# Hinsegin fræðsla og kynfræðsla í skólum Reykjavíkurborgar

Kolbrún Hrund Sigurgeirsdóttir

Svandís Anna Sigurðardóttir

Tótla I. Sæmundsdóttir

# Ramminn okkar

- Lög um kynrænt sjálfræði
- Lög um jafna stöðu og jafnan rétt kynjanna
- Aðalnámskrá
- Mannréttindastefna Reykjavíkur
- Þingsályktun um aðgerðir gegn ofbeldi og afleiðingum þess
- Þingsályktun um forvarnir meðal barna og ungmenna gegn kynferðislegu og kynbundnu ofbeldi
- Samningur Evrópuráðsins um forvarnir og baráttu gegn ofbeldi á konum og heimilisofbeldi

- Ungmennaráð Reykjavíkur: hafa óskað eftir aukinni kynfræðslu, aukinni hinsegin fræðslu, hinsegin fræðslu til foreldra

# Staða ungmenna

- Hinsegin ungmenni: fordómar, einelti, ofbeldi, útilokun
- Kynferðislegt ofbeldi og áreitni, kynbundin áreitni og ofbeldi

- Skólaforðun, vanlíðan, lélegt námsgengi, félagsleg einangrun, lágt sjálfsmat, sjálfsskaði

# Plakötin

HINSEGIN
HVAÐ ER
HVAÐ ER KYNHNEIGÐ?
HVAÐ ER KYNVITUND?
HVAÐ ERU KYNEINKENNI?
HVAÐ ER KYNTJÁNING?

KYNFERÐISLEG HEGÐUN
Nánd skapar traust og vellíðan!
FINNDU ÞÍNAR FANTASÍUR!
Kossar
HAFA JÁKVÆÐ ÁHRIF Á LÍKAMLEGA HEILSU
VARIRNAR ERU GRÍÐARLEGA næmar
OG KOSSAR GETA VERIÐ MJÖG ÖRVANDI...
PRUFAÐU allskonar KOSSA:
STUTTA, LANGA, LAUSA, FASTA DJÚPA, MEÐ TUNGU OG ÁN!
HÓP-PRÝSTINGUR
HVAÐ FINNST ÞÉR GOTT?
VILTU STOPPA?
SPURÐU SPURNINGA OG HLUSTAÐU...

KYNLÍF & MENNING
Þú ÁTT þinn líkama og mátt taka myndir af honum...
...en þú þarft þess alls ekki.
ÞÚ RÆÐUR!
ALLIR LÍKAMAR ERU EINSTAKIR OG FULLKOMNIR - HVER Á SINN HÁTT!
ÞAÐ ER KYNFERÐIS-OFBELDI AÐ:
VILTU HJÁLP?
112
1717

# Verkefnin og fræðslan

- Tilraunaverkefni um alhliða kynfræðslu
- Vika6
- Sértæk fræðsla ráðgjafateymis
- Regnbogavottun – hinsegin fræðsla o.fl. fyrir starfsfólk
- Hinsegin fræðsla Samtakanna 78 fyrir börn og ungmenni
- Almenn hinsegin fræðsla, kynja- og kynfræðsla

# Kennsluskrá Samtakanna 78

## Kennsluáætlanir í hinsegin fræðslu
## Haustönn 2023

**Kennsluáætlanir í hinsegin fræðslu Samtakanna '78 eru unnar í samræmi við hæfniviðmið í Aðalnámskrá grunnskóla, sjá t.d. hér:**
https://adalnamskra.is/adalnamskra-grunnskola/kafli-24

