

Hemläxa

Årskurs: Gymnasiet

Ämne: Barn- och ungdomshälsa

Tema: Sexualitet och relationer

Ordkollen

Här listas fem ämnesord på läxans tema som är bra att känna till betydelsen av.

- **Sexualitet:** En term som omfattar biologiska, psykologiska, sociala och kulturella aspekter av människors sexuella liv.
- **Samtycke:** En överenskommelse mellan parter om att delta i en handling, vanligtvis relaterad till sexualitet eller relationer, där alla parter ger sitt godkännande.
- **Gränser:** De personliga begränsningar och riktlinjer som individer sätter för att skydda sina känslor, säkerhet och välbefinnande i relationer.
- **Hälsosamma relationer:** Relationer präglade av ömsesidig respekt, stöd och öppen kommunikation, där alla parter känner sig trygga.
- **Ohälsosamma relationer:** Relationer som kännetecknas av kontroll, manipulation, brist på respekt eller kommunikation och där individer känner sig osäkra eller trängda.

Instuderingsfrågor

1. Vad innebär sexualitet och vilka aspekter omfattar den?
2. Hur påverkar sexualitet ungdomars identitet och relationer?
3. Vad är samtycke och varför är det viktigt i relationer?
4. Vilka kännetecken på hälsosamma relationer kan du nämna?
5. Hur kan du sätta gränser i dina relationer?
6. Ge exempel på skillnader mellan hälsosamma och ohälsosamma relationer.
7. Varför är kommunikation viktig i relationer?
8. Hur kan du bidra till att främja hälsosamma relationer i din omgivning?
9. Vilka känslor eller signaler kan tyda på en ohälsosam relation?
10. Hur kan man säkerställa att samtycke är aktivt och pågående?

Skrivuppgift

Reflektion över relationer

Elevens uppgift är att skriva en reflektion över skillnaderna mellan hälsosamma och ohälsosamma relationer. Fokusera på hur du kan identifiera detta i ditt eget liv och ge konkreta exempel. Svarslängd: ca. 500-600 ord (En till två sidor).

Vikten av samtycke

Beskriv vad samtycke innebär i olika relationer och varför det är nödvändigt. Ge exempel på hur man kan säkerställa att samtycke alltid är närvarande. Svarslängd: ca. 300 ord (En halv sida).

Handling i ohälsosamma relationer

Reflektera över en situation där du eller någon du känner har varit i en ohälsosam relation. Diskutera hur man kan hantera sådana situationer och vilka resurser som finns tillgängliga för stöd. Svarslängd: ca. 400 ord (En halv till en sida).

Lycka till med läxan!

Tags: [Läxa](#)