

VI TALER OM DET Sammen mod sexisme

KATALOG MED ØVELSER

**2025
KVINFO**



VI TALER OM DET – sammen mod sexisme

Øvelseskatalog

Øvelseskataloget består af en række øvelser, som du kan lave med eleverne. Til hver øvelse er der en kort beskrivelse af formål og en vejledning med hovedpointer til underviseren samt angivelse af tidsforbrug mv. I del A finder du de to øvelser, der indgår i forslaget til en 90-minutters lektionsplan. I del B finder du ekstra øvelser, der kan bruges i tilfælde af, at du har afsat længere tid eller ønsker at erstatte en øvelse med en anden.

At skabe og opretholde et tryggere rum – en forudsætning for undervisningen

Inden undervisningen om sexismen og seksuel chikane kan begynde, er det helt afgørende at skabe et så trygt rum som muligt. Tryghed er ikke bare en god ramme – det er en forudsætning for, at eleverne kan engagere sig, dele refleksioner og lære af hinanden. Emnerne er følsomme og kan vække stærke følelser, og derfor skal eleverne vide, at de er i et rum, hvor de bliver mødt med respekt, og hvor der er klare rammer for, hvordan man taler sammen.

I materialepakken introduceres begrebet ”tryggere rum” i *Video 1*, og forklarer, hvorfor det er vigtigt. Vi bruger netop betegnelsen ”et tryggere rum” og ikke ”et trygt rum” for at anerkende, at 100 % tryghed for alle aldrig er muligt – men at vi sammen kan arbejde for at øge trygheden mest muligt.

I tilfælde af, at du skal bruge materialet på et hold elever, hvor du vurderer at der ikke er særligt meget tryghed eller en høj grad af sexismen eller anden forskelsbehandling, anbefaler vi, at du starter undervisningen med **Øvelse 3: Fælles spilleregler for et tryggere rum**. Denne øvelse er ikke en del af Undervisningsplanen for 90 minutter. Vi anbefaler dog at denne øvelse prioriteres ved klasser med lav tryghed. Her får eleverne mulighed for selv at formulere, hvad der skal til for, at de føler sig trygge nok til at deltage. Det styrker både deres ejerskab og deres ansvarsfølelse over for hinanden. Øvelsen handler ikke kun om at opstille regler – men om at skabe en fælles forståelse for, hvordan vi taler sammen, lytter til hinanden og passer på hinanden i samtalerne.

Men tryghed er ikke noget, man skaber én gang og så er færdig med. Det skal vedligeholdes og opretholdes gennem hele undervisningsforløbet. Derfor anbefaler vi også at du henter inspiration i **Øvelse 4: Hvordan opretholder man et tryggere rum?**, hvor eleverne får mulighed for at drøfte, hvad de selv – og underviseren – kan gøre, hvis spillereglerne ikke bliver overholdt. Det styrker deres handlekraft og gør det lettere at sige fra på en respektfuld måde, hvis noget opleves som grænseoverskridende.

Ved at prioritere arbejdet med tryghed fra starten – og vende tilbage til det løbende – skaber du de bedste forudsætninger for, at undervisningen bliver meningsfuld, lærerig og respektfuld for alle.

INDHOLD

A) ØVELSER TIL LEKTIONSPLANEN

1. At være en aktiv allieret
2. Cases om sexismen og seksuel chikane

B) EKSTRA ØVELSER

3. Fælles spilleregler for et tryggere rum
4. Hvordan opretholder man et tryggere rum?
5. Hvor går grænsen?
6. Identificér normer
7. Køns-kontinuummet
8. Samtykke og grænser

A) ØVELSER TIL LEKTIONSPLANEN

1. At være en aktiv allieret

TID | 10-15 min

MATERIALER | PowerPoint-præsentationens slide 19

GRUPPEARBEJDE | 2 og 2 samt plenum

Formål: Denne øvelse har til formål at skabe refleksioner over og mulighed for at blive en aktiv allieret, når det kommer til grænseoverskridende adfærd. Det er vigtigt at være en aktiv allieret, både fordi man kan stoppe grænseoverskridende adfærd, mens det sker, men også fordi man dermed signalerer, at man ikke vil være en del af en kultur, hvor forskelsbehandling accepteres.

