

Tanken och handlingen

– ett spel om sexuell hälsa
och ordassociationer



GR Upplevelsebaserat Lärande

GR Utbildning – Upplevelsebaserat Lärande (GRUL) syftar till att utveckla, utbilda och genomföra verksamhet med den upplevelsebaserade pedagogiken som verktyg och förhållningssätt. GRUL sätter det livslånga lärandet i fokus och vänder sig till alla verksamheter inom utbildningssektorn. Den primära målgruppen är pedagogisk personal inom grundskolans senare år, gymnasieskolan, vuxenutbildningen och högskolan.

 För mer information se www.grul.se

Copyright

Denna simulation är © Copyright GRUL 2008. Materialet får fritt kopieras och användas i utbildningsverksamhet så länge källa anges.

Version 1.0

Layout: Alexander Hallberg

Design:
Alexander Hallberg
Niklas Lindblad

Tack till:
Fredrik Axelzon, Helena Sällström,
Ida Nilsson

Bakgrund

Spelet syftar till att underlätta vid en diskussion om sexuell hälsa och olika aspekter av sexualitet. Fokus ligger på ett diskussionsmoment som utförs med kort som hjälpmedel.

Tid

15 min + 15min efterdiskussion

Antal Deltagare

Spelas bäst i grupper om 3–4 personer

Introduktion

Associationsspelet är ett kortsorteringspel som går ut på att eleverna får lyssna på olika berättelser som

handledaren läser upp och sedan associera ord till dessa. Tanken är att diskussioner om sexuell hälsa och sexualitet ska underlättas med hjälp av gruppen, ens egna associationer och de fysiska korten.

Sexuell hälsa kan definieras som är ett tillstånd av fysiskt, emotionellt, mentalt, och socialt välbefinnande relaterat till sexualitet. Det är inte endast frånvaro av sjukdom, d.v.s. funktion eller svaghet. Sexuell hälsa kräver ett positivt och respektfullt närmande till sexualitet och sexuella relationer, liksom till möjligheten att få njutbara och säkra sexuella erfarenheter, fria från förtryck, diskriminering och våld. För att sexuell hälsa ska uppnås och behållas, måste människors sexuella rättigheter respekteras, skyddas och uppfyllas.

Spelet Tanken och handlingen handlar om sexuell hälsa och fokuserar speciellt på sexuell överförbara sjukdomar. Det som framförallt tas upp är värderingar och attityder kopplade till olika aspekter kring könssjukdomar och säkert sex.

handledningsinstruktioner

Förarbete

Skriv ut alla ordkorten (bilaga 2.) så att alla grupper får varsin kopia av bladen. Klipp sedan isär bladen och lägg korten i kortlekar så att varje grupp får en kortlek var med en kopia av varje ord i. Har du möjlighet kan de vara en god idé att laminera korten så att de går att återanvända vid fler tillfällen. Blanda gärna korten i leken men blanda inte samman kortlekar då varje kortlek endast ska ha en kopia av varje kort.

Skriv sedan ut de berättelser du har tänkt att deltagarna ska jobba med. Vilka berättelser du väljer är upp till dig. Ett

förslag kan vara att när du väljer berättelser ser till att redan ifrån början ha lite tankar kring berättelserna som du vill att gruppen ska diskutera. Vid samtliga berättelser finns det även förslag på diskussionsområden.

Du hinner förmodligen inte med mer än 2–4 berättelser, beroende på hur länge ni diskuterar varje berättelse.

Möblera om i klassrummet så att grupperna sitter avskilt ifrån varandra men så att det ändå är lätt att överblicka deltagarna.

Under spelets gång

Börja med att dela ut kortlekarna och förklara reglerna. Reglerna är att de tillsammans i grupperna ska välja ut ord som de associerar till en berättelse som handledaren läser upp. Det finns inga rätt eller fel och deltagarna kan känna stor frihet i sina associationer. Det är viktigt att se till att alla förstår och sätt sedan igång spelet.

