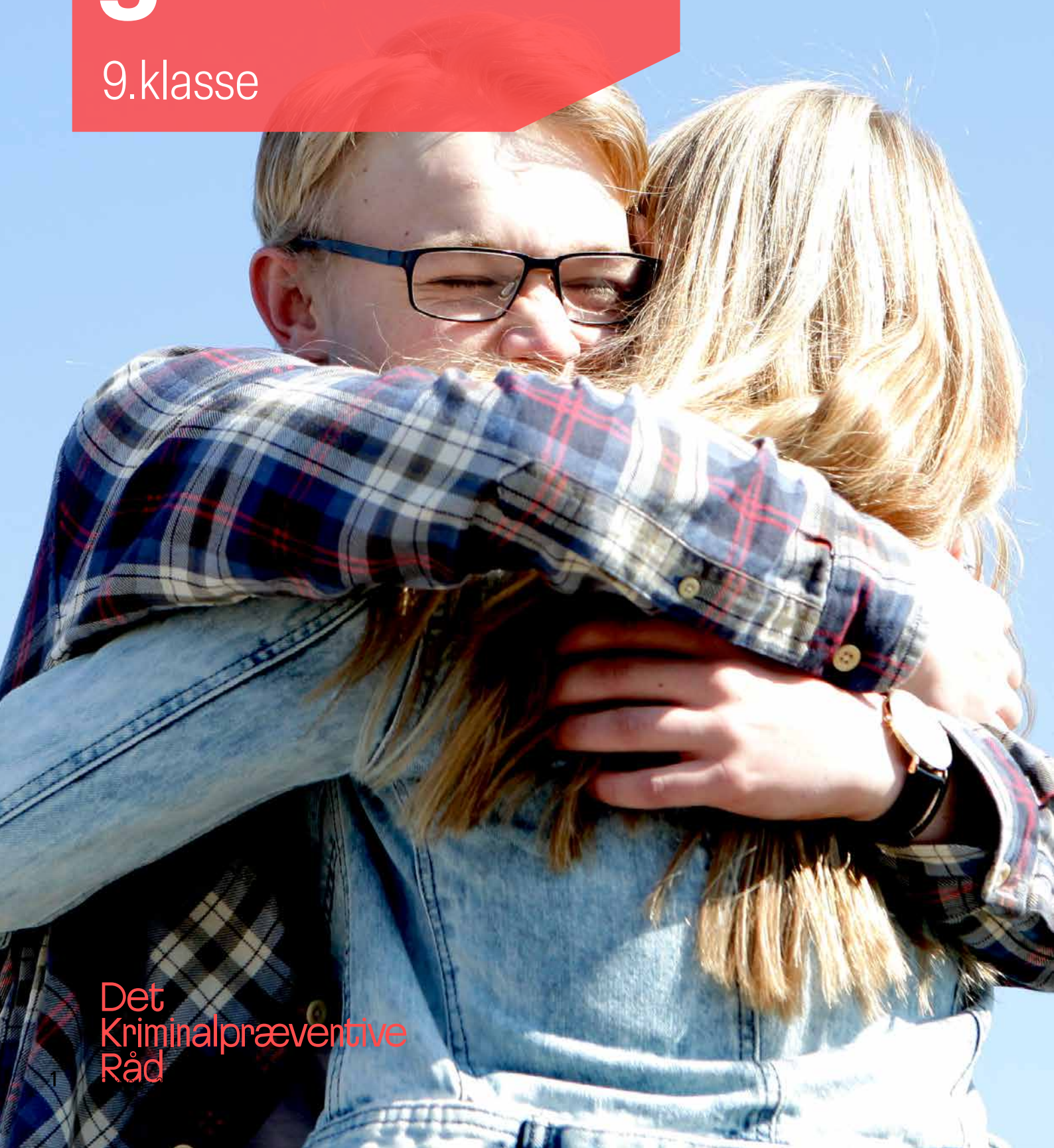


# Flirt og grænser

9.klasse



Det  
Kriminalpræventive  
Råd

# Indhold

<b>Lærerintroduktion .....</b>	<b>3</b>
Formål .....	4
Rammer og progression .....	5
Vigtige overvejelser før undervisningen .....	6
<b>Kapitel 1. Flirten .....</b>	<b>12</b>
Flirt, normer og grænser .....	13
Hvad er god flirt? Brainstorm og refleksion .....	16
Fra interesse til scoring. Scriptøvelse .....	20
Billeder af flirt. Billedøvelse på google .....	23
<b>Kapitel 2. Scoringen .....</b>	<b>25</b>
Er der samtykke? Film og gruppearbejde .....	26
Tak, men nej tak. Firehjørne-øvelse .....	33
Grænser. Gå på linie .....	35
Hvad kan de gøre? Film og rådgivning .....	37
<b>Kapitel 3. Efterspillet .....</b>	<b>41</b>
Dagen derpå. Film og gruppearbejde .....	42
Hvem kan gøre noget? Case med benspænd .....	44
Forebyggelse af seksuelle overgreb. Miniprojekt .....	46

Uge Sex © Det Kriminalpræventive Råd, 2019  
2. udgave, 2024

ISBN nr. 978-87-92966-74-2

Kopiering og print af dette materiale eller dele deraf er kun tilladt efter reglerne i gældende lov om ophavsret eller inden for rammerne af en aftale med Copydan.

**Indhold:** Katrine Andersen, Morten Emmerik Wøldike og Caroline Obel Mejlhede, Sex & Samfund

**Ansvarshavende redaktør:** Anne Wind, Sex & Samfund

**Fotos:** Anders Rye Skjoldjensen, Didde Lykke Jakobsen, Ditte Bak, Lars Nybøll, Mikkel Dalum, Mette Frandsen, Michael Løgtholt, Pernille Skanderup.

# Lærerintroduktion

Det at flirte, kysse og have sex kan være dejligt. At flirte og score drejer sig både om lyst og spænding – ofte i situationer med venner; til fest og med alkohol. Der kan være mange normer og forventninger både fra de unge selv og omverdenen. Det er også situationer, der rummer usikkerhed og risiko for misforståelser og grænseoverskridelser.

”Hvad hvis du har lyst til at kysse, men ikke har lyst til at bolle?” spørger en af de unge i filmene i undervisningsmaterialet. En anden siger: ”Der mangler et sprog for det. Hvordan siger man ’jeg har ikke lyst til det’ uden at såre den anden?” Det viser, at det er komplekst at sige til og fra i situationer, hvor man har noget på spil. Hvordan giver man en omsorgsfuld afvisning, og hvordan modtager man en afvisning uden at tabe ansigt?

Oplevelser med flirt og sex kan også være grænseoverskridende, og de kan ende i seksuelle overgreb. En undersøgelse viser, at teenagere er en særlig risikogruppe. 29 % af ofrene for voldtægt eller forsøg herpå var 18 år eller yngre på gerningstidspunktet og 62 % var 24 år eller yngre. Voldtægt sker desuden oftest mellem jævnaldrende unge, der kender hinanden i forvejen, og det sker ofte i hjemmet hos enten offeret, gerningspersonen eller i en anden privat bolig. Derudover vurderer 6 ud af 10 ofre, at gerningspersonen var påvirket af alkohol eller euforiserende stoffer i situationen, mens godt halvdelen oplyser, at de selv var påvirket af alkohol eller euforiserende stoffer.<sup>1</sup>

En undersøgelse viser ydermere, at mange unge oplever udfordringer med at udtrykke og især spørge om samtykke til sex. Alkohol kan for nogle gøre det nemmere at spørge om og udtrykke samtykke, men flere oplever også, at alkohol gør det sværere at afgøre, om der er samtykke til sex.<sup>2</sup>

Unge taler ikke altid med hinanden om disse emner og spørgsmål, og der skabes sjældent dialog om det i skolens undervisning.<sup>3</sup> Dette undervisningsmateriale handler om flirt, sex, grænser, samtykke og normer og giver undervisere redskaber til at sætte emnerne på dagsordenen i grundskolen.

Sex & Samfund har udarbejdet undervisningsmaterialet for Det Kriminalpræventive Råd. Materialet er afprøvet og udviklet i tæt samarbejde med elever, lærere og fagpersoner i udskolingen og på ungdomsuddannelser, der har været med til at sætte ord på de temaer, udtryk og spørgsmål, der er vigtige at arbejde med. En baggrundsgruppe af eksperter fra både de juridiske, sociologiske, psykologiske og pædagogiske fagområder har bidraget til at kvalificere undervisningsmaterialet.

## Om DKR

Det Kriminalpræventive Råd arbejder for at fremme trygheden i samfundet ved at forebygge og oplyse om kriminalitet. DKR arbejder både for at nedbringe antallet af kriminelle og antallet af ofre.

Læs mere om DKR på [www.dkr.dk](http://www.dkr.dk)

## Om Sex & Samfund

Sex & Samfund arbejder nationalt og internationalt med seksuel sundhed, trivsel, rettigheder, køn, krop og relationer for at styrke den enkeltes mulighed for at træffe frie og informerede valg og bekæmpe diskrimination.

Læs mere om Sex & Samfund på [www.sexogsamfund.dk](http://www.sexogsamfund.dk)

1. *Udsathed for vold og andre former for kriminalitet – Offerundersøgelserne 2005-2022*, Justitsministeriets forskningskontor, Det Kriminalpræventive Råd og Rigspolitiet i samarbejde med Københavns Universitet, 2023. 2. *Stereotype forestillinger om voldtægt og holdning til samtykke*, Epinion for Det Kriminalpræventive Råd, 2023. 3. *Samtykke – viden om det, de unge oplever, gør og påvirkes af på vejen til sex*, Antropologerne, 2017. Det er ligeledes erfaringen fra Sex & Samfunds rådgivning på Sexlinien for Unge og undervisning på skoler og ungdomsuddannelser.

# Formål

## Undervisningsmaterialet skal:

- øge unges opmærksomhed på seksuelle grænser, samtykke og grænseoverskridelser
- udvikle unges kommunikative (verbale og nonverbale) kompetencer, så de bedre kan navigere i deres seksuelle relationer med andre unge
- styrke unges evner til og motivation for at undgå seksuelle grænseoverskridelser og overgreb i nære relationer både for sig selv og for andre.

## Fem grundlæggende principper:

**En positiv og respektfuld tilgang til seksualitet:** Der er fokus på, at seksualitet, sex og flirt er positive fænomener, som beriger og giver livskvalitet, og at unge som udgangspunkt ønsker at indgå i positive intime relationer baseret på ligestilling, integritet, respekt og samtykke.

Materialet tager afsæt i WHO's definition af seksuel sundhed som "en tilstand af fysisk, mental og social velbefindende i forbindelse med seksualitet. Det kræver en positiv og respektfuld tilgang til seksualitet og seksuelle forhold, såvel som muligheden for at have gode og sikre seksuelle oplevelser, fri af tvang, diskrimination og vold".<sup>4</sup>

**Fokus på holdninger, normer og adfærd:** For at sikre at flere kan lykkes med at skabe gode og sunde seksuelle oplevelser og relationer med andre, der er baseret på samtykke, er det nødvendigt at arbejde med holdninger, normer og adfærd blandt unge, der skaber forandring både i unges motivation for handling og i deres konkrete handleerfaringer.

Forløbet henter inspiration fra Theory of Planned Behavior, hvor det antages, at unges handlinger påvirkes af tre forhold: Hvad vi selv mener er rigtigt og forkert, hvad vi tror, andre synes er rigtigt og forkert (særligt venner og forældre), og om vi "mestrer" handlingen – altså om, det er noget, vi (tror, at vi) kan finde ud af. Disse tre forhold påvirker vores adfærdsintentioner og adfærd, men spørgsmålet om mestring har en afgørende betydning for, at unge reelt evner at handle i konkrete situationer.

**Fællesskabets rolle:** Det er ikke blot de personer, som er direkte involveret i en flirt eller en seksuel relation, som kan forebygge seksuelle grænseoverskridelser. Unges fællesskaber kan også være afgørende for, hvordan unge opfatter og navigerer i situationer, hvor der er tale om tvivl, eller hvor det kan føles som en gråzone. Derfor er undervisningen også inspireret af den såkaldte "bystanderteori", som handler om betydningen af udenforstående personer (tilskuere eller bystandere), hvor man som for eksempel ven, bekendt eller vidne kan reagere ved at fremme positive sociale normer i fællesskaber og hjælpe andre ud af svære situationer.

**Handlekompetence:** Det er således centralt at udvikle elevernes evner, vilje og motivation for at handle både individuelt og i fællesskabet for at fremme egen og andres seksuelle trivsel.

**Normkritisk tilgang:** Det er vigtigt, at normer, stereotyper, scripts<sup>5</sup> og flertalsmisforståelser undersøges og udfordres i undervisningen. Det skyldes, at normer, der knytter sig til køn, krop, sex og seksualitet, kan virke ekskluderende og være med til at begrænse mulighederne for den åbne dialog, der sikrer positive ungdomsfællesskaber.

4. Defining Sexual Health: report of a technical consultation on sexual health, World Health Organization (WHO), 2006, Geneva: <https://www.ceslas.lu/perch/resources/whodefiningsexualhealth.pdf> 5. Læs mere om normer, stereotyper og seksuelle scripts på side 6-7.

# Rammer og progression

Undervisningsmaterialet er udviklet til undervisningen i 9. klasse og er baseret på Fælles Mål for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab.

## Fagformål

Eleverne skal i emnet sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab udvikle kompetencer til at fremme sundhed og trivsel. Eleverne skal opnå forståelse for den betydning, som livsstil og levevilkår har for sundhed og trivsel, samt af samspillet mellem sundhed, seksualitet og familieliv.

**Stk. 2.** Eleverne skal beskæftige sig med egne og andres erfaringer og undren i emnet for at medvirke til udvikling af engagement, selvtillid og livsglæde samt støtte den enkelte i udvikling af egen identitet i samspil med andre. Emnet skal endvidere medvirke til, at eleverne opnår erkendelse af egne grænser og rettigheder samt forståelse for andres.

**Stk. 3.** I sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab skal eleverne udvikle forudsætninger for, at de i fællesskab med andre og hver for sig kan tage kritisk stilling og handle for at fremme egen og andres sundhed.



## Tværfagligt

Der er i undervisningsmaterialet også opgaver, der knytter an til Fælles Mål i både dansk og samfundsfag, og den afsluttende opgave kan anvendes i relation til projektopgaven.

I det hele taget er grænser og normer emner, der giver rig mulighed for tværfagligt samarbejde, da meget litteratur, film og så videre behandler dette emne.