Underviserens rolle: Det er vigtigt, at underviseren pointerer, at det at blive en allieret er en konstant proces og ikke en fast status/rolle. Derfor kræver det konstant fokus og opmærksomhed på ens egne handlinger i hverdagen.

Øvelsen trin for trin:

1. Lad eleverne sammen to og to drøfte, hvordan man som allieret ville kunne handle i forhold til de to situationer, som er beskrevet på PowerPoint-præsentationens slide 19. Lad derefter eleverne sammen komme frem til, hvordan de selv bedst er en aktiv allieret for mennesker i udsatte positioner. Det kan fx være etniske, seksuelle eller kønsminoriteter. Bed dem gerne om at komme med eksempler på, hvordan man i praksis kan gøre dette.
2. Saml herefter i plenum op på de forskellige måder, man kan være en aktiv allieret.
3. Afrund øvelsen ved hjælp af slide 20.

2. Cases om sexisme og seksuel chikane

TID | 30-45 min

MATERIALER | Print de cases, du udvælger fra bilag A, så der er et eksemplar til hver gruppe. Derudover skriveredskaber og papir til at tage noter.

GRUPPEARBEJDE | Grupper af 3-5 elever

Formål: Pointen med casene er, at eleverne får talt om centrale problematikker og dilemmaer, som ikke kommer direkte fra dem selv, men som alligevel er realistiske og muligvis genkendelige for dem. Det er mere trygt for både elever og underviser, når eleverne ikke deler egne erfaringer eller historier. Ved at gennemgå spillereglerne for et tryggere rum kan du understrege overfor eleverne, at de ikke skal dele personlige oplevelser, men netop tage udgangspunkt i de udviklede cases. Casene baserer sig på virkelige hændelser fra målgruppen og er indsamlet fra undersøgelser og forskning på området i forbindelse med udviklingen af undervisningsmaterialet. Derfor er det vigtigt at påpege over for eleverne, at det er situationer baseret på virkelige hændelser fra unge i deres egen alder, og at det ikke er meningen, at de skal diskutere, hvorvidt disse er realistiske eller ej.

Alle casene er ledsaget af spørgsmål, som giver anledning til at forstå situationen og de følelser og dilemmaer, som personerne i casene står i, samt skaber mulighed for at drøfte forskellige handlemuligheder.

Underviserens rolle: Det er din rolle at observere gruppearbejdet undervejs og fornemme, om det afsatte tidsrum er passende eller ej, og om spillereglerne bliver overholdt.

Hvis du oplever, at spillereglerne ikke bliver overholdt, skal du minde eleverne om dem og understrege, at det er vigtigt, at samtalen skal være så tryk som mulig for alle. Det er underviserens ansvar at sikre så tryk rammer som muligt for undervisningen, og det er derfor også vigtigt, at du som underviser griber ind, hvis du overhører eller ser noget, som ikke virker respektfuldt eller er decideret grænseoverskridende. Det kan være brug af skældsord, sexistiske kommentarer eller stereotype bemærkninger om fx køn, hudfarve eller seksuel orientering. Det er underviserens opgave at støtte eleverne i at holde fast i de aftalte spilleregler.

Hvis eleverne er færdige med case-diskussionerne hurtigere end aftalt, sætter du plenum-samtalen i gang med det samme, så engagementet ikke daler.

Gør opmærksom på, at du er tilgængelig under gruppearbejdet, hvis eleverne har brug for hjælp til at sætte diskussionen i gang, forstå spørgsmålene eller sikre en god samtale. Du må af samme grund gerne besøge grupperne undervejs, hvis de sidder spredt på et større areal.

Øvelsen trin for trin:

1. Udvælg de cases, som du finder mest relevante for eleverne, og print dem, så der er et eksemplar til hver gruppe.
2. Inddel i grupper med mindst tre personer for at sikre, at det netop er en gruppe. Mere end 4-5 personer i en gruppe er sjældent optimalt, fordi det mindsker taletiden til hver enkelt.
3. Brug casene, så du enten lader grupperne arbejde med den samme case eller giver dem forskellige cases fra samme tema eller på tværs af temaerne. Afsæt et bestemt tidsrum til arbejdet med hver case og dets tema – eksempelvis 15-20 minutter. Én fra hver gruppe læser casene højt, inden de taler om spørgsmålene.
4. Forklar processen og definér, på hvilken måde grupperne skal tale om casens arbejdsspørgsmål. Du kan for eksempel lave en regel om, at alle først bruger 2 minutter på at tænke på egen hånd og tage noter, før de taler sammen, så både introverte og ekstroverte tilgodeses.