Du läser upp berättelsen och uppmanar grupperna till att lyssna och sedan välja ut ett 5 stycken ordkort som de associerar med berättelsen. Här är det viktigt att du poängterar för grupperna att det inte finns några rätt eller fel, utan allt handlar om deras egna associationer. När grupperna är klara, ber du grupperna att på nytt välja ut tre ordkort men denna gång bland de fem ordkort som de redan har valt. Det vill säga att de på nytt får göra en sortering och diskutera vilka ordkort som de tycker passar bäst. Sorteringarna gör att grupperna automatiskt måste diskutera och ta ställning kring berättelserna. Du frågar sedan högt varje grupp vilka tre ordkort som de har valt och ber de motivera sina val. Ha även en kort diskussion kring berättelsen. Förslag på vad som kan tas upp finns efter varje berättelse. Dessa förslag är inget du som handledare ska känna dig bunden av, utan är tips på frågor eller ämnen som passar bra att behandla i samband med berättelsen.

Sedan läser du upp nästa berättelse och grupperna upprepar proceduren.

Om du vill kan du även variera urvalsproceduren. Exempelvis kan grupperna efter att de valt ut tre ordkort göra ytterligare en sorteringsrunda och endast få välja ett kort. Ett annat förslag är att de ska rangordna de tre korten de väljer beroende på hur mycket de associerar orden med berättelsen.

Efterdiskussion

När deltagarna har gjort 2-4 dilemman är det dags för en efterdiskussion. Placera deltagarna på ett sätt som gör att alla kan delta. Förslagsvis sätter ni stolarna i en ring så att alla kan se och höra varandra. Ommöblering signalerar att spelet är slut och deltagarna får lite tid att reflektera över vad de just varit med om. Efterdiskussionen får gärna ta tid så avsätt 15–20 min och var noga med att alla verkligen får komma till tals. Det viktiga är att uppmana till diskussion och att hålla den levande och att inte värdera vad eleverna säger.

Frågor att diskutera om spelet

Här kommer exempel på frågor som kan tas upp i efterdiskussionen.

- ☉ Vad tror ni spelet handlade om?
- ☉ Vad känner ni spontant för spelet?

- ☉ Hur svår upplevde ni att spelet var?
- ☉ Hur gick ni till väga för att besluta hur korten skulle placeras?
- ☉ Var det svårt att välja orden?
- ☉ Vilka ord valde ni bort och varför?
- ☉ Saknade ni några ord?
- ☉ Vad handlade berättelserna om?
- ☉ Vad är era funderingar kring berättelserna?
- ☉ Hur skiljde sig berättelserna åt?
- ☉ Vad är en könssjukdom?
- ☉ Hur smittar könssjukdomar?
- ☉ Hur skyddar du dig mot könssjukdomar?
- ☉ Varför är det vanligare med könssjukdomar bland ungdomar än i andra åldersgrupper?
- ☉ Är det viktigt att ta ansvar och använda kondom när man har sex?
- ☉ Varför använder inte unga alltid kondom när de har sex?
- ☉ Vems ansvar är det att använda kondom?
- ☉ Är det viktigt att använda kondom även i en fast relation?
- ☉ Är det viktigt att gå och testa sig?
- ☉ Var kan man testa sig för könssjukdomar?
- ☉ Hur går det till att testa sig för könssjukdomar?
- ☉ Varför går tjejerna oftare till ungdomsmottagningar än killar?

Det är även en god idé att fånga upp olika aspekter av de specifika berättelserna som ni jobbat med. Dels under själva övningen men också under efterdiskussionen.

Tips och förslag

- ☉ Var noga med att inte värdera elevernas ord, det är viktigt att de känner att de kan komma till tals.
- ☉ Håll ett öga på hur diskussionerna förs inom grupperna. Det kan lätt hända att vissa inte deltar i diskussionen. Belys då för de mer ledande eleverna i grupperna att det är viktigt att alla är överens om de beslut som tas.
- ☉ Ett tips kan vara att dela ut några vita lappar till varje grupp med samma storlek som korten. Där kan de skriva ner ord som de tycker passa bättre än de färdigtryckta orden.
- ☉ Det är väldigt enkelt att hitta på egna berättelser. Tveka inte att göra det om du känner för det.

bilaga 1 – Berättelserna

Berättelse #1

En lördag kväll är Lina på fest hos sina klasskamrater Ershad och Noor. Det är mycket folk och hon har verkligen kul. Efter några timmar börjar Lina prata med en intressant person hon inte träffat tidigare och det dröjer inte länge förrän de strular. De går upp till Ershads föräldrars sovrum för att få vara i fred. Där fortsätter de att kyssas och båda vill ha sex. Ingen av dem har skydd. Morgonen efter byter de nummer och msn.

