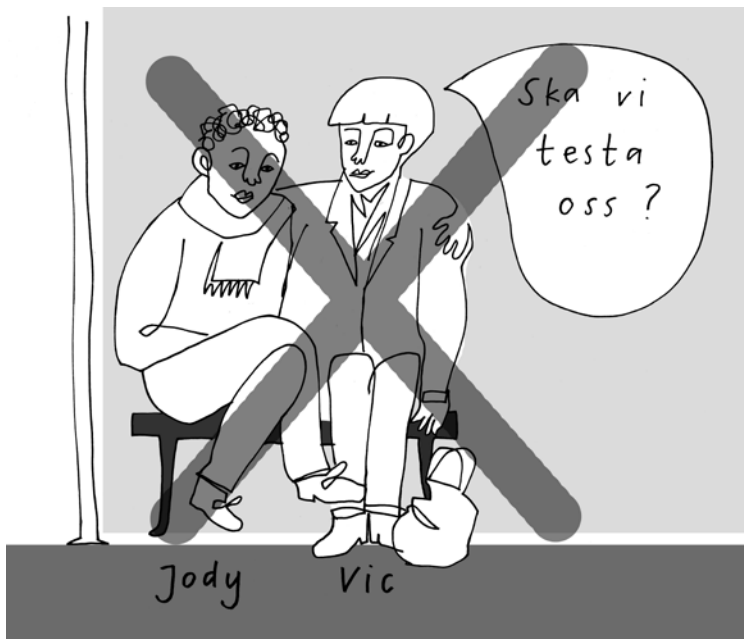
vic testar sig.



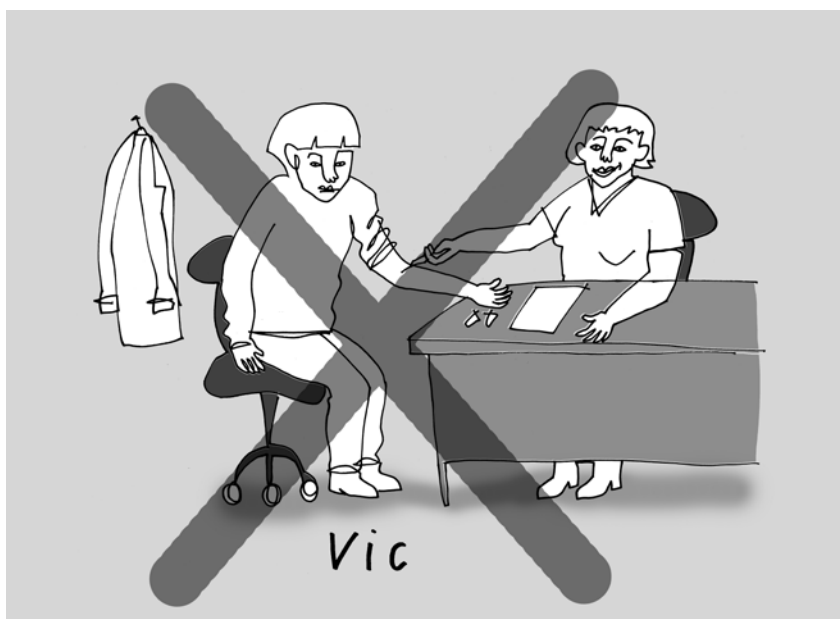
Vic pratar inte med Jody om testning.



Vic pratar inte med Jody om testning.



Vic testar sig inte.



Öppet alternativ



## HÖRN 1

### **Diskutera:**

- \* Vad kan Vic säga till Jody för att Jody ska testa sig med Vic?
- \* Vad svarar Jody?
- \* Varför kan det vara bra att testa sig tillsammans?

## HÖRN 2

### **Diskutera:**

- \* Varför testar sig Vic ensam?
- \* Varför vågar inte Vic prata med Jody om testning?

## HÖRN 3

### **Diskutera:**

- \* Varför vågar inte Vic prata med Jody om testning?
- \* Varför testar inte Vic sig?

## HÖRN 4

### **Diskutera:**

- \* Vad tror ni att Jody och Vic gör? Varför då?

# Clara och Tiago – så blir de inte gravida

## **I grupper med unga:**

Clara och Tiago har varit tillsammans i tre månader. De har inte haft sex tillsammans, men de har pratat om att de vill ha sex. De vill inte ha barn.

Vad kan de göra?

## **I vuxengrupper:**

Clara och Tiago är gifta och har ett barn. De vill inte ha fler barn, men de vill fortsätta att ha sex.

Vad kan de göra?

## **Fortsättning, för både unga och vuxna:**

Clara och Tiago har nu haft sex med penis i vagina utan preventivmedel. De vill fortfarande inte ha barn.

Vad kan de göra nu?

Clara blik  
inte gta vid

Clat a k a n

bli g t a v i d

# Finns frågan, sök svaret



Simon och Marie vill ha sex. De vill inte ha barn. Vad kan de göra?

Man kan använda preventivmedel om man vill ha sex med penis i vagina och inte vill ha barn. Till exempel p-piller, kondom eller spiral.

Om man har smeksex, munsex eller analsex kan man inte bli gravid.

Åsa hade sex med penis i vagina imorse. Hon vill inte bli gravid, men de använde inget preventivmedel. Vad kan hon göra nu?

En kvinna kan ta akut-p-piller om hon har haft sex med penis i vagina och inte vill bli gravid.

Man kan få akut-p-piller på en ungdomsmottagning eller barnmorskemottagning/mödravårdcentral. Man kan också köpa dem på apoteket.

Nadifa vill gärna bli gravid. När är det störst chans att bli gravid?

Det är lättast att bli gravid när ägget kommer (ägglossning). Ägget kommer ofta ungefär två veckor innan mens.

För att veta när ägget kommer kan man göra ett ägglossningstest.

Azurine och hennes pojkvän vill inte bli gravida. De har sex med penis i vagina bara precis innan och efter att Azurine har mens. Kan de bli gravida då?

Man kan bli gravid även precis innan och efter mens. Man måste använda preventivmedel varje gång man har sex med penis i vagina om man inte vill bli gravid.

Det är svårt att veta exakt när ägget kommer. Spermier kan också leva flera dagar i livmodern. Därför går det inte att veta säkert vilka dagar man inte kan bli gravid.

Samir vill inte ha barn. Hans kompis säger att han ändå kan ha sex med penis i vagina utan kondom. Kompisen säger att kvinnan bara kan bli gravid om mannen får utlösning i hennes slida. Är det sant?

Man kan bli gravid om man har sex med penis i slida även om det inte kommer utlösning i slidan.

Det kommer ofta lite vått (försats) ur penis när man blir kåt. I försatsen kan det finnas spermier.

Nadja och Sabina är två kvinnor som har varit tillsammans i två år. De vill att Nadja ska bli gravid. Vad kan de göra?

Två kvinnor som är tillsammans kan få hjälp på sjukhus att bli gravida.

Man kan lämna spermier till sjukhuset för att hjälpa andra som vill ha barn.

Janna och Taybi vill gärna ha ett barn. De har försökt bli gravida i ett år. Men Janna är fortfarande inte gravid. Vad kan de göra?

En man och en kvinna som inte blir gravida kan få hjälp på sjukhus. Där får man veta om det är mannen, kvinnan eller båda som har svårt att få barn. Många kan bli gravida om de får hjälp på sjukhuset.

Gifta par och ensamstående kan också adoptera ett barn.

Malika och Stefan försöker bli gravida. Malikas mens är sen. Malika och Stefan vill veta om hon är gravid. Vad kan de göra?

Om man vill veta om man är gravid kan man göra ett graviditetstest. Det är ett urintest som man kan köpa på apoteket.

Man kan också göra testet på en ungdomsmottagning eller barnmorskemottagning/mödravårdcentral.



Marcus är tillsammans med Signe. De har ett barn tillsammans. Nu är Signe gravid, men de vill inte ha fler barn. Vad kan de göra?

Om man är gravid och inte vill ha barn kan man göra abort på sjukhuset. Efter aborten är man inte gravid längre.

Det är bara den som är gravid som kan bestämma om den ska göra abort.

Efter aborten behöver de använda preventivmedel för att inte bli gravida igen.

Samuel och Lina är kompisar. De vill gärna ha barn tillsammans. De vill inte ha sex. Vad kan de göra?

En man kan få barn med en kvinna utan att ha sex. Mannen kan ge spermier till kvinnan. Kvinnan sprutar in spermier i slidan själv.

Beatrice är gravid. Hon och hennes fru är rädda att något ska gå fel. Hur kan de veta att bebisen i magen mår bra?

När man är gravid går man till en barnmorskemottagning/mödravårdcentral. De kollar om bebisen lever och mår bra.

Om man är gravid och får ont och det kommer blod kan det vara ett missfall. Missfall betyder att man inte är gravid längre.

Aleksander och Anna väntar barn. De tycker båda om att ha sex men Aleksander är rädd att det inte är bra för bebisen. Är det okej att ha sex när man är gravid?

Det är okej att ha sex när man är gravid. Det är inte farligt för den som är gravid eller bebisen. I slutet av graviditeten kan man också ha sex om det känns bra.

Monica har hiv. Hon tar mediciner och mår bra. Hon vill gärna ha barn men är orolig för sin man och för barnet. Hur kan Monica bli gravid och föda barn utan att barnet eller mannen får hiv?

En kvinna som har hiv och vill ha barn med sin man eller sambo kan få hjälp på sjukhus. Då får inte mannen hiv.

För att barnet inte ska få hiv behöver kvinnan ta mediciner. Hon får inte amma barnet. Oftast föds barnet genom kejsarsnitt (operation). Barnet får också mediciner första veckorna.