5. FÆLLES DIALOG:

Når gruppearbejdet er færdigt, samler du eleverne igen og faciliterer en fælles refleksionsproces. Hvis grupperne har arbejdet med den samme case, kan du tage hvert arbejdsspørgsmål for sig og bede hver gruppe fortælle, hvad de har talt om – gerne med henvisninger til det præcise sted i casens tekst, hvor de finder belæg for deres holdning. Så hører eleverne flere perspektiver og overvejelser og får mere at spejle deres egne synspunkter i.

Brug gerne tid på at udfolde refleksionen og diskussionen, når alle har præsenteret, hvad de har talt om i forbindelse med et spørgsmål. Du kan for eksempel spørge:

- Hvad oplever I, er fællestræk i gruppernes svar?
- Hvor ser I forskelligt på spørgsmålet?
- Får I lyst til at tilføje noget, når I nu har lyttet til andres overvejelser?

Har grupperne arbejdet med forskellige cases, vil det typisk være mest overskueligt, at I forholder jer til én case ad gangen og taler om alle spørgsmål, der knytter sig til den case. Begynd gerne med, at du læser casen op (igen), så alle elever har situationen frisk i hukommelsen, når de lytter til svar og synspunkter. Lad derefter eleverne fortælle, hvad de har talt om, og skab refleksion på tværs af alle elever med spørgsmål som for eksempel:

- Hvad siger I andre til det: Er I enige, eller hvad ser I anderledes på?
- Hvordan kunne man også svare på spørgsmålet?

Skriv eventuelt stikord på tavlen fra gruppernes respektive fortællinger fra arbejdet med casene. Det forstærker læringen, koncentrationen og betydningen af elevernes overvejelser at se dem fastholdt på skrift. Brug så vidt muligt elevernes egne ord, så de føler sig hørt og genkendt. Ved at supplere opsamlingen i plenum med skrevne ord, giver du også elevernes konkrete bud på, hvad grænser og normer kan bestå af, hvordan handlinger og ord kan påvirke en person, at handlinger også kan være indirekte og passive, og hvilke bevæggrunde man kan have for sine handlinger. Det øger sandsynligheden for, at de i praksis kan mærke, forstå og genkende konkrete udtryk for grænser, normer og reaktioner.

Af samme grund anbefales det, at du altid som minimum skriver nøgleord til de tre handlemuligheder, som grupperne har fundet i deres arbejde. Det giver eleverne et varieret bud på handlemuligheder, som de kan overføre til deres egen hverdag. *Undlad* til gengæld at skrive noget om elevernes personlige fortællinger, hvis sådanne kommer frem på trods af at casearbejdet er rammesat med henblik på, at der ikke deles personlige erfaringer. Det kan virke ekstra voldsomt at se på skrift.

B) EKSTRA ØVELSER

3. Fælles spilleregler for et tryggere rum

TID | 20-40 min

MATERIALER | Post-its og skriveredskaber. Alternativt [en gratis padlet](#).

GRUPPEARBEJDE | Mindre grupper og plenum

Formål: Formålet med denne øvelse er at skabe så meget tryghed som muligt i undervisningen om sexisme og seksuel chikane, så eleverne får mest muligt udbytte af materialet. Det virker også mere trygt for underviseren at rammesætte undervisningen på denne måde. Øvelsen går ud på, at eleverne i fællesskab udarbejder nogle fælles spilleregler for undervisningen, så flest muligt elever

har mulighed for og lyst til at deltage. Øvelsen bidrager også til at styrke elevernes evne til at drøfte og tage hånd om disse problematikker – og hinanden – uden for undervisningen.

I lektionsplanen har vi valgt at opstille seks spilleregler for et tryggere rum, som eleverne får givet via Video 1 og slides. Men hvis du har tid i undervisningen til at lade eleverne selv bidrage til at skabe spillereglerne, kan du lave denne øvelse med dem.