Förslag på diskussionspunkter

- ☉ Är detta en situation skulle kunna hända?
- ☉ Vems ansvar är det att säga till om skydd vid sex?
- ☉ Vad gör man om man inte har med skydd och hamnar i den här situationen?
- ☉ Olika sorters sex (exempelvis petting, oralsex, vaginalt)
- ☉ Säkert sex och risker med oskyddat sex
- ☉ One-night-stand
- ☉ Preventivmedel,
- ☉ Fest och alkohol

Berättelse #2

Robert har precis fått en flickvän som han är galet kär i. Problemet är bara att han och grabbarna har bokat in en resa till medelhavet sen några månader tillbaka. Flickvännen vill inte att han åker men han gör det ändå. Väl på Ibiza festar han varje kväll med polarna. Han har även oskyddat sex flera gånger. När han kommer hem till Sverige så har han det jättebra med sin flickvän, tills Robert märker att det börjar svida när han kissar. En kompis säger att han antagligen fått en könssjukdom och att han borde gå och testa sig. Kompisen berättar också att Robert blir tvungen att säga vilka han har haft sex med. Flickvännen får säkert reda på att han varit otrogen, tänk om hon dumpar honom? Plötsligt känns allt väldigt jobbigt för Robert.

Förslag på diskussionspunkter

- ☉ Vad oroar sig Robert mest för – att vara smittad, att ha smittat sin tjej eller att hon kanske får reda på att han har varit otrogen?
- ☉ Könssjukdomar
- ☉ Säkert sex
- ☉ Ungdomsmottagning
- ☉ Smittskyddslagen och smittspårning
- ☉ Testa sig för könssjukdomar
- ☉ Relationer och otrohet
- ☉ Sex utomlands

Berättelse #3

Elin har festat rätt så hårt den sista tiden och haft sex med flera personer. Hon har haft kul och livet leker. Elin använder p-piller och har alltid med sig kondomer för att minimera riskerna för könssjukdomar. Hon får dock höra att folk pratar bakom hennes rygg. De säger bland annat att hon ligger runt med en massa folk och bara vågar ha sex när hon är packad. Hon blir upprörd och förbannad över att folk snackar skit om henne. De ska väl inte bry sig om vad hon gör?

Förslag på diskussionspunkter

- Säkert sex
- Kondom/ P-piller
- Könssjukdomar
- Alkohol och sex
- Tro ni att det hade varit skillnad om Elin varit en kille gällande ryktesspridning?
- Hur ser man på en eventuell flickvän eller pojkvän om man vet att de har haft sex med många innan? Finns det något positivt eller negativt med att ha haft sex många personer?
- Vad räknas som att ha haft sex med "många"?

Berättelse #4

Jonas och hans pojkvän Adam har varit ihop i 2 månader och har ett bra sexliv. De har haft sex regelbundet och alltid använt kondom, men nu säger Jonas att han vill prova utan kondom för att "det känns mer äkta då". Adam tvekar, men vill samtidigt att det ska bli så bra som möjligt för Jonas. Adam vet inte vad han ska göra.

Förslag på diskussionspunkter

- Varför tror ni att Adam tvekar?
- Om en person ska sluta använda kondom som skyddar mot könssjukdomar, vad är då viktigt för personen att tänka på?
- Könssjukdomar
- Preventivmedel
- Säkert sex

Berättelse #5

Nasim har precis inlett en relation med en person som hon är väldigt kär i. Något Nasim har funderat en del på är att hon har fått höra att personen tidigare har haft många partners. Hon har börjat oroa sig för att personen kanske bär på någon könssjukdom.

Slutligen tar hon upp det och ber personen gå och testa sig. Personen blir sur och säger att den inte vill testa sig och att Nasim borde lita på personen. Nasim sitter tyst och vet inte vad hon ska göra.

Förslag på diskussionspunkter

- Vad kan det finnas för anledningar till att personen inte vill testa sig?
- Vad tror ni att Nasim gör?
- Könssjukdomar
- Ungdomsmottagning
- Hur går det till att testa sig för könssjukdomar?

Berättelse #6

För ett tag sen var Angela på en fest och gick hem med en kille. De var fulla och glada och de började mysa för att sen ha sex. De hade redan börjat ha samlag när hon kom på att hon inte åt p-piller och att han inte använde kondom. De slutade ha sex och han kom inte i henne, men Angela känner sig orolig både för graviditet och för sjukdomar. Kanske borde hon testa sig?

