

EN DANSFÖRESTÄLLNING OM INTIMITET

XOXO

RIKSTEATERN



AV SEBASTIAN MATTHIAS

LÄRARHANDLEDNING

Om lärarhandledningen

Denna lärarhandledning från Riksteatern är ett stöd för dig som ska samtala med elever om XOXO. Här får du ta del av ett antal förslag till diskussioner, övningar och fördjupat arbete i klassrummet. Handledningen är inte tänkt att genomföras i sin helhet, du väljer helt och hållet själv vilken eller vilka delar som du tycker är relevanta för dig och dina elever.

Lärarhandledningen är ett komplement till Riksteaterns skrift *Att öppna nya världar* som mer detaljerat beskriver Riksteaterns grundläggande synsätt kring hur lärare kan arbeta med sina elever i samband med en scenkonstupplevelse. *Att öppna nya världar* finns på Riksteaterns hemsida (se länk längre fram i handledningen).

Denna lärarhandledning är framtagen i samarbete med RFSU. I länklistan på sid 33 hittar du ännu fler verktyg och inspiration till din undervisning.

Vänliga hälsningar

Riksteatern Barn & Unga

XOXO*

Föreställningen i korthet

Den tyske koreografen Sebastian Matthias har tillsammans med andra konstnärer ägnat sig åt frågor om sexualitet och intimitet vilket resulterat i detta scenkonstverk för en ung publik med sex, relationer och intimitet som tema. XOXO tar med publiken på en expedition på knappt 50 minuter där objekt som ordnats likt ett smörgåsbord öppnar upp för fysiska associationer.

Kan hon känna hur mitt hjärta slår?

Känner han min andedräkt?

Hur luktar jag?

Får jag lägga mitt huvud på din axel?

Är det okej om jag fortsätter nu?

Repetitionsbild

* XOXO är ett engelskt uttryck som är likvärdigt med svenskans "Puss och kram", där X:et kan ses som två stiliserade munnar som pussas och O:et symboliserar armarna på två personer som kramas.

Förord av koreografen

Att öppna upp för alternativa perspektiv på sexualitet

Via Internet konfronteras tonåringar mycket tidigt med stora mängder bilder och filmer med nakna kroppar och sexuellt explicit innehåll. Den sensoriska upplevelsen av fysisk beröring och emotionell intimitet kan dock inte ske digitalt. Jag tror att det är avgörande att tonåringar får möjlighet att introduceras till en respektfull och varierad idé om vad fysisk intimitet kan vara innan de gör sina första erfarenheter och lär känna sin kropp utan rädsla, skam eller orealistiska förväntningar.

Med pjäsen *XOXO* vill jag presentera en motvikt till den ofta råa internetkulturen och ge tonåringar ett alternativt perspektiv på de underverk som våra kroppar kan erbjuda.

Självklart ska tonåringar och unga vuxna göra sina egna erfarenheter för att ta reda på vad man själv tycker om, men för mig är det viktigt att förmedla en annan utgångspunkt som motsätter sig idéer som finns i populärkulturen eller porrindustrin.

Vilket möjligt perspektiv kan scenkonsten erbjuda för en sund relation till den egna sexualiteten? För mig är dans ett bra medium för att zooma in på kroppens känslor inom intimitet. Konst kan ta sig an detta ämne för yngre publik genom att växla mellan abstraktion och konkreta bilder av fysiska intima interaktioner som njutning, spänning, omsorg, osäkerhet, rädsla eller samtycke.

XOXO visar på upplevelser som famlande, ögonblicket före en kyss eller morgonandedräkt. Genom att använda abstraktion och poesi skapar vi ett säkert utrymme som kan tolkas olika beroende på betraktarens avsikt och erfarenhet. I *XOXO* dukas dans, bildobjekt och text upp på scenen som ett lyxigt bankettbord med olika slags fysiska läckerheter och motsättningar som våra kroppar kan erbjuda. I föreställningen

presenterar vi ett säkert sammanhang för tankar och diskussioner kring intimitet och sexualitet med humoristiska föremål och situationer som man tryggt kan referera till. De är avsedda att skapa medvetenhet och starta en fortsatt diskussion, bland elever och överallt annars.

Sebastian Matthias, Koreograf



Repetitionsbild

Det handlar om känsla

XOXO handlar om intimitet. Man skulle kunna säga att det är en katalog över minnen, känslor, rörelser, poesi, bilder och föremål. Det är en lekplats där vi strävar efter att vara tillsammans genom både rörelser och berättelser. Föreställningen har redan hunnit ha ett långt liv och den förändrar ständigt våra perspektiv.

XOXO sattes först upp i Kampnagel, Hamburg, och besökte därefter olika orter i Tyskland. Den har ändrat form med tiden, inte minst på grund av covid-19 och pandemin, i och med att vi var tvungna att fundera över olika sätt att möta varandra och bjuda in andra i detta gemensamma arbete om beröring och intimitet.

Den samling berättelser som XOXO innehåller är inte spektakulära. Det här är inga episka eller chockerande skildringar och här finns inte hjältar. Istället lyfter vi fram det vardagliga och vanliga. Det handlar om att besöka en glassbutik, ta en tangolektion eller besöka skogen bakom ditt hus. Och som sådana kan dessa berättelser handla om vem som helst och utspela sig var som helst.

Det finns något intressant i att tänka på intimitet och sexualitet som gemensamma upplevelser snarare än något specifikt och enskilt. XOXO vill visa på något som borde uttryckas oftare från teaterscener och andra platser. Frågan som öppnar sig handlar inte om de erfarenheter som förmedlas, utan om hur publiken förhåller sig till dem. Eller kanske i ännu högre grad, hur vi förhåller oss till varandra.



Mila Pavićević
Dramatiker



Rekvisita från föreställningen

Så här förbereder du dig och eleverna inför föreställningen

Låt eleverna se föreställningen utan att i förväg ha fått uppgifter eller läxor kopplade till föreställningen. Då hamnar själva upplevelsen av föreställningen i fokus, vilket blir mer lustfyllt och berikande för eleverna.