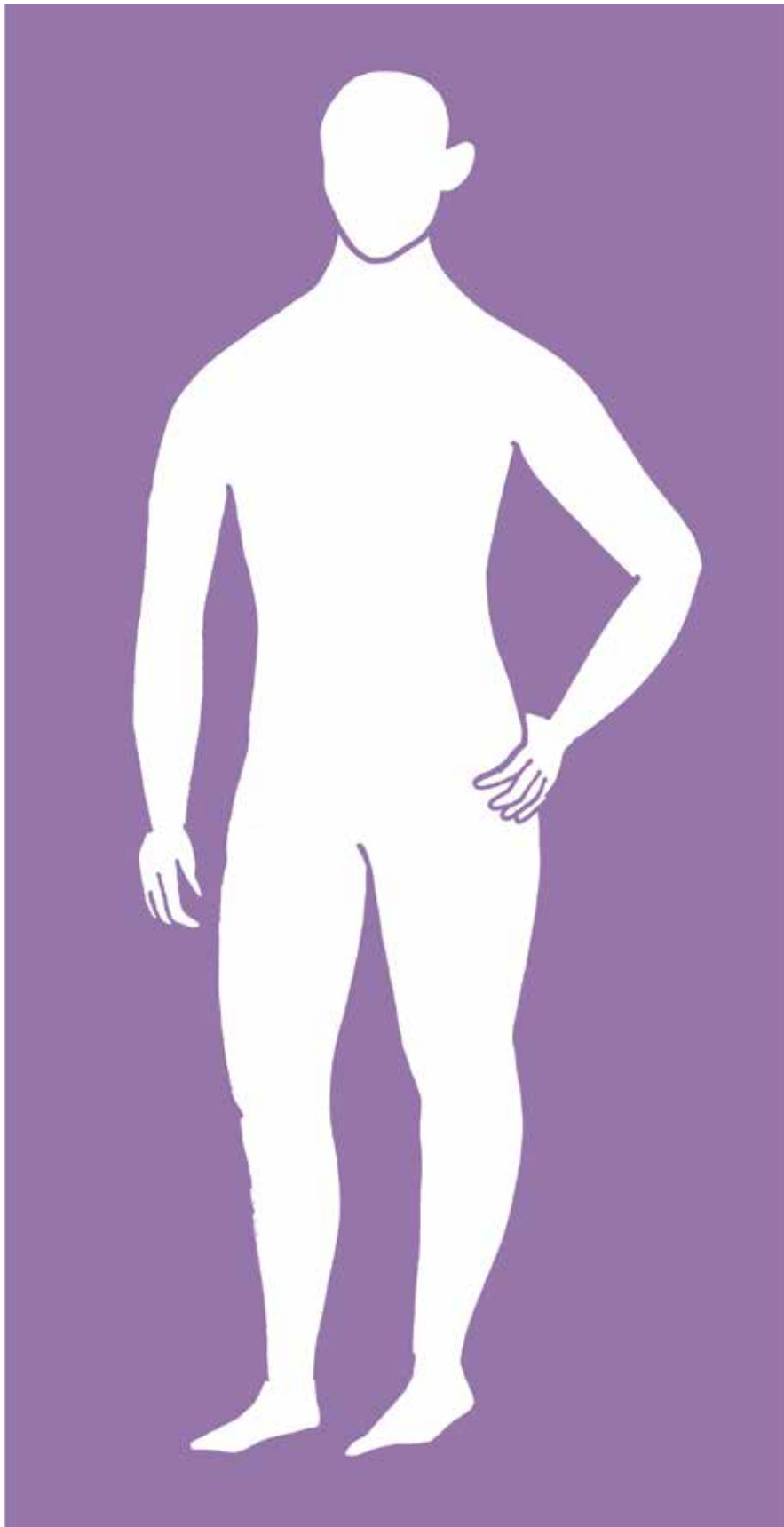
Oliver och hans fru vill ha barn. Oliver har hiv och vill inte att hans fru ska få hiv. De använder alltid kondom. Hur kan de göra för att få barn?

En man som har hiv och vill ha barn med sin fru eller sambo kan få hjälp av sin läkare. Läkaren kan berätta hur kvinnan och barnet inte får hiv.

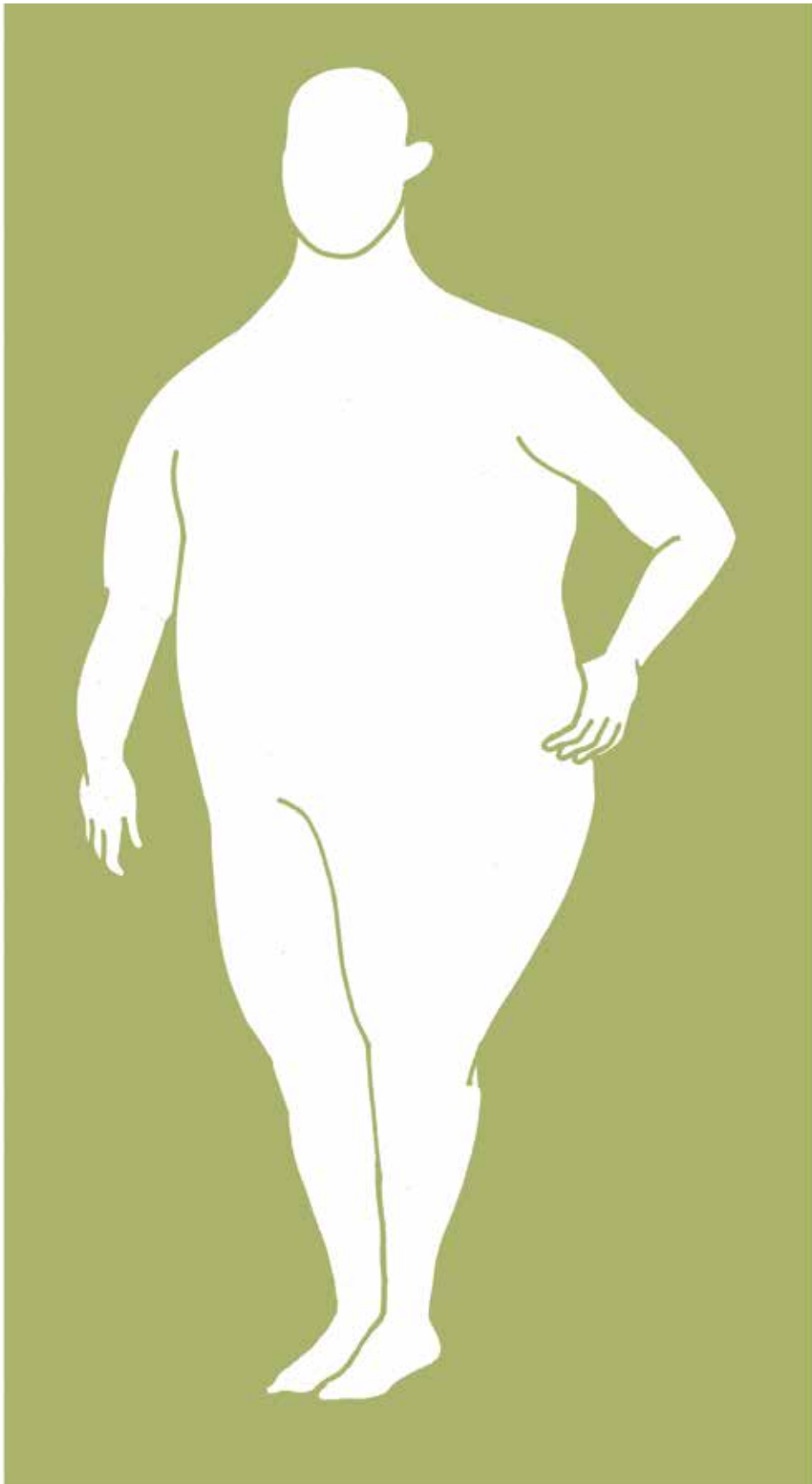
Maram är 32 år. Hon vill gärna ha barn och hon undrar hur länge hon kan vänta. När blir en kvinna för gammal för att bli gravid?

Det blir ofta svårare att bli gravid när man är äldre än ungefär 35 år.

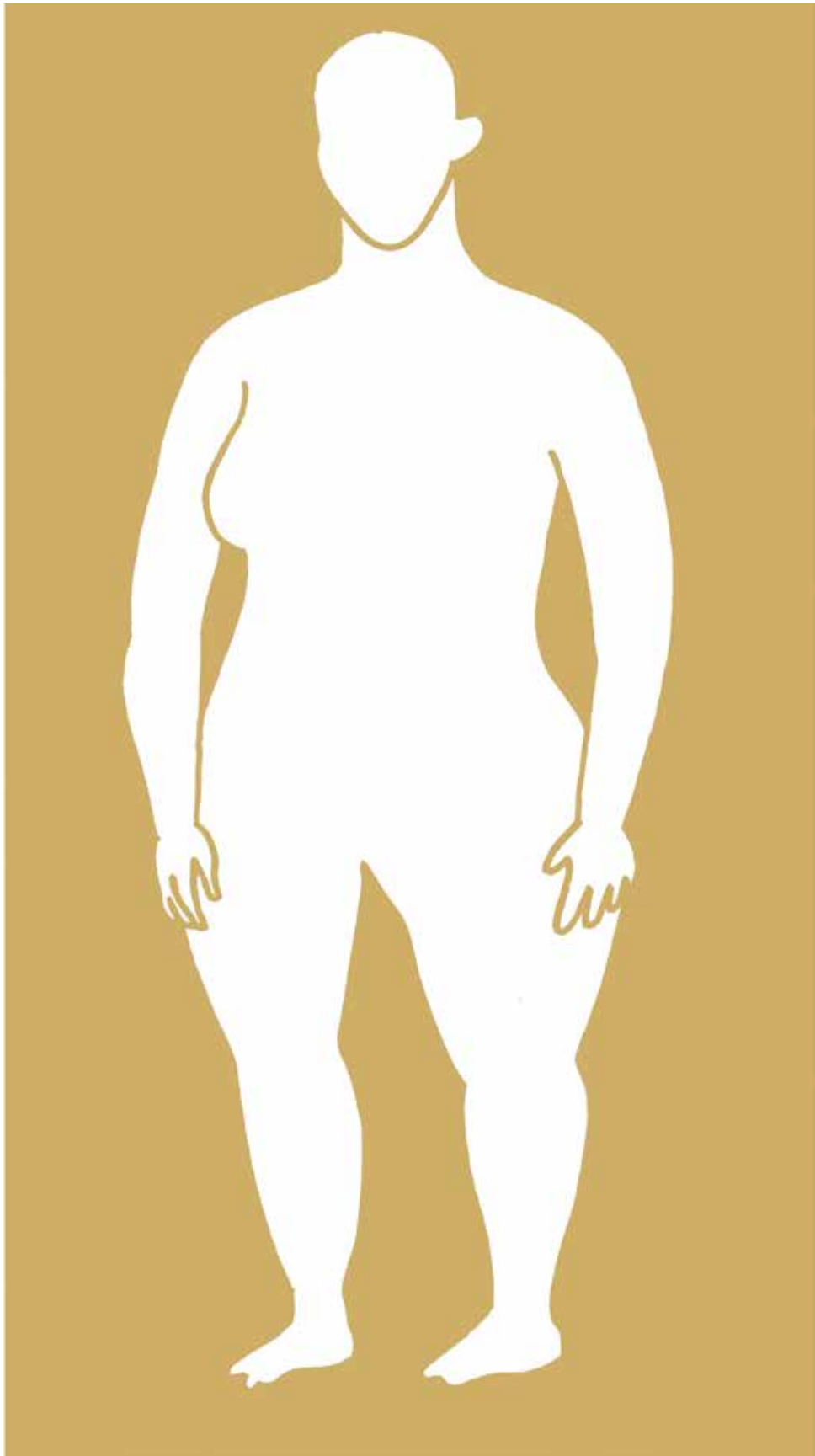
Många kan inte bli gravida efter 40 år (men en del kan).




**Kin**




Mattias



Nisreen




De flesta av  
mina kompisar  
är kvinnor.


A hand-drawn speech bubble with a thick black outline. The bubble has a rounded top and a pointed tail at the bottom. Inside the bubble, the text "De flesta av mina kompisar är tjejer." is written in a simple, handwritten font.

De flesta av  
mina kompisar  
är tjejer.







Min bästa vän  
är en man.