Tryghed er en forudsætning for, at undervisningen om potentielt følsomme og sårbare emner såsom krænkende handlinger, sexisme og seksuel chikane kan udfoldes på en tillidsfuld og respektfuld måde. Eleverne skal arbejde med vanskelige og tabuiserede emner og dilemmaer, og derfor er det afgørende at have klare rammer for eleverne og forpligte dem over for hinanden. Øvelsen fremhæver vigtigheden af at skærpe opmærksomheden på, hvad der skal til for at skabe et trygt rum, og at behovene kan være forskellige fra elev til elev, idet de kommer med forskellige erfaringer. Processen med at reflektere og samskabe spillereglerne er derfor lige så vigtig for læringsrummet som resultaterne.

Vi anvender begrebet “et tryggere rum” og ikke “et trygt rum” for at anerkende, at der altid vil være forskellige relationer og kontekster på spil, så det aldrig kan blive 100 % trygt.

De fælles spilleregler er et fælles udgangspunkt, man kan vende tilbage til undervejs. På den måde bidrager de løbende til at sikre et så trygt rum som muligt gennem hele undervisningen.

Underviserens rolle: Det er underviserens ansvar at sikre så trygge rammer som muligt for undervisningen, og det er derfor også vigtigt, at du som underviser griber ind, hvis du overhører eller ser noget, som ikke virker respektfuldt eller er decideret grænseoverskridende. Det kan være brug af skældsord eller sexistiske kommentarer eller stereotype bemærkninger om fx køn, hudfarve eller seksuel orientering.

Øvelsen trin for trin:

1. Introducér til øvelsen, så alle er med på, hvad der skal ske og hvorfor. Her kan det være en god idé at tale med eleverne om, hvorfor tryghed er vigtigt, og hvordan måden, vi taler sammen og til hinanden, har en betydning for følelsen af tryghed. Samt at det er forskelligt, hvad der kan virke utrygt, og at det er et fælles ansvar, at alle føler sig godt tilpas.
2. Inddel eleverne i grupper af 4-5 elever. Forklar dem, at de skal tale sammen og komme med forslag til spilleregler, der kan bidrage til at gøre rummet trygt for alle i klassen. Bed først hver enkelt elev om at bruge 2-4 minutter individuelt på at overveje to spørgsmål: "Hvad har jeg brug for for at føle mig tryk nok til at deltage i diskussioner i dag?" og "Hvordan kan dette formuleres til et forslag til vores fælles spilleregler?". Få gerne eleverne til at skrive deres personlige forslag på post-its.
3. Bed herefter grupperne om at drøfte de to spørgsmål i fællesskab og komme med 3 forslag til fælles spilleregler. Giv dem 5-10 minutter til at finde forslag og skrive dem på post-its. Underviseren kan eventuelt gå rundt i grupperne og tale med eleverne. Hvis det er svært at få eleverne i gang, kan du komme med nogle eksempler, for eksempel “Det er vigtigt, at vi ikke deler personlige erfaringer” og “For mig er det vigtigt, at vi behandler hinanden respektfuldt og lytter nysgerrigt til hinanden”.
4. Grupperne præsenterer forslagene efter tur, og underviseren klistrer elevernes post-its på tavlen/væggen. Hvis noget er uklart, kan det være en god ide at spørge åbent og nysgerrigt

ind til forslagene og de ord, der bliver brugt, som for eksempel "hvad mener I med respekt? Kan I sige noget om, hvad det betyder i praksis? Hvordan viser man respekt? Hvordan føles det at blive respekteret?" osv.

5. Læs og opsummér spillereglerne, som er kommet frem under elevernes forslag. Saml gerne nogle af dem, som ligner hinanden. Hvis der opstår en situation, hvor forskellige behov støder sammen, så 1) prøv at formulere en aftale, der kan opfylde alle behov, hvis det er muligt, og 2) argumentér for og vælg de forslag, der går hånd i hånd med principperne for at skabe et trygt rum/de overordnede værdier (se spillereglerne nedenfor). Sørg for, at alle er indforståede med spillereglerne, og spørg gerne, om der er tvivl om nogle af dem. Hav spillereglerne tydeligt fremme under resten af undervisningen og mind gerne om dem.