## Progression

Undervisningsmaterialet har overordnet til formål at forebygge seksuelle overgreb blandt unge i nære relationer med jævnaldrende ved at klæde unge på til at indgå i sunde relationer med samtykke, gensidig opmærksomhed og respekt for hinandens grænser og handle i forhold til at undgå pres, tvang og vold i seksuelle situationer.

Undervisningsmaterialet er opdelt i tre kapitler: "Flirten", som handler om normer og idealer, "Scoringen", som handler om grænser og afvisning, og "Efterspillet", som handler om fællesskabets rolle i at fremme seksuel sundhed og trivsel. Undervisningsforløbet er udviklet som ét samlet forløb, hvor man arbejder med hvert kapitel i minimum halvdanden time – det anbefales dog, at der arbejdes med det i længere tid. Underviseren kan også vælge øvelser fra alle tre kapitler og anvende øvelserne separat. Det afsluttende miniprojekt giver eleverne mulighed for at bringe deres viden i anvendelse.

## Færdigheds- og vidensområder:

### Relationer

- Eleven kan vurdere følelsesmæssige dilemmaer i relationer
- Eleven har viden om følelser og relationers betydning for sundhed, trivsel og seksualitet

### Personlige grænser

- Eleven kan diskutere, hvordan overgreb på børn og unge kan forebygges
- Eleven har viden om vold og overgreb af fysisk, psykisk og seksuel karakter

### Normer og idealer

- Eleven kan analysere køn, krop og seksualitet i et samtidigt, historisk og globalt perspektiv
- Eleven har viden om kulturelle og sociale normer og idealer i forhold til køn, krop og seksualitet

### Seksuel sundhed

- Eleven kan vurdere, hvad der fremmer egen og andre unges seksuelle sundhed og trivsel
- Eleven har viden om seksuel sundhed og trivsel

# Vigtige overvejelser før undervisningen

Flirt, grænser, samtykke, normer og grænseoverskridelser er sensitive emner, der kan være svære at undervise i. I dette afsnit beskrives en række overordnede anbefalinger og inspiration til at komme i gang med at facilitere dialog med eleverne om disse emner.

## Normer og forventninger

Normer har stor betydning for mennesker og for måden, vi er sammen på. Normer beskrives bedst som de uskrevne regler, som definerer, hvordan vi opfører os og taler i forskellige sammenhænge. De er en slags forventninger, som vi har til os selv og hinanden, eller som findes i fællesskabet eller samfundet. Ofte får man først øje på dem, når de bliver brudt.

Når man arbejder med normer med eleverne, er det vigtigt, at man er opmærksom på, at normer er:

- Kontekstbestemte: Noget som er normen det ene sted, kan være normbrud et andet sted.
- Dynamiske: Normer forandrer sig over tid. For eksempel er normer for køn og seksualitet anderledes i dag, end de var for 50 år siden, og om 50 år vil de igen være anderledes, end de er nu. Normer forsvinder dog ikke fra den ene dag til den anden, og man kan ofte finde træk fra gamle normer i nutidige kontekster.
- Både positive og negative: Normer er langt hen ad vejen nødvendige for menneskers samvær. De sikrer, at vi har en fælles forståelse for, hvordan man opfører sig og taler i forskellige sammenhænge. Men normer kan også begrænse menneskers muligheder, og de kan give unge følelsen af ikke at passe ind, hvis de for eksempel ikke har lyst til at have sex med deres kæreste. Normer kan således både give samhørighedsfølelse og ekskludere og lægge pres på nogle unge i forhold til seksualitet, køn og krop.



## Vær opmærksom på dine egne normer

Som lærer er man også påvirket af normer. De har betydning for, hvordan man møder eleverne. Og selvom man som lærer har forståelse og respekt for den mangfoldighed, som findes blandt eleverne, sniger normerne sig ofte ind i sproget. Det kan derfor være en god øvelse at have opmærksomhed på, om man altid refererer til heteroseksuelle forhold mellem piger og drenge, når man taler om flirt, sex og grænser. Eller kun refererer til piger, når man taler om ofre for billeddeling uden samtykke eller seksuelle grænseoverskridelser. Det er ligeledes vigtigt at have fokus på, hvordan man omtaler overgreb, så man for eksempel ikke kommer til at bekræfte eventuelle forforståelser af, at seksuelle overgreb er offerets egen skyld (victim blaming). Det kan let ske, hvis der kommer meget og ensidigt fokus på offerets adfærd eller påklædning i situationen.

Oftentimes kan man ubevidst komme til at understrege normbryderes særstatus med formuleringer som: "Det er helt ok at være en sårbar fyr", eller "det er ok, at hun har mange seksuelle relationer". Dermed indikerer man, at *minoriteten* er nogle, der skal tolereres af *majoriteten* i stedet for at lade mangfoldighed i køn, seksualitet, krop og sex være en præmis i undervisningen. Hensigten er, at eleverne i arbejdet med øvelserne forholder sig kritisk til de normer, som de møder i deres nære fællesskaber, på sociale medier, i ungdomskulturen og i samfundet.

## Køn og kønsstereotyper

En stor del af de normer og forventninger, der knytter sig til flirt, sex og grænser, handler om køn. Der kan ofte være særlige forventninger til, hvilke roller og positioner bestemte køn forventes at indtage, når de møder eller bliver interesseret i hinanden.

Der er en udbredt norm om, at heteroseksuelle drenge eller mænd skal tage initiativet og føre an i forhold til at flirte, score eller have sex, mens heteroseksuelle piger skal være afventende og har ansvaret for at sige ja eller nej til drengens initiativ.<sup>6</sup> I undervisningen er det vigtigt, at man i dialogen har fokus på at undersøge og udfordre både de normer og forventninger forskellige køn kan ligge under for, og som kan spærre for, at alle parter tager ansvar for relationen og sikrer, at det bliver en positiv oplevelse for de involverede – baseret på samtykke.

Flirt, sex, grænser og normer udspiller sig ikke kun mellem drenge og piger, eller heteroseksuelle unge, men er relevante for alle unge uanset deres kønsidentiteter og seksuelle præferencer. Og flirt og seksuelle situationer kan ligeledes også involvere flere end to personer. Det er en god ide at tænke denne mangfoldighed ind i sine valg af eksempler i undervisningen.

## Seksuelle scripts: Normer på vejen fra flirt til kys eller sex

Der kan blandt unge herske en opfattelse af den "rigtige" måde at score på, hvor der er nogle bestemte skridt, man følger i en bestemt rækkefølge eller et script (manuskript) for at gå fra interesse i en person til et kys, en relation eller sex. Hvis man ikke selv har så mange erfaringer, kan dette seksuelle script være påvirket af det, man hører hos kammeraterne, og det man ser i medier som film, musikvideoer og på sociale medier samt i porno.

Derfor er det en god idé, at man i undervisningen kaster lys over disse scripts og undersøger dem sammen. Man kan tale om, at det ikke behøver at være sådan, og hvad det kan betyde for unge, hvis der er en opfattelse af, at hvis man har sagt A, må man også sige B.

## Tal med unge om deres seksuelle rettigheder

Alle børn, unge og voksne har en række grundlæggende rettigheder. De handler eksempelvis om frihed, lighed, privatliv og retten til beskyttelse mod alle former for diskrimination, vold og overgreb.

Rettighederne er forankret i erklæringer og konventioner, og på baggrund af disse rettigheder kan man tale om, at unge også har en række seksuelle rettigheder, herunder at de har retten til at bestemme over deres egen krop, køn og seksualitet.<sup>7</sup>

Respekten for, at alle unge selv bestemmer over deres egen krop, køn og seksualitet, er et vigtigt afsæt i undervisningen om grænser, samtykke, seksuelle grænseoverskridelser og seksuelle overgreb, og rettigheder i forhold til krop og seksualitet, og deres betydninger er vigtige at drøfte med eleverne i undervisningen.

6. Unges opfattelser af køn, krop og seksualitet, VIVE, 2018; Samtykke – viden om det, de unge oplever, gør og påvirkes af på vejen til sex, Antropologerne, 2017. 7. De seksuelle rettigheder er formuleret af den internationale organisation IPPF og oversat og bearbejdet af Sex & Samfund. Læs mere her: <https://www.ippf.org/resource/sexual-rights-ippf-declaration>



## Seksuelle grænser

Seksuelle grænser handler om, hvad man har lyst til, og hvad man ikke har lyst til i forhold til intimitet og sex. Det at overskride sine egne grænser kan være lystfuldt og spændende, og ofte kender man ikke sine grænser, før man møder dem. Grænser er afhængige af kontekst og dem, man er sammen med.

Seksuelle grænser handler endvidere om meget andet end sex; det handler om berøring, kys, blikke og ord og alt det andet, der definerer intimitet mellem mennesker i for eksempel en flirt.

Det er således ikke muligt at opstille fælles regler for, hvor personlige og seksuelle grænser går, og det er også et vilkår, at børn og unge kommer til at overskride hinandens personlige og kropslige grænser. Det er derfor ved at arbejde med konkrete eksempler, at unges forestillinger og normer om grænser og samtykke bedst kan undersøges og udfordres.

## Seksuelle grænseoverskridelser og dilemmaer

Retten til at bestemme over sin egen krop betyder også, at man har ret til ikke at få sine grænser overskredet i forhold til krop, seksualitet og køn. Det er oplagt, at man i undervisningen udforsker dette dilemma, at det på den ene side er et vilkår, at unge naturligt kan komme til at overskride hinandens grænser, når de skal udforske deres seksualitet, og at de på den anden side har ret til ikke at få deres grænser overskredet. Der bør derfor være fokus på at arbejde med unges respekt for andres oplevelser af grænser og at kunne handle på og lære af andres grænsesætninger.

Det er vigtigt at arbejde med, hvordan man bliver opmærksom på sine egne grænser og signaler, og hvordan man kan aflæse andres signaler og udtryk for grænser for at fremme et fælles ansvar for hinandens grænser og sikre samtykke i intime situationer. Det drejer sig blandt andet om at opøve sine evner til at aflæse forskellige former for kommunikation, som ud over det talte sprog også omfatter blikke, signaler, kropssprog og sanser. Og det er vigtigt at kaste lys over de normer og forestillinger, der kan knytte sig til grænser og samtykke eller lyst og ulyst i unges fællesskaber.

### De seksuelle rettigheder

1. Alle unge har ret til ikke at blive diskrimineret på grund af køn og seksualitet
2. Alle unge har ret til medbestemmelse og aktiv deltagelse i samfundet
3. Alle unge har ret til at bestemme over deres egen krop
4. Alle unge har ret til privatliv
5. Alle unge har ret til at bestemme over deres køn og seksualitet
6. Alle unge har ret til at udtrykke sig om køn og seksualitet
7. Alle unge har ret til sundhedstilbud, der fremmer deres seksuelle sundhed og trivsel
8. Alle unge har ret til viden, undervisning og rådgivning om krop, seksualitet og seksuel sundhed
9. Alle unge har ret til selv at vælge, om de vil giftes, og om de vil have børn – og i så fald hvornår
10. Alle unge har ret til, at staten bakker op om, at unge får opfyldt deres seksuelle rettigheder



## Fakta om voldtægt

- 62.000-82.000 kvinder i befolkningen i alderen 16-74 år har inden for de seneste 5 år været udsat for voldtægt eller forsøg herpå.
- Omkring 7.000-15.000 mænd i alderen 16-74 år har inden for de seneste 5 år været udsat for voldtægt eller forsøg herpå.
- 29 % af ofrene for voldtægt eller forsøg herpå var 18 år eller yngre på gerningstidspunktet, 62 % var 24 år eller yngre.
- Ca. tre fjerdele kender gerningspersonen f.eks. fordi det er en ven, kollega, (tidligere) kæreste eller en person de har mødt i byen eller online.
- Tre fjerdele af voldtægter finder sted i en privat bolig.<sup>8</sup>

## Hvad siger lovgivningen?

Fra 1. januar 2021 trådte den samtykkebaserede voldtægtsbestemmelse straffelovens § 216 (også kaldet Samtykkeloven) i kraft, som gør det strafbart at have sex med en person, der ikke samtykker. Før kunne man kun dømmes for voldtægt, hvis der var vold, trusler eller tvang involveret, eller hvis offeret havde været i en tilstand, som gjorde dem ude af stand til at modsætte sig handlingen. Med den samtykkebaserede voldtægtsbestemmelse handler loven i stedet om, at alle parter skal sikre sig, at der er samtykke til sex. Det betyder, at ansvaret for ikke at blive voldtaget, ikke længere er offerets, men at alle involverede har ansvar for at sikre sig, at der er samtykke.<sup>9</sup>

## Hvad er samtykke?

Samtykke er, når man udtrykker, at man er enig, giver tilladelse eller tilslutter sig noget. Man kan fx give samtykke ved at udtrykke et ja til en flirt eller til sex, og det kan se ud på flere måder. Det kan være med ord, lyde eller med kropssprog, fx hvis man smiler og rykker tættere på den anden person. Samtykke er en måde at bekræfte, at man ønsker at deltage. Man kan altid stoppe med at give samtykke, hvis man holder op med at have lyst til det, man har indvilget i. Man kan også godt give samtykke til én ting, men ikke til en anden. Det kan fx være samtykke til at kysse, men ikke til at have sex. Derfor er det vigtigt, at man er opmærksom og tjekker ind med hinanden undervejs for at sikre, at alle er enige om og har lyst til det, der skal ske.

## ”Rigtige” voldtægter

Voldtægt sker ofte blandt unge, der kender hinanden, og overgrebene sker i de kontekster, som unge befinder sig i private hjem og i forbindelse med fester og byture. Det kan resultere i, at offeret har svært ved at identificere overgrebet som en kriminell handling. Det er ca. hver femte, der har været udsat for voldtægt eller forsøg herpå, som har anmeldt det til politiet, eller hvor politiet har fået kendskab til hændelsen på anden vis. Dette gør sig gældende for både mænd og kvinder. 9 % angiver, at de ikke er sikre på, at det, de har været udsat for, er ulovligt som årsag til ikke at anmelde hændelsen. Og hele 24 % af ofrene er bange for, at anmeldelsen ikke fører til noget eller ikke nytter noget.<sup>10</sup>

Ved seksuelle overgreb oplever mange at blive passive eller at fryse i situationen, og derfor ikke kunne sige fra. Derfor er det vigtigt, at man i undervisningen udfordrer stereotype forestillinger om overgreb, og at man problematiserer forestillinger om, at der findes en ”rigtig” måde at sige nej på eller at gøre modstand på, før unge opfatter det som et seksuelt overgreb og som en kriminell handling. Et overgreb defineres ikke af, om eller på hvilken måde offeret har gjort modstand, men om alle involverede har samtykket i situationen. Det er heller ikke i mindre grad et overgreb, fordi det er en person, man kender eller en kæreste, der begår det.<sup>11</sup>

### Opmærksomhedspunkt:

### Skab dialog om kønsnormer

Oftest er det piger og kvinder, der oplever seksuelle grænseoverskridelser og udsættes for seksuelle overgreb, og drenge og mænd er oftest gerningspersoner bag seksuelle krænkelser. Det betyder ikke, at drenge og mænd ikke også udsættes for seksuelle grænseoverskridelser og overgreb, eller at kvinder ikke også begår seksuelle krænkelser.