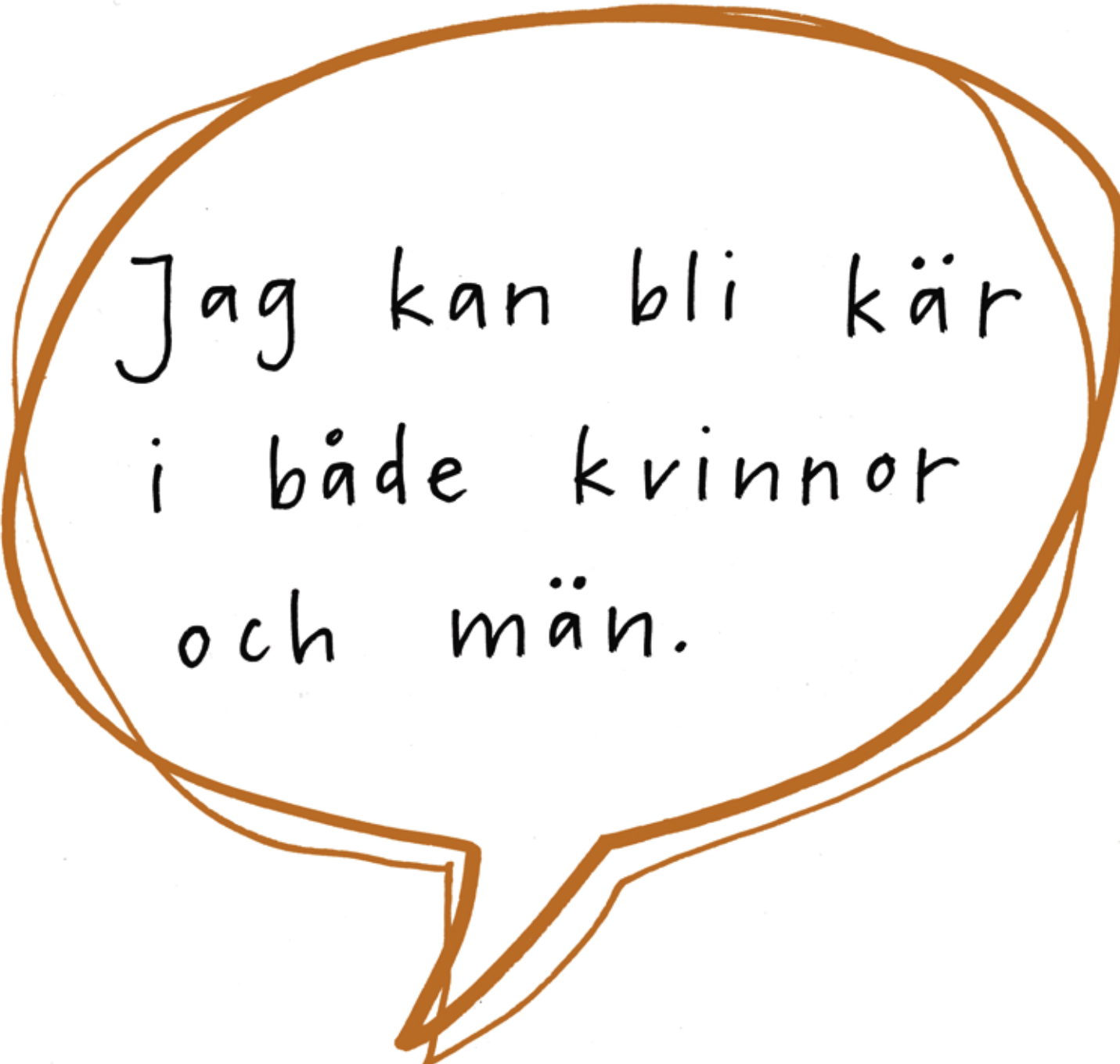
Min bästa vän  
är en kille.



Jag har inte så  
många kompisar.




Jag kan bli kär  
i både tjejer  
och killar.



Jag kan bli kär  
i både kvinnor  
och män.




Jag har aldrig  
varit kär.




Jag blir kär i  
män.






Jag blir kär i  
killar.




Jag vill jobba  
med barn.



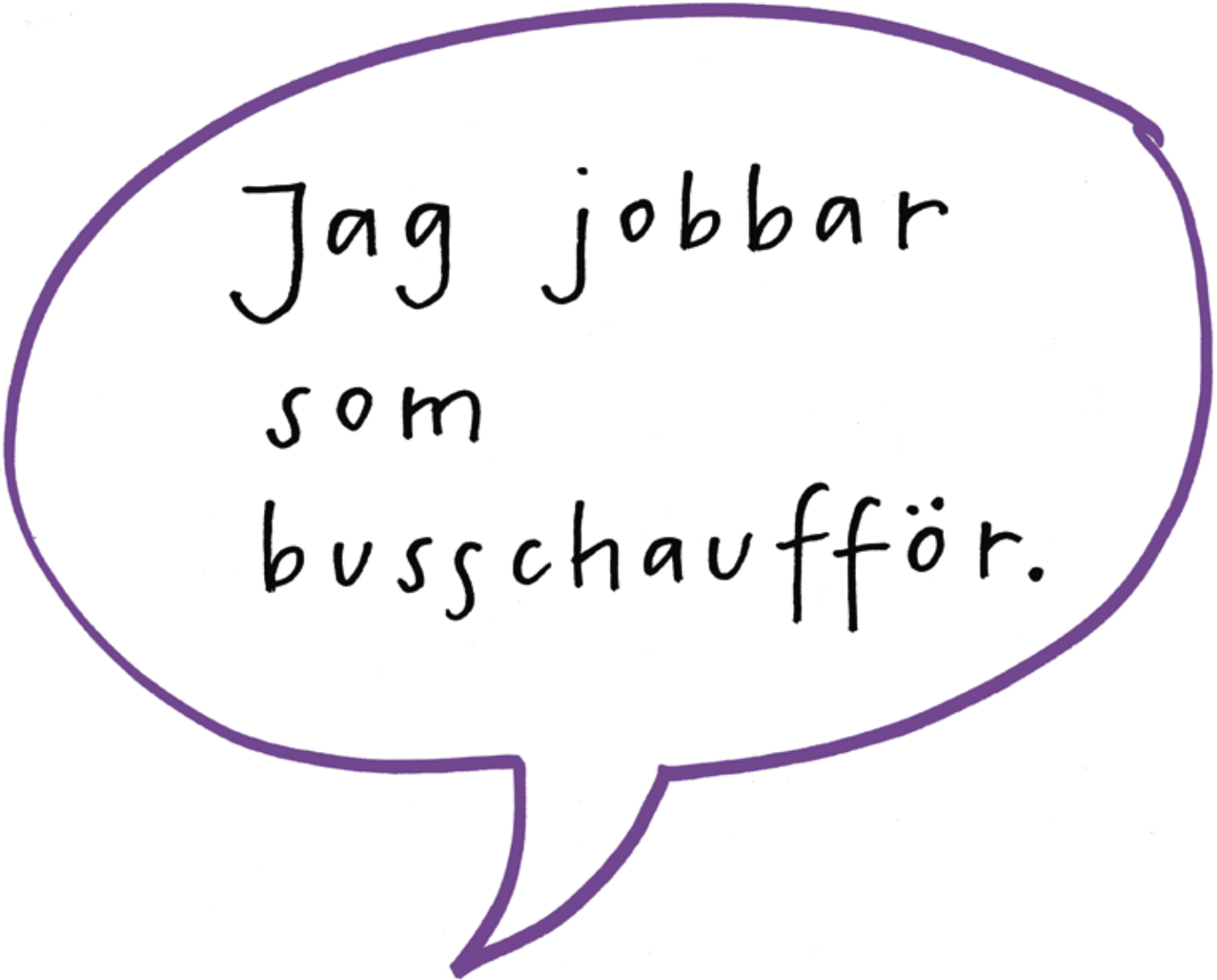
Jag vill bli  
lärare.




Jag vill bli chef  
på ett företag.



Jag jobbar  
som  
sjuksköterska.

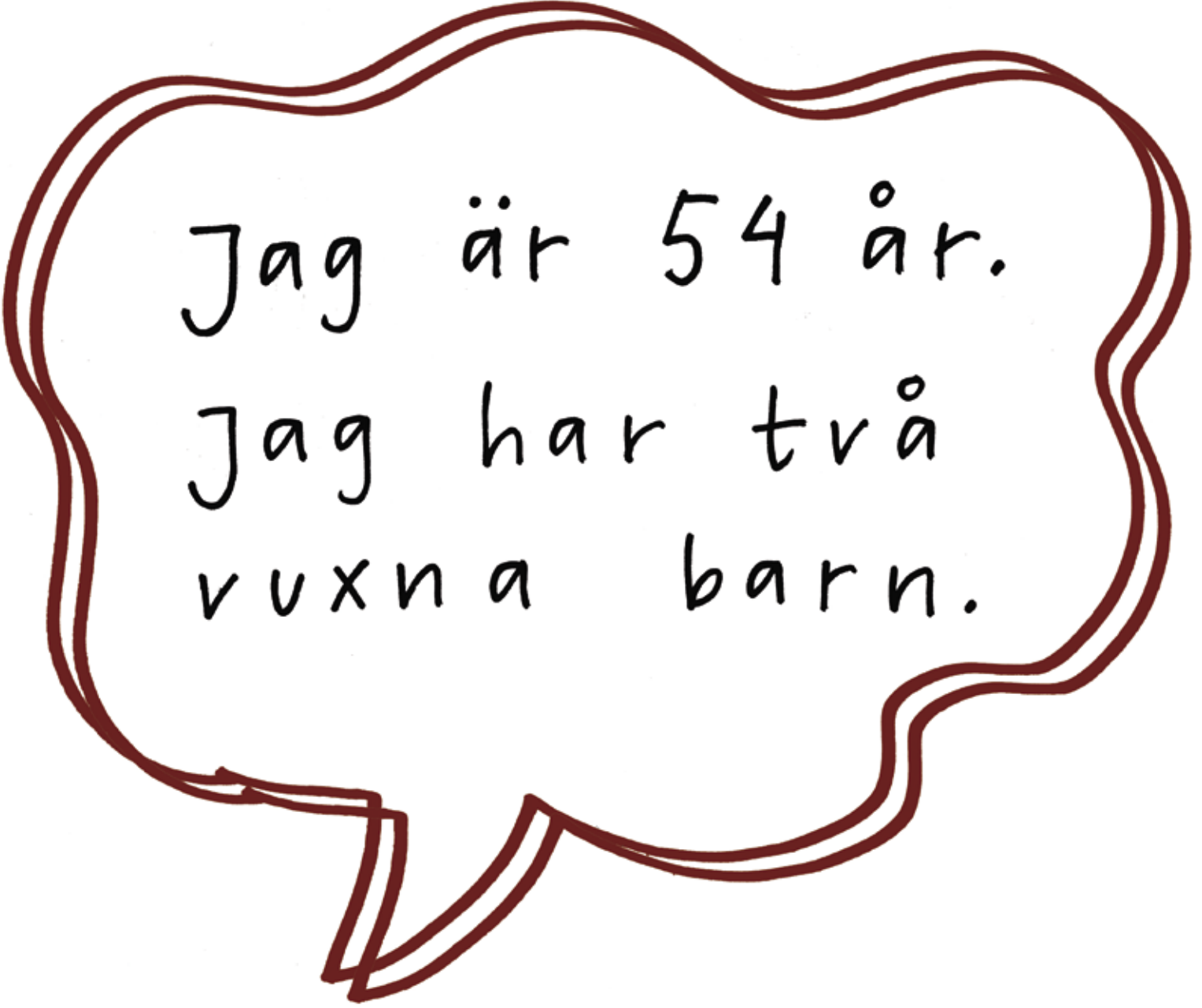


Jag jobbar  
som  
busschaufför.