Förslag på diskussionspunkter

- Vad tror ni att Angela gör?
- Könssjukdomar
- Preventivmedel
- Är avbrutet samlag en säker preventivmetod? Varför inte?
- Ofrivillig graviditet
- Abort
- Ungdomsmottagningar.

Berättelse #7

Mulako tycker att det känns bra tillsammans med sin nya partner som hon träffade för ett tag sedan. Men en dag ringer en person hon hade sex med för några månader sedan, som hon sedan dess inte haft någon kontakt med. Personen säger att den tror att den har fått en könssjukdom och att Mulako borde gå och testa sig. Frågorna ekar i huvudet efter hon har lagt på luren. Tänk om hon är smittad och har fört sjukdomen vidare till sin nya partner? Fast samtidigt har hon inte känt av något så är det verkligen någon risk att hon blivit smittad?

Förslag på diskussionspunkter

- Vad tror ni att Mulako gör?
- Vad tror ni att Mulakos partner gör om Mulako berättar att hon kanske är smittad av en könssjukdom?
- Könssjukdomar
- Ungdomsmottagning
- Säkert sex
- Smittspårning och smittskyddslagen

Berättelse #8

Emma och Maria har precis blivit ihop och har börjat ha sex. De brukar ofta vara hemma hos varandra och brukar ligga och mysa hela kvällarna. En dag då Emma står i duschen märker hon att hon har konstiga utslag i underlivet. Hon får panik och ringer sin kompis Ida. Ida tror att Emma har blivit smittad av något och säger att hon borde gå till ungdomsmottagningen. Emma vill inte det, för då kanske Maria får veta att hon har en könssjukdom. Tänk om Maria lämnar henne?

Förslag på diskussionspunkter

- Tror ni att Emma har fått en könssjukdom? Vad skulle det annars kunna vara?
- Varför tror ni att Emma inte vill gå och testa sig?
- Ska Emma berätta det för Maria och när i så fall?
- Könssjukdomar
- Ungdomsmottagning

Berättelse #9

Annika har just fått sin första pojkvän och är störtkär. Han heter Oskar och är några år äldre än henne. Oskar har haft flera tjejer tidigare. De har nu varit ihop i två månader och har inte haft sex än. Annika vill verkligen att Oskar ska bli den förste hon har sex med. De har pratat mycket om det och båda känner sig nu redo. Men Oskar vill inte använda kondom. Han säger att det inte blir på riktigt då. Han tycker istället att hon ska använda p-piller eller att de ska köra med avbrutet samlag. Annika börjar känna sig lite osäker på hur hon ska göra.

Förslag på diskussionspunkter

- Vad tror ni att Annika gör?
- Vad tror ni händer om Annika säger till Oskar att han måste använda kondom?
- Vad är avbrutet samlag? Vilka risker finns det med avbrutet samlag?
- Graviditet
- Könssjukdom
- Är det viktigt att våga säga nej till saker som man känner sig osäker på?
- Varför är det ibland svårt att säga nej till något som man är osäker inför?

Berättelse #10

Fadela och hennes pojkvän Mikael har regelbundet sex och har haft det i ungefär 6 månader. Allting känns jättebra. Nu har Fadela börjat prata om att hon vill pröva på lite nya saker och vill att de ska analsex. Mikael tycker inte att det känns bra, men vågar inte riktigt säga det rakt ut, utan försöker istället att undvika frågan. Det går några veckor och Fadela fortsätter att fråga Mikael om det, men han vill fortfarande inte riktigt. Det här börjar bli ett problem mellan dem.

Förslag på diskussionspunkter?

- Vad tror ni kommer att hända mellan Fadela och Mikael?
- Vilket råd hade ni gett Fadela och Mikael?
- Vad är viktigt att tänka på när det gäller att ha analsex?

Berättelse #11

Det har gått ett tag sedan Demetrios fick reda på att han var smittad av klamydia. Han fick medicin och han har nu efter behandlingen blivit av med det. Tiden har gått och han har börjat tänka allt mindre på det hela. En kväll träffar han ett ex. Gamla känslor väcks till liv och det slutar med att de hamnar i säng och har sex. Ingen av dem har kondom, men de känner varandra väl. Dagen efter känner han sig orolig. Tänk om han blivit smittad på nytt?