Förbered däremot gärna eleverna på de praktiska förutsättningarna inför besöket, exempelvis bussresa, tider, plats och annan väsentlig information.

Du kan med fördel läsa exempelvis handlingen i korthet i inledningen av denna handledning för att se om det kan finnas något där som du tror att eleverna kan behöva veta i förväg för att kunna ta till sig upplevelsen på bästa sätt.

Under föreställningen

Låt eleverna uppleva och engagera sig i scenkonsten utifrån sitt perspektiv och sina förutsättningar. Ibland kan vuxna tycka att den som skrattar högt, kommenterar något, vrider sig oroligt eller på annat sätt reagerar på det som sker låter för mycket eller är störande, medan det för barn och ungdomar kan vara ett sätt att engagera sig i upplevelsen. Du kan vara trygg i att de personer som Riksteatern turnerar med är vana vid att hantera detta. Samtidigt känner du dina elever bäst och spelar därmed en viktig roll när det gäller att läsa av situationer under föreställningen om det skulle behövas. Om du känner dig osäker kan du alltid fråga produktionens turnéledare som också kommer att finnas på plats. Du kan också läsa mer i vår skrift *Att öppna nya världar* eller på riksteatern.se/foreochefter

Efter föreställningen

Var generös med tiden efter föreställningen. Låt upplevelsen sjunka in utan stress. Även här är det viktigt att tänka på att alla är olika. Några kommer att vilja berätta direkt vad de tänkte och tyckte medan andra vill fundera för sig själva. Pressa inte eleverna att redogöra för åsikter eller om de ”förstått” direkt efter föreställningen. Använd istället stunden efter föreställningen till att lyssna in vilka som verkar vara de spontana reaktionerna. Allt sådant kan det finnas anledning att fånga upp i ett mer strukturerat samtal med hela klassen.

Eftersamtal

Ett samtal kring en föreställning ger plats för fördjupad reflektion kring både det konstnärliga uttrycket och föreställningens tematiska innehåll. Att ge eleverna en möjlighet att gemensamt samtala om sin scenkonstupplevelse skapar dessutom förutsättningar för dig som lärare att både hitta pedagogiska infallsvinklar och fånga upp känslöstämningar och frågor kopplade till föreställningen. Detta går att göra på en mängd olika sätt. Här nedan följer en kort beskrivning av *En väv av tecken* som är den metod för konstnärliga samtal som vi på Riksteatern Barn & unga använder oss av och lär ut på våra fortbildningsdagar.

Oavsett om du väljer att följa denna modell eller någon annan metod är det alltid viktigt att komma ihåg att som lärare vara lyhörd och lyssna in vad eleverna är nyfikna på och har behov att prata om. Det kan till exempel innebära att ni först fokuserar på en del av föreställningen och följer den hela vägen upp i pyramiden för att sedan gå tillbaka ner och plocka upp en annan bit. Ett nyfiket och tillåtande klimat gör samtalet lättare och roligare för alla. Dessutom kommer du troligen att få med dig mängder av inspiration till hur ni kan arbeta vidare pedagogiskt med föreställningens tematik.



Konstnärligt samtal – En väv av tecken

1. Beskriv

Det första steget, grunden till analyspyramiden, är att tillsammans försöka beskriva de olika delarna av föreställningen. Detta görs med fördel i form av en minnesrunda där varje elev får nämna en eller flera detaljer från föreställningen. Ni kan också fokusera på en del i taget och exempelvis börja med platsen för att sedan gå vidare med att beskriva karaktärerna. Hjälps åt att försöka göra den här beskrivningen på ett objektivt sätt, fritt från värdering och tolkning. Ju mer utförliga beskrivningar ni gör desto mer kommer ni sedan att ha att utgå från när ni kliver upp till tolkningssteget.

2. Tolka

Vad kan alla dessa saker vi nu beskrivit vara tecken på? Finns det detaljer som ger oss ledtrådar om vilken tid föreställningen utspelar sig i eller om karaktärernas relationer och drivkrafter? I detta steg finns också möjlighet att diskutera vad vi tror att upphovsmakarna velat säga med föreställningen, och varför skolan vill att eleverna ska se just denna berättelse. Utgå från att alla konstnärliga val som gjorts är medvetna och genomtänkta. Alla olika tolkningar är välkomna och målet är inte att komma överens om en gemensam ”rätt” tolkning utan att lyfta olika möjligheter och perspektiv.

3. Reflektera

I det sista steget släpper vi in reflektionen, med vilket vi menar det egna tyckandet och de egna känslorna kring upplevelsen. Vilka associationer får jag av den här upplevelsen? Vilka minnen väcker det till liv? Vad tycker jag om detta? Detta kan antingen fortsatt ske i grupp, men kan också ske individuellt. Det viktiga är att eleverna ges en möjlighet att formulera sina tankar om föreställningen, med stöd i det gemensamma samtalet. Målet är att eleven ska få en förståelse och en medvetenhet kring sitt eget perspektiv i förhållande till sin omgivning.

- Vänta med värderingar.
- Alla val är medvetna val.
- Utgå från dig själv.



Övningar i normkunskap

Följande övningar är hämtade ur boken *Scenus – en introduktion till normkritisk gestaltning* (Lotta Björkman och Frida Sandegård, ATRs förlag, 2011). Innehållet är till viss del bearbetat för sammanhanget och syftar till att synliggöra olika normer och få eleverna att reflektera kring hur dessa påverkar oss alla, medvetet eller omedvetet.

Övning: Synliggöra normen

OM METODEN

Att belysa vad som är norm i olika sammanhang.