Som underviser kan man bruge denne viden til at tale om kønnede normer, stereotyper og scripts for flirt, scoring og sex, der kan have en indflydelse på unges opfattelser og adfærd.

<sup>8.</sup> og <sup>10.</sup> Udsathed for vold og andre former for kriminalitet – Offerundersøgelserne 2005-2022, Justitsministeriets forskningskontor, Det Kriminalpræventive Råd og Rigspolitiet i samarbejde med Københavns Universitet, 2023. <sup>9.</sup> Stereotype forestillinger om voldtægt og holdning til samtykke, Epinion for Det Kriminalpræventive Råd, 2023. <sup>11.</sup> Seksuelle krænkelser. Omfang og karakter, Aalborg Universitet, Københavns Universitet og Kantar Gallup for DKR, 2017.

## Konsekvenser ved seksuelle overgreb rammer unge hårdere

Det har både fysiske og psykiske konsekvenser at blive udsat for et seksuelt overgreb. Det kan påvirke offerets selvværd, forholdet til sex og ens generelle trivsel. Langt flere af de unge end voksne, der oplever seksuelle overgreb, giver udtryk for, at de skammer sig, er flove og føler sig beskidte efter at have oplevet et overgreb. Noget tyder på, at unge vender konsekvenserne indad. Desuden oplever flere unge end voksne ofre, at oplevelsen har påvirket deres forhold til sex negativt og er gået ud over deres selvværd.<sup>12</sup>

### Mere viden om seksuelle overgreb

- Politiets side om voldtægt: [www.anmeldvoldtaegt.dk](http://www.anmeldvoldtaegt.dk)
- Seksuelle overgreb, Socialstyrelsen: [www.socialstyrelsen.dk/born/overgreb](http://www.socialstyrelsen.dk/born/overgreb)
- Fakta om voldtægt, Det Kriminalpræventive Råd: [www.dkr.dk/vold-og-voldtaegt/fakta-om-voldtaegt](http://www.dkr.dk/vold-og-voldtaegt/fakta-om-voldtaegt)

## Etiske overvejelser før undervisningen

Temaerne sex, grænser, grænseoverskridelser, voldtægt og overgreb er sensitive emner, der kan være svære at tage op i undervisningen. Undervejs i forløbet, og særligt når I arbejder med temaerne grænseoverskridelser, samtykke og seksuelle overgreb, kan nogle elever blive følelsesmæssigt berørt. Der kan også være elever, der er påvirkede, fordi de selv, eller nogen de kender, har oplevet seksuelle grænseoverskridelser eller været udsat for seksuelle overgreb. Det er derfor en god idé at tale med eleverne om, hvad undervisningen kommer til at have fokus på, før arbejdet med forløbet går i gang.

## Et trygt rum til at tale om flirt, sex, grænser og normer

For at sikre et trygt rum i undervisningen, er det en god ide at lave nogle aftaler om, hvordan man arbejder og taler sammen, når man skal arbejde med forløbet.

### Sex & Samfunds forslag til aftaler om det trygge rum:

- Alle ved, hvad der skal ske i undervisningen.
- Man deltager, men har mulighed for at sige fra.
- Deltagere og undervisere taler ikke privat eller meget personligt om sig selv eller andre.
- Der er respekt for forskelligheder.
- Homo- og transfobi og andre diskriminerende kommentarer accepteres ikke.

Hvis man har lyst til at gå mere i dybden med, hvordan man skaber et trygt rum, kan man gennemføre øvelsen "Et trygt rum i undervisningen", inden man går i gang med at arbejde med flirt, normer og grænser.



12. *Seksuelle krænkelse. Omfang og karakter*, Aalborg Universitet, Københavns Universitet og Kantar Gallup for DKR, 2017.



## Reaktioner i undervisningen

Når I planlægger forløbet, er det ligeledes en god idé at overveje – og hvis man er flere undervisere at lave en indbyrdes aftale om – hvordan I vil gribe forskellige reaktioner fra eleverne og situationer i klassen an:

- Hvordan vil I håndtere en situation, hvor en elev deler egne personlige erfaringer med et svært emne i gruppen?
- Hvad vil I gøre, hvis en elev bliver følelsesmæssigt berørt?
- Hvilke muligheder er der eksempelvis for at gå fra med en elev, hvis en elev bliver ked af det eller oprevet?
- Hvordan sikrer I, at I har tid til at tale med en elev, hvis en elev henvender sig til jer lige efter en time, og hvordan kan I støtte denne elev i at få den fornødne hjælp?
- Hvordan vil I forklare en elev, hvad der sker, når han eller hun fortæller en voksen om personlige erfaringer med vold eller seksuelle overgreb?
- Er der brug for at lave aftaler med eller informere særlige ressourcepersoner på skolen såsom AKT-lærere, ressourcecenter, vejleder eller skolens tilknyttede sundhedsplejerske forud for forløbet?

## Underretningspligt

Alle voksne er som borgere forpligtede til at underrette de sociale myndigheder, hvis de har mistanke eller er vidende om, at et barn eller en ung mistrives. Som fagperson har man en skærpet underretningspligt. Det betyder, at fagpersoner er særlig forpligtede til at følge kommunens underretningsprocedure, hvis man får kendskab til eller har en formodning om, at et barn eller en ung bliver eller har været udsat for vold eller seksuelle overgreb eller har behov for særlig støtte.

### Rådgivning og vejledning om seksuelle overgreb

- Center for voldtægtsofre: [www.voldtægt.dk](http://www.voldtægt.dk)
- Offerrådgivningen: [www.offerraadgivning.dk](http://www.offerraadgivning.dk)
- Sexlinien for Unge: [www.sexlinien.dk](http://www.sexlinien.dk)
- Forebyg seksuelle overgreb mod mennesker med handicap: [www.forebygovergreb.dk](http://www.forebygovergreb.dk)

## KAPITEL 1:

# Flirten

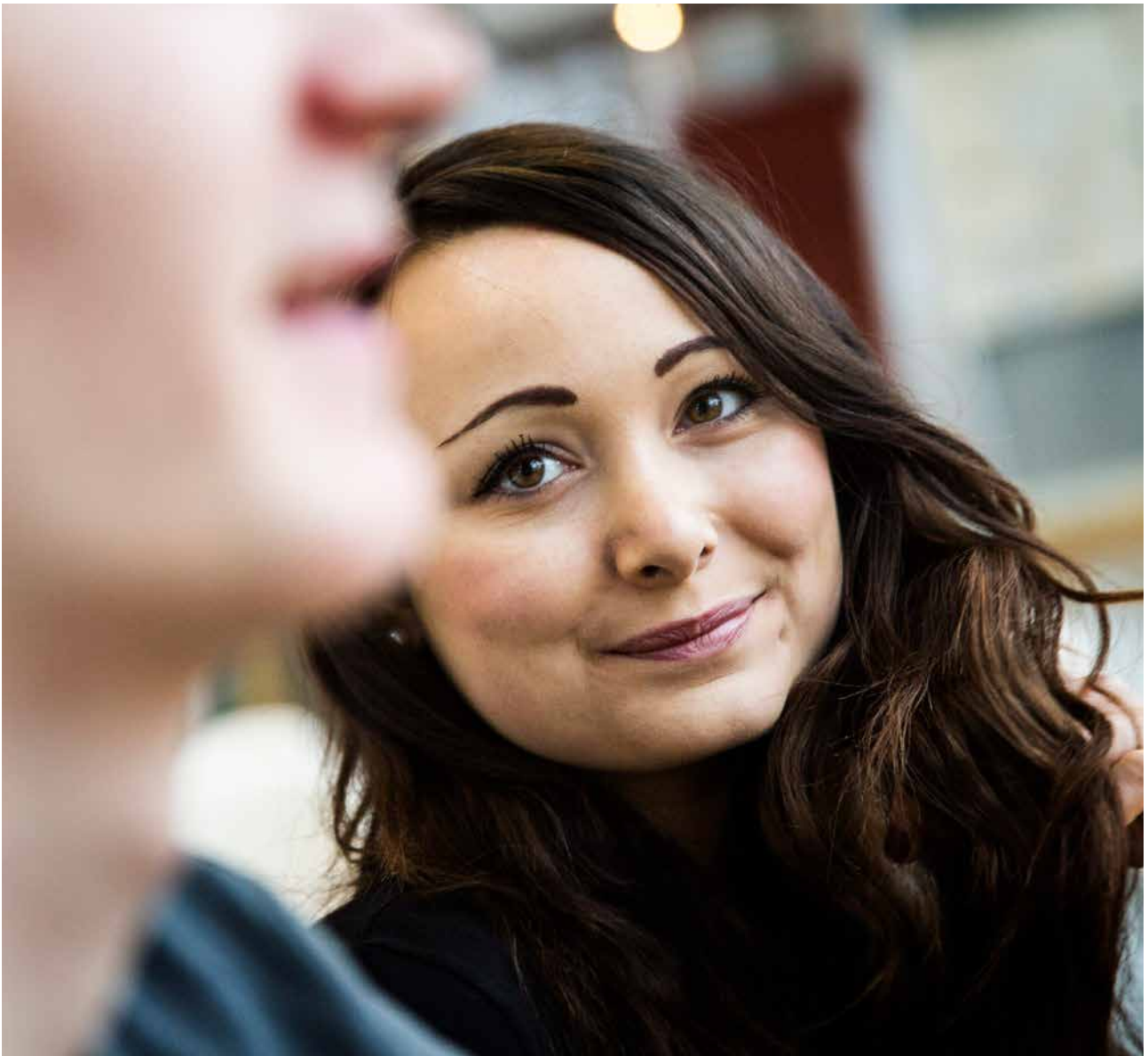
### Om normer

I dette tema skal eleverne arbejde med at undersøge, hvad flirt betyder, og hvilke normer, forventninger og kulturer, der gælder for flirt, sex, samtykke, grænser og seksualitet.

Eleverne kommer til at arbejde med begreber som normer og stereotyper, der knytter sig til flirt og drøfte, hvad de betyder for unges forventninger til sig selv og andre og måder at handle på i intime relationer.

Gennem kritisk refleksion og dialog kommer eleverne til at tage stilling til normers betydning og tilegne sig handlekompetence i forhold til at ændre på normer, som er med til at skabe u hensigtsmæssig adfærd eller virker ekskluderende.

I dette tema bliver der desuden sat fokus på de signaler og den sproglige og kropslige kommunikation, man skal være opmærksom på i intime relationer for at sikre samtykke. Eleverne arbejder med, hvad det er for nogle signaler, der ligger i flirten og afvisningen, og hvornår de kan være svære at aflæse.



# Flirt, normer og grænser

## FRA STOL TIL STOL

### Læringsmål

- Eleverne kan tage stilling til udsagn om flirt, grænser og normer.
- Eleverne kan samtale om flirt, grænser og normer.

### Fag og emner:

Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

### Færdigheds- og vidensområder:

Normer og idealer, personlige grænser

### Tid:

25-45 minutter

### Materialer:

Arbejdsark med udsagn og uddybende spørgsmål

### Beskrivelse

**1.** Eleverne præsenteres for, at de nu skal arbejde med flirt, normer og grænser. Læreren introducerer til arbejdsformen "Fra stol til stol". Det er vigtigt at understrege:

- at udsagnene handler om, hvordan man tror, det er generelt for unge. Man skal altså ikke vurdere ud fra sine egne erfaringer, men hvordan man tror, mange har det.
- at man ikke må kommentere hinandens vurderinger, men at der stoppes undervejs, så man kan drøfte de forskellige udsagn.
- at læreren rejser sig hver gang, så der altid er en at bytte plads med.

Hvis er svært for eleverne at forstå forskellen på at svare ud fra, hvordan man tror, det generelt er og på baggrund af personlige erfaringer, kan man forklare, at det er det samme som, at hvis udsagnet er "mange unge kan godt lide pizza", rejser man sig, selvom man ikke selv kan lide pizza, fordi man ved, at det kan de fleste unge.

**2.** Læreren læser et udsagn fra arbejdsarket højt for eleverne. Hvis man er uenig i udsagnet, bliver man siddende på stolen. Hvis man er enig, rejser man sig og bytter plads med en anden, der også er enig. Man må ikke gå tilbage til den stol, man kommer fra. Hvis der kun er én, der rejser sig, bytter man plads med læreren.

**3.** Undervejs i aktiviteten faciliterer læreren en dialog om udvalgte udsagn, handlemuligheder og eventuelle dilemmaer, der viser sig i elevernes stillingtagen.

### TIPS TIL LÆREREN

#### Udfordre normer og stereotyper

Når man spørger ind til elevernes udsagn, er det vigtigt, at man både nysgerrigt undersøger og samtidig udfordrer de normative og stereotype holdninger til flirt, sex og unges forventninger hertil, som kommer frem i dialogen for at fremhæve et fælles ansvar for, at relationer bliver en positiv oplevelse for alle parter. Undersøgelser viser, at der blandt unge findes ret snævre normer for, hvordan unge synes, at man skal afvise på den "rigtige" måde. F.eks. at i heteroseksuelle relationer har piger ansvaret for at sige ja eller nej (afvise), og at drenge forventes at tage initiativ og presse på over for piger.