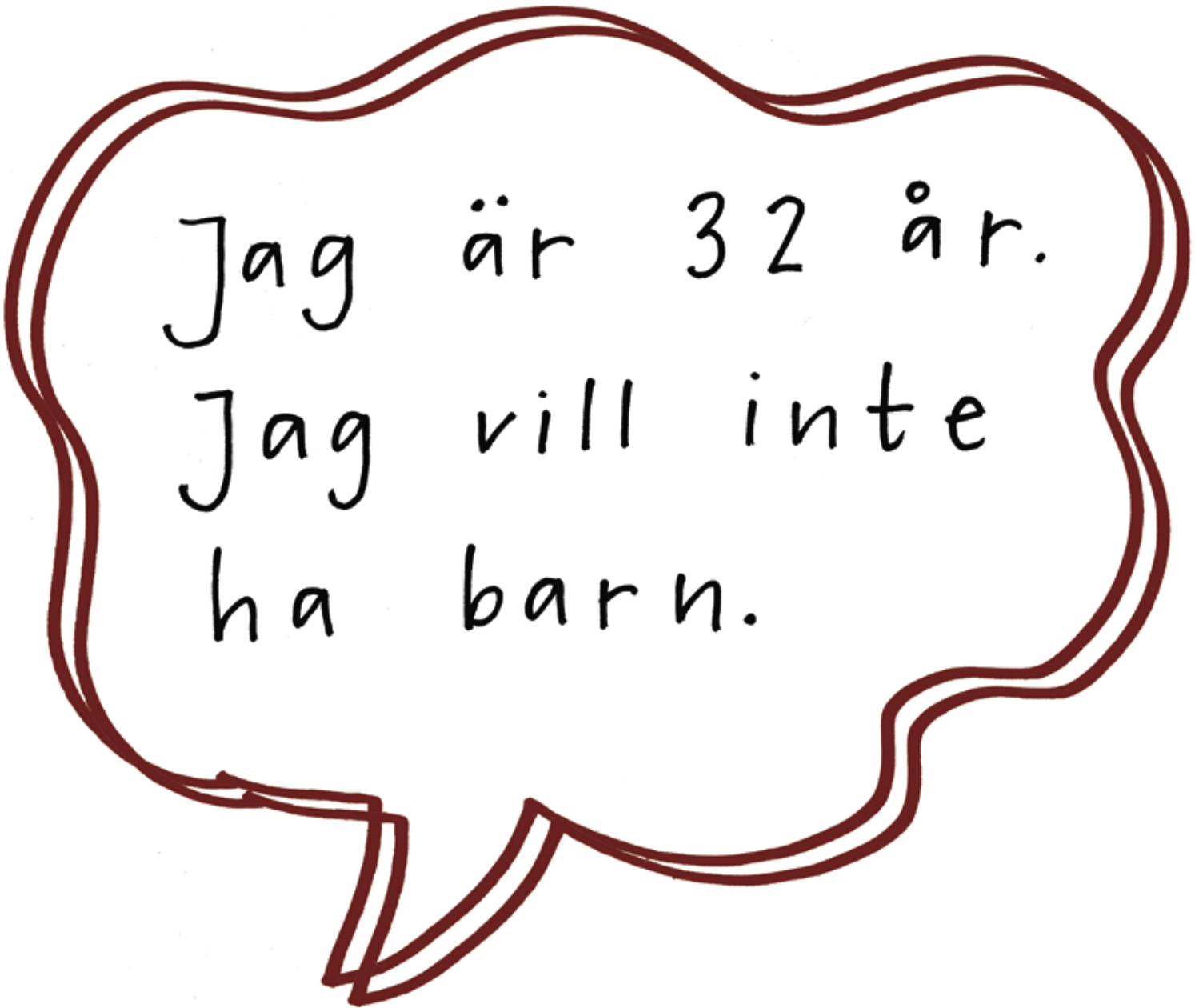
Jag jobbar på  
kontor.





Jag är 54 år.

Jag har två  
vuxna barn.




Jag är 32 år.

Jag vill inte  
ha barn.



Jag är 20 år.

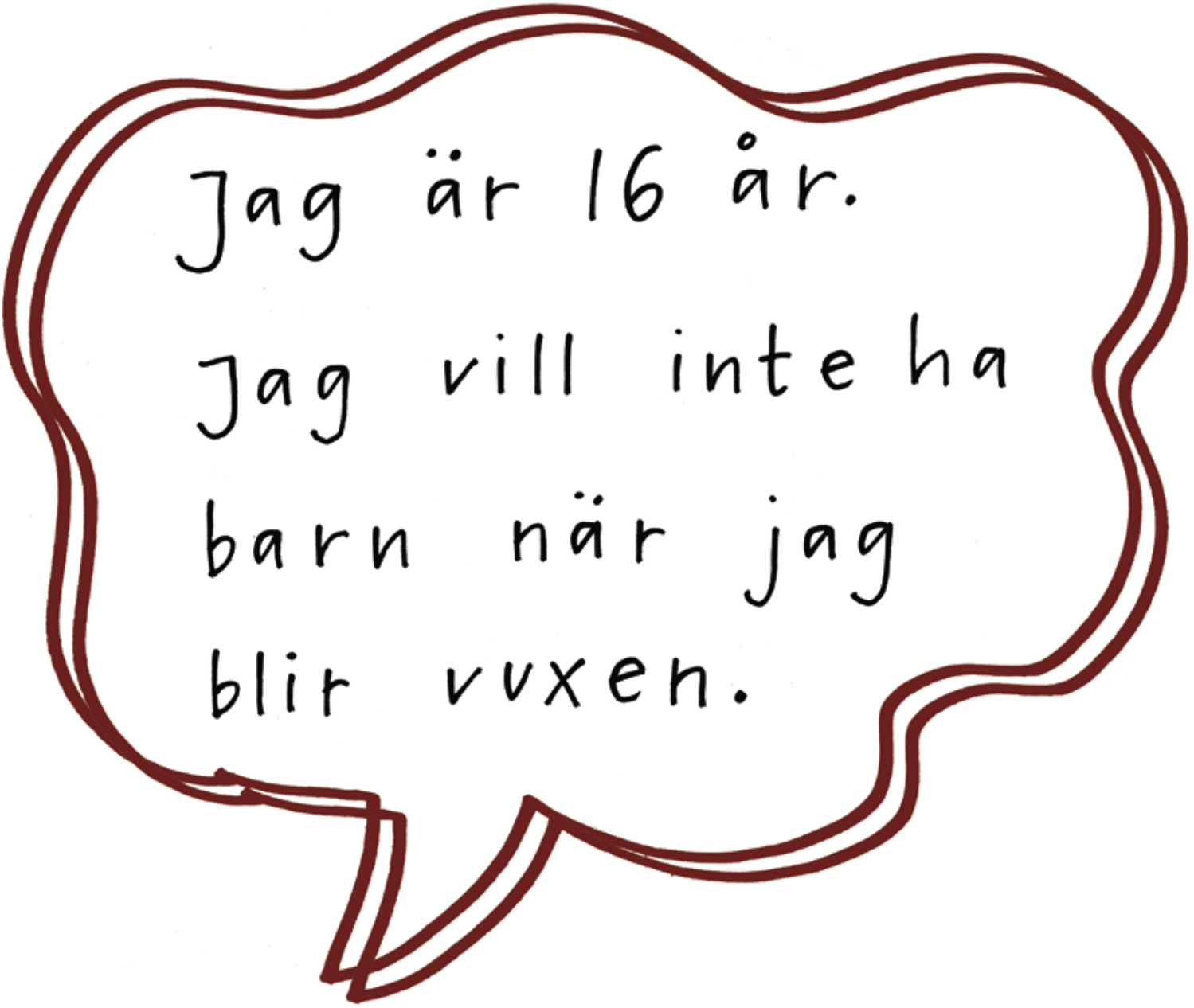
Jag vill ha barn.



Jag är 18 år.


Jag har ett

litet barn.




Jag är 16 år.

Jag vill inte ha  
barn när jag  
blir vuxen.




Jag gillar att  
umgås med  
familjen.



Jag gillar att  
laga mat.







Jag gillar  
fotboll.



Jag gillar  
att dansa.

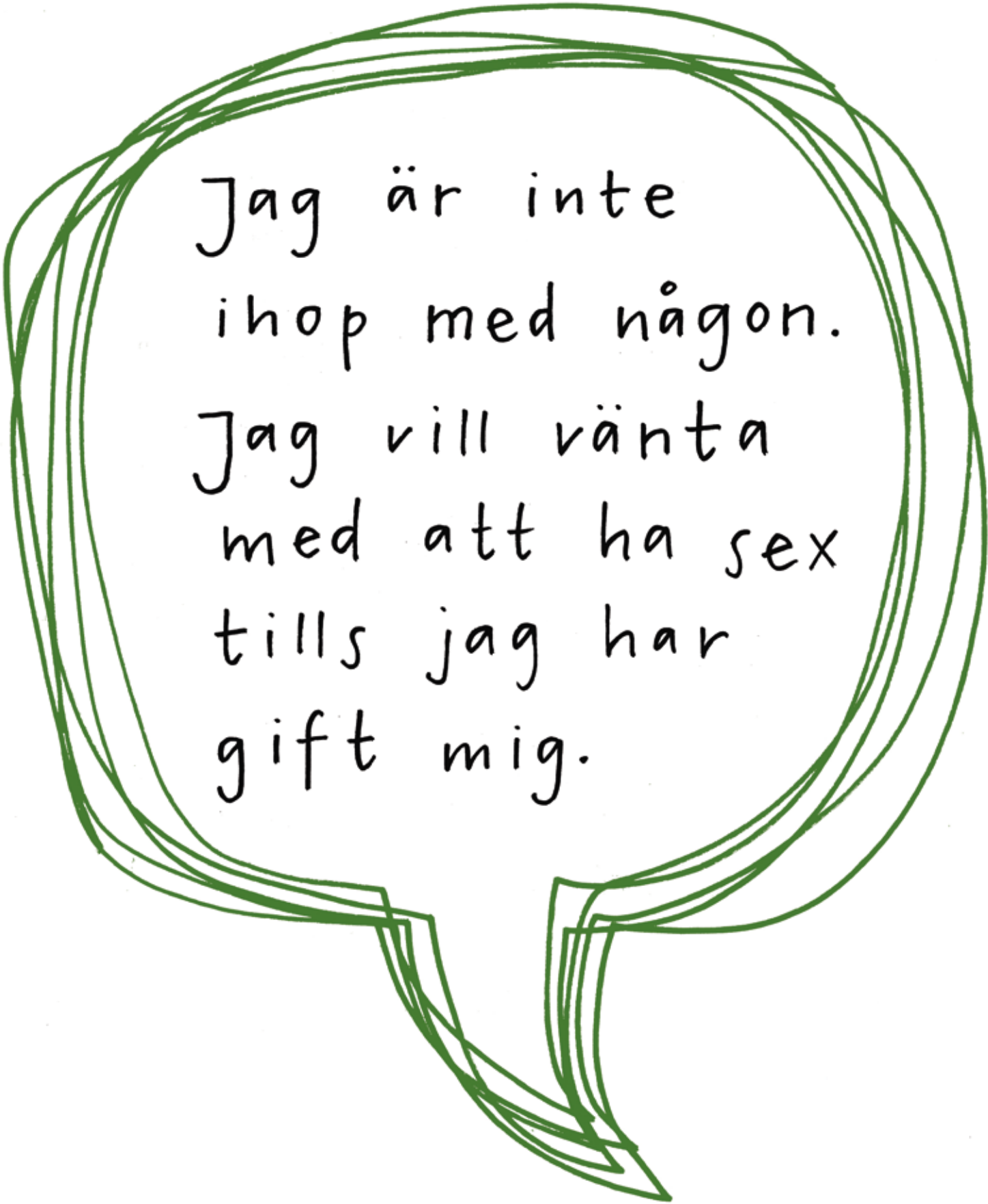


Jag gillar  
att boxas.