Forslag til spilleregler:

- Respektér hinanden: Husk, at vi ser forskelligt på tingene og har forskellige erfaringer. Man kan se forskelligt på en situation, en erfaring eller en persons grunde til at handle eller reagere på bestemte måder. Den ene har ikke nødvendigvis mere ret end den anden. I dialogen om materialets cases er det vigtigt at give plads til at høre og forstå andres synspunkter. Det er en af pointerne med at arbejde med normer og kulturer.
- Lyt uden at dømme: Lad andre fortælle uden at afbryde eller gætte på, hvad de mener. Spørg i stedet nysgerrigt og åbent til: "Hvad mener du med xxx?", "Kan du uddybe eller forklare det med andre ord?" eller "Kan du give et eksempel på det?"
- Undgå diskriminerende sprogbrug: Husk, at det ikke skal være ubehageligt for nogen at være i rummet. Fx sexisme og homofobi accepteres ikke. Når/hvis der refereres til eller anvendes skældsord, som fx i cases, skal det tydeliggøres for eleverne, at det ikke er en retfærdiggørelse af ordet, men et eksempel på diskriminerende tale.
- Brug humor med omtanke: Undlad så vidt muligt brug af humor, da dette kan virke utrygt for nogen. Det er ikke ens for alle, hvad der opfattes som sjovt.
- Del ikke personlige erfaringer: Elever og undervisere taler ikke om deres/andres privatliv eller personlige oplevelser. Det betyder enten, at der tages afsæt i fiktive historier, eller at hvis man fortæller om egne eller andres oplevelser, kan det gøres i anonym form ved for eksempel at sige "Jeg har hørt om" og udelade genkendelige beskrivelser.
- Tavshedspligt: Der er henholdsvis en ekstern og en intern tavshedspligt. Det vil sige, at man ikke må genfortælle eller referere til andres fortællinger uden for undervisningen. Man taler heller ikke indbyrdes om det i gruppen, medmindre fortælleren selv er til stede og bringer det på banen.

Flere ideer til fælles spilleregler:

- Vær opmærksom på kropssprog og anerkendelse af andre i dialogen.
- Alle får ordet: Sørg for, at alle får taletid i diskussioner og gruppearbejde.

4. Hvordan opretholder man et tryggere rum?

TID | 10-20 min

MATERIALER | Post-its og skriveredskaber. Alternativt [en gratis padlet](#).

GRUPPEARBEJDE | Mindre grupper og plenum

Formål: Denne øvelse kan anvendes efter øvelsen “Et tryggere rum”, for at understrege elevernes fælles ansvar for at skabe et så trygt rum som muligt og engagere dem i, hvordan man i praksis kan gøre dette. Den kan også anvendes efter gennemgang af spillereglerne i PowerPoint-præsentationen, for at give eleverne mulighed for at aftale hvad de gør, hvis spillereglerne ikke bliver fulgt.

Underviserens rolle: Underviserens rolle er at facilitere samtalen på en tryk måde og inspirere eleverne til for eksempel at blive en god allieret. Underviseren har desuden selv en rolle ift. at gribe ind om nødvendigt og dermed opretholde et så trygt rum som muligt.

Øvelsen trin for trin:

1. Introducér til øvelsen, så alle er med på, hvad der skal ske og hvorfor (Hvis du er i tvivl, kan du genlæse afsnittet ‘Formål’ i [øvelse 3 om fælles spilleregler for et tryggere rum](#)).
2. Inddel eleverne i grupper af 4-5 elever. Forklar eleverne, at de skal tale sammen og komme med forslag til, hvad man kan gøre, hvis spillereglerne ikke bliver overholdt. Bed eleverne om at besvare spørgsmålene:
 - Hvad kan man gøre eller sige, hvis man overhører noget, man ikke synes overholder spillereglerne?
 - Hvad kan underviseren gøre?

Brug gerne post-its eller en padlet.

3. Saml op i plenum og skriv forslagene ned.

5. Hvor går grænsen?

TID | 15-20 min

MATERIALER | Print udsagnene [på sidste side i dette øvelseskatalog](#), så der er et eksemplar til hver gruppe.