# Udsagn

## DEL 1

- I dag er det mandag/tirsdag/onsdag
- Unge flirter på forskellige måder
- Man kan godt flirte uden at have lyst til at kysse/ blive kærester/have sex
- Man flirter anderledes online, end man gør ansigt til ansigt
- Mange unge synes, det er lettere at flirte online end ansigt til ansigt
- Man kan godt flirte med en, man er kærester med
- Mange unge kan ikke gennemskue, når nogen flirter med dem
- Mange unge har svært ved at flirte med andre eller vise deres interesse i andre
- Mange unge kan have svært ved at udtrykke deres grænser overfor andre
- Mange unge synes, det er nemmere at udtrykke deres grænser med kropssprog end med ord
- Mange unge synes, det er svært at fornemme, hvornår det er ok at kysse en anden
- Mange unge synes, det er svært eller akavet at spørge om lov til at kysse eller røre en, de godt kan lide
- Mange unge synes, det er svært at afvise en, de kender

### Forslag til uddybende spørgsmål:

- Hvordan er onlineflirt f.eks på sociale medier og flirt i den fysiske verden forskellige?
- Hvilke fordele og ulemper kan der være ved de to former?
- Hvad vil det sige at flirte med en kæreste, og er det noget andet end at flirte med en person, man ikke kender, eller med én man kender, men ikke har været sammen med?

### Forslag til uddybende spørgsmål:

- Hvad kan man gøre for at sikre sig, at den, man flirter med, har lyst til det, hvis man synes, det er akavet at spørge om lov?
- Hvad er det, der gør det svært at afvise en, man kender?
- Bed eleverne om at komme med konkrete eksempler på, hvordan man kan afvise en fra for eksempel klassen eller vennegruppen på en god måde.
- Hvad kan vennerne gøre for, at en situation, hvor én i gruppen har vist interesse for en anden og er blevet afvist, bliver mindst muligt ubehagelig? Kom med konkrete eksempler.
- Hvad kan man gøre, hvis man ser en person prøve at flirte med en anden, som man fornemmer, ikke har lyst til det?

# Udsagn

## DEL 2

- Mange unge synes, det er lettere at flirte og score, når de har drukket alkohol
- Det er sværere for unge at aflæse hinandens grænser, når de har drukket alkohol

### Forslag til uddybende spørgsmål:

- Hvorfor tror I, mange kan synes, det er lettere at flirte, når de er fulde?
- Hvorfor er det sværere at aflæse grænser?
- Hvad kan man gøre, hvis man er vidne til en, der er grænseoverskridende over for en anden til en fest?

- Mange unge er påvirket af vennernes forventninger til for eksempel at score og have sex

### Forslag til uddybende spørgsmål:

- Hvilke normer for køn og flirt findes i samfundet og blandt unge?
- Hvilke konsekvenser har disse normer for unge?
- Hvad kan man gøre for at ændre disse normer?



# Hvad er god flirt?

## BRAINSTORM OG REFLEKSION

### Læringsmål

- At eleverne kan forklare begrebet flirt.
- At eleverne kan forklare, hvad der kan gøre en flirt til en god eller dårlig oplevelse.

- At eleverne kan komme med bud på, hvordan man kan hjælpe hinanden i situationer med flirt.

### Fag og emner:

Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

**Færdigheds- og vidensområder:**  
Relationer, personlige grænser

### Tid:

15-20 minutter

### Beskrivelse

1. Læreren præsenterer, at aktiviteten handler om flirt og skriver på tavlen: "Hvad er god flirt?". Understreg for eleverne, at de skal prøve at forholde sig objektive og ikke tale om personlige oplevelser. Eleverne taler med en makker i et par minutter om spørgsmålet. Derefter samler man op i plenum og skriver stikord på tavlen. Læreren spørger ind til synspunkterne og beder eleverne konkretisere, for eksempel: "Når du siger, at man kan flirte med øjnene, hvad er det så, man gør?" eller "Du siger, at der skal være god kemi. Hvad vil det egentlig sige at have god kemi?"

#### TIPS TIL LÆREREN

### Forklar uden at vise

Ofte vil eleverne have lyst til at demonstrere de forskellige elementer i flirt ved at vise dem. Hvis man i stedet beder dem forklare det, bliver de nødt til at dissekere og sætte ord på de forskellige elementer, og så bliver de mere bevidste om, hvad det egentlig er, de gør. Samtidigt understøtter man et trygt rum for undervisningen ved, at der ikke er nogen, der kommer til at føle sig udstillet.

2. Læreren skriver nu på tavlen – gerne med en anden farve: "Hvad er dårlig flirt?". Igen taler eleverne med en makker i et par minutter om spørgsmålet. Når eleverne har talt parvis et par minutter, samler man op i plenum og skriver alle de ting, som de har talt om op på tavlen. Læreren spørger ind undervejs og beder eleverne konkretisere deres synspunkter. For eksempel: "Når du siger, at en dårlig flirt er, når der er misforståelser. Kan du komme med et eksempel på, hvad man kan misforstå?"

3. Læreren samler op på, hvad der kendetegner henholdsvis god og dårlig flirt og spørger ind til, hvad man kan gøre både individuelt og i vennegruppen for at sikre, at flirt ikke ender i dårlige oplevelser eller grænseoverskridelser.



#### TIPS TIL LÆREREN

### Udfordre normer om afvisning, pres og alkohol

Unge kan i situationer med flirt og scoring opleve at føle sig presset eller presse andre, og i nogle ungdomsmiljøer kan der være unge, der reagerer negativt eller aggressivt på en afvisning. Det er vigtigt at udfordre disse typer synspunkter i undervisningen og tale om alternative måder at handle på.



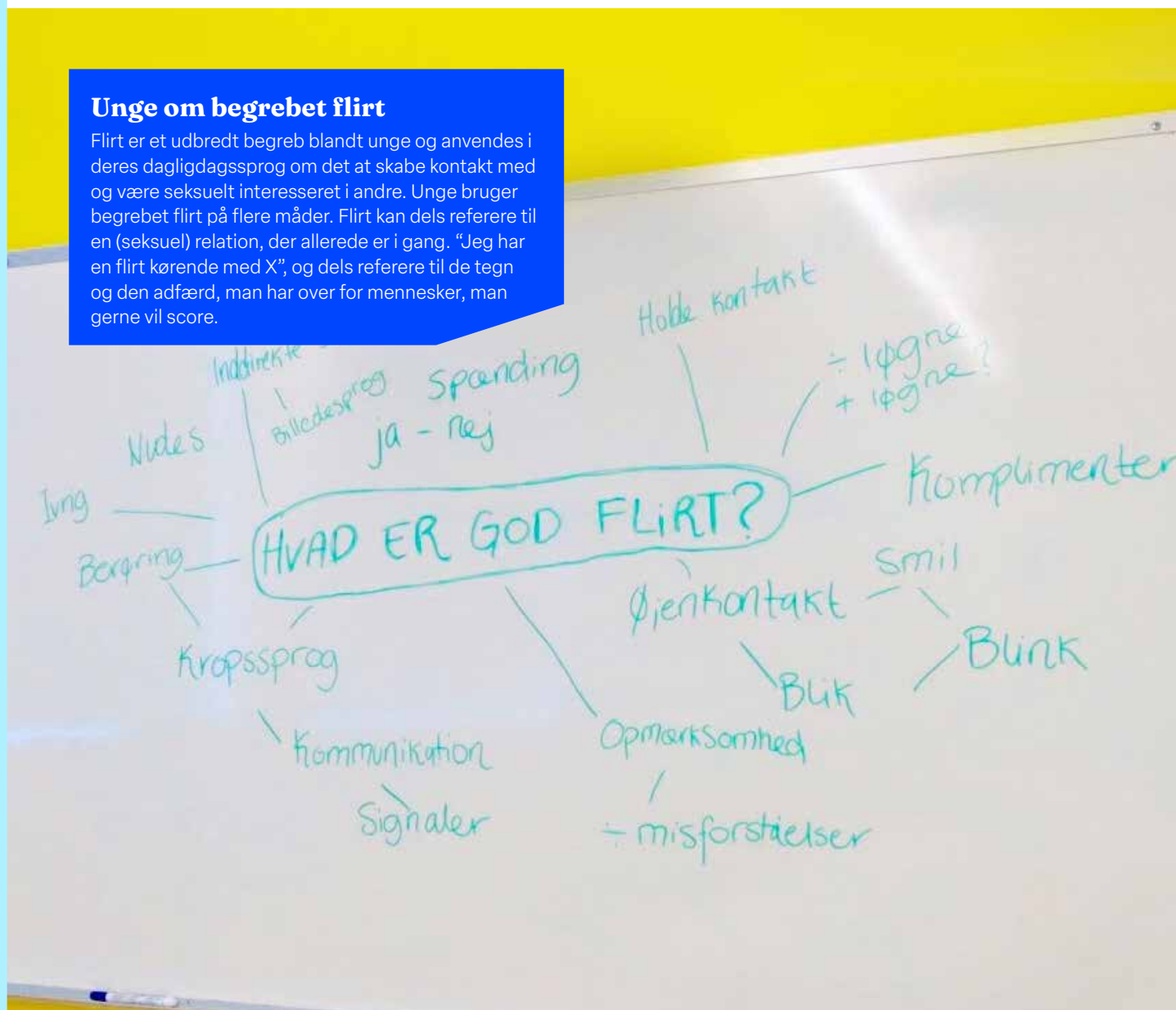
### Eksempler på uddybende spørgsmål

- Hvad er formålet med at flirte? Kan der være forskellige formål (flirte for at score, flirte fordi det er sjovt, flirte fordi det er bekræftende og så videre)?
- Er man altid to om at flirte?
- Kan man flirte, uden at man har lyst til at score?
- Kan man flirte med en kæreste?
- Hvad kan man gøre for at undgå, at en flirt bliver dårlig?
- Er der nogle situationer, hvor der især er risiko for, at flirt bliver dårlig?
- Hvilken rolle kan vennerne spille i forhold til flirt? Hvordan kan de være en hjælper/modstander i forskellige situationer?



### Unge om begrebet flirt

Flirt er et udbredt begreb blandt unge og anvendes i deres dagligdagsprog om det at skabe kontakt med og være seksuelt interesseret i andre. Unge bruger begrebet flirt på flere måder. Flirt kan dels referere til en (seksuel) relation, der allerede er i gang. "Jeg har en flirt kørende med X", og dels referere til de tegn og den adfærd, man har over for mennesker, man gerne vil score.



# Hvad er god flirt?

## BRAINSTORM OG REFLEKSION

### Læringsmål

- At eleverne kan tale om alkohols betydning for flirt og scoring.
- At eleverne kan komme med forslag til, hvad man kan gøre for at undgå grænseoverskridelser i situationer med alkohol.

### Fag og emner:

Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

### Færdigheds- og vidensområder:

Normer og idealer, personlige grænser, relationer

### Tid:

30-40 minutter

### Materialer:

Filmen "Flirt, fest og alkohol" og et arbejdsark til hver gruppe

### Beskrivelse

1. Læreren præsenterer eleverne for, at de nu skal arbejde med, hvordan fester og alkohol påvirker måden, man er sammen på, og hvordan man opfører sig i situationer med flirt og scoring.

2. Læreren uddeler arbejdsarket med spørgsmål og gennemgår spørgsmålene med klassen, inden man ser filmen. Se filmen "[Flirt, fest og alkohol](#)".



3. Eleverne inddes i grupper på 3-5 personer og taler om filmen ud fra arbejdsspørgsmålene i 10-15 minutter.

4. Læreren gennemgår gruppernes svar i plenum og spørger uddybende ind til de enkelte svar.

### TIPS TIL LÆREREN

#### Udfordre "nemme" svar

Nogle af spørgsmålene kan appellere til nemme svar som "man kan bare lade være med at drikke" eller "man har selv ansvar for at markere, hvor ens grænse går, selvom man er fuld".

Som lærer kan man udfordre disse svar ved at spørge ind til dem:

- "Hvis man bare kan lade være med at drikke, hvorfor gør man det så ikke?"
- "Hvis man nu godt kan lide at drikke alkohol og gå til fester, hvad kan man så gøre for, at det foregår på en sjov og ikke grænseoverskridende måde?"
- "Hvis man nu gerne vil hjælpe en kammerat, der er blevet for fuld til at kunne mærke sine egne grænser, hvad kan man så gøre?"



# Arbejdsspørgsmål

- Hvilke fordele nævner de unge i filmen ved at flirte og score, når man er påvirket af alkohol?
- Kan I nævne andre fordele?
- Hvilke ulemper nævner de unge i filmen ved at flirte og score, når man er påvirket af alkohol?
- Kan I nævne andre ulemper?
- Hvad gør alkohol ved evnen til at mærke sine egne grænser?
- Hvad gør alkohol ved evnen til at aflæse grænser?
- Hvad kan man gøre for at hjælpe hinanden med ikke at overskride/få overskredet grænser, når man fester og er fuld?

# Fra interesse til scoring

## SCRIPTØVELSE

### Læringsmål

- At eleverne kan sætte ord på de handlinger, man foretager sig, når man flirter og scorer.
- At eleverne kan tale om, hvordan man kan aflæse, om den man flirter med, også er interesseret og giver samtykke.

### Fag og emner:

Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

### Færdigheds- og vidensområder:

Normer og idealer, seksuel sundhed

### Tid:

20-30 minutter

### Materialer:

Arbejdsark med handlingskort til hver gruppe

### Beskrivelse

**1.** Eleverne præsenteres for, at de nu skal arbejde med de situationer, man står i, når man flirter og scorer hinanden, og at formålet er, at de taler om unges holdninger og handlinger, når de møder hinanden og bliver interesseret i hinanden.

**2.** Læreren inddeler eleverne i grupper på 3-4 personer. Hver gruppe får et sæt kort (Arbejdsark 1). På hvert kort står der en handling for eksempel "kys", "smil", "skrive med hinanden". Når gruppen har kigget på alle kortene, lægger de dem i den rækkefølge, som de synes viser, hvordan man kan gå fra "interesse" til "scoring". Det er vigtigt at understrege, at der ikke er noget facit, og undervejs må de gerne tage kort fra, hvis de ikke synes, de hører til i forløbet.

De må også ændre ordlyden på handlingerne, hvis de synes, det hedder noget andet, end det der står, og de må også supplere med handlinger, som de synes mangler på de tomme kort.





**3.** Når gruppen har lavet deres rækkefølge, taler man i plenum om forskelle og ligheder ved de rækkefølger, grupperne har lavet. Tal også om, hvilke kort de har sorteret fra og hvorfor.