SÅ HÄR GÖR DU

Dela in klassen i par om två eller i smågrupper. Kom därefter på så många epitet ni kan. Hur många epitet kan du hitta? Exempel på ett epitet kan vara: förskolelärare – manlig förskolelärare. Popmusik – arabisk popmusik. Skönlitteratur – utomeuropeisk skönlitteratur. Diskutera därefter vilken norm som varje epitet belyser. Det som inte uttalas, inte skrivs ut, avslöjar ofta vad som är norm. När ett epitet används synliggörs vad som tas för givet och alltså är normerande. Övningen kan med fördel göras inom ett avgränsat område som är välbekant för eleverna, exempelvis skolans värld eller populärkultur.

Övning: Ramarna

OM METODEN

Att undersöka om och hur egenskaper, fritidssysslor, aktiviteter och yrken som är kodade som feminina eller maskulina kopplas till olika mycket makt i samhället.

SÅ HÄR GÖR DU

Rita två ramar på tavlan eller tejpa upp två ramar med tejp på golvet. Be eleverna säga verb, adjektiv, substantiv, aktiviteter, sexualitet med mera som är feminint eller maskulint kodade. Skriv in de feminint kodade orden i den ena ramen och de maskulint kodade orden i den andra ramen. När båda ramarna är fyllda, fråga om det finns några ”motsatsord” som saknas. Till exempel om det står lila och högklackat i den ena ramen, vilken färg och vilka skor kan då platsa i den andra ramen? Poängtera för klassen att detta handlar om våra föreställningar om maskulinitet och femininitet, inte om hur det är. Diskutera vilken av ramarna som har makt i samhället.

UTVECKLING

Prova också att flytta några ord från den ena ramen till den andra. Vad händer med vår uppfattning om en kvinna som besitter maskulint kodade egenskaper och vice versa? Vilka utmaningar och förutfattade meningar kan en person som på detta sätt bryter mot normen stöta på?

Övning: Skällsordsassociation

OM METODEN

Att synliggöra hur skällsord är kopplade till normer och hur skällsord fungerar kränkande, diskriminerande och begränsande.

SÅ HÄR GÖR DU

Låt eleverna bolla idéer kring olika skällsord och skriv upp alla förslag på ett stort papper eller en tavla/whiteboard. Gå därefter igenom orden och försök tillsammans svara på frågan ”Hur ska en person vara för att inte utsättas för dessa skällsord?”. Skriv upp de beskrivningar som eleverna ger på andra halvan av tavlan/pappret. De ord som skrivs på den andra halvan beskriven normen, hur man ska vara för att inte råka ut för kränkningar. Ett exempel kan vara skällsordet glasögonorm. Detta är ett funkofobiskt ord där normen är att inte ha ett synfel som kräver

glasögon, eller att använda kontaktlinser så att ditt synfel inte märks på utsidan. Du som lärare kan säga att ”nu har ni beskrivit normen” och att ”det här är mallar som ni alla verkar känna till mycket väl och det är när dessa överskrids som skällsorden uttalas”. Många gånger brukar gruppen komma på att det är svårt, nästan omöjligt, att leva upp till alla normer samtidigt.

ATT TÄNKA PÅ

Ta alla skällsord på allvar som eleverna kommer på. I olika sammanhang råder olika normer och alltså förekommer olika skällsord i olika stor utsträckning. Fokusera på hur skällsord används för att markera när något/någon ska återinrätta sig innanför gränsen när normer eller mallar överträds, exempelvis en kille med ett feminint kodat fritidsintresse eller en tjej som uttrycker sig på ett normativt ”grabbigt” sätt. Lyft hur normens makt på detta sätt fungerar genom att människor begränsas och kränks. Vad är det för norm som skällsorden just er klass skrivit upp pekar på?

Rekvisita från föreställningen



Gör det inte svårare än vad det är

Hur träffar man någon att ha en relation med? Hur vet man om någon är kär i en? Hur hånglar man? Hur känns det att ha sex? Är jag normal?

Detta är några av de vanligaste frågorna vi på RFSU får när vi möter unga. Så var det på nittiotalet och så är det fortfarande. Unga är nyfikna, de vill ha relationer (av olika slag) och de längtar efter att lära sig mer om sig själva och andra.

All samlad erfarenhet och internationell forskning har i decennier slagit fast att sexualundervisningen i skolan behöver ha en främjande ingång för att fylla elevernas behov och för att stötta deras utveckling.

Ett främjande perspektiv på undervisning i sexualitet, relationer och samtycke innebär att undervisningen syftar till att skapa förutsättningar för sexuell hälsa och sexuellt välbefinnande (och där ingår även relationer) och att stödja barn och unga i deras utveckling. Det handlar om att stärka det som skapar hälsa och välbefinnande och att undervisningen sker kontinuerligt, inte enbart som en respons på en specifik händelse vid ett tillfälle. Det förebyggande perspektivet, att upptäcka och förhindra problem eller avvärja risker och ohälsa, är naturligtvis en del av skolans uppdrag men fungerar mindre bra som ledstjärna för skolans sexualundervisning.

Ändå hamnar många av oss i oro och riskfokus när vi väl står inför att hålla i sexualundervisningen. Varför är det så?

För sexualitet är inte ett problem som behöver lösas utan, för de allra flesta, positiva aspekter av livet och möjlighet till njutning, glädje och lust. Den kan ibland medföra risker och negativa aspekter, och dessa behöver vi rusta våra unga för. Det gör vi med kunskap, samtal och det som vi ofta kallar för färdighetsträning.

Kunskapsförmedling är naturligtvis kärnan i all undervisning. När man ska prata om ömsesidighet och samtycke, behöver unga till exempel lära sig om den nya sexualbrottslagstiftningen och om vilka normer kring samtycke som råder idag. Men samtalet är minst

lika viktigt. I samtalet ges möjlighet att reflektera och att testa olika perspektiv och ståndpunkter. I samtalet kan vi exempelvis utforska hur normer kring kön kan påverka vår möjlighet att säga ja eller nej i sexuella relationer. Färdighetsträning på samma tema kan handla om att öva sig i att läsa av andras signaler i en sexuell situation, att förstå vad man själv vill och tycker om, och att träna på att hantera att bli avvisad. Det handlar om att ställa frågor till eleverna och anpassa undervisning så att den är nära den verklighet unga beskriver. Att visa tillit till ungas förmåga att fatta beslut om sin egen kropp och sexualitet. Att bjuda in unga att berätta om sina problem och ställa sina frågor, och att stå kvar trygg och lugn när de kommer. Det handlar om att låta komplexa frågor förbli komplexa, för sådant är livet och sexualiteten.

