

Idébank för sexualfostrare

Amanda Södergård

Utvecklingsarbete för (YH)-examen inom social- och hälsovård

Utbildning: Barnmorska (YH)

Vasa 2023

UTVECKLINGSARBETE

Författare: Amanda Södergård

Utbildning och ort: Barnmorska (YH), Vasa

Handledare: Terese Österberg

Titel: Idébank för sexualfostrare

Datum: 22.11.2023

Sidantal: 11

Bilagor: 7

Abstrakt

Detta utvecklingsarbete är baserat på examensarbetet "Barnmorskan som resurs i barns sexualfostran? – En kvalitativ intervjustudie" (Södergård, 2022). I examensarbetet intervjuades lärare för årskurs fem och sex angående deras upplevelser och erfarenheter av att undervisa barn i sexualhälsa. I examensarbetets resultat framkom det att de intervjuade lärarna var i behov av en materialbank; främst med inriktning på sexualfostran inom det pedagogiska sammanhanget. I mitt utvecklingsarbete har jag expanderat den idén och även samlat tips och råd för en annan målgrupp än lärare; exempelvis för föräldrar eller vårdnadshavare.

Utvecklingsarbetet är gjort i form av en material- och tipsbank, utvecklat som en hemsida. Syftet med hemsidan är att öka materialtillgängligheten för lärare och andra i liknande position, att hitta relevanta tips, idéer och information kring sexualfostran.

Hemsidans innehåll är samlat från redan publicerat material till ett och samma ställe, presenterat på ett lätt och överskådligt sätt med rubriker motsvarande relevant innehåll. Hemsidan marknadsförs på ett lärarforum och i en föräldragrupp, för att få fler att dra nytta av den samlade kunskapen och med en förhoppning om att kunna bidra till en roligare och mer lärorik sexualfostran för barn.

Språk: svenska

Nyckelord: sexualfostran, barn, materialbank, tips, hemsida

OPINNÄYTETYÖ

Tekijä: Amanda Södergård

Koulutus ja paikkakunta: Kätilö (AMK), Vaasa

Ohjaaja: Terese Österberg

Nimike: Ideapankki seksuaalikasvattajalle

Päivämäärä: 22.11.2023

Sivumäärä: 11

Liitteet: 7

Tiivistelmä

Tämä kehitystyö perustuu tutkintoprojektiin "Kätilö lasten seksuaalikasvatuksen voimavarana? - Laadullinen haastattelututkimus" (Södergård, 2022). Opinnäytetyössäni kävi ilmi, että haastatellut opettajat tarvitsivat materiaalipankkia; keskittyen lähinnä seksuaalisuuskasvatukseen kouluympäristössä. Kehitystyössäni olen laajentanut tätä ajatusta ja myös kerännyt vinkkejä ja neuvoja eri kohderyhmille kuin opettajille; esimerkiksi vanhemmille tai huoltajille.

Kehitystyö on tehty nettisivun muodossa, jonne on koottu materiaalia ja vinkkejä. Sivuston tarkoituksena on lisätä opettajien ja muiden vastaavassa asemassa olevien materiaalin saavutettavuutta, löytää asiaankuuluvia vinkkejä, ideoita ja tietoa seksuaalikasvatusta koskevista asioista.

Sivuston sisältöön on koottu jo julkaistusta materiaalista yhteen ja samaan paikkaan. Asiat on esitetty helposti ja selkeästi asiaankuuluvaa sisältöä vastaavilla otsikoilla. Sivustoa mainostetaan opettajien foorumissa ja vanhempien ryhmässä, jotta mahdollisimman monet ihmiset hyötyisivät kerätystä tiedosta. Toivomuksena on että lapset saisivat osallistua hauskempaan ja opettavaisempaan seksuaalikasvatukseen.

Kieli: ruotsi

Avainsanat: seksuaalikasvatus, lapsi, materiaalipankki, vinkki, verkkosivusto

DEVELOPMENT WORK

Author: Amanda Södergård

Degree Programme: Midwife (UAS), Vasa

Supervisor: Terese Österberg

Title: Tip Bank for Sex Educators

Date 22.11.2023

Number of pages 11

Appendices 7

Abstract

This development work is made based on the bachelor's thesis "The midwife as a resource in children's sexual health education? - a qualitative interview study" (Södergård, 2022)

In my thesis it emerged that the interviewed teachers were in need of a material bank; mainly with a focus on sexual education within the educational context. In my development work, I have expanded that idea and also collected tips and advice for a different target group than teachers; for example for parents or guardians.

The development work is done in the form of a material and tip bank, developed as a website. The purpose of the website is to increase material accessibility for teachers and others in a similar position, to find relevant tips, ideas and information about sexuality education.

The website's content is collected from already published material, gathered in one place, presented in an easy and clear way with headings corresponding to the relevant content. The website is promoted on a teachers' forum and in a parents' group, to get more people to benefit from the collected knowledge. I hope that the website contributes to a more fun and informative sex education for children.

Language: swedish

Key words: sexual education, tip bank, website, children

Innehållsförteckning

Innehållsförteckning.....	4
1 Inledning.....	5
2 Syfte.....	6
3 Teoretisk bakgrund.....	6
4 Resultat från examensarbetet.....	7
5 Processbeskrivning.....	7
5.1 Att göra en hemsida.....	7
5.2 Utformandet av hemsidan.....	8
6 Hämtande av material.....	9
7 Kritisk granskning och diskussion.....	9
8 Källförteckning.....	10

Bilaga 1. Skärmbild av hemsidans första sida

Bilaga 2. Skärmbild av hemsidan

Bilaga 3. Skärmbild av hemsidan

Bilaga 4. Skärmbild av hemsidan

Bilaga 5. Skärmbild av hemsidan

Bilaga 6. Skärmbild av hemsidan

Bilaga 7. Skärmbild av hemsidan

1 Inledning

Detta utvecklingsarbete är baserat på examensarbetet "Barnmorskan som resurs i barns sexualfostran? – En kvalitativ intervjustudie" (Södergård, 2022). I examensarbetet intervjuades lärare i årskurs fem och sex om hur de upplever sin kompetens och sina resurser att utbilda barn i sexuell hälsa, samt om och på vilket sätt barnmorskan kunde bidra med sin kompetens.