**Forslag til uddybende spørgsmål:**

- Hvorfor har I valgt det første kort som det første, og det sidste kort som det sidste?
- Hvordan kan man mærke, om den anden person har lyst til og giver samtykke til at gå fra et trin til et andet?
- Hvad kan man gøre, hvis man er i tvivl om signalerne fra den anden person?
- Hvad kan man gøre for at give udtryk for, at man selv gerne vil gå fra et trin til et andet?
- Hvad kan man gøre for at give udtryk for, at man ikke har lyst til/er klar til at gå fra et trin til et andet?
- Passer denne rækkefølge på en særlig person? For eksempel en ung/voksen, en pige/dreng/nonbinær/ transkønnet, en heteroseksuel, biseksuel eller homoseksuel, en person med ingen/mange seksuelle erfaringer?
- Hvorfra har man sine billeder af, hvordan en flirt/scoring skal forløbe?
- Hvilke fordele og ulemper er der ved, at der findes faste forestillinger om, hvordan en flirt/scoring skal forløbe?

TIPS TIL LÆREREN

### Giv plads

Giv plads til, at der er mange måder at løse opgaven på. Nogle vil bruge film eller andre populærkulturelle referencer til at lave den "rigtige" rækkefølge, og nogle vil se det som et forløb, der sker til en fest og så videre.

TIPS TIL LÆREREN

### Ekstra kort

Tre kort skal være uden tekst, da man selv kan skrive kategorier, man synes, der mangler.

# Kort

Snakke sammen	Stille sig tæt på hinanden
Smil	Danse sammen
Røre ved hinanden uden på tøjet	Tungekys
Sende nudes	Røre ved hinandens hud
Kigge væk	Sex
Blinke	Følge hinanden på sociale medier
Skrive med hinanden	
Like billeder af hinanden	
Øjenkontakt	

# Billeder af flirt

## BILLEDØVELSE PÅ GOOGLE

### Læringsmål

- At eleverne kan reflektere over, hvilke normer for køn, krop og seksualitet, de møder i billed- og populærkulturen.
- At eleverne kan komme med forslag til alternative måder, flirt kan se ud på.

### Fag og emner:

Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab, dansk

### Færdigheds- og vidensområder:

Normer og idealer

### Tid:

30-40 minutter

### Materialer:

Computere, tablets eller telefoner

### Beskrivelse

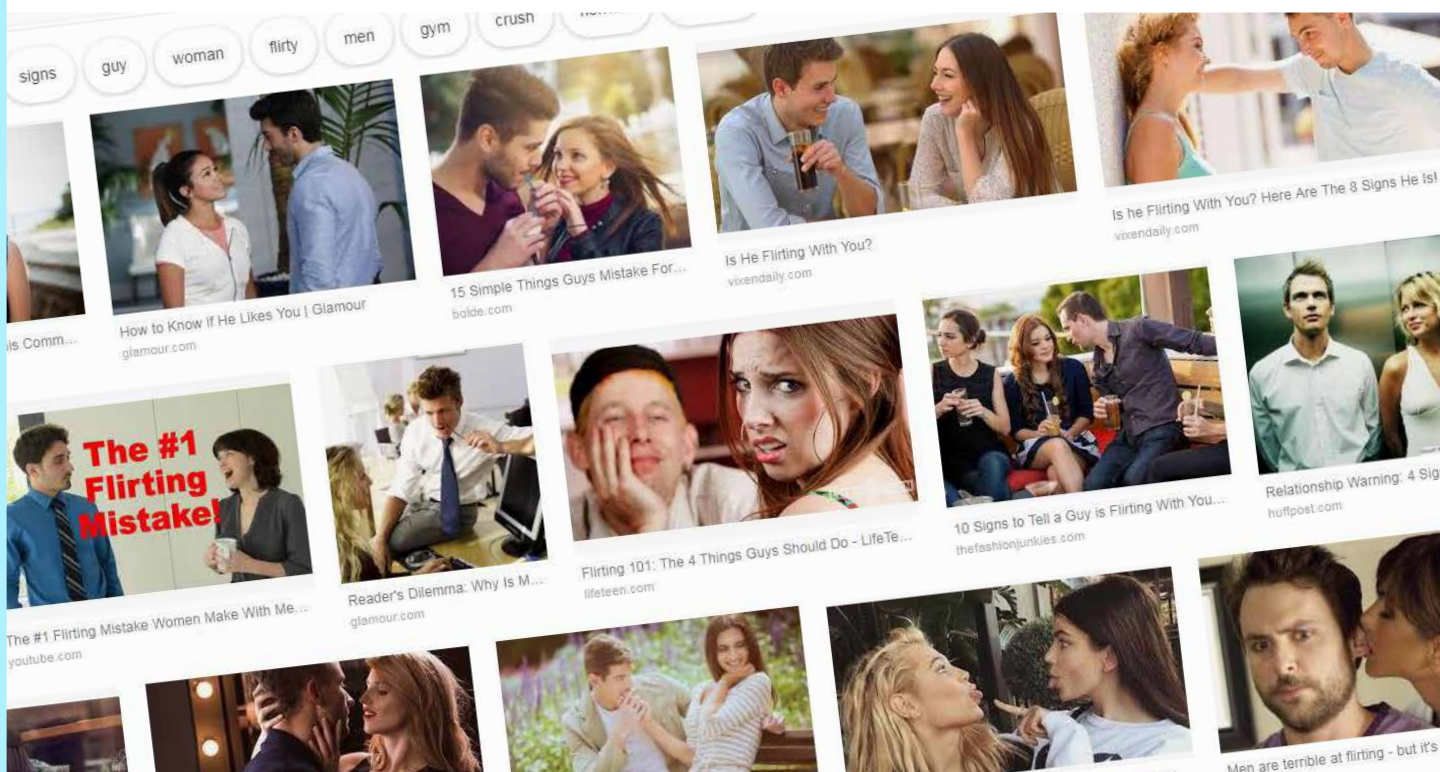
**1.** Eleverne skal enkelt- eller parvis lave en billedsøgning på google på ordet "flirting" og sammen med en makker tale om, hvad de ser.

De arbejder med disse spørgsmål: Hvis man aldrig havde flirtet og havde brug for at se, hvad flirt overhovedet var for noget, hvilket indtryk ville man så få?

- Hvem flirter?
- Hvordan ser de ud?
- Hvem flirter de med?

**2.** I plenum taler man om, hvad der kendetegner de personer og situationer, der vises på billederne.

- Alder
- Udseende
- Situationer: Hvor er de? Hvad laver de? Hvordan ser der ud?
- Kropssprog: Mimik, gestik
- Etnicitet
- Køn, herunder forskelle på kønnenes adfærd på billederne
- Seksuel orientering



**3.** Eleverne skal forestille sig et rumvæsen, der kommer hertil og skal lære, hvad flirt er ud fra billederne på google. Parvis skriver eleverne en "flirtevejledning" – en instruerende tekst med udgangspunkt i billederne.

### Eksempel på en flirtevejledning

"Jo, nu skal du høre. For at flirte skal man være mellem 20-30 år. Man skal have noget at drikke. Det skal være rigtig godt vejr. Der skal være berøring, smil og humor. Øjenkontakt og grin. Du skal være en flot, hvid person, og det skal være to forskellige køn."

**4.** Eksempler på flirtevejledning læses op i plenum, og læreren faciliterer en dialog om normer for flirt. Spørgsmål til at facilitere dialogen:

- Hvordan fremstilles flirt i andre medier, for eksempel film?
- Findes der eksempler på modbilleder til de meget stereotype billeder?
- Hvordan tror I, billederne påvirker unge, der gerne vil flirte?
- Hvem kan man tale med, hvis man gerne vil vide mere om, hvordan man kan flirte?

**5.** Eleverne skal derefter lave en ny flirtevejledning, som kan give mere realistiske billeder af flirt og plads til, at man kan flirte uanset udseende, køn, seksualitet, etnicitet. Det er også væsentligt, at eleverne i vejledningen forholder sig til, hvordan man fremmer opmærksomhed på grænser og fælles ansvar for relationer.

### Tværfagligt

Opgaven forholder sig til følgende færdigheds- og vidensmål i dansk

- Eleven kan fremstille sammenhængende tekster i forskellige genrer og stilarter
- Eleven har viden om varierede udtryksformer målrettet forskellige målgrupper

### Digitalisering

Flirtevejledningen kan også laves som en videotutorial eller en lydfil.





# Scoringen



## Om grænser og kroppen

I dette tema skal eleverne arbejde med grænser, samtykke, og de forskellige situationer af tvivl, usikkerhed og misforståelse, der kan opstå omkring egne og andres signaler, når man går fra flirt til scoring, sex eller er i en relation.

Eleverne kommer til at arbejde med begreber som grænser, signaler, kropssprog, samtykke og grænseoverskridelser i nære og seksuelle relationer og reflektere over, hvordan unge – både med bevidstheden og kroppen – udvikler deres evner for at fornemme og være opmærksom på sine egne og andres personlige grænser og sikrer samtykke i forhold til flirt, sex og i relationer.

Eleverne trænes i, hvordan de kan handle, hvis de er medvirkende eller bystandere i grænseoverskridende situationer. I temaet gør eleverne kropslige erfaringer med at mærke og aflæse egne og andres grænser.

Gennem kritisk refleksion og dialog bliver der sat fokus på at styrke elevernes handlekompetence og motivation til at indgå i sunde og positive seksuelle relationer, der er baseret på lyst og samtykke.

I dette tema bliver der desuden sat fokus på lovgivning om voldtægt for at øge unges kendskab til lovgivningen og til samtykke, samt hvilke konsekvenser grænseoverskridelser og overgreb kan have for unge.

# Er der samtykke?

## FILM OG GRUPPEARBEJDE

### Læringsmål

- Eleverne kan forklare, hvad samtykke betyder.
- Eleverne ved, hvad det vil sige at få overtrådt – og at overtræde andres grænser.

### Fag og emner:

Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab, Dansk

### Tid:

45-90 minutter

### Materialer:

Filmen "Er der samtykke" og arbejdsark med billeder og spørgsmål

### Færdigheds- og vidensområder:

Personlige grænser, seksuel sundhed, relationer

### Beskrivelse

**1.** Fortæl eleverne, at de nu skal arbejde med begrebet samtykke. Skriv "samtykke" på tavlen og lad eleverne byde ind med, hvad de umiddelbart tænker, når de hører ordet. Måske har nogle hørt om samtykke i medierne. Spørg eleverne, om de har hørt ordet før, og hvad de har hørt om det.

Fortæl eleverne at Danmark i 2021 fik en samtykkelov, som betyder, at man fremover i sager om voldtægt lægger vægt på, om offeret gav samtykke, i stedet for, som hidtil, om offeret gjorde modstand. Mange oplever nemlig at "fryse" (stivne) under en voldtægt. Loven er en måde at flytte ansvaret for ikke at blive voldtaget fra offeret til, at alle involverede skal give samtykke. Derfor er det vigtigt at kunne tale om, hvad samtykke egentlig handler om og især, hvordan man giver samtykke og aflæser og respekterer andres ja eller nej.

**2.** Se tegnefilmen "[Er der samtykke?](#)", som omhandler seks episoder, hvor der ikke er givet samtykke. Den handler blandt andet om berøring og billeddeling.



**3.** Tal i klassen om:

- Hvad handlede filmen om?
- Får eksemplerne i filmen jer til at tænke på andre eksempler? Hvilke? (Husk aftalerne fra Det trygge rum – tal ikke privat, men hold det i generelle termer. Hvis ikke klassen har lavet øvelsen om Det trygge rum, kan I med fordel starte med den, før I laver denne øvelse.)
- Hvorfor er det vigtigt, at man skal lære om samtykke?

### Hvad er samtykke?

Samtykke er, når man udtrykker, at man er enig, giver tilladelse eller tilslutter sig noget. Man kan fx give samtykke ved at udtrykke et ja til en flirt eller til sex, og det kan se ud på flere måder. Det kan være med ord, lyde eller med kropssprog, fx hvis man smiler og rykker tættere på den anden person. Samtykke er en måde at bekræfte, at man ønsker at deltage.

Man kan altid stoppe med at give samtykke, hvis man holder op med at have lyst til det, man har indvilget i. Man kan også godt give samtykke til én ting, men ikke til en anden. Det kan fx være samtykke til at kysse, men ikke til at have sex. Ved seksuelle overgreb oplever mange at blive passive eller at fryse i situationen, og derfor ikke kunne sige fra. Det betyder ikke, at man har givet samtykke. Derfor er det vigtigt, at man er opmærksom og tjekker ind med hinanden undervejs for at sikre, at alle er enige om og har lyst til det, der skal ske.

**4.** Fortæl eleverne, at nu skal det handle om, hvordan vi alle kan blive gode til at give og få samtykke. Det vil sige, at man spørger om lov – og den anden siger ja eller nej. Det skal også handle om, at man godt må ombestemme sig, selvom man først har sagt ja til at være med til noget.

Del eleverne i seks grupper, så de kan få et arbejdsark hver. Lad eleverne arbejde med billedet og de tilhørende spørgsmål fra arbejdsarket og lad dem efterfølgende fremlægge deres svar for resten af klassen.

# Arbejdsspørgsmål



- Hvad sker der på billedet?
- Hvis man er begyndt at kysse, kan man godt få lyst til, at det skal lede videre til, at man for eksempel rører ved hinanden eller har sex. Hvordan kan man finde ud af, om den anden også har lyst til det?
- Hvad gør man, hvis man ikke har lyst til det, der sker?
- Hvad kan man gøre, hvis man spørger nogen, om de har lyst til fx at tage tøj af eller røre ved hinanden, og de siger nej? Hvordan kan man vise, at man respekterer deres nej?
- Nogle unge kan føle et pres til at fortsætte, "når man først er gået i gang". Hvorfor tror I, det kan være sådan? Hvor kommer det pres fra?
- Nogle kan synes, det er svært at sige nej for ikke at være "kedelig" eller ikke ville gøre den anden ked af det, eller måske skuffet. Hvorfor er det vigtigt at lytte til og mærke efter, om den anden har lyst?
- Hvem kan man tale med, hvis man har oplevet noget grænseoverskridende?

# Arbejdsspørgsmål



- Hvad sker der på billedet?
- Hvordan kan man vide, om nogen vil kysse?
- Nogle kan synes, det er svært at sige nej til andre, fordi man ikke vil gøre dem kede af det. Hvorfor er det vigtigt at sige fra alligevel?
- Hvordan kan man sige nej til at kysse på en god måde?
- Hvad kan man gøre, hvis den anden ikke accepterer et nej?
- Kan I komme med andre eksempler, hvor det er vigtigt, at begge parter synes, det man laver, er rart?

# Arbejdsspørgsmål



- Hvad sker der på billedet?
- På hvilke måder kan man give samtykke til for eksempel at ville kysse?
- Gives der samtykke på billedet?
- Hvorfor tror I, nogen rører ved eller går over andres grænser, når de ikke kan sige ja eller nej?
- Hvad kan man gøre, hvis man ser nogen udnytte eller misbruge, at en person er for træt eller måske for fuld til at kunne sige fra?
- Hvad kan man gøre, hvis man er kommet til at gøre noget, man fortryder?
- Hvordan kan man sige undskyld på en god måde?