Det är en ofta upprepad föreställning att undervisning i sexualitet, relationer och samtycke skulle vara svårt, svårare än annan undervisning. Det svåraste är ofta att minnas att vi inte vet något om vilka erfarenheter, läggningar, intressen och funderingar som eleverna har och att skapa en undervisning som kan tala till många utan att peka ut en enskild.

Så varför är det så svårt att inte låta oron styra oss? Kanske för att vuxnas ansvar för barn och unga i alla tider har kommit med en oro för att unga ska råka illa ut och för att vi som vuxna inte ska räcka till. Kanske för att samhällsdebatten lätt tar till förenklade verklighetsbeskrivningar och spelar på våra känslor. Varje generation vuxna tycks föreställa sig att dagens ungdom har mer sex än de själva hade som unga, och att detta är förenat med nya och farligare risker. Detta trots att studier visar att debutåldern för sex med en partner legat stabilt runt ungefär 16,5 år sedan åtminstone sjuttiotalet och trenden just nu snarare pekar på att unga möjligtvis har mindre sex än tidigare generationer.

Då kan det vara till hjälp att minnas att unga är en grupp med en stor bredd i erfarenheter, tankar, upplevelser, identiteter och behov. Sexualundervisningen är en möjlighet för oss vuxna att förmedla kunskap som gör skillnad både för individen och för samhället. För att göra det behöver vi se unga som de motsägelsefulla, nyfikna, kompetenta och kunskapsförstående individer de är.

Kalle Röcklinger, Sakkunnig sexualupplysning, RFSU

Pedagogiska metoder i sexualundervisningen

Dessa metoder är hämtade ur RFSU:s metodbank. I vissa fall har innehållet anpassats något för att lättare kunna kopplas till föreställningen. I länklistan längre fram i lärarhandledningen hittar du länk till metodbanken på RFSU:s hemsida. Där finns fler metoder och även fördjupat material som exempelvis kortare filmer både riktade till dig som lärare och för dig att använda som en del i din undervisning.

Det är viktigt att känna in stämningen i klassen och inte förutsätta att alla elever har erfarenheter av sex eller kärleksrelationer. De diskussioner som du som lärare leder ska vara viktiga och givande för såväl dem som har sexuella erfarenheter eller är sexuellt aktiva som dem som ännu inte har så stor, eller ingen, erfarenhet. Genom att i diskussionerna ta avstamp i den föreställning som eleverna just har sett kan du se till att ingen av eleverna ska känna sig tvingad att dela med sig av egna erfarenheter i övningarna utan att ni istället konsekvent utgår från föreställningen och hypotetiska resonemang.

Bikupor om relationer

OM METODEN

Bikupor är en metod för gruppdiskussion som underlättar för att alla i en större grupp ska komma till tals. Här har du som lärare en möjlighet att välja metod för gruppindelning som främjar ett tryggt och inkluderande samtal. I bikuporna i denna övning är temat sex, kärlek och relationer.

SÅ HÄR GÖR DU

Be eleverna att bilda en grupp med dem de sitter närmast och ge varje grupp en fråga att diskutera. Grupper på två till sex personer brukar vara lagom.

Låt gruppen berätta för klassen vad de pratat om.

Diskutera slutligen tillsammans i helklass.



Repetitionsbild

DISKUSSIONSFRÅGOR

- Kan man bestämma vem man blir kär i? Kan man till exempel välja att bara bli kär i killar, bara i jämnåriga eller bara i personer med samma religion? Kan någon annan bestämma? Försöker andra bestämma?
- Hur vet man att man är kär i någon? Hur känns det när man är intresserad av någon? Attraherad av någon? Kär i någon? Kåt på någon? Är det samma känsla eller olika?
- Kan man vara kär i flera personer samtidigt? Kan man vara ihop med flera samtidigt? Vad kan folk säga? Vad kan man ha för ”regler” i en kärleksrelation och hur bestämmer man det?
- Vad finns det för olika typer av kärlek? Vad finns det för olika sätt att uttrycka och uppleva närhet och intimitet på? Finns det vissa typer av relationer och intimitet som räknas mer än andra?
- Behöver man någon att vara kär i?
- Är det lätt eller svårt att prata om sex med den man är ihop med? Vad blir bättre om man kommunicerar om sex? Kan man förstöra eller försämra något om man pratar om sex? Kan man prata på något sätt så att det blir mindre pinsamt? Hur kan man ta upp med sin partner att man vill prata om sex?
- Är det viktigt att vara ihop om man har sex? Är det viktigt att ha sex om man är ihop? Är det viktigt att vara kär när man har sex? Kan man vara kär utan att vilja ha sex?
- Vad är otrohet? Var går gränsen för att vara otrogen? Har alla samma bild av vad otrohet är och var gränsen går? Hur ska du och din partner veta var den andras gräns för otrohet går? Kan man vara otrogen mot en person man inte är ihop med?

HBTO och skillnaden mellan sexualitet och könsidentitet

OM METODEN

Detta är en metod för att förklara de olika bokstäverna i HBTO, samt att tydliggöra skillnaden mellan sexualitet och könsidentitet. Mer utförlig information om metoden finns på RFSU:s metodbank. Länk till metodbanken finns i länklistan längre fram i lärarhandledningen.

SÅ HÄR GÖR DU

Skriv upp bokstäverna HBTO på tavlan. Fråga klassen om de hört förkortningen och om de vet vad den betyder. Om du behöver en ordlista kan du titta på RFSU:s begreppsordlista. Länk till begreppsordlistan hittar du i länklistan längre fram i lärarhandledningen.

