

Det finns många sätt att kommunicera och visa när vi vill eller inte vill något. Det kan handla om ansiktsuttryck, kroppsspråk, tonfall och ord. Det är viktigt att reflektera över och sätta ord på egna och andras signaler för att kunna uttrycka den egna viljan och kunna tolka det andra vill bättre. Särskilt viktigt blir detta när det handlar om kroppslig integritet och sexualitet.

**Mål:** Att utifrån reflektion och diskussion förstå innebörden av sexuell ömsesidighet, gränssättning och ansvar.

### Vill

*Hur visar man  
att man vill ha  
sex med någon*

### Vill inte

*Hur visar man  
att man inte  
vill ha sex med  
någon*

### Instruktion:

Be eleverna i grupper under några minuter göra listor med svar på frågeställningarna i rutorna nedan. De ska tänka sig in i en situation som redan blivit sexuellt laddad, till exempel mellan två personer som redan har börjat kyssas och ta på varandra. Be dem tänka så öppet som möjligt och ta med alla de sätt vi människor har att kommunicera såsom syn, hörsel, känsel och kroppsspråk.

Eleverna berättar inför hela gruppen vad de kommit fram till.

Skriv båda listorna på tavlan. Diskutera hur vi människor kan visa att vi vill eller inte vill.

### Låt eleverna reflektera över:

- Hur ska man försäkra sig om att en sexuell handling bygger på respekt och ömsesidighet?
- I vilka sexuella situationer kan det vara extra viktigt att försäkra sig om vad andra personer vill och inte vill? (T.ex. när det är fler än två personer inblandade, om alkohol eller andra droger finns med i bilden eller när de som har sex inte känner varandra.)
- Avsluta övningen med att återvända till rutan om [okej sex](#) och [bra-känslan](#).

### Att tänka på:

I denna övning är det viktigt att du som pedagog påpekar att eleverna inte ska prata om sig själva eller någon annan utan föreställa sig en situation.

### Informera:

Det händer att personer är med om sexuella situationer som inte känns bra. Det kan hända att *bra-känslan* inte fanns med. Det kan också hända att det känns som om någon gått över den egna gränsen och inte varit uppmärksam på att personen sagt eller visat sitt nej. Det kan kännas svårt att veta vad som hände och om det var okej sex eller inte. I dessa fall finns flera verksamheter med erfarna vuxna att prata med och få stöd av. Några exempel är ungdomsmottagningen, skolkuratorn, BRIS, tjejjourer, killfrågor.se. Fler ideella verksamheter erbjuder hjälp till anonyma stödsökande. Ta gärna reda på vilka lokala verksamheter eller resurser som finns.

Titta gärna på filmen "Consent - It's simple as tea" i samband med övningen och för att lyfta samtycke i undervisningen om sex och relationer. Filmen är på engelska.

Seriestrippen **“What if We Treated Other Consent Situations Like Society Treats Sexual Consent?”** fungerar också bra för att lyfta frågor kring samtycke.



Inspiration till övningen är hämtad från *Ses offline?* - Ett metodmaterial om unga, sex & internet, Ungdomsstyrelsen.