GRUPPEARBEJDE | Snak i grupper af 3-4 personer

Formål: Øvelsen har til formål at sætte gang i en åben dialog i mindre grupper om sexisme, samtykke og seksuel chikane. Dialogen kan give eleverne flere perspektiver på og forståelse for, hvor grænserne går. Udsagnene og de dertilhørende spørgsmål skal bruges som redskab til at gøre det nemmere at tale om og forebygge grænseoverskridende adfærd.

Underviserens rolle: Denne øvelse skal skabe dialog, og derfor bliver underviserens rolle at facilitere de bedste rammer for dialog. Eleverne skal være aktivt deltagende i øvelsen, da det er

centralt for, at de kan lære af og med hinanden. Dialogen mellem eleverne og underviseren er også vigtig for at nuancere, uddybe og eventuelt udfordre elevernes perspektiver.

Rollen som underviser består ikke i at formidle de 'rigtige' svar på udsagnene, men i at skabe et rum, som giver eleverne mulighed for at være nysgerrige, kritiske, reflekterende og undersøgende over for de relevante problemstillinger. Eleverne kan være aktivt deltagende på mange måder, og forskellige elever vil have forskellige muligheder. Vær derfor nysgerrig over for de inputs, eleverne bringer i spil, og døm ikke, men understøt et rum for uenighed. Det er vigtigt, at underviseren deltager aktivt og bidrager med at nuancere udsagn og facilitere en god dialog ved eventuelle uenigheder om udsagn. De aftalte spilleregler for at skabe et så trygt rum som muligt for undervisningen skal også danne rammen om denne øvelse (se undervisningsguiden om at skabe et tryggere rum).

Øvelsen trin for trin:

1. Print udsagnene på sidste side i dette øvelseskatalog, så der er et eksemplar til hver gruppe. Udvælg og highlight et par udsagn, eleverne skal arbejde med. Eller klip dem ud, så eleverne kun skal forholde sig til dem, du vælger.
2. Inddel eleverne i grupper af 3-4 personer og del udsagnene ud. Forklar grupperne, at de har 10-15 minutter til at tale om de udvalgte udsagn fra listen i grupperne.
3. Tydeliggør, at eleverne skal tale om udsagnene ved at bruge refleksionsspørgsmålene:
 - Er det over grænsen? Hvorfor/hvorfor ikke?
 - Har det noget med situationen/relationen/konteksten/køn at gøre?
 - Er det vigtigt at sige fra? Hvem kan sige fra? Elever/underviser/andre?
4. Instruer eleverne i, at de for hvert udsagn skal starte med at reflektere individuelt i 30 sekunder, inden de diskuterer udsagnet ved brug af refleksionsspørgsmålene. Sørg for at tydeliggøre for eleverne, at det er vigtigt, at alle får mulighed for at komme til orde fx ved at tage en runde. Samtidig er det også vigtigt, at man kan springe over, hvis man ikke kan/vil byde ind.
5. Afrund i plenum med en drøftelse af, hvordan det var at forholde sig til udsagnene, herunder om eleverne vurderede situationerne forskelligt alt afhængigt af kontekst, relationer, køn osv.

6. Identificér normer

TID | 15 minutter

MATERIALER | Ingen

GRUPPEARBEJDE | 2 og 2 samt eventuel opfølgning i plenum

Formål: Øvelsen skal hjælpe eleverne med at blive opmærksomme på normer i deres dagligdag og i samfundet mere generelt, samt hvordan disse forskellige typer af normer spiller sammen. Formålet med øvelsen er at koble bevidstheden om normer med viden om sexismen, seksuel chikane og grænseoverskridende adfærd. Normerne er nemlig med til at muliggøre, at det finder

sted. Ved at få blik for normerne omkring sexisme, kan man også få blik for, at normerne bør og kan ændres.

Denne øvelse tjener som en simpel og tryk måde at få eleverne til at blive opmærksomme på normer.

Underviserens rolle: Jo snævrere og mere stereotype kønsnormerne er, jo større risiko er der for, at unge kan komme til at føle sig forkerte. Derfor kan du introducere til normer ud fra undervisningsguidens baggrundsmateriale. Herefter er det underviserens rolle at hjælpe eleverne i gang med at kunne identificere normer for efterfølgende at kunne tage stilling til og eventuelt ændre de normer, som skaber eksklusion og mistrivsel.

Det er altså en simpel øvelse til at begynde refleksioner om, hvad normer er for en størrelse, og til at gøre efterfølgende diskussioner om køn, normer og stereotyper konkret og nærværende for eleverne.