Jag är singel och  
mår bra av det.

Jag gillar sex  
och har sex  
med många.



Jag är inte  
ihop med någon.  
Jag vill vänta  
med att ha sex  
tills jag har  
gift mig.



Jag är gift  
och älskar  
min partner.


Jag gillar  
inte sex.



Jag har haft sex  
ett par gånger  
men jag gillade  
inte det.

Jag är ihop med  
en person som  
jag gillar.





Jag har en partner.

Vi har sex ofta  
och mår bra  
tillsammans.

# Alexis och Tendai – om självständighet och samhörighet

## I grupper med unga:

Tendai och Alexis har varit tillsammans i några månader. De är kära i varandra men de har problem också. Alexis vill att de ska göra saker tillsammans ofta, men Tendai vill träffa sina vänner. Alexis och Tendai ses inte lika mycket längre. Alexis ringer ofta och vill ses när Tendai är med sina vänner.

Alexis känner sig ensam och tänker att Tendai inte älskar Alexis längre. Alexis är rädd att Tendai inte vill fortsätta vara tillsammans.

Tendai vill känna sig fri och tycker att Alexis försöker kontrollera Tendai. Tendai älskar Alexis men tycker att det är viktigt att de inte gör allt tillsammans.

## I vuxengrupper:

Tendai och Alexis har varit tillsammans i två år. De är kära i varandra men de har problem också. Alexis vill att de ska göra saker tillsammans ofta, men Tendai vill träffa sina vänner. Alexis och Tendai ses inte lika mycket längre. Alexis ringer ofta och vill att Tendai ska komma hem när Tendai är med sina vänner.

Alexis känner sig ensam och tänker att Tendai inte älskar Alexis längre. Alexis är rädd att Tendai inte vill fortsätta vara tillsammans.

Tendai vill känna sig fri och tycker att Alexis försöker kontrollera Tendai. Tendai älskar Alexis men tycker att det är viktigt att de inte gör allt tillsammans.

# Brev om rättigheter

## **Om tjejers sexuella utrymme, i grupper med unga:**

Hej!

Jag heter Merza. Jag har haft sex med en tjej som heter Linnéa några gånger. Jag vet att hon också har haft sex med andra.

Folk pratar om Linnéa i skolan. Ibland säger de hora till henne. Jag tycker att det är fel.

Linnéa säger till dem att hon inte gillar att bli kallad hora. Men de lyssnar inte.

Vad ska jag göra?

Hälsningar Merza

*Hjälp Merza! Vad tycker du att han ska göra?*

## **Om kvinnors sexuella utrymme, i vuxengrupper:**

Hej!

Jag heter Merza. Jag jobbar med Linnéa. Förra året var Linnéa tillsammans med tre personer. Några veckor efter att hon blivit ihop med en person gjorde hon slut. Sedan träffade hon en ny partner.

De andra på jobbet är inte snälla mot Linnéa. De pratar om henne. När vi äter lunch på jobbet sitter hon ofta ensam. Jag tror att Linnéa blir ledsen.

Jag tycker att det är fel. Vad ska jag göra?

Hälsningar Merza

*Hjälp Merza! Vad tycker du att han ska göra?*

### **Om hiv och diskriminering, i grupper med unga:**

Hej!

Jag heter Dan och jag har hiv. Jag tar mediciner och mår bra. Min familj och mina vänner vet att jag har hiv. Det känns bra att de vet.

Jag hade en flickvän förut. Jag berättade för henne att jag har hiv. När vi hade samlag använde vi alltid kondom.

Nu har vi gjort slut. Jag är rädd att hon ska berätta för alla att jag har hiv. Jag vill inte att alla i skolan ska veta. Jag är rädd att de kommer att vara elaka då.

Vad ska jag göra?

Hälsningar Dan

*Hjälp Dan! Vad tycker du att han ska göra?*

### **Om hiv och diskriminering, i vuxengrupper:**

Hej!

Jag heter Dan och jag har hiv. Jag tar mediciner och mår bra. Min familj och mina vänner vet att jag har hiv. Det känns bra att de vet.

Jag hade en flickvän förut. Jag berättade för henne att jag har hiv. När vi hade samlag använde vi alltid kondom.

Nu har vi gjort slut. Jag är rädd att hon ska berätta för alla att jag har hiv. Jag bor i en liten stad och jag vill inte att alla ska veta. Jag är rädd att jag inte kommer att få jobb då.

Vad ska jag göra?

Hälsningar Dan

*Hjälp Dan! Vad tycker du att han ska göra?*

### **Om självbestämmande och familj, i grupper med unga:**

Hej!

Jag heter Miriam och är 17 år. Jag har en flickvän och är jättekär. Mitt problem är att min familj inte tycker om henne. De vill inte att jag ska träffa henne.

Jag vill inte göra slut med min flickvän. Hon gör mig glad! Men jag vill inte att min familj ska bli ledsen eller arg.

Vad ska jag göra?

Hälsningar Miriam

*Hjälp Miriam! Vad tycker du att hon ska göra?*

### **Om självbestämmande och familj, i vuxengrupper:**

Hej!

Jag heter Elias. Min syster har en dotter som heter Miriam. Hon är 17 år.

Miriam har en flickvän och är jättekär. Hennes familj vill inte att Miriam ska träffa sin flickvän.

Miriam vill inte göra slut med sin flickvän. Flickvännen gör henne glad. Men Miriam vill inte att hennes familj ska bli ledsen eller arg.

Jag vill hjälpa Miriam. Vad ska jag göra?

Hälsningar Elias

*Hjälp Elias! Vad tycker du att han ska göra?*

### **Om rätten till information, i grupper med unga:**

Hej!

Jag heter Gustaf och är 13 år. Min kropp förändras mycket nu. Jag har många frågor om kroppen och sex. Men min familj tycker att det är jobbigt att prata om sex så jag vill inte fråga dem.

Vad ska jag göra?

Hälsningar Gustaf

*Hjälp Gustaf! Vad tycker du att han ska göra?*

### **Om rätten till information, i vuxengrupper:**

Hej!

Jag heter Sanna. Jag har en son som är 13 år.

Han har mycket frågor om kroppen och sex. Jag tycker att det är bra, men jag vet inte vad jag ska säga. Det är svårt för mig.

Vad ska jag göra?

Hälsningar Sanna

*Hjälp Sanna! Vad tycker du att hon ska göra?*

### **Om säkrare sex, i grupper med unga eller vuxna:**

Hej!

Jag heter Mikhael och jag har en pojkvän. Vi använder alltid kondom. Men nu tycker han att vi ska ha sex utan kondom. Han säger att vi inte behöver kondom eftersom vi är ihop och älskar varandra.

Jag vill fortsätta använda kondom. Vad ska jag göra? Vad kan jag säga så att han förstår?

Hälsningar Mikhael

*Hjälp Mikhael! Vad tycker du att han ska göra?*



### **Om preventivmedel, i grupper med unga eller vuxna:**

Hej!

Jag heter Blenda och är 16 år. Jag har en pojkvän och jag äter p-piller eftersom vi inte vill ha barn. Förra veckan såg min pappa mina p-piller. Han blev arg och sa att jag är för ung för att äta p-piller.

Jag vill fortsätta äta p-piller, men jag vill inte att pappa ska bli arg. Vad ska jag göra?

Hälsningar Blenda

*Hjälp Blenda! Vad tycker du att hon ska göra?*

### **Om ömsesidighet, i grupper med unga:**

Hej!

Jag heter Khalid. Jag har haft sex några gånger men jag tyckte inte om det. Jag vill inte ha sex snart igen.

Mitt problem är att min flickvän tycker att det är jobbigt. Hon blir ledsen när jag inte vill ha sex med henne. Jag vill inte att hon ska vara ledsen.

Vad ska jag göra?

Hälsningar Khalid

*Hjälp Khalid! Vad tycker du att han ska göra?*

### **Om ömsesidighet, i vuxengrupper:**

Hej!

Jag heter Khalid. Jag älskar min sambo. Men jag har inte så mycket lust längre. Jag mår bra när jag inte har sex.

Mitt problem är att min sambo tycker att det är jobbigt. Hon blir ledsen när jag inte vill ha sex med henne. Jag vill inte att hon ska vara ledsen.

Vad ska jag göra?

Hälsningar Khalid

*Hjälp Khalid! Vad tycker du att han ska göra?*

### **Om svartsjuka och kontroll, i grupper med unga:**

Hej!

Jag heter Nora. Jag är tillsammans med David. I början hade vi det bra tillsammans men nu har vi problem. David blir irriterad om jag pratar med andra killar. Han tror att jag flirtar med alla.

Jag är kär i David och vill fortsätta vara tillsammans med honom. Men jag vill kunna prata med vem jag vill. Ibland är jag rädd för vad han ska göra om jag fortsätter att prata med andra killar.

Vad ska jag göra?

Hälsningar Nora

*Hjälp Nora! Vad tycker du att hon ska göra?*

### **Om svartsjuka och kontroll, i vuxengrupper:**

Hej!