### 1.- 4. bekkur (yfirleitt mælt með 3. bekk)

| | |
|---|---|
| **Inntak kennslustundar:**<br>Fjölbreytileiki fjölskyldna, foreldra og barna. Mismunandi kyntjáning. | **Hæfniviðmið:**<br>Nemendur átti sig á að fjölskylduuppbygging er mismunandi og að kyntjáning geti verið fjölbreytt. |
| **Kennsluaðferðir:**<br>• Kveikja<br>• Samtal<br>• Litríkar myndir og fyrirmyndir<br>• Ímyndunarleikur t.d. geimveruleikurinn nemendur ímynda sér hvernig geimverur sem vita ekkert um samfélagið okkar upplifa það. | **Undirbúningur:**<br>Góður undirbúningur er að kennari ræði við nemendur áður en fræðari mætir að hvetja nemendur til virkrar þátttöku. |
| **Viðfangsefni og meginhugsun:**<br>Í tímanum er meginviðfangsefnið að mannflóran er fjölbreytt. Sumt fólk er með stutt hár og annað fólk með sítt. Sumt fólk vill vera í kjól og sumt fólk í buxum. Sumt fólk elskar grænan lit, sumt fólk elskar bleikan. Fræðari kemur á framfæri við nemendur að sama hver þú ert og hvernig þú klæðir þig eða hvernig fjölskyldan þín er, þá ert þú ekki minna virði en annað fólk og átt skilið virðingu og kærleika. | |

| **Tími**<br>**40 mín** | **Hvað gerir fræðari?** | **Hvað gera nemendur?** |
|---|---|---|
| 5 mín | Kynnir sig og hvetur nemendur til þátttöku | Koma inn, hlusta og svara. |
| 5-10 mín | Kynnir kveikju: Af hverju er mikilvægt að við getum öll verið þau sem við erum. | Nemendur svara og velta fyrir sér hvað það þýðir að fá að vera opin og frjáls.. |
| 5 mín | Sýnir myndir af alls konar fólki og fjölskyldum, segir frá og hvetur nemendur til að spyrja. | Fylgjast með og spyrja að vild. |
| 15 mín | Leiðir nemendur í gegn um geimveruleikinn (eða aðra skapandi kennsluaðferð) sem hvetur nemendur til að taka þátt í óheftu hugarflugi. | Nemendur svara spurningum sem fræðari spyr þau í leiknum, útskýra fyrir geimverunni t.d. hvað er að vera stelpa eða strákur? |
| 10 mín | Spjall og spurningar | Fá tækifæri til að spyrja að öllu því sem þeim dettur í hug |

### 5.- 7. bekkur (yfirleitt mælt með 6. bekk)

| | |
|---|---|
| **Inntak kennslustundar:**<br>Grunnhugtök í hinsegin fræðslu. | **Hæfniviðmið:**<br>Nemendur átti sig á mismunandi hópum innan hinsegin samfélagsins. |
| **Kennsluaðferðir:**<br>• Kveikja<br>• Fyrirlestur<br>• Samtal<br>• Litríkar myndir og fyrirmyndir<br>• Ítarlegur spurningatími | **Undirbúningur:**<br>Góður undirbúningur er að kennari ræði við nemendur áður en fræðari mætir að hvetja nemendur til virkrar þátttöku. |
| **Viðfangsefni og meginhugsun:**<br>Á miðstigi fer fram fyrsta kynning á grunnhugtökum hinsegin fræða, þ.e. á helstu hugtökum sem tengjast kynhneigð, kynvitund og kyneinkennum. Hvað er að vera samkynhneigður eða tvíkynhneigður? Hvað er að vera trans? Hvað er að vera intersex? Sumt fólk fæðist með öðruvísi líkama, sumt fólk upplifir kyn sitt á fjölbreyttan hátt og við löðumst á mismunandi hátt að öðru fólki.<br>Nemendur læra að það er eðlilegt að velta fyrir sér eigin upplifun, að skipta um skoðun og að enginn þurfi að festast í kössum eða skilgreiningum. Að við höfum öll leyfi og frelsi til að þroskast og þróast á mismunandi hátt. Það getur hins vegar verið gott að eiga orð til að útskýra hvernig fólki líður. | |