Øvelsen trin for trin:

1. Du beder eleverne om at tænke over, hvilke overordnede samfundsnormer der findes i det danske samfund. Opfordr dem til at finde på så mange normer som muligt og tænke over, hvorfor de mener, at det er normer. Denne del af øvelsen foregår i stilhed. Du kan eventuelt i plenum bede eleverne om et enkelt eller to eksempler på samfundsnormer.
2. Du beder eleverne om at finde mere lokale normer på skolen. Du kan give som eksempel, at det kan være normer for, hvordan man sidder i klassen eller bevæger sig i forskellige rum på skolen. Det kan være normer for, hvordan man taler elever imellem og mellem underviser og elev. Det kan være normer for påklædning eller normer for mad. Bed eleverne tænke i stilhed og giv dem 1-2 minutter til denne del.
3. Nu beder du eleverne om at vende sig mod en sidekammerat og tale sammen om, hvilke normer, de har tænkt på, og hvorfor de mener, at det er normer. Afsæt 6-8 minutter til denne del. Mind eleverne om, at de skal dele taletiden. Du kan eventuelt sige til, når halvdelen af tiden er gået, og bede dem skifte person, som fortæller.
4. Herefter samler underviseren op i plenum. Bed eleverne om at give eksempler på, hvilke normer de fandt, og fortælle hvorfor de mener, at det er normer. Afsæt ca. 5 minutter til denne del af øvelsen.

7. Køns-kontinuummet

TID | 15-20 min

MATERIALER | Evt. reb eller malertape til at lave linjen

GRUPPEARBEJDE | Hele klassen bevæger sig aktivt

Formål: Øvelsen har til formål at få eleverne til at reflektere over egne erfaringer samt få disse erfaringer frem på en ikke-sårbar måde. Derudover får underviseren og eleverne et billede af diversiteten i klasserummet, når det kommer til grundlæggende erfaringer med forskellige problematikker ift. køn, sexisme og samtykke.

Underviserens rolle: Underviseren kommer med udsagn, hvorefter eleverne svarer ved fysisk at bevæge sig på kontinuummet/linjen. På den måde får man aktiveret alle elevernes erfaringer/holdninger uden, at de behøver at snakke sammen i plenum.

Øvelsen trin for trin:

1. Læg en snor, sæt tape på gulvet eller demonstrér en usynlig linje fra en side af klasselokalet til den anden. Marker den ene ende med "slet ikke" og den anden ende med "helt sikkert" (alternativt ja/nej alt efter spørgsmålene).
2. Underviseren stiller et spørgsmål fra spørgsmålsbanken (se nedenfor) og beder eleverne om at stille sig et sted på linjen. Køns-kontinuummet foregår i stilhed, og eleverne bevæger sig på linjen uden at tale sammen.
3. Når alle elever har fundet en plads, vender de sig mod én, der står ved siden af, og har to minutter til at tale om, hvad der er baggrunden for, at de står på netop dette sted.
4. Eleverne taler derefter i to minutter om, hvad der skal til, for at de rykker sig på kontinuummet.
5. Underviseren stiller et nyt spørgsmål og gentager, hvilken ende af linjen der er "slet ikke" og "helt sikkert".

Spørgsmålsbanken:

1. Er det nødvendigt at snakke om sexisme og seksuel chikane i undervisningen?
2. Føler du dig tryk ved at snakke med dine venner om grænser og sexisme?
3. Føler du dig tryk ved at snakke med dine forældre om grænser og sexisme?
4. Føler du dig tryk ved at snakke med dine undervisere/ledelsen om grænser og sexisme?
5. Mener du, at der er forskellige forventninger til mænd og kvinder, når det kommer til f.eks. opførsel/påklædning/antal seksualpartnere?
6. Har du følt dig begrænset i eller været uden for samtaler grundet dit køn/seksuelle orientering/etniske baggrund eller andet?
7. Har du gjort noget, som du efterfølgende har været i tvivl om kan have overskredet andres grænser?
8. Oplever du fællesskaber, hvor du eller andre ikke kan/må være med på grund af deres køn?
9. Har du overværet grænseoverskridende adfærd og ikke skredet ind?
10. Ved du, hvem du kan gå til, hvis du oplever, at dine grænser bliver overskredet?