# Arbejdsspørgsmål



- Hvad sker der på billedet?
- Kender I reglerne for billeddeling, og hvordan hænger de sammen med samtykke?
- Hvor kan man finde viden om, hvilke regler der gælder for billeddeling?
- Hvilke konsekvenser kan det have for den eller dem, som får delt sit billede?
- Hvad kan man gøre, og hvem kan man snakke med, hvis man har fået sine billeder delt?
- Hvorfor tror I, at nogle kan få lyst til at dele billeder af andre?
- Hvad kan man gøre for, at alle unge kender reglerne for billeddeling?

# Arbejdsspørgsmål



- Hvad sker der på billedet?
- Nogle gange kan det være svært at få sagt fra, hvis alle andre ser ud til at have det sjovt. Kan I komme på eksempler, hvor unge kan havne i lignende situationer?
- Hvordan kan man vide, om dem omkring en synes, at det man taler om eller viser på sin telefon, er okay med dem?
- Personlige grænser er vigtige at respektere. Hvad har personlige grænser med samtykke at gøre?
- Er alles personlige grænser ens?
- At der er samtykke betyder, at man er enige om det, der foregår. Hvorfor er det vigtigt at være opmærksom på, om der er samtykke?

# Arbejdsspørgsmål



- Hvad sker der på billedet?
- Hvad kan det skyldes, når nogen vælger at røre ved andre på en intim måde uden at få lov?
- Hvad kan man gøre, hvis man oplever at blive rørt ved på sådan en måde? Hvad kan man gøre, hvis en ven bliver rørt ved mod deres vilje?
- Hvad kan man gøre, hvis man er sammen med nogen, som vælger eller foreslår at røre ved andre mod deres vilje?
- Det er ikke lovligt at røre ved andre på en intim måde uden samtykke. Hvorfor tror I, det er ulovligt?



# Tak, men nej tak

## FIREHJØRNE-ØVELSE

### Læringsmål

- At eleverne kan tale om fordele og ulemper ved forskellige måder at afvise en, de ikke er interesseret i.
- At eleverne kan komme med forslag til, hvordan man kan afvise en uengældt flirt og kan hjælpe en person, der har svært ved at markere sin grænse.

### Fag og emner:

Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

### Færdigheds- og vidensområder:

Personlige grænser, seksuel sundhed, relationer

### Tid:

25-35 minutter

### Materialer:

Arbejdsark med dilemmaer

### Beskrivelse

**1.** Læreren præsenterer for eleverne, at de nu skal arbejde med, hvordan man afviser en, der forsøger at flirte med en. Læreren fortæller eleverne, at øvelsen handler om at undersøge forskellige handlemuligheder, der kan være i forhold til dilemmaer om flirt og hvilke fordele og ulemper, der kan være ved de forskellige handlemuligheder.

**2.** Læreren præsenterer eleverne for et dilemma samt fire handlemuligheder i forhold til det pågældende dilemma. Hvert hjørne i klassen repræsenterer en handlemulighed. Læreren fordeler herefter eleverne ud på de fire hjørner, så der står cirka lige mange elever i hvert hjørne. De elever der placeres i hjørnet "Andre muligheder", skal selv formulere en eller flere handlemuligheder, som er anderledes end de andre tre.

**3.** I hvert hjørne skal eleverne tale sammen om den handlemulighed, der hører til det pågældende hjørne. Afhængig af størrelsen på gruppen kan eleverne tale sammen i fællesskab eller i mindre grupper à 2-3 elever. Gruppen skal argumentere for, hvorfor denne handlemulighed bør vælges samt overveje, hvilke fordele og ulemper, der kan være ved at vælge den pågældende mulighed.

Herefter interviewer læreren de forskellige grupper om deres argumenter og deres refleksioner over fordele og ulemper. Det er vigtigt, at læreren sørger for, at der er fokus på både fordele og ulemper, så det ikke fremstår som om, at der er et svar, der er det eneste rigtige. Gentag herefter øvelsen med det næste dilemma.

**4.** I plenum drøfter man, om det er særligt svært at sige nej til én, man kender.

### TIPS TIL LÆREREN

#### Fokus på kønsnormer

Måske kommenterer eleverne på, at nogle af dilemmaerne bryder med normer om køn og seksualitet. Det kan også være, at de er i tvivl om, hvilket køn personerne i dilemmaerne er.

Det kan give anledning til samtaler om kønsnormer i forbindelse med relationer og sex. Læreren kan for eksempel spørge ind til, hvilke automatiske antagelser eleverne har, og om man ville opfatte situationerne anderledes, hvis kønnene på personerne i dilemmaerne var anderledes.

#### Brug eventuelt disse spørgsmål:

- Hvilken løsning tror I, den anden person i dilemmaet vil foretrække?
- Hvad kan konsekvenserne være for de forskellige personer ved at blive afvist og afvise?
- Hvis man var personens ven, hvad kunne man så gøre/sige for at hjælpe?
- Hvad kan man gøre i vennegruppen for, at det bliver nemmere at sige fra over for hinanden?

# Dilemmaer

Yunas og Sarah har været kærestes i to måneder. De går i klasse sammen og har mange af de samme venner. Sarah synes, det er tid til at have sex, men Yunas er ikke sikker på, han har lyst. Hvad kan Yunas gøre?

1. Forklare Sarah, at han ikke har lyst til sex
2. Slå op med Sarah
3. Have sex med Sarah, selvom han ikke har lyst
4. Andre muligheder

Alex og Levi er gode venner, de skriver meget sammen og liker og kommenterer hinandens ting på sociale medier. Nogle gange kan det godt blive ret flirtende, og det synes, de begge er sjovt. Men Levi er også vild med Alex, og Alex føler ikke det samme for Levi. Hvad kan Alex gøre?

1. Sige "jeg føler ikke rigtigt det samme for dig, som du gør for mig" til Levi
2. Blive ved med at flirte men ikke gøre mere end det
3. Prøve at kysse eller have sex med Levi og se om følelserne kommer
4. Andre muligheder

Sille og Elias er til en fest hos en fra deres klasse. Sille er meget fuld, og Ida fra parallelklassen prøver hele tiden at kysse og røre hende. Sille griner, men Elias synes, det ser ud som om, at Sille ikke rigtigt har lyst til det. Hvad kan Elias gøre?

1. Blande sig udenom, da Sille selv må sige fra
2. Gå hen til klassekammeraten og sige: "Sille er for fuld. Du skal lade hende være!"
3. Tage Sille med hjem
4. Andre muligheder

# Grænser

## GÅ PÅ LINIE

### Læringsmål

- At eleverne kan identificere kropslige tegn på egne og andres grænser.
- At eleverne får kropslige erfaringer med egen og andres intimsfære.

### Fag og emner:

Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

### Tid:

20-30 minutter

### Færdigheds- og vidensområder:

Personlige grænser

### Beskrivelse

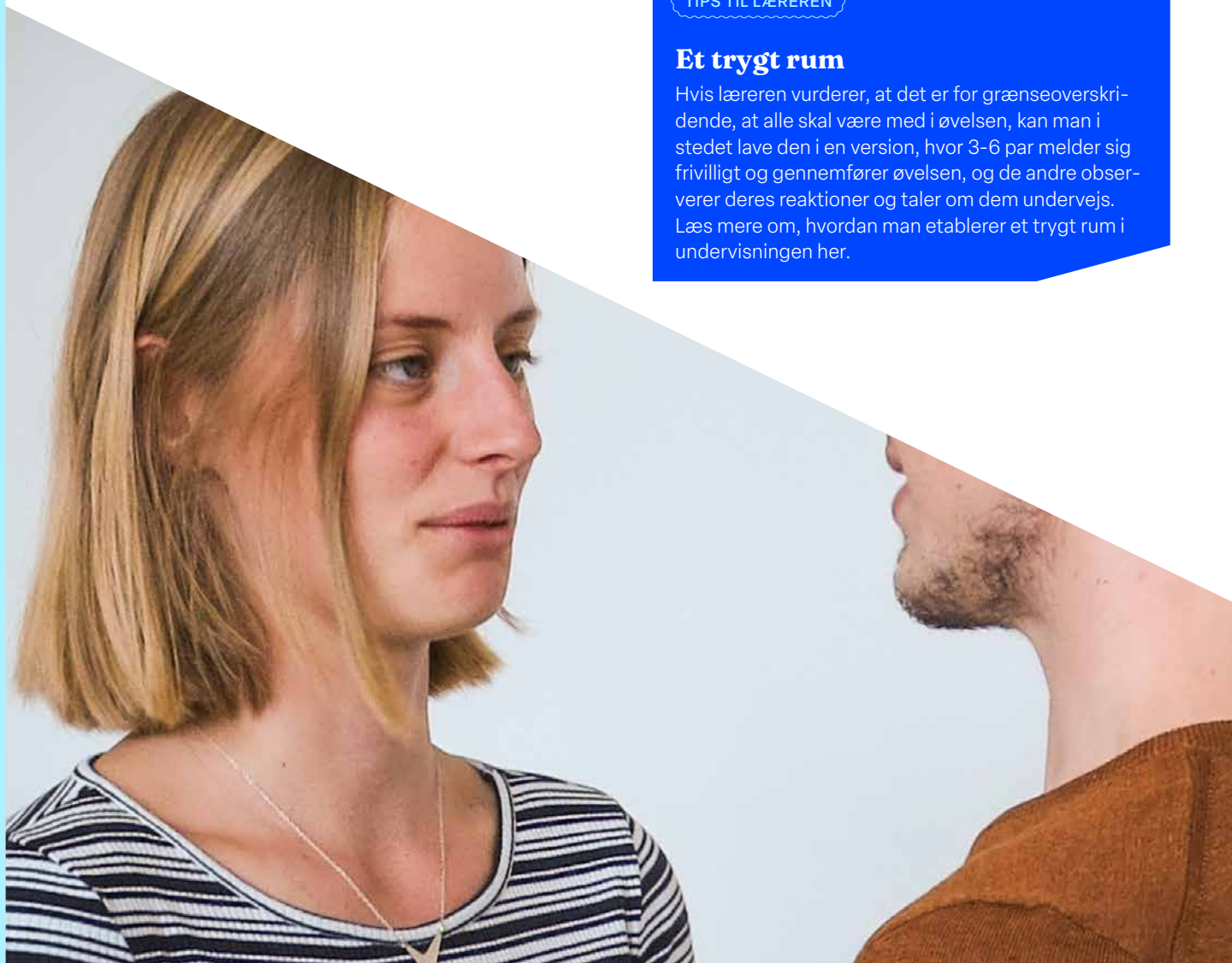
**1.** Læreren forklarer eleverne, at de nu skal lave en øvelse, hvor de arbejder med at mærke og fornemme, hvordan grænser føles i kroppen og kan aflæses på andres kroppe.

**2.** Eleverne stilles i to rækker med front mod hinanden to og to. Der er cirka 5-10 meter mellem de to rækker. Hvis der er et ulige antal elever i klassen, træder du til og stiller dig i den ene række.

#### TIPS TIL LÆREREN

### Et trygt rum

Hvis læreren vurderer, at det er for grænseoverskridende, at alle skal være med i øvelsen, kan man i stedet lave den i en version, hvor 3-6 par melder sig frivilligt og gennemfører øvelsen, og de andre observerer deres reaktioner og taler om dem undervejs. Læs mere om, hvordan man etablerer et trygt rum i undervisningen her.





#### TIPS TIL LÆREREN

### For grænseoverskridende?

For nogle elever vil denne øvelse være for grænseoverskridende, og måske kan de først mærke det, når de er i gang med den. Aftal derfor med eleverne, før I begynder, at man altid kan hoppe ud af øvelsen, hvis man får brug for det, og i stedet observere reaktionerne hos de andre par. Måske har eleverne oplevelser med i bagagen, hvor deres grænser er blevet overskredet. Eller måske fordi deres relation til de andre i klassen gør dem særligt udsatte i forbindelse med øvelsen. Vær derfor opmærksom på de enkelte elevers reaktion, og tal eventuelt med dem om det på tomandshånd bagefter.

**3.** Fortæl at række 1 skal begynde med at stå stille, mens række 2 skal bevæge sig hen imod række 1, når du siger "nu". De elever, som står i række 1, skal hver især sige "stop", når de ikke vil have den person, som står overfor dem i række 2 tættere på, hvorefter eleven i række 2 stopper. Husk at gøre opmærksom på at eleven i række 2 skal stoppe, inden eleverne rører hinanden, uanset om eleven i række 1 har sagt "stop" eller ej. Når eleven i række 1 har sagt "stop", er det tilladt for eleverne at korrigere afstanden, således at både eleven i række 1 og eleven i række 2 må rykke tættere på eller træde et skridt tilbage, så afstanden føles behagelig for alle. Øvelsen gentages herefter, hvor række 2 står stille, og række 1 bevæger sig.

### Hvor starter din intimsfære?

Intimsfæren er det private område af et menneskes liv. Det er et fysisk, men usynligt afgrænset område, som nære relationer som for eksempel familie og venner ofte får lov at træde ind i.

Det særlige for intimsfæren er, at de sanselige indtryk dominerer. Derfor er der en række uskrevne regler i forhold til at holde den rette fysiske afstand til andre mennesker og deres kroppe for ikke at overskride hinandens grænser. Nogle teorier fortæller, at intimsfæren starter ved en afstand på 45 cm. Dog er der personlige forskelle på, hvilken afstand man sætter for sin egen intimsfære, ligesom der kan være kulturelle forskelle.

**4.** Efter dette samles eleverne, for eksempel på stole i en cirkel, hvor alle kan se hinanden. Tal nu med eleverne om oplevelsen med at lave øvelsen. Der kan tages udgangspunkt i følgende spørgsmål:

- Hvordan føles det at gå hen imod den anden?
- Hvordan føles det, at den anden gik hen imod én?
- Hvordan mærkede man, hvornår man skulle sige stop?
- Hvordan følte det, da den anden sagde stop?
- Hvad er forskellen på denne situation, hvor I står tæt på en, I kender i forvejen i forhold til andre situationer, hvor man står tæt op ad fremmede i byen, i bussen, til festen, på dansegulvet eller til en koncert?
- På hvilke forskellige måder kan man uden at bruge ord vise, at man gerne vil have, at den anden stopper?
- Hvordan kan man se på andres kropssprog, gestik, mimik m.m., at man selv er ved at komme for tæt på dem?
- Hvordan kan man øve sig på ikke at overskride hinandens grænser?
- Hvordan kan man bedst give udtryk for sine egne grænser?