Förslag på diskussionspunkter

- ☉ Vad tror ni var anledningen till att de inte använde kondom?
- ☉ Vad tror ni att Demetrios gör nu?
- ☉ Kondom
- ☉ Könssjukdomar

Berättelse #12

Sandra sitter och fikar med sin kompis Alicia. Som vanligt pratar de om allt möjligt, och det dröjer inte länge innan Alicia berättar att hon har haft sex med en kille i helgen. De träffades ute på ett disco och hon följde med honom hem. Alicia kände honom inte sedan innan, men tycker att det skulle vara kul att träffa honom några fler gånger. Det enda hon ångrar var att de inte använde kondom, utan bara hade avbrutet samlag. Alicia har nu bestämt sig för att gå och testa sig på ungdomsmottagningen, för att kolla att hon inte fått någon könssjukdom. Hon tycker det skulle vara kul om Sandra följer med som sällskap och också testar sig. Ungdomsmottagningen har till och med drop-in- öppetider, så de behöver inte ens beställa tid. Sandra tvekar ändå.

Förslag på diskussionspunkter

- ☉ Varför tror ni att Sandra tvekar?
- ☉ Vad är anledningarna till att ungdomar, framförallt killar, inte går till ungdomsmottagningar och testar sig?
- ☉ Vad är avbrutet samlag? Risker? Fördelar? Nackdelar?
- ☉ Könssjukdomar
- ☉ Graviditet

Berättelse #13

Ardevan har fått reda på att hans kompis Simon fått klamydia. Ardevan har en gång haft sex med Simon på fyllan, men de är nu bara kompisar. Ardevan blir orolig eftersom han hört att man kan ha klamydia utan att det syns. Klamydia kan till och med göra folk sterila. Tänk om Simon smittat honom? Samtidigt vill han inte riktigt gå till ungdomsmottagningen. Inga av hans polare går dit och det är bara ett ställe för tjejer. Han vet att bara gamla tanter jobbar där och tänk om de ska stoppa upp en massa saker i snoppen? Tankarna bara maler och han vet varken ut eller in.

Förslag på diskussionspunkter

- ☉ Vad tror ni att Ardevan gör?
- ☉ Är Ardevan representativ för killar när det gäller killars inställning till ungdomsmottagningar?
- ☉ Vad kan göras så att fler killar går till ungdomsmottagningar och testar sig?
- ☉ Hur går det till idag när killar testar sig för exempelvis klamydia?

Berättelse #14

Anna och hennes kompis Louise är ute på backpacking-resan i asien som de planerat sen de var 15. Livet är härligt, ölen är billig och solen skiner. En kväll är de på fest på stranden och Anna träffar en riktigt bra person som hon känner sig väldigt attraherad av, de börjar kyssas och allt känns väldigt rätt. Det enda problemet är att Anna har ett förhållande hemma med någon som hon älskar och hon har aldrig tidigare varit otrogen. Men hon kommer kanske aldrig träffa den här personen igen och hon vill inte ångra resten av sitt liv att hon inte tog chansen och kanske hade sex med den här personen. Anna funderar lite grann och gör sen sitt val.

Förslag på diskussionspunkter

- ☉ Vad tror ni att Anna gör för val?
- ☉ Är den här situationen vanlig som Anna hamnar i?
- ☉ Finns det något som man bör tänka på när man har tillfälliga sexuella relationer, inte minst utomlands?
- ☉ Otrohet?

bilaga 2 – Ordkort

Dagen efter piller

Förtvivlan

Fest

Gravid

Frustration

Hångel

Iska

Knulla

Kul

KK

Kompisar

Kåt

Klamydia

Kondom

Kärlek

Könssjukdom

Sex

Nyfikenhet

Lust

Samvete

Onani

Lättnad

Smeka

One-night stand

Orgasm

Osäkerhet

Hora/Slampa

Oro

Pinsamt

P-piller

Oskyddat Sex

Player

Preventivmedel

Otrotchet

Stånd

Mysigt

Risker

Svartsjuka

Status

Rädsla

Självförtroende

Skönt

Ånger

Alkohol

Nervositet

Tillit

Petting

Oral-sex

Tillfredställelse

Spännande

Ungdomsmottagning