8. Samtykke og grænser

TID | 15 min

MATERIALER | ingen

GRUPPEARBEJDE | 2 og 2 samt plenum

Formål: Øvelsen har til formål at øge forståelsen af, hvad samtykke er, og bidrage til en bedre forståelse af grænser blandt eleverne. Det handler både om at øge elevernes viden om lovgivningen for at forebygge overgreb, og om at højne elevernes grundlæggende forståelse af relationer mellem mennesker, og at disse bør være trygge, baseret på frivillighed, respekt og ingen tvang.

Undersøgelser viser, at det kan være svært at aflæse og sætte grænser i praksis samt at give udtryk for samtykke og aflæse dette. Derudover er mange i tvivl om egne og andres grænser. Denne øvelse bidrager til at øge forståelsen af samtykke både lovgivningsmæssigt og i praksis.

Underviserens rolle: Øvelsen skal skabe dialog mellem eleverne, og derfor bliver underviserens rolle her at skabe de bedste rammer for dialog. Det er vigtigt at have introduceret, hvad samtykke er ifølge loven, samt hvad det indebærer (se afsnittet om seksuel tvang på s. 8 i undervisningsguiden og se evt. video 3)

Dialogen mellem eleverne og underviseren er også vigtig for at nuancere, uddybe og udfordre elevernes perspektiver. Det er vigtigt at minde om de fælles spilleregler inden denne øvelse, så der ikke er nogen, der oplever dialogen som unødigt grænseoverskridende. Som underviser kan du også bede eleverne overveje, hvilken rolle konteksten (er det for eksempel i klasselokalet eller til en fest?), relationerne og for eksempel indtag af alkohol spiller, når man viser og aflæser grænser og samtykke.

Øvelsen trin for trin:

1. Forklar om samtykke (se afsnittet om seksuel tvang i undervisningsguiden)
2. Bed eleverne 2 og 2 tale om:
 - Hvornår er det svært at sætte grænser?
 - Hvornår er det svært at aflæse andres grænser?
 - Hvordan kan man undersøge, om den anden giver samtykke?
3. Spørg om der er nogen, der har lyst til at dele deres drøftelser (NB: ikke personlige erfaringer) i plenum.

Udsagn til øvelse 5 “Hvor går grænsen”

1. Til en fest på skolen ser du, at en af dine klassekammerater gramser på en anden fra klassen, der er meget beruset.
2. En ny elev i klassen føler sig stødt af den interne humor, hvor jokes om køn og sex er hverdagskost.
3. Til 18-års fødselsdage har det længe været tradition, at fødselaren skal fortælle sin pinligste seksuelle oplevelse foran resten af klassen.
4. En elev på skolen bliver konsekvent i din klasse omtalt som “ham den lækre”.
5. To af dine venner har tidligere haft en gensidig flirt. Den ene fortsætter med at lægge an på den anden, som du ved ikke længere er interesseret.
6. Et par af eleverne i klassen omtaler idéer til et socialt arrangement efter skole som “svansede”.
7. En underviser har for vane konsekvent at røre ved folk, når vedkommende taler til dem.
8. Din klassekammerat er opsat på at give dig massage i nakken, uden at du har bedt om det.
9. Et par af drengene i klassen bruger ofte udtrykket “det sagde hun også i går”.
10. En elev i klassen har fået høje standpunktskarakterer. Du overhører en samtale mellem nogle andre, hvor de taler om, hvem vedkommende mon har “slikket røv på”.
11. En elev bliver af en anden elev omtalt som værende “løs på tråden”.
12. Du føler, at din klassekammerat overtræder din intimsfære og står for tæt op ad dig, når vedkommende skal forklare dig noget.
13. En elev bliver konsekvent kaldt “tøsedreng”.
14. Du opdager, at en gruppe i klassen har en online tråd, hvor de deler billeder af andre fra skolen med seksuelle kommentarer.
15. En af dine venner smider ofte om sig med personlige kommentarer, hvor en del af dem er med seksuelle undertoner.



KVINFO
CHRISTIANS BRYGGE 3
1219 KØBENHAVN K
TEL +45 33 13 50 88
kvinfo@kvinfo.dk
www.kvinfo.dk