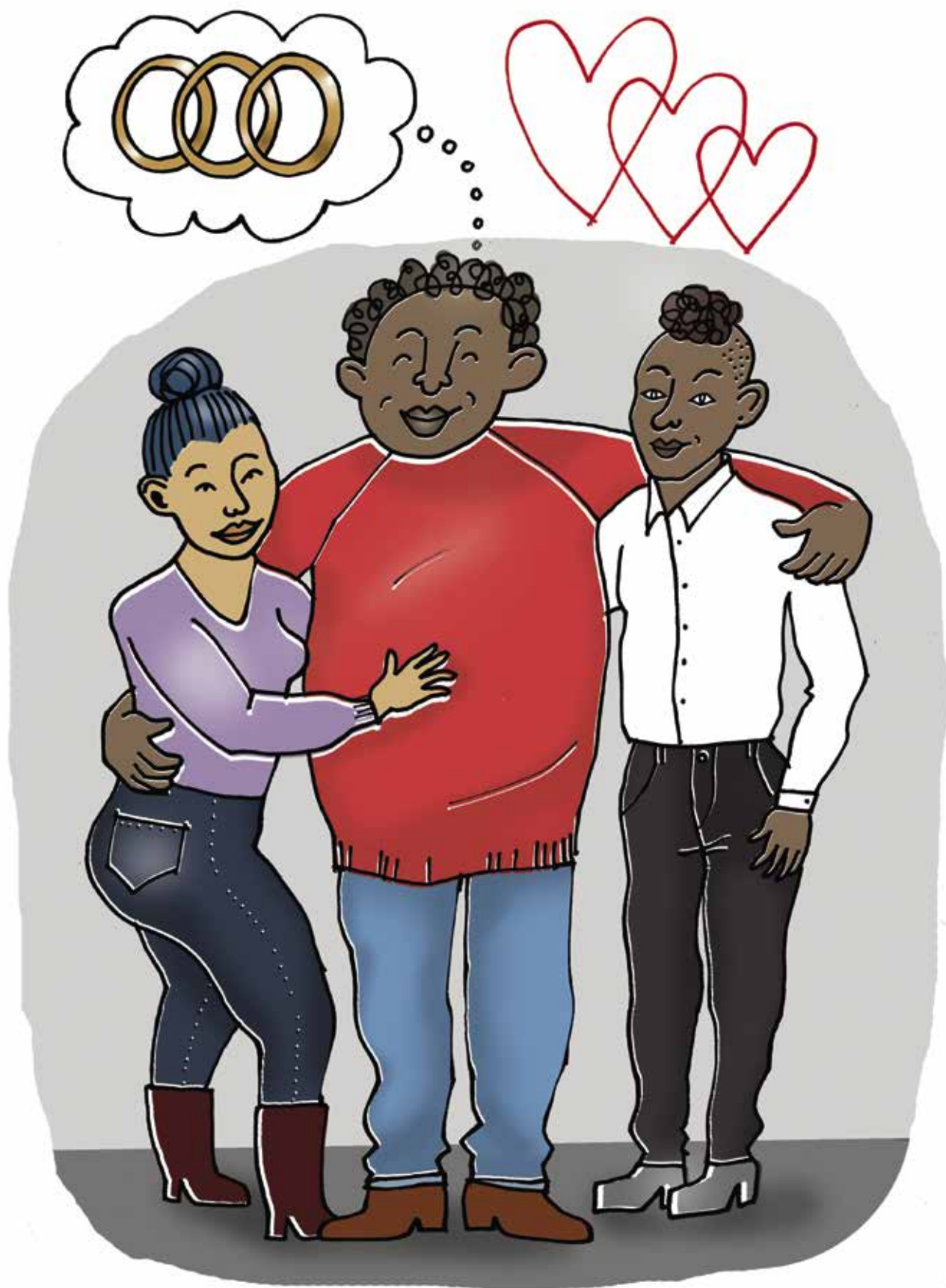
Jag heter Nora och är gift med David. I början hade vi det bra tillsammans men nu har vi problem. David blir irriterad om jag pratar med andra män. Han tror att jag flirtar med alla.

Jag är kär i David och vill fortsätta vara tillsammans med honom. Men jag vill kunna prata med vem jag vill. Ibland är jag rädd för vad han ska göra om jag fortsätter att prata med andra män.

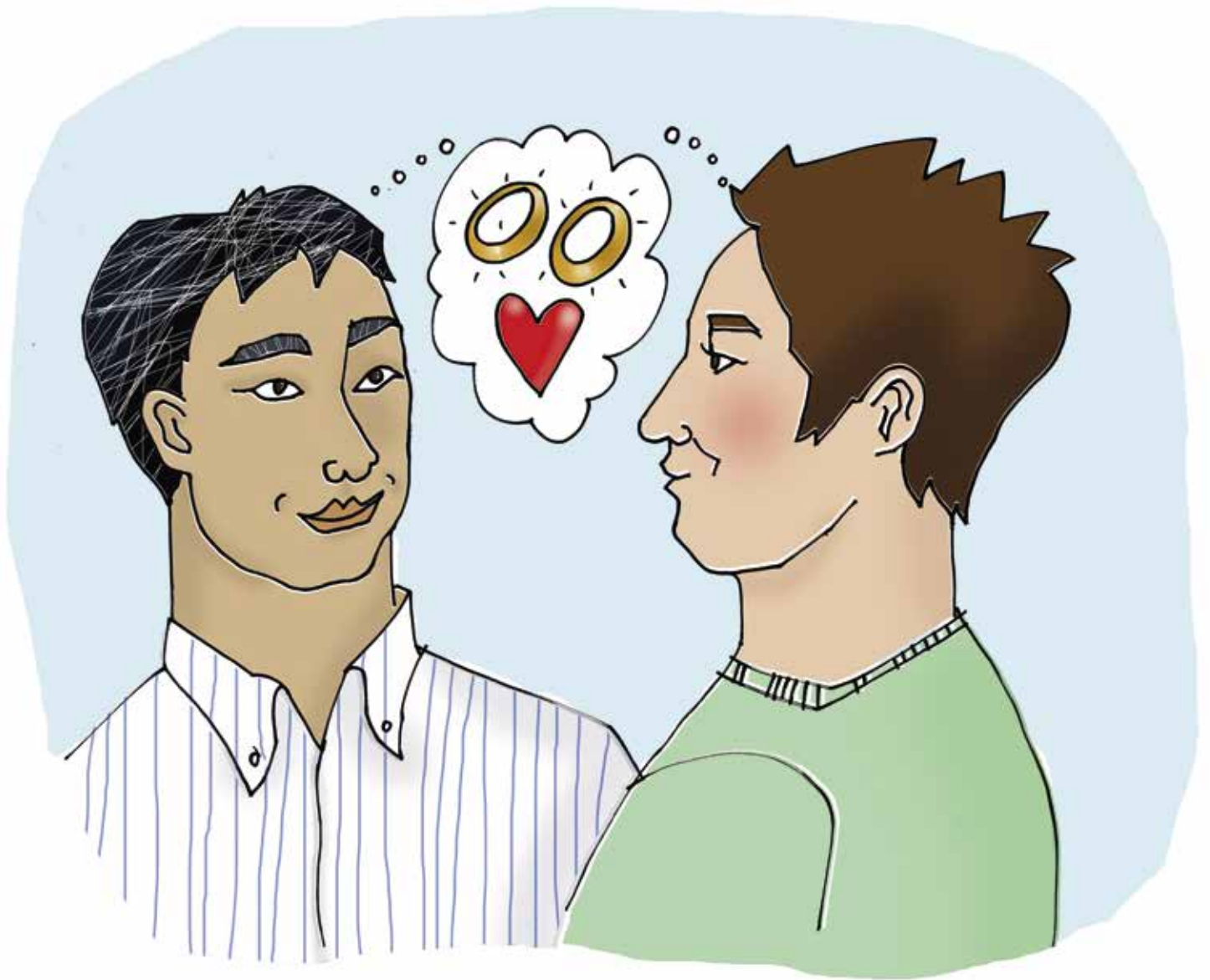
Vad ska jag göra?

Hälsningar Nora

*Hjälp Nora! Vad tycker du att hon ska göra?*



Nikki är kär i och ihop med Elsa och Matti. Nikki vill gifta sig med båda två.  
Får Nikki gifta sig med både Elsa och Matti?



Panos och hans pojkvän är 18 år. De vill gifta sig.  
Deras föräldrar tycker att de ska vänta tills de är äldre.  
Får Panos och hans pojkvän gifta sig?



Alina är gravid. Hon har haft sex med André. André vill ha barn.  
Alina vill inte ha barn. Hon vill göra abort.  
Får Alina bestämma själv att hon ska göra abort?





Ebba är 33 år och Karin är 27 år. De bor ihop och vill ha barn tillsammans.  
Kan de få hjälp på sjukhuset att bli gravida?