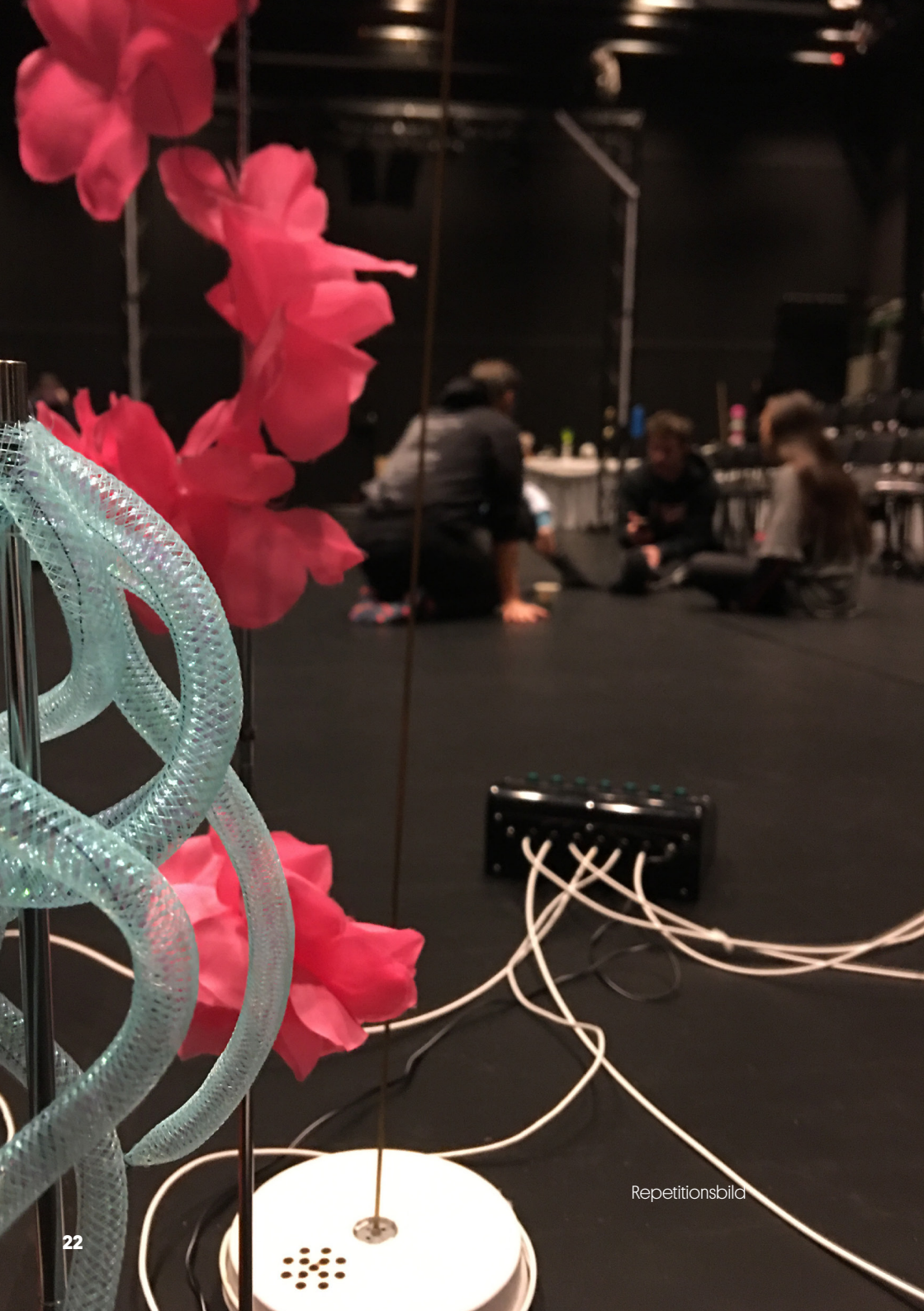
Dra nu ett streck mellan B och T, så att det ser ut så här: HB / TO.

Lägg till ett ytterligare H i början. Fråga eleverna vad de tror att det första H:et står för. Det finns ett syfte med att poängtera att även heterosexualitet är en sexuell läggning.

Nu ser det ut så här: HHB / TO.

Förklara skillnaden mellan det vänstra ledet och det högra, att begreppet till vänster avser sexuell läggning (vem man blir kär i eller tänder på), och att det högra handlar om könsidentitet (vem man är: man, kvinna eller något annat, till exempel icke-binär).

Skriv upp begreppen cis och trans på tavlan. Dessa begrepp handlar om könsidentitet. Både cis och trans är latinska prefix och betyder ”på samma sida som”, respektive på ”andra sidan om”. En cisperson är en person där könsidentiteten sammanfaller med det kön man fick sig tilldelat vid födseln, medan en transperson är en person där de inte sammanfaller.



Repetitionsbild

Handdansen – att kommunicera utan ord

OM METODEN

Detta är en metod för att träna att kommunicera utan ord. Genom handdansen får eleverna öva på att känna in andras signaler och samspela kroppsligt med andra.

SÅ HÄR GÖR DU

Låt deltagarna stå två och två mitt emot varandra medan de håller upp händerna framför sig.

Nu ska de ”dansa” med händerna. Händerna ska hela tiden vara nära den andres händer, handflata mot handflata, men utan att nudda. Om en person flyttar handen åt höger ska den andra flytta med om den vill – men om den inte vill ska den stanna kvar och då måste den andra flytta tillbaka sin hand. Båda styr alltså samtidigt.

Låt dem fortsätta ett tag, och be dem sedan att byta par, så att varje person får prova att ”handdansa” med ett par olika personer.

DISKUTERA EFTERÅT:

- Var det lätt eller svårt?
- Även om detta inte har med sex eller hångel att göra, kan leken vara likt det på något sätt?

Prata om hur viktigt det är att hela tiden ta små steg och känna in den andre i en sexuell situation.