| **Tími**<br>**60 mín** | **Hvað gerir fræðari?** | **Hvað gera nemendur?** |
|---|---|---|
| 5 mín | Kynnir sig og hvetur nemendur til þátttöku | Koma inn, hlusta og svara. |
| 5-10 mín | Kynnir kveikju: Af hverju er mikilvægt að við getum öll verið þau sem við erum? | Nemendur svara og velta fyrir sér hvað það þýðir að fá að vera opin og frjáls. |
| 20 mín | Kynnir og skýrir grunnhugtök sem tengjast kynvitund, kyneinkennum, kyntjáningu og kynhneigð. | Fylgjast með og spyrja að vild. |
| 10 mín | Gefur nemendum verkfæri til þess að geta rætt opinskátt um hvernig þeim líður og hvernig þau geta stutt hvort annað. Ræðir um stuðning og viðbrögð, t.d. fjölskyldu eða bekkjarfélaga. | Nemendur velta fyrir sér hvernig stemningu þau vilja hafa í sínu nærumhverfi og hvernig þau geta haft áhrif á hana. |
| 20 mín | Fræðari svarar nafnlausum skriflegum spurningum. | Nemendur fá tækifæri til að spyrja um það sem þeim liggur á hjarta. |

### 7.- 10. bekkur (yfirleitt mælt með 9. bekk)

| | |
|---|---|
| **Inntak kennslustundar:**<br>Grunnhugtök í hinsegin fræðslu. | **Hæfniviðmið:**<br>Nemendur átti sig á mismunandi hópum innan hinsegin samfélagsins. |
| **Kennsluaðferðir:**<br>• Kveikja<br>• Fyrirlestur<br>• Samtal<br>• Litríkar myndir og fyrirmyndir<br>• Ítarlegur spurningatími | **Undirbúningur:**<br>Góður undirbúningur er að kennari ræði við nemendur áður en fræðari mætir að hvetja nemendur til virkrar þátttöku. |
| **Viðfangsefni og meginhugsun:**<br>Á unglingastigi fer fram nokkuð svipuð fræðsla og á miðstigi. Farið er dýpra í grunnhugtök, fjallað um fordóma, að koma út og virðingu við annað fólk. Við útskýrum að það er skiljanlegt að skilja ekki hvernig öðrum líður ef þú hefur ekki upplifað það á eigin skinni. Það sem við getum hins vegar alltaf gert er að bera virðingu fyrir hvert öðru.<br>Stór hluti af fræðslunni á unglingastigi er spurningatími þar sem nemendur stýra sjálf því hvað þau vilja helst læra um. Þau geta spurt út í það sem þau eru að velta fyrir sér eftir fræðsluna eða það sem þau eru forvitin um. Fræðari leiðir spurningatímann og gætir þess að umræðan sé innan skynsamlegra marka sem rúmast innan málaflokksins og er í samræmi við markmið fræðslunnar. | |

| **Tími**<br>**80 mín** | **Hvað gerir fræðari?** | **Hvað gera nemendur?** |
|---|---|---|
| 5 mín | Kynnir sig og hvetur nemendur til þátttöku | Koma inn, hlusta og svara. |
| 5-10 mín | Kynnir kveikju: Af hverju er mikilvægt að við getum öll verið þau sem við erum. | Nemendur svara og velta fyrir sér hvað það þýðir að fá að vera opin og frjáls. |
| 20 mín | Fer yfir grunninn þegar að það kemur | Fylgjast með og spyrja að vild. |

# Kynfræðsla

Alhliða kynfræðsla

Í kynfræðsluverkefninu vinnum við út frá hugmyndum um alhliða kynfræðslu. Alhliða kynfræðsla:

*"veitir börnum og ungu fólki smám saman upplýsingar, færni og jákvæð lífsgildi til að skilja og njóta sín sem kynverur, eiga öruggt og gefandi kynferðislegt samband og taka ábyrgð á eigin kynheilbrigði og vellíðan jafnt sem annarra"* .