# Hvad kan de gøre?

## FILM OG RÅDGIVNING

### Læringsmål

- At eleverne kan komme med konkrete bud på, hvordan man kan give og modtage afvisninger på en omsorgsfuld måde.
- At eleverne kan udpege handlemuligheder i dilemmaer med flirt i nære relationer.

### Fag og emner:

Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

### Materialer:

Filmen "Afvisninger" og arbejdsark 1 med spørgsmål og arbejdsark 2 med brevkassespørgsmål

### Færdigheds- og vidensområder:

Personlige grænser, relationer

### Tid:

60-90 minutter

### Beskrivelse

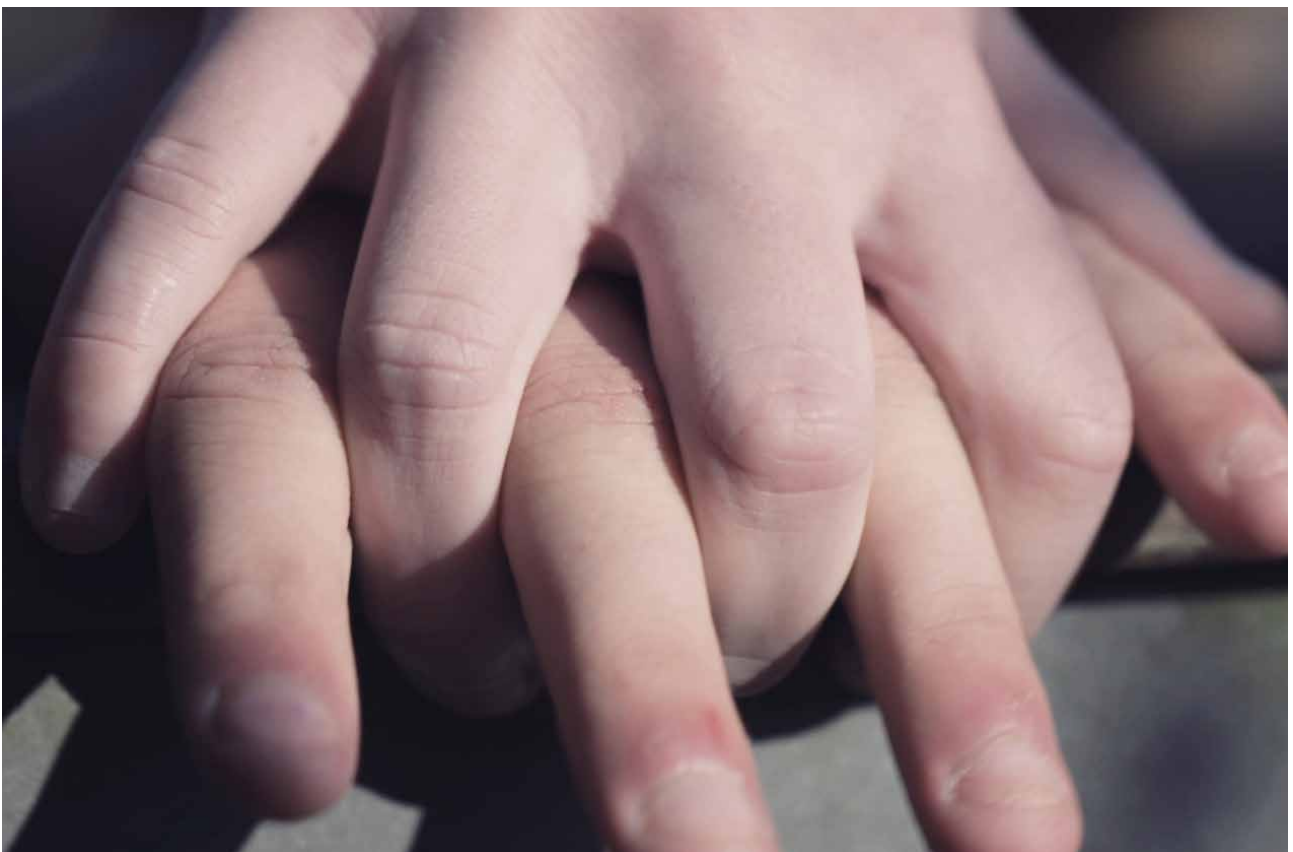
**1.** Læreren fortæller eleverne, at de nu skal arbejde med afvisning. Og især med hvordan man afviser og modtager en afvisning på en god måde. De skal også arbejde med, hvordan man kan hjælpe hinanden i sådanne situationer. Læreren deler arbejdsark 1 med spørgsmål ud til eleverne og gennemgår det i plenum.



Derefter ser man filmen "[Afvisninger](#)".

**2.** Læreren opdeler eleverne i grupper på 3-5 personer. Grupperne får nu 15 minutter til at tale om spørgsmålene på arbejdsarket.

**3.** Læreren samler op i plenum og spørger uddybende ind til gruppernes svar. Det er en god idé at sikre, at svarene bliver så konkrete som muligt.





### Spørgsmål der kan gøre samtalen mere konkret

- **Spørg med "hvordan?"**  
"Når I siger, at en god afvisning er, når man siger det ligeud. Hvordan gør man så det?"
- **Spørg til konkrete eksempler:**  
"I siger, at en god reaktion er, når man ikke bliver vred. Kan I komme med eksempler på en ikke-vred situation?"
- **Spørg med "hvorfor?"**  
"I siger, at der kan være forskel på, hvordan man tror, andre har det, og hvordan man selv har det. Hvorfor tror I, det er sådan?"

**4.** Fortæl eleverne, at de nu skal arbejde med nogle brevkassespørgsmål, som handler om unge, der står i et dilemma om grænser og afvisning. Eleverne skal lade som om, at de er professionelle rådgivere på en brevkasse, hvor spørgsmålene er blevet sendt ind og skal svare de unge på deres dilemma.

**5.** Del eleverne i grupper på 3-5 personer eller brug de samme grupper som tidligere. Hver gruppe får en kopi af arbejdsark 2 med brevkassespørgsmål. Sæt en tidsramme på for eksempel 20 minutter og sig til eleverne, at de selv kan vælge, hvilket spørgsmål de vil starte med at svare på, og at hvis der er mere tid, kan de gå videre med et andet. Eleverne kan skrive deres svar ned i enten stikord eller som et udpenslet skriftligt svar.

**6.** Lav afslutningsvis en fælles opsamling i klassen, hvor de forskellige grupper kan byde ind med deres svar på brevkassespørgsmålene.

#### Tal også med eleverne om:

- Hvad kan dem, som er vidne til situationerne, gøre?
- Hvad havde jeres råd været, hvis det var nogle af dem, som skrev ind til brevkassen?
- Hvordan kan man være en god rådgiver for sine venner?

## SEXLINIEN FOR UNGE

Sexlinien for Unge er en gratis, anonym rådgivningstjeneste for de 15-25-årige, hvor de kan få svar på spørgsmål om køn, krop, seksualitet, rettigheder, grænser, følelser med mere.

# Arbejdsspørgsmål

**Svar på spørgsmålene. I må bruge det, de unge siger i filmene. I må også bidrage med jeres egne synspunkter.**

- Hvorfor kan det føles ubehageligt at blive afvist?
- Hvad er en god måde at modtage en afvisning på?
- Hvad er en dårlig måde at modtage en afvisning på?
- Hvorfor kan det føles ubehageligt at afvise nogen?
- Hvad er en god måde at afvise på?
- Hvad er en dårlig måde at afvise på?

**En af de unge i filmen siger, at det kan være svært at sige ja til noget og nej til noget andet.**

- Hvad tror I, hun mener med det? Og hvorfor kan det være svært?

**Flere af de unge i filmen siger, at de hellere vil have en klar afvisning, end at den anden ikke tør sige fra?**

- Hvis det er rigtigt, hvorfor er det så alligevel ofte svært at give en afvisning?

**Kan der være forskel på, hvordan man selv helst vil afvises, og hvordan man tror, andre vil afvises?**

- Hvorfor? Hvorfor ikke?

**En af de unge siger, at det er nemmere at afvise en, man kender?**

- Er I enige? Hvorfor? Hvorfor ikke?

**Kan man hjælpe ens venner med at give og modtage en afvisning på en god måde?**

- Hvis ja, hvordan?
- Hvis nej, hvorfor ikke?

# Brevkassespørgsmål

## Spørgsmål 1

Kære brevkasse.

Jeg er i en situation, hvor jeg ikke helt ved, hvad jeg skal gøre. Jeg var hjemme hos min ven og vi så film. Min vens søster Hadil kom og så filmen sammen med os. Jeg har altid syntes, at Hadil er flot, og jeg tror måske, Hadil godt kan li mig. Så jeg satte mig ved siden af hende i sofaen og smiler til hende. Mens vi så film, rykkede jeg ligesom endnu tættere på og lagde min hånd på hendes lår. Men så var det som om, hun prøvede at flytte sig lidt væk. Hvad skal jeg gøre nu så?

Hilsen Karl

## Spørgsmål 2

Hej.

Jeg var til fest hjemme hos en fra skolen. Der var en masse og alle var ret fulde og dansede osv. Så kom der en fra min klasse ind, som jeg lidt har haft noget kørende med. Hun kom over og siger hej og stiller sig helt tæt på. Jeg ved ligesom at hun skal lige til at kysse mig, men jeg har ikke lyst lige der så jeg går bare. Tror hun blev ked af det, men hvad skulle jeg have gjort i stedet? Jeg kan jo godt lide hende.

Fra Camille

## Spørgsmål 3

Hey!

I fredags var jeg til koncert med nogen af mine venner. Vi sad ved et bord og hørte lidt af musikken og snakkede lidt. Men musikken var mega høj, så jeg skulle nærmest læne mig helt ind over bordet for at kunne høre hvad dem overfor sagde. En der hedder Jonathan var bag ved mig og så lagde han en hånd på min ryg. Jeg ved ikke hvorfor og ville på en måde spørge ham, men det gjorde jeg ikke. Tror godt at han vidste, at han ikke skulle have gjort det, men skal jeg sige noget nu? Og hvad hvis det sker igen?

Kærlig hilsen Sadia



## KAPITEL 3:

# Efterspillet

### Om fællesskabets rolle

I dette tema skal eleverne arbejde med, hvordan unge både i konkrete situationer og efterfølgende taler om og håndterer oplevelser med flirt, scoring, sex, samtykke og grænseoverskridelser, og hvordan unges venner og nære fællesskaber kan spille en aktiv rolle i forhold til at handle og skabe forandring gennem empati, hjælp og handlinger.

Eleverne kommer til at beskæftige sig med, hvordan unges opfattelser og adfærd i forskellige situationer med flirt, scoring, sex, samtykke og grænser ofte er påvirket af de forventninger, kulturer og det sprog, der findes i deres vennegrupper og nære fællesskaber. Der er fokus på at udfordre uhensigtsmæssigt og ekskluderende sprog og kultur og motivere til at skabe nyt sprog og alternative handleferinger.

Eleverne arbejder konkret med at identificere forskellige bæredygtige og realistiske handleferinger og muligheder hos forskellige aktører i fællesskabet og i konkrete situationer og kontekster. Der er fokus på, at eleverne sætter ord på konkrete forslag til formuleringer og udpeger handlemuligheder for forskellige aktører og hjælpere (bystandere) som for eksempel venner, klassekammerater, kærester, bekendte eller familie.

I dette tema bliver der ligeledes sat fokus på lovgivning om voldtægt for at øge unges kendskab til lovgivningen og til samtykke, samt hvilke konsekvenser grænseoverskridelser og overgreb kan have for unge.



# Dagen derpå

## FILM OG GRUPPEARBEJDE

### Læringsmål

- At eleverne kan gå i dialog om vennernes betydning for, hvordan man reagerer på ubehagelige oplevelser vedrørende flirt og sex.
- At eleverne kan komme med bud på, hvad der karakteriserer en vennegruppe, hvor man godt kan tale om dårlige seksuelle oplevelser.

### Færdigheds- og vidensområder:

Relationer, normer og idealer

### Tid:

30-45 minutter

### Materialer:

Filmen "Mellem venner" og arbejdsark med opgaver til filmen

### Beskrivelse

1. Læreren introducerer eleverne til, at de nu skal arbejde med, hvordan fællesskaber som for eksempel en klasse eller en vennegruppe kan hjælpe til, at det bliver nemmere at tale om dårlige oplevelser med afvisning eller grænseoverskridelse.

#### TIPS TIL LÆREREN

### Overskredne grænser

I opgaven taler eleverne om dårlige seksuelle oplevelser eller situationer, hvor unge har fået overskredet deres grænser. De taler om, hvorfor det kan være svært at tale med vennerne om den slags oplevelser. Det er vigtigt, at de undervejs i undervisningen bliver gjort opmærksom på, at der er steder, hvor man kan få anonym rådgivning, hvis man er i tvivl om, om man for eksempel har været udsat for eller har begået et overgreb, eller har haft sex uden samtykke, men også om andre spørgsmål, der vedrører køn, krop og seksualitet.

Henvis for eksempel til Sexlinien.dk – rådgivning om køn, krop og seksualitet for unge i alderen 15-25 år og til Center for voldtægtsofre som rådgiver om overgreb.

2. Læreren uddeler arbejdsark 1 med spørgsmål til filmen og gennemgår spørgsmålene i plenum. Klassen ser filmen "Mellem venner".



3. Læreren deler eleverne i grupper på 3-5 personer, som svarer på spørgsmålene på arbejdsarket.

4. Læreren samler op i plenum og spørger uddybende ind til, hvordan man kan være med til at skabe en kultur i vennegruppen, hvor man godt kan tale om negative oplevelser med flirt og sex.

#### TIPS TIL LÆREREN

### Venner og kammerater kan gøre en forskel

Det er vigtigt, at unges sociale relationer inddrages aktivt i dialogen som nogen, der har handlemuligheder i forhold til at forebygge seksuelle overgreb. Venner, kammerater, kæresten og andre 'bystandere' har mulighed for at hjælpe, gribe ind og tale med unge i de situationer, hvor de oplever seksuelle grænseoverskridelser eller overgreb. Blandt teenagere, der bliver udsat for seksuelle overgreb, er der 26 %, der ikke har fortalt om det til nogen. Men dem, der fortæller det til, er oftest vennerne (47 %), kæresten (29 %), en bekendt (10 %), familien (30 %) eller læge, sygeplejerske eller lignende. Sundhedspersonale (11 %).<sup>13</sup> Det er vigtigt at have fokus på bystanderes motivation og handleerfaring i forskellige kontekster og situationer.