Ja- och nej-signaler

OM METODEN

Detta är en metod att prata om kroppslig och muntlig kommunikation för att förebygga sexuella övertramp och övergrepp. Genom att prata

om vilka signaler som betyder ”ja, fortsatt så” och ”nej, det här känns inte bra” blir det tydligare för eleverna vad som betyder vad. Det gör att de kan både visa vad som känns bra och vara lyhörda inför andra. Mer utförlig information om metoden finns i RFSU:s metodbank. Länk till metodbanken finns i länklistan längre fram i lärarhandledningen.

SÅ HÄR GÖR DU

Rita en könsneutral helkroppsfigur på tavlan och fråga:

- När man hånglar eller har sex med någon, hur kan man visa att man tycker om det den andre gör?
- Hur kan man förstå om den andre tycker om det man själv gör?

Skriv upp de förslag på ja-signaler som kommer upp – sådant som gör att någon verkar njuta och vilja fortsätta – och dra streck till olika delar av kroppen.

Rita ytterligare en helkroppsfigur på tavlan och fråga:

- När man hånglar eller har sex med någon, hur kan man visa att man inte tycker om det som den andra gör?
- Hur kan man förstå om den andra inte tycker om det man själv gör?

Se till att nedanstående punkter alltid kommer med bland nej-signalerna.

- Om den andre ser ut att ha ont eller vara rädd.
- Om den andre har somnat, är mycket full eller påverkad.
- Om den andre inte ger några ja-signaler alls.

När ni listat ja- och nej-signaler är det bra att prata om hur man kan göra om man är osäker på vad någon vill. Säg att man alltid ska stanna upp om man blir osäker. Kanske vill personen inte alls, eller så vill den göra något annat, eller kanske bara på ett lite annat sätt. Det är svårt att gissa sig till vad någon annan vill, så fråga alltid.

Färdighetsträning i sexuell kommunikation

OM METODEN

Detta är en metod för att prata med eleverna om kroppslig och muntlig kommunikation under sex, varför det är viktigt och hur de kan gå tillväga. Mer utförlig information om metoden finns på RFSU:s metodbank. Länk till metodbanken finns i länklistan längre fram i lärarhandledningen.

SÅ HÄR GÖR DU

Ställ följande fråga till klassen:

- Varför är det viktigt att kommunicera med den man har sex med?

Prata om risken för sexuella övertramp, men håll fokus på det positiva och att allt sex blir bättre om man både lyssnar till den andre och är tydlig med vad man själv vill.

Låt eleverna skriva ner anonyma svar på frågorna:

- Hur kan du ta reda på vad den andre vill?
- Hur kan du visa vad du själv vill?

Läs upp och samtala kring svaren.

Skicka med följande fyra tips till eleverna:

- Kombinera ord och handling. Man måste inte prata massor, det kan räcka med korta ord och att samtidigt visa med kroppen. Ett bra sätt är att formulera orden som en fråga, till exempel ”Där?” ”Så här?”
- Lyssna och titta. Känn av hur den andre andas, låter och reagerar.
- Våga vara sårbar. Ibland kommer du att få ett nej till svar, och ibland kommer du att vara den som säger nej. Det är viktigt att lära sig hantera känslan av att bli avvisad, alla blir det någon gång då och då.
- Var både nyfiken och tydlig. Turas om att ta initiativ till olika saker under sexet. Ibland kan du sakta ner för att lyssna in vad den andre vill, och ibland kan du visa tydligt vad du själv vill.

Första gången

OM METODEN

Detta är en metod för att prata med elever om tankar och känslor inför att ha sex för första gången. Många unga har tankar kring sin sexdebut och ibland kan press från omgivningen göra att första gången inte sker på ens egna villkor. Med hjälp av fiktiva personer får eleverna reflektera och sätta ord på tankar och känslor som rör att ha sex första gången.

SÅ HÄR GÖR DU

Berätta att ni ska prata om att ha sex med någon för första gången och säg att det är något som många funderar på. Bredda också synen på vad sex och sexdebut kan vara och inkludera till exempel beröring, smek och oralsex. Undvik att använda ordet ”oskuld”.

Börja övningen med ett par öppna diskussionsfrågor:

- Vad betyder det att ha sex för första gången?
- Vad kan sex vara?
- Räknas alla sorters sex?
- Hur vet man att man vill börja ha sex?

Skriv sedan upp några av följande ord på tavlan och gå igenom dem: trygg - ont - rädd - njuta - vara gift - blandade känslor - pinsamt - familj - spännande - kär - press - blod - längta - förbjudet - ångra sig - nyfiken - kåt - nervös - fantasi - fint minne - lycklig

En variant på övningen är att inte ha färdiga ord som deltagarna får välja bland utan istället börja med en tankekarta där eleverna själva får ge förslag på ord kring ”sex första gången”.

Dela in klassen i par eller smågrupper. Varje grupp väljer sedan två till tre av dessa ord. Låt varje grupp hitta på en fiktiv person som inte har

haft sex med någon förut och tänker mycket på detta. Be dem att reflektera kring hur de tror att personen tänker kring de olika orden. Betona att ingen ska berätta om sina privata erfarenheter, utan att övningen bygger på den fiktiva personens tankar och känslor.

Låt varje grupp läsa upp eller berätta sin historia och diskutera den tillsammans med hela gruppen, förslagsvis utifrån följande frågor:

- Varför tänker/känner personen så?
- Tänker/känner många så?
- Hade det varit någon skillnad om personen istället hade varit en tjej/kille?

Om det för personerna i historien uppkommer dilemman eller funderingar som rör sexdebuten, till exempel krav på att vara så kallad oskuld eller press på att ha sex, fortsätt då att diskutera:

- Kan vi tillsammans göra något för att det ska bli bättre eller lättare för personen?
- Finns det något tips vi kan ge dem?