Með því að bjóða upp á alhliða kynfræðslu förum við í alla neðangreinda efnisþætti. Undir hverjum og einum eru hugmyndir (ekki tæmandi listi) yfir það sem gott er að taka fyrir. Aðlaga þarf hvern efnisþátt að aldri nemenda hverju sinni.

- **Að skilja kyn, kynímyndir og kynhlutverk**
  - Hinseginleikinn (kynvitund, kynhneigð, kyngervi, trans, intersex)
  - Gagnkynhneigðarhyggja
  - Kvenleiki, karlmennska, kynsegin
  - Femínismi og jafnrétti
    - staðalímyndir, valdaójafnvægi, væntingar til kynhlutverka
  - Fordómar og mismunun

- **Gildi, réttindi, menning og kynferði**
  - Barnasáttmálinn, réttindi og lýðræði
  - Samfélagsmiðlar
  - Kynferðislegar myndasendingar (Sexting)
  - Dægurmenning (auglýsingar, fjölmiðlar o.fl.)

- **Heilsa og velferð**
  - Sjálfsmynd, sjálfsvirðing, sjálfstraust
  - Líkamsímynd, líkamsvirðing og útlitsdýrkun
  - Fjölmiðlalæsi og gagnrýnin hugsun
  - Hugrekki, að standa með sjálfu sér
  - Norm og jafningjaþrýstingur
  - Ákvarðanataka
  - Að þekkja þau úrræði sem í boði eru

- **Kynferði og kynferðisleg hegðun**
  - Frammistöðukvíði
  - Hópþrýstingur
  - Að þekkja sín eigin mörk og hlusta eftir og bera virðingu fyrir mörkum annarra
  - Fyrsta kynlífsreynslan með annarri manneskju
  - Að taka fyrsta skrefið
  - Að þora að segja já og að þora að segja nei
  - Virðing

- **Kynlíf, kynheilbrigði og æxlun**
  - Sjálfsfróun
  - Kynlíf (meira en bara samfarir)
  - Kynmök
  - Forleikur, snertingar og gælur
  - Kynferðisleg ánægja
  - Fantasíur
  - Blæðingar og tíðavörur
  - Þungun, þungunarrof
  - Meðganga og fæðing
  - Getnaðar- og kynsjúkdómavarnir
  - Kynsjúkdómar
  - Mörk og samþykki

- **Mannslíkaminn og þroski**
  - Kynþroskinn
  - Hormónar
  - Fjölbreyttir líkamar, mismunandi útlit t.d. kynfæra
  - Fatlað fólk og kynlíf (líkamleg geta segir ekki til um áhuga eða getu til að njóta kynlífs)

- **Samskipti og sambönd**
  - Vinátta
  - Fjölskylda
  - Heilbrigt og óheilbrigt samband
  - Hrifning, ást og ástarsorg
  - Höfnun
  - Hópþrýstingur
  - Góð og slæm samskipti
  - Afbrýðisemi

- **Öryggi og ofbeldi**
  - Samþykki og mörk
  - Aðgengi að réttum upplýsingum / örugg samskipti / úrræði
  - Kynbundið ofbeldi
  - Kynferðisleg áreitni og ofbeldi
  - Kynferðisleg friðhelgi
  - Þrýstingur
  - Klám og klámvæðing
  - Vændi og mansal
  - Völd og valdaójafnvægi (t.d. aldursmunur, kynjaójafnvægi)

# Áhyggjur og framtíðin

- Íþyngjandi fyrir kerfið í heild
- Bugun starfsfólks, aukið álag
- Árásir foreldra og aðstandenda á skólakerfið
- Börn að taka þátt í bakslaginu
- Skólar veigra sér við að fá fræðsluna
- Auknir fordómar, almennt en einnig meðal starfsfólks
- Áframhaldandi og aukin upplýsingaóreiða
- Opinber umræða litast af þessu (stjórnmálin)