13. Seksuelle krænkelse. Omfang og karakter, Aalborg Universitet, Københavns Universitet og Kantar Gallup for DKR, 2017

# Opgaver til filmen

Besvar spørgsmålene med udgangspunkt i filmen og jeres egne synspunkter og holdninger.

## Spørgsmål:

- Hvorfor kan det være svært at tale om en afvisning?
- Hvorfor kan det være svært at tale om, hvis man er i tvivl om, man har overskredet en andens grænse?
- Hvorfor kan det være svært at tale om, hvis man har fået overskredet sine egne grænser?
- Hvilke konsekvenser kan det have, at man ikke kan tale om dårlige seksuelle oplevelser eller seksuelle oplevelser, hvor der ikke har været samtykke med sine venner?
- Hvor kan man søge hjælp, hvis man ikke kan tale med venner eller familie om en dårlig seksuel oplevelse?
- I filmen siger en af de unge, at der er stor forskel på, hvordan man taler om piger og drenge, der har mange seksuelle partnere. Er I enige i, at der er denne forskel? Hvorfor tror I, at det er sådan?
- Hvad kan denne forskel betyde for unges opmærksomhed på hinanden, når man forsøger at score?
- Hvad kan man i en vennegruppe gøre for at hjælpe hinanden til at få gode seksuelle oplevelser med samtykke?

I filmen kommer de unge med eksempler på, hvordan vennegruppen kan have både en positiv og en negativ indflydelse.

Lav en liste over eksemplerne på, hvordan venner kan have en positiv og negativ indflydelse. Brug både eksempler fra filmen og jeres egne eksempler

Positiv indflydelse	Negativ indflydelse

## Ordforklaring: Seksuelle oplevelser

Når der i opgaven står "seksuelle oplevelser", dækker det også over situationer, hvor man kysser eller rører ved hinanden på intime måder. Der behøver altså ikke være tale om penetrationssex for, at man kalder det en seksuel oplevelse.

# Hvem kan gøre noget?

## CASE MED BENSPÆND

### Læringsmål

- At eleverne kan give bud på et fællesskabs handlemuligheder i forhold til seksuelle situationer.

### Fag og emner:

Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

### Tid:

20-30 minutter

### Materialer:

Arbejdsarket med casens tre dele

### Færdigheds- og vidensområder:

Personlige grænser, relationer, normer og idealer



### Beskrivelse

**1.** Læreren forklarer, at aktiviteten handler om at se alle de forskellige personer, som kan hjælpe, hvis en flirt eller scoring går galt. Eleverne deles i grupper på 3-5 personer, og læreren læser den første del af casen på arbejdsarket op. Eleverne skal nu tale i gruppen om, hvad personen kan gøre, og hvilke fordele og ulemper der er ved disse handlemuligheder.

**2.** Der samles op i plenum, og læreren spørger ind til elevernes synspunkter og beder dem komme med konkrete bud på ord, sætninger og handlinger, som personerne i casen kunne bruge i situationen.

**3.** Dernæst læser læreren anden del af casen op. Grupperne drøfter igen, inden der samles op i plenum. Det samme sker med den tredje del af casen.

**4.** Når man i plenum har talt om alle tre dele af casen, tegner læreren på tavlen alle de aktører, som er en del af situationen.

De forskellige aktørers handlemuligheder og forslag til konkrete sætninger skrives på kortet. Bemærk at kortet skal bruges i næste øvelse!

### TIPS TIL LÆREREN

#### Spørgsmål til at gøre dialogen konkret:

- Spørg med "hvordan...?"  
"I siger, at han bare skal gribe ind. Men hvordan kan han gribe ind?"
- Spørg med "hvorfor...?"  
"I siger, at hun bare skal tale med ham om det, men hvorfor tror I, hun ikke gør det?"
- Spørg til fordele og ulemper ved forskellige handlinger "Hvad er fordele og ulemper ved at blande sig i situationen?"

### TIPS TIL LÆREREN

#### Stereotype forestillinger om køn

Casen udfordrer stereotype forestillinger om køn. Hvis eleverne spørger til det, kan det give anledning til en samtale om de fremherskende billeder af, at kvinder er ofre, og heteroseksuelle mænd er gerningspersoner. Spørg for eksempel om, hvorvidt man vil opfatte nogle af situationerne anderledes, hvis kønnene var byttet om.

# Case

## Del 1

Emil er til fest hos en af sine klassekammerater. Til festen møder han Sarah, som han før har flirtet med. Flere af Emils venner siger, at Sarah har fortalt dem, at hun gerne vil være sammen med Emil. Emil og Sarah flirter hele aftenen og ender med at gå hjem til ham. Da de går, er der flere af vennerne, der ser det, og én råber: "Fyr den af! Og husk, at vi skal have et referat i morgen!". Sarahs ven Bayram ser, at hun ikke ser særlig glad ud.

**Hvad kan Bayram gøre i situationen?**

## Del 2

Emil og Sarah ligger på sengen og kysser. Sarah prøver at åbne Emils bukser, men han flytter hendes hånd. De bliver ved med at kysse og røre ved hinanden, og Sarah fornemmer, at Emil har lyst til at have sex, men hver gang hun prøver at åbne hans bukser, flytter han hendes hånd.

**Hvad kan Sarah gøre?**

## Del 3

Da Sarah næste dag mødes med sin ven Elias, fortæller hun, at hun har været sammen med Emil, men at han fjernede hendes hånd, hver gang hun prøvede at tage tøjet af ham. De endte med at have sex alligevel, men nu er hun i tvivl om, om de faktisk havde sex uden Emils samtykke.

**Hvad kan Elias gøre?**

# Forebyggelse af seksuelle overgreb

## MINIPROJEKT

### Læringsmål

- Eleverne kan anvende den viden og de handlemuligheder, de har tilegnet sig til at foreslå løsninger på konkrete problemer.

### Fag og emner:

Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab, projektopgaven

### Færdigheds- og vidensområder:

Personlige grænser, seksuel sundhed, normer og idealer, relationer

### Tid:

45-90 minutter

### Materialer:

Arbejdsark 1 med fakta om voldtægt og samtykke og Arbejdsark 2 med opgave

### Beskrivelse

**1.** Læreren forklarer eleverne, at de nu skal arbejde med den viden, de har tilegnet sig om normer, grænser, samtykke og vennegruppens betydning i relation til, hvad forskningen viser om seksuelle overgreb blandt unge i nære relationer.

**2.** Eleverne skal nu læse faktaarket (arbejdsark 1). Faktaarket gennemgås i plenum, så man er sikker på, at alle har forstået det.

**3.** Læreren inddeler eleverne i grupper på 3-4 personer. Grupperne skal nu ud fra faktaarket og den viden, de har fået om normer, løse opgaven på arbejdsark 2. Læreren kan vælge fremlæggelsesformen eller lade eleverne selv vælge den.

**4.** Eleverne fremlægger deres arbejde for klassen. Læreren og klassekammeraterne spørger uddybende ind. I lærerintroduktionen kan læreren finde mere viden om overgreb, grænser, samtykke, seksuelle scripts og andet, som kan bruges til at perspektivere fremlæggelserne.

### TIPS TIL LÆREREN

#### Podcast Grænseland

Hvis man ønsker at lade eleverne arbejde med virkelige historier om situationer, hvor unge oplever seksuelle grænseoverskridelser og overgreb, kan man bruge podcasten "Grænseland" og f.eks. historien "Slap nu af, jeg ville jo bare have et kys". Øvelsen til denne historie findes i undervisningsmaterialet "Flirt og normer i grænselandet" til 10. klasse.

### Tværfagligt

Denne opgave kan bruges som en del af eller som forarbejde til projektopgaven. Hvis man for eksempel arbejder med det overordnede emne grænser, kan man desuden inddrage andre dele af undersøgelserne:

- *Udsathed for vold og andre former for kriminalitet – Offerundersøgelserne 2005-2022*, Det Kriminalpræventive Råd m.fl. 2023.
- *Stereotype forestillinger om voldtægt og holdning til samtykke*, Epinion for Det Kriminalpræventive Råd, 2023.
- *Unge stereotype holdninger til voldtægt*, Mastrigt og Hartmann, Psykologisk Institut, Aarhus Universitet, 2021.

I kan også inddrage podcasten "Forebyg forbrydelsen" af Det Kriminalpræventive Råd med afsnittet "Det vanskelige samtykke" og afsnittet "Voldtægtsmyter blandt unge".

Som en del af Det Kriminalpræventive Råds kampagne "Tune ind", er der endvidere produceret en minidokumentar, hvor musikerne Emil Kruse og Louis Samson undersøger emnet grænser (Søg på Tune ind på YouTube).

# Fakta om voldtægt og samtykke

## DEL 1

### Forskningen viser:

- At 29 % af dem, som har været udsat for voldtægt eller voldtægtsforsøg, var 18 år eller yngre, da det skete og 62 % af dem var 24 år eller yngre.
- At de fleste overgreb sker blandt unge, der kender hinanden fx venner, kærester, bekendte m.m.
- At tre fjerdele af overgreb finder sted i en privat bolig og tit i forbindelse med en fest, bytur eller anden indtag af alkohol.
- At mange unge oplever udfordringer med at udtrykke og især spørge om samtykke til sex.
- At nogle unge synes, alkohol kan gøre det nemmere at spørge om og udtrykke samtykke, men flere oplever også, at alkohol gør det sværere at afgøre, om der er samtykke til sex.
- At flere unge oplever, at det er svært at vide, om der er samtykke ved at aflæse nonverbale signaler (kropssprog, ansigtsudtryk, lyde m.m.), men det er samtidigt sådan, de fleste viser deres samtykke.
- At flere unge tror, at andre jævnaldrende ikke synes, at samtykke er lige så vigtigt, som de selv synes, at det er.
- At omkring en ud af tre personer føler sig enten ikke tilstrækkeligt oplyst om, hvad samtykke til sex betyder, eller de er usikre herpå.
- At det kun ca. hver femte, der har været udsat for voldtægt eller voldtægtsforsøg, hvor det er anmeldt til politiet.
- At en af grundene til, at nogle vælger ikke at anmelde det, er, at de ikke er sikre på, at det, de har været udsat for, er ulovligt.

### Kilder:

*Udsathed for vold og andre former for kriminalitet – Offerundersøgelserne 2005-2022*, Justitsministeriets forskningskontor, Det Kriminalpræventive Råd og Rigspolitiet i samarbejde med Københavns Universitet, 2023

*Stereotype forestillinger om voldtægt og holdning til samtykke*, Epinion for Det Kriminalpræventive Råd, 2023.

# Fakta om voldtægt og samtykke

## DEL 2

### Hvad siger loven om voldtægt og samtykke?

Fra 1. januar 2021 trådte den samtykkebaserede voldtægtsbestemmelse (også kaldet Samtykkeloven) i kraft, som gør det strafbart at have sex med en person, der ikke samtykker. Før kunne man kun dømmes for voldtægt, hvis der var vold, trusler eller tvang involveret, eller hvis offeret havde været i en tilstand, som gjorde dem ude af stand til at modsætte sig handlingen. Med den samtykkebaserede voldtægtsbestemmelse handler loven i stedet om, at alle parter skal sikre sig, at der er samtykke til sex. Det betyder, at ansvaret for ikke at blive voldtaget, ikke længere er offerets, men at alle involverede har ansvar for at sikre sig, at der er samtykke.

### Hvad er samtykke?

Samtykke er, når man udtrykker, at man er enig, giver tilladelse eller tilslutter sig noget. Man kan fx give samtykke ved at udtrykke et ja til en flirt eller til sex, og det kan se ud på flere måder. Det kan være med ord, lyde eller med kropssprog, fx hvis man smiler og rykker tættere på den anden person. Samtykke er en måde at bekræfte, at man ønsker at deltage. Man kan altid stoppe med at give samtykke, hvis man holder op med at have lyst til det, man har indvilget i. Man kan også godt give samtykke til én ting, men ikke til en anden. Det kan fx være samtykke til at kysse, men ikke til at have sex. Ved seksuelle overgreb oplever mange at blive passive eller at fryse i situationen, og derfor ikke kunne sige fra. Det betyder ikke, at man har givet samtykke. Derfor er det vigtigt, at man er opmærksom og tjekker ind med hinanden undervejs for at sikre, at alle er enige om og har lyst til det, der skal ske.





# Opgave

## 1. Identificér et problem

I har nu arbejdet med de normer, idealer og forventninger, der knytter sig til unges intime og seksuelle forhold. I har også arbejdet med grænser og afvisning, og hvorfor det kan være svært at give og modtage afvisninger. I har diskuteret og kommet med forslag til, hvordan man i vennegruppen eller andre sociale fællesskaber kan være med til at skabe en kultur, hvor man kan tale åbent om både positive og negative oplevelser.

**I skal nu se på faktaarket om voldtægt og samtykke. I skal vælge et problem, som I vil arbejde med. Formuler problemet som et spørgsmål, der ikke kan besvares med ja eller nej.**

**Altså:**

- ~~Er de fleste af dem, der bliver udsat for seksuelle overgreb, teenagere?~~
- Hvorfor er de fleste af dem, der bliver udsat for seksuelle overgreb teenagere?

## 2. Giv et bud på årsagen

Brug den viden og de overvejelser, I har gjort igennem forløbet til at komme med argumenterede bud på, hvorfor der er dette problem.

## 3. Forslag til handlemuligheder

Kom med konkrete forslag til, hvad der kunne løse problemet. Prøv at lade være med at vælge de nemme svar som for eksempel mange overgreb sker i forbindelse med fester, så unge skal bare lade være med at gå til fester. Tænk i stedet over, hvordan man kan hjælpe unge med at have et sjovt ungdomsliv med fest, flirt og sex, uden at det ender i grænseoverskridelser eller overgreb.

I kan både tænke over, hvad man kan gøre i vennegruppen, i klassen, på skolen, i familien og kom gerne med konkrete forslag, der kan bidrage til, at jeres klasse bliver et trygt sted, hvor man respekterer andres grænser og kan tale om ting, der er svære.

## 4. Præsentation

I skal nu præsentere både problem, årsag og handlemuligheder for klassen.

Det  
Kriminalpræventive  
Råd

# Flirt og grænser

9.klasse