Rekvisita från föreställningen

Budskap om sex

OM METODEN

Denna metod ger eleverna möjlighet att diskutera och reflektera kring normer kopplade till sexualitet, kön och relationer. De får fundera över de budskap som till exempel familjen, kompisar och övriga samhället förmedlar, och hur det påverkar våra värderingar och hur vi lever våra liv.

SÅ HÄR GÖR DU

Dela in klassen i smågrupper där varje grupp representerar en viss del av samhället: familjen/slakten, kompisar, skolan, media, religion, pornografin, lagar.

Be varje grupp göra en tankekarta över budskap som man kan möta från den del av samhället som de representerar. Hur ska en familj se ut? Hur ska man ha kärleksrelationer? Hur ska man ha sex? Ge ett par exempel: ”inte ha sex före äktenskapet”, ”sex är underbart” eller ”använd kondom”.

Låt grupperna presentera för klassen vad de kommer fram till och fortsätt sedan diskussionen i smågrupper eller i helklass.

Förslag på följdfrågor:

- Vad tycker ni om dessa budskap?
- Får män och kvinnor samma budskap?
- Får en man som är kär i kvinnor andra budskap än en man som är kär i andra män?
- Vad händer när någon bryter mot normen och hur kan man bli bemött av andra när man gör det?
- Kan det finnas både positiva och negativa konsekvenser av budskapen?
- Hur påverkar sådana här budskap ens möjligheter att leva som man själv vill och mår bra av?

Som avslutning: Låt grupperna utgå från de budskap de identifierat och göra om dem så att de blir mer inkluderande och stärkande för fler.



XOXO och läroplanen

1. Skolans värdegrund och uppdrag

SKOLANS UPPDRAG

Eleverna ska få uppleva olika uttryck för kunskaper. De ska få pröva och utveckla olika uttrycksformer och uppleva känslor och stämningar. Drama, rytmik, dans, musicerande och skapande i bild, text och form ska vara inslag i skolans verksamhet.

5. Kursplaner

5.1 Bild

Centralt innehåll åk 7-9

Bildanalys

Bilder som behandlar frågor om identitet, sexualitet, etnicitet och maktrelationer och hur dessa perspektiv kan utformas och framställas.

5.4 Idrott och hälsa

Centralt innehåll åk 7-9

Rörelse

Komplexa rörelser i lekar, spel och idrotter, inomhus och utomhus, samt danser och rörelser till musik.

Hälsa och Livsstil

Kroppsideal inom idrotten och i samhället i övrigt.

5.9 Biologi

Centralt innehåll åk 7-9

Kropp och hälsa

Människans sexualitet och reproduktion samt frågor om identitet, jämställdhet, relationer, kärlek och ansvar.

5.14 Religionskunskap

Centralt innehåll åk 7-9

Religion och samhälle

Konflikter och möjligheter i sekulära och pluralistiska samhällen, till exempel i frågor om religionsfrihet, sexualitet och synen på jämställdhet.

Identitet och livsfrågor

Hur olika livsfrågor, till exempel meningen med livet, relationer, kärlek och sexualitet, skildras i populärkulturen.

5.15 Samhällskunskap

Centralt innehåll åk 7-9

Individer och gemenskaper

Ungdomars identiteter, livsstilar och välbefinnande och hur detta påverkas, till exempel av socioekonomisk bakgrund, kön och sexuell läggning.

Information och kommunikation

Mediernas roll som informationsspridare, opinionsbildare, underhållare och granskare av samhällets maktstrukturer.

5.18 Svenska

SYFTE

I mötet med olika typer av texter, scenkonst och annat estetiskt berättande ska eleverna ges förutsättningar att utveckla sitt språk, den egna identiteten och sin förståelse för omvärlden.

Centralt innehåll åk 7-9

Berättande texter och sakprosatexter

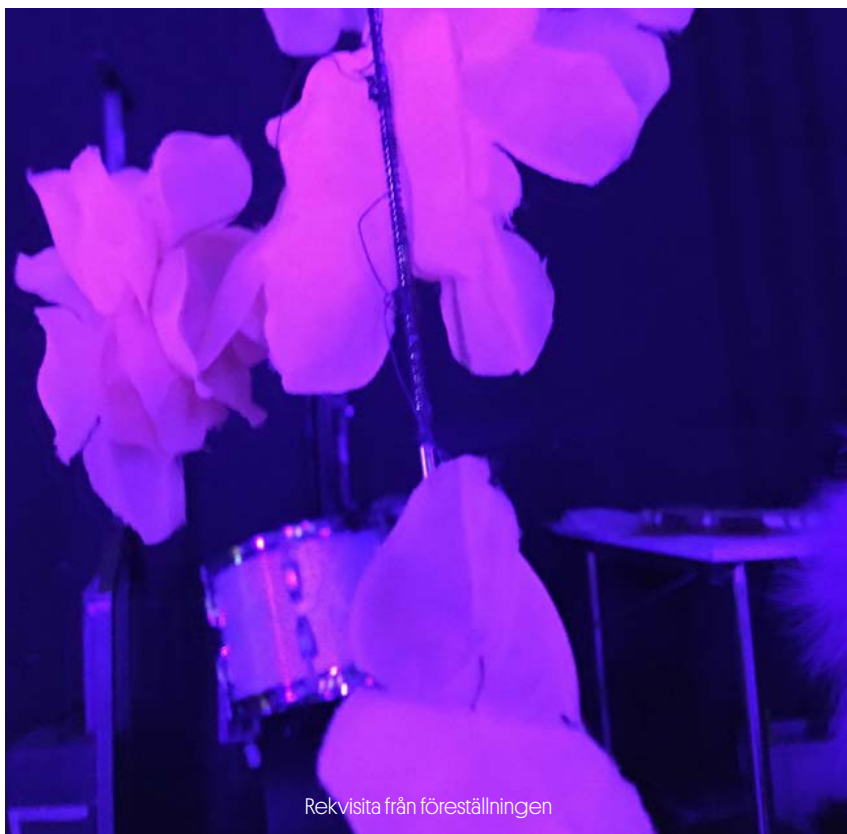
Texter som kombinerar ord, bild och ljud, och deras språkliga och dramaturgiska komponenter. Hur uttrycken kan samspela med varandra, till exempel i tv-serier, teaterföreställningar och webbtexter.