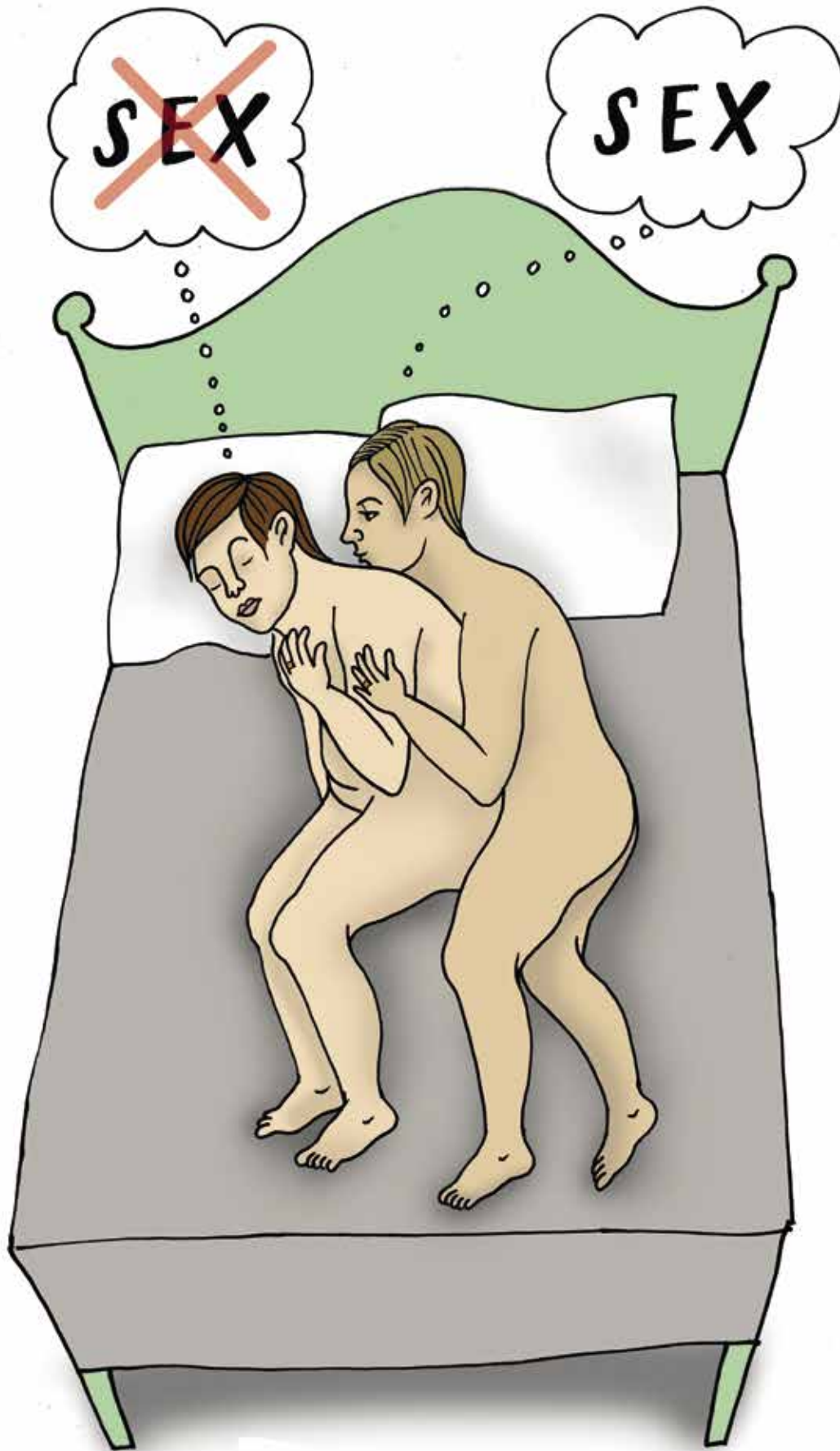




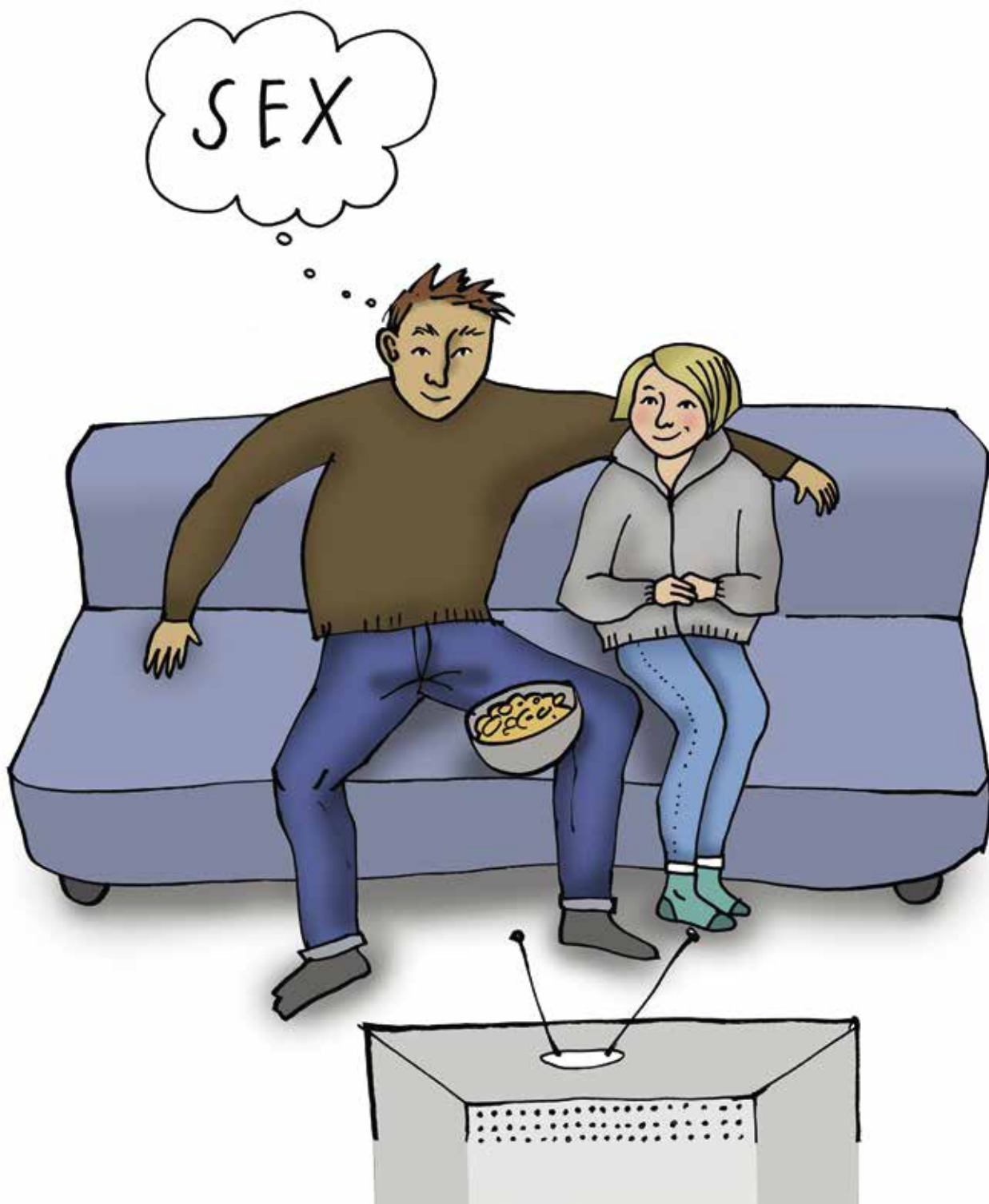
Peter har hiv. Han tar mediciner och mår bra.  
När han har sex använder han alltid kondom.  
Nu har Peter träffat en ny kvinna.  
Måste Peter berätta för henne att han har hiv innan de har sex?



Robert betalar pengar för att ha sex med andra.  
Får Robert köpa sex?



Kim och Heike är gifta. Kim vill ha sex med Heike, men det vill inte Heike.  
Får Kim ha sex med Heike?

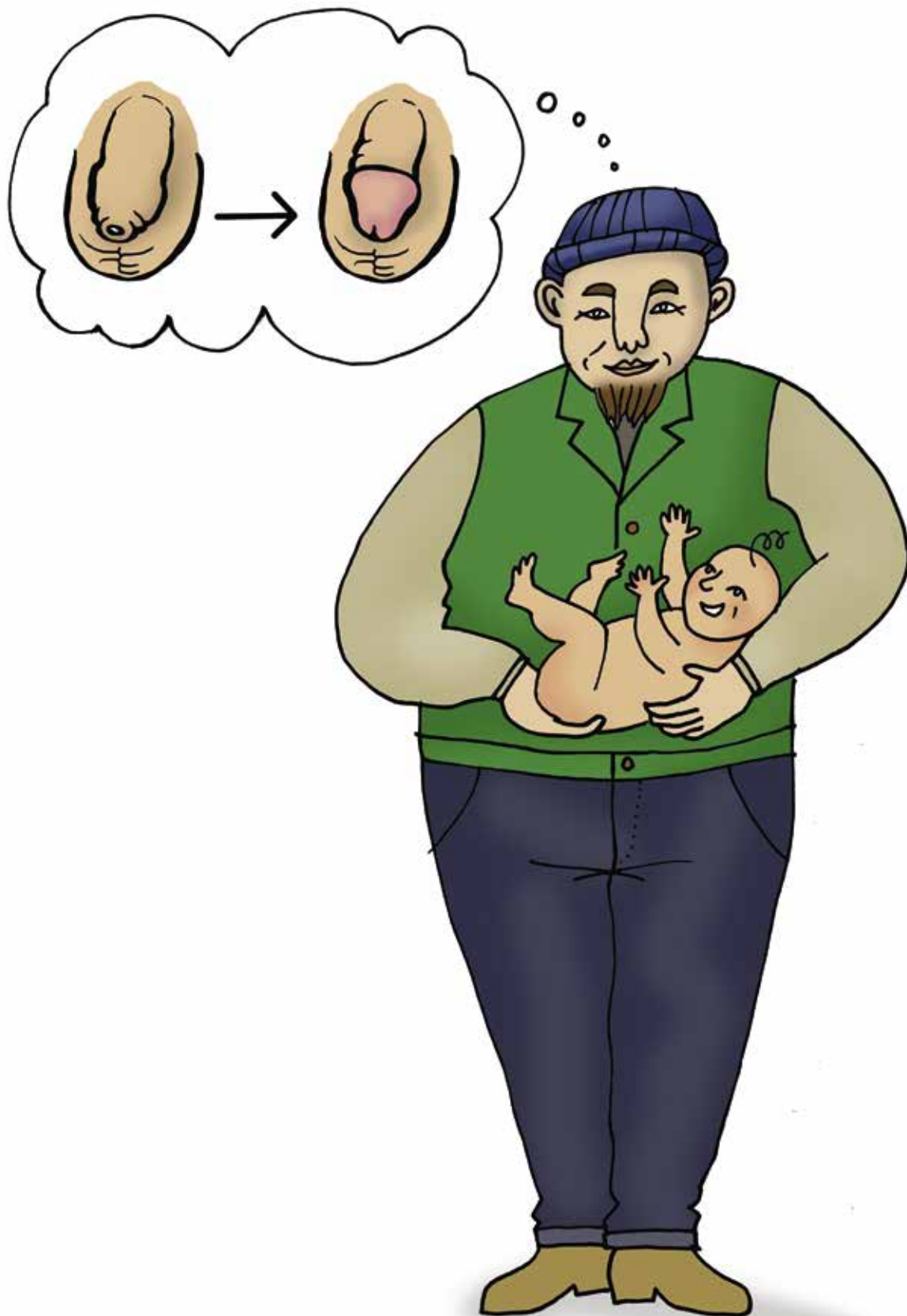


Martin är 20 år. Han känner en 14-åring som han vill ha sex med.  
Får Martin ha sex med någon som är 14 år?

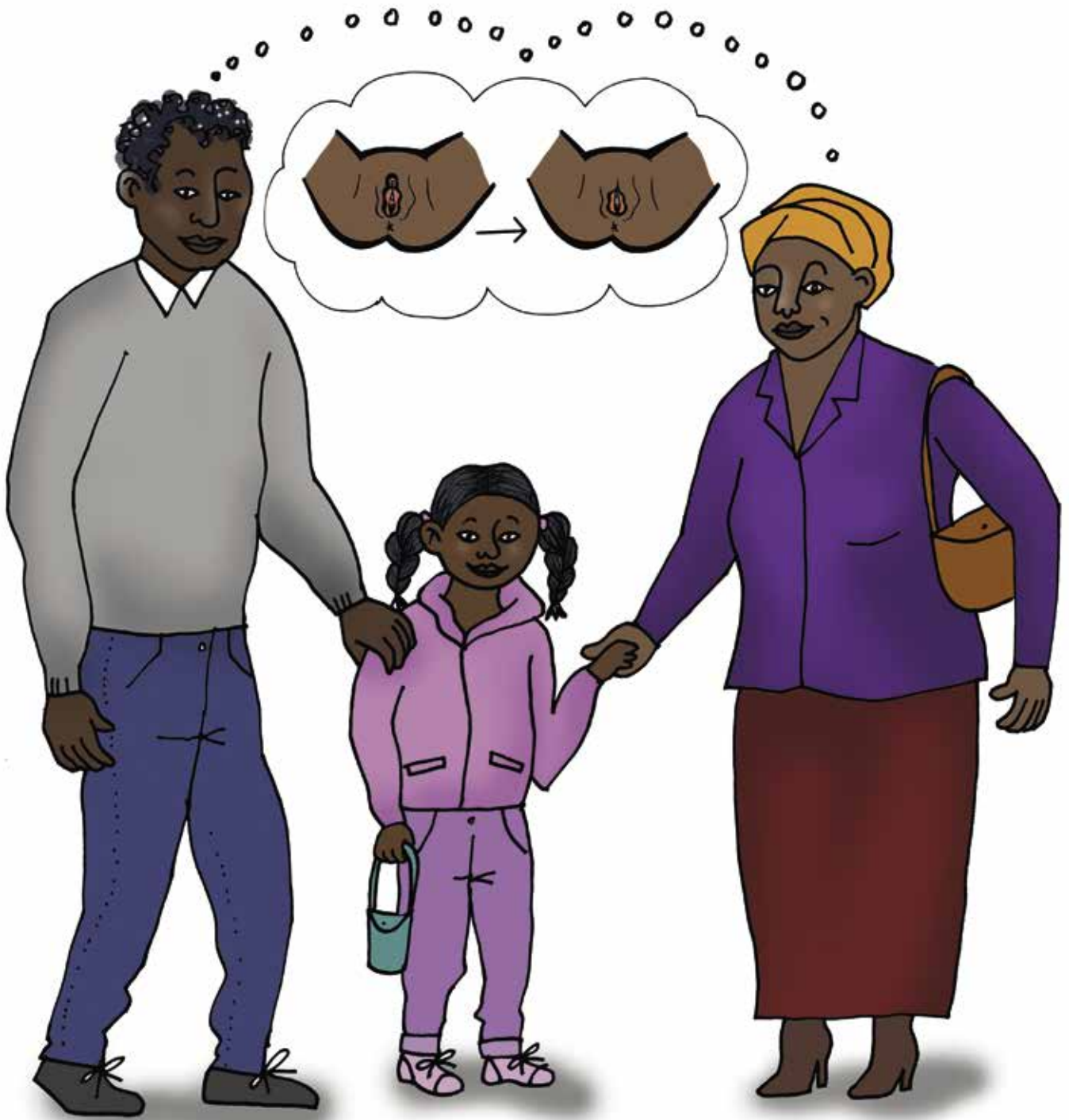




Minea och hennes pojkvän Johan är 15 år. De vill ha sex.  
Får Minea och Johan ha sex med varandra?