Språkbruk

Ord och begrepp som används för att uttrycka känslor, kunskaper och åsikter. Ords och begrepps nyanser och värdeladdning.

Skillnader i språkanvändning beroende på i vilket sammanhang, med vem och med vilket syfte man kommunicerar.

Språkets betydelse för att utöva inflytande och för den egna identitetsutvecklingen.



Länklista

RFSU:s sida för pedagoger och yrkesverksamma:

<https://www.rfsu.se/sex-och-relationer/for-pedagoger-och-yrkesverksamma/>

RFSU:s metodbank:

<https://www.rfsu.se/sex-och-relationer/for-pedagoger-och-yrkesverksamma/metodbanken/>

RFSL:s begreppsordlista:

<https://www.rfsl.se/hbtqi-fakta/begreppsordlista/>

Om trans, könsidentitet eller könsbekräftande vård:

www.transformering.se

Tips och råd inför och efter ett scenkonstbesök med barn och ungdomar:

<https://www.riksteatern.se/om-oss/barn-och-unga/att-ga-pa-teater-och-dans-med-barn-och-skolelever/>

Att öppna nya världar:

http://tf.riksteatern.se/riksteatern_se/Barn-och-unga/Riksteatern-Att-oppna-nya-varldar.pdf

Att gå på teater med skolpublik från 13 år och uppåt:

<https://www.riksteatern.se/om-oss/barn-och-unga/att-ga-pa-teater-och-dans-med-barn-och-skolelever/att-ga-pa-teater-med-skolpublik-fran-13-ar/>

Hit kan ungdomar vända sig med frågor om sex:

<https://www.umo.se/att-ta-hjalp/hit-kan-du-ringa-maila-eller-chatta/hjalp-om-du-har-fragor-om-sex/>

Ta hjälp av digitalt hjälpmedel

Riksteatern har tillsammans med Bonniers digitala läromedel Clio tagit fram ett utbildningsmaterial för barn och ungdomar, från förskoleklass och ända upp till åk 9. Riksteatern vill genom att tillgängliggöra detta material digitalt ge lärare pedagogiska verktyg där barn och ungdomar får fördjupa sin upplevelse och sin kunskap genom att tolka och reflektera.

Materialet består av två aktiviteter, ett före föreställningen och ett efter föreställningen. Du som lärare kan antingen arbeta med materialet som ett traditionellt läromedel eller låta eleverna själva arbeta direkt i verktyget.

Riksteaterns arbetsområde kommer att finnas tillgängligt efter testperiodens slut.

Så här gör du:

1. Klicka på nedanstående länk och fyll i uppgifterna:
<https://www.clio.me/se/kom-igang-med-din-testperiod-hos-clio>
2. På frågan om vilka ämnen och årskurser ni vill ha tillgång till så skriv partnership och eventuella ämnen av intresse.
3. Invänta sedan en bekräftelse på att kontot aktiverats. Det kan ta upp till 24 timmar.

På supportsidan finns mer information om hur man navigerar på Clios plattform: <https://support.clioonline.se/category/generellt/>

Det går även att ringa till Clios support på tel. 08-505 24 800 (vardagar kl. 8.30-16.00).

Du som redan har ett konto kan klicka på fliken Arbetsområde och söka på Riksteatern.

Hjälp oss bli bättre

Vi på Riksteatern är måna om att det pedagogiska material vi tar fram är vad du som lärare och pedagog behöver. Därför ser vi gärna att du delar med dig av dina åsikter om denna lärarhandledning till oss. Vad är bra? Vad fungerar mindre bra? Vad har vi missat? Vi vill veta allt, från det stora till det lilla.

Mejla oss gärna!

Du är varmt välkommen att dela med dig av dina tankar eller återkoppla till oss på barnochunga@riksteatern.se



Rekvisita från föreställningen

Det är vi som jobbar med XOXO

Av/Koreografi **Sebastian Matthias**

Text **Mila Pavićević** med ensemble

Dramaturg **Lisa Lindén**

Dansare **Andreas Haglund, Björn Vårsjö, Johanna Primavera, Linn Lindström**

Musik **Hang Linton**

Scenografi och kostymdesign **Johanna Mårtensson**

Mask **Anna Olofson**

Teknisk samordnare/ljudtekniker **Markus Vass**

Scen-/ljus-tekniker **Sofie Anderson**

Kostym-/rekvisitatekniker och turnéledare **Anna Johansson**

Marknadsförare **Ann-Charlotte Kron**

Teknisk projektledare **Elin Holmberg Klasen**

Producent **Jenny Engström**

Konstnärlig ledare Riksteatern Barn & Unga **Malin Axelsson**

Redaktion lärarhandledning **Beatrice Letfors Sehlin, Jenny Engström, Joacim Gustafson**

Föreställningen är cirka 50 minuter lång.

XOXO är en produktion från Explore Dance och ett samarbete mellan Riksteatern, tanzhaus nrw och Sebastian Matthias.

Kreativt team för originaluppsättningen **Sebastian Matthias, Mila Pavićević, Johanna Mårtensson, Hang Linton**. Dansare vid originaluppsättningen: **Rachell Bo Clark, Enis Turan, Maciek Sado, Hang Linton**

Läs mer om XOXO på riksteatern.se/xoxo

Lärarhandledningen är framtagen i samarbete med RFSU

RIKSTEATERN

Scenkonst som sätter tankar och känslor i rörelse, för alla överallt.

Närmare 38 000 medlemmar skapar möjligheternas scen och öppnar mötesplatser i hela Sverige.

Riksteatern

145 83 Norsborg

Tel: 08-531 991 00

info@riksteatern.se riksteatern.se

riksteatern.se/xoxo



RIKSTEATERN