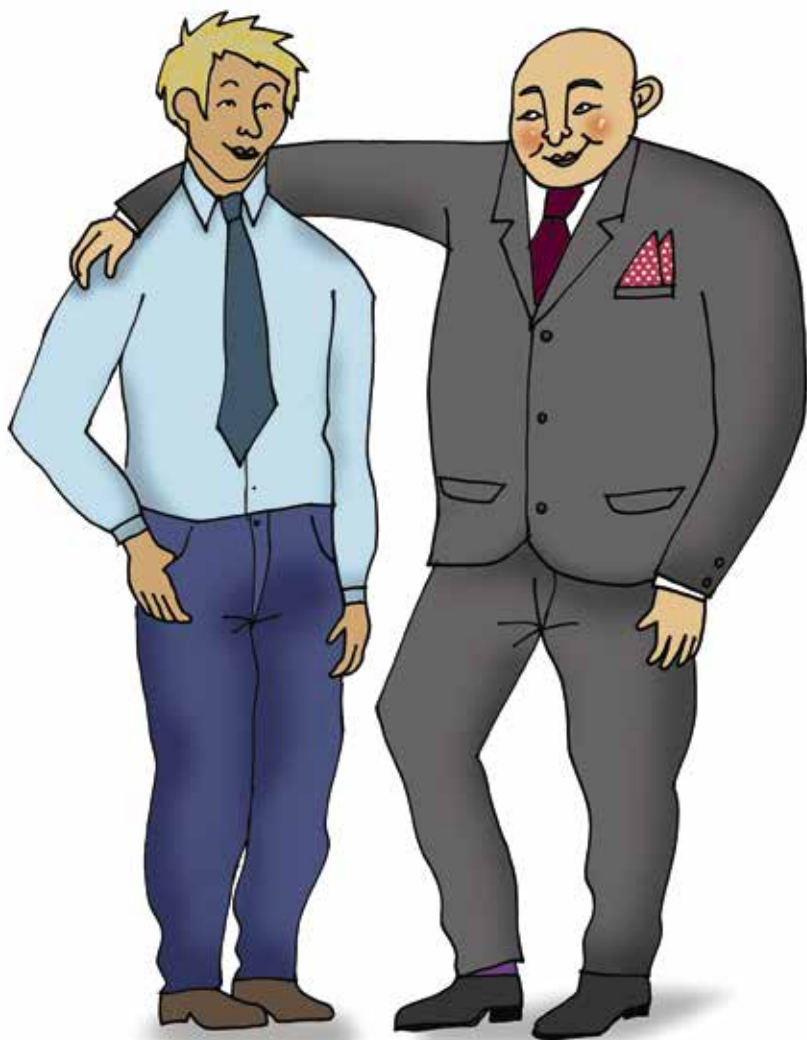


Daniel har en liten pojke.  
Daniel och hans partner funderar på att ta bort pojkens förhud.  
Får Daniel och hans partner bestämma att pojken ska omskäras?



Janetta och Jimmy har en liten flicka. De funderar på att ta bort en del av flickans klitoris. Får Janetta och Jimmy bestämma att flickan ska könsstympas?





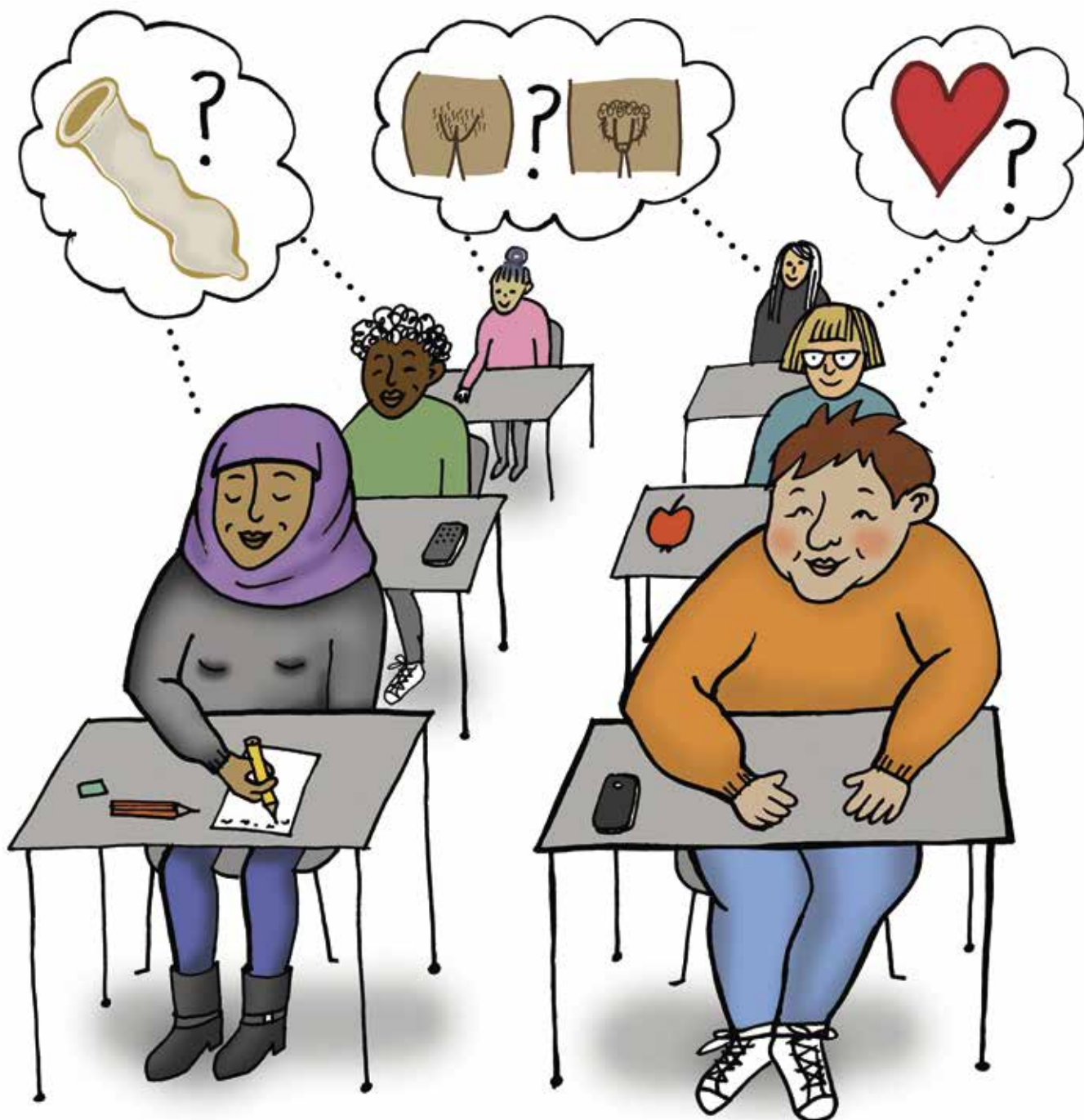
Gudrun sökte ett jobb som chef på ett företag.  
Hon vet att hon är bra som chef, men hon fick inte jobbet.  
Företaget tänkte att en kvinna inte kan vara en bra chef,  
så de anställde en man istället.  
Får de göra så?



Akila och Ruth är kära i varandra och lever tillsammans.  
De flydde till Sverige för att det är farligt att vara lesbisk i deras hemland.  
Ruth blev slagen och hotad.  
Har de rätt att få asyl så att de kan stanna i Sverige?



Melanie har hiv. Hon har precis flyttat till Sverige.  
Hon är rädd för att gå till doktorn. Hon tror att hon inte får stanna i Sverige om de får veta att hon har hiv.  
Kan Migrationsverket säga att hon inte får stanna bara för att hon har hiv?



Lärarna på en gymnasieskola vill inte ha lektioner om kroppen och sex.  
Så eleverna får ingen information om kroppen och sex.  
Får lärarna göra så?

# ÖVRIGT MATERIAL

Här finns övriga tillbehör till olika övningar i metodmaterialet.

Skyltar till *Sexlinjen* (se s. 131 i metodmaterialet) s. 210–212

Bilder till övningen finns i *Kropp och sex* (s. 63–88)

Skyltar till *Kondomlinjen* (se s. 140 i metodmaterialet)  
s. 213–218

Skyltar till *Ja nej kanske* (se s. 181 i metodmaterialet)  
s. 219–221

Bingobrickor och frågor till *Sexbingo* (se s. 207 i metod-  
materialet) s. 222–223

INGEN RISK

att få eller

ge klamydia

LITEN RISK

att få eller

ge klamydia



STORRISK

att få ellet

ge klamydia

LÄTTT

att ta fram

kondom

SVÄRT

att ta fram

kondom

Är gifta

Älskar partnern

Känner inte varandra

Är kompisar

Har aldrig haft sex  
med någon förut

Har haft sex många  
gångar förut

Är full

Har bråkat

Är nykär

Är mycket kåt

Är nervös

Är på semester

Har åhhat  
preventionmedel



4

5

ד

ש

ז

KANSKE

# Sexbingo

|  |  |  |
|--|--|--|
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

Välj nio av dessa ord och skriv dem i rutorna:

abort

bra

både kvinnor och män

kondom

kåt

könssjukdom

medicin

mens

omskärelse

onanera

penis

smeksex

snippa

stånd

testa sig

ungefär 7-13 cm

våt

# Frågor till *Sexbingo*

Känslan i kroppen när man vill ha sex

En liten flickas könsorgan

Ett annat ord för kuk

Klitoris storlek

När en kvinna är kåt blir slidan ...

När penis blir hård och står upp

När man har sex med händerna

Så ska det kännas när man har sex

När man har sex med sig själv

När man tagit bort förhuden från penis

Blod som kommer ur slidan en gång i månaden

Bisexuella kan bli kära i ...

Klamydia är en ...

Man vet om man har en könssjukdom genom att ...

En person som har hiv tar detta för att leva ett långt och bra liv

Preventivmedel som skyddar mot både könssjukdomar och graviditet

Om man är gravid och inte vill ha barn kan man göra ...

Detta lektionsunderlag innehåller bilder, texter och andra tillbehör till metodmaterialet *Sexualundervisning på lättare svenska*. I metodmaterialet finns övningar, tips och vägledning för dig som vill arbeta med anti-diskriminerande sexualundervisning. Det vänder sig framför allt till lärare inom sfi och språkintröduktion men kan med fördel användas även i andra klasser och sammanhang.