I examensarbetets resultat kom det fram ett behov för en plats med samlat material som kunde underlätta undervisningen och lärandet för barn i årskurs fem och sex (Södergård, 2022). Detta utvecklingsarbete är tänkt att samla relevant material som kan användas vid undervisning av sexualhälsa till barn i årskurs fem och sex för att göra undervisning och lärande roligt och intressant. Hemsidan kan användas av utbildningspersonal, vårdnadshavare och andra som behöver tips på hur man kan ta upp sexualhälsa med barn i årskurs fem och sex. Hemsidan kommer att läggas upp på ett lärarforum och i en föräldragrupp så att fler kan ta nytta av den.

2 Syfte

Syftet med detta utvecklingsarbete är att samla redan publicerat material och idéer till ett och samma ställe för att göra det lättillgängligt för vårdnadshavare, pedagoger och andra intresserade av tips och idéer kring sexualhälsa för barn i årskurs fem och sex. Detta i sin tur för att det kan öka elevernas inläring och göra inläringen mer intressant och givande. För att uppnå syftet utformas en hemsida med samlade tips och annat relevant material. Hemsidan delas i ett lärarforum och i en föräldragrupp så att så många som möjligt kan ta nytta av den, och för att nå en relevant målgrupp.

3 Teoretisk bakgrund

Som teoretisk utgångspunkt har valts UNESCO:s internationella guide för sexualundervisning, vilken även användes i examensarbetet.

Guiden heter *International technical guidance on sexuality education: An evidence-informed approach* (2018) och är utformad som ett underlag för sexualundervisning och kan användas av olika aktörer. I guiden framkommer olika relevanta teman som berör barn och ungas sexualfostran. Pubertet, graviditet och sexuellt överförbara sjukdomar är några av temana som presenteras.

I guiden presenteras även hur man på bästa sätt lär barn och unga om deras kroppar och sexualhälsa. Det framkommer att informationen bör vara åldersanpassad och riktig. För att bidra till att barn och unga utvecklar en god sexualhälsa är även sexualfostrarens positiva värderingar och attityder viktiga. (UNESCO,2018)

4 Resultat från examensarbetet

I examensarbetet "Barnmorskan som resurs i barns sexualfostran? – En kvalitativ intervjustudie" (Södergård, 2022) framkom att de intervjuade lärarna upplevde en stor tidsbrist. Detta i sin tur hade en negativ inverkan på deras resurser, de hann inte lika bra samla material inför sexualundervisningen. Informanterna i examensarbetet lyfte även fram att de själva ofta behövt samla material från olika ställen och att detta varit krävande. En annan sak som framkom i intervjuerna var att engagemanget i sexualfostran var till stor del beroende av lärarens eget intresse för ämnet. Detta då läroplanen inte konkret lyfter fram vilka olika teman som behöver tas upp när. I resultatet framkom även behov för fortbildning, behov av utveckling av lärarutbildningen och ett behov för en materialutveckling eller materialsamling.

5 Processbeskrivning

I examensarbetet "Barnmorskan som resurs i barns sexualfostran? – En kvalitativ intervjustudie" (Södergård, 2022) framkom det ett behov av en samlingsplats för material och konkreta tips på hur man kan lära barn i årskurs fem och sex om sexualhälsa. Jag har därför valt att utveckla en produkt, en hemsida, som svar på den efterfrågan som framkom i examensarbetets resultat. I detta kapitel framkommer planeringen och verkställandet av produkten.

5.1 Att göra en hemsida

Att göra en hemsida kändes som ett relevant alternativ till produkt, då nutidens människor spenderar stor del av sin tid på internet. För att börja göra en hemsida behöver man välja ett webbhotell, ett ställe att ha sin hemsida på. Här finns det flera olika att välja mellan. Loopia, Misshosting och One.com är exempel på webbhotell. Man kan även använda sig av Wordpress.com för hela processen. Om man väljer att göra hemsidan i betalversionen får man tillgång till mer finesser. Därefter får man välja sitt domännamn, det vill säga namnet på sin hemsida. Detta är även något man får större valmöjligheter till ifall man väljer att använda betalversionen av hemsidan. (Sitea, u.å.)

Layouten skulle vara lättförståelig och ge ett lugnt och seriöst intryck. Därav valdes neutrala, svartvita färger och former på hemsidan. (Hemsida 24, 2015)

5.2 Utformandet av hemsidan

För att få samlat material på ett ställe för allmänheten att ta del av bestämdes det att en hemsida skulle vara det bästa alternativet. I planeringen av hemsidan granskades olika hemsidedomäner för vilken som skulle passa mina behov bäst. Slutligen valdes wordpress.com eftersom man där kunde skapa en gratis hemsida med nödvändiga funktioner, samt att jag sedan tidigare är bekant med deras format. Namnet på hemsidan skulle vara talande och beskriva dess innehåll, så namnet på hemsidan blev "tipsbanken för sexualfostrare". Hemsidan planerades så att den skulle vara lätt att använda och att det skulle vara lätt att hitta det man söker.

I mitt fall valde jag att inte betala för ett domännamn, så domännamnet blev slutligen "tipsbankenforsexualfostrare.wordpress.com". Wordpress har många gratismallar att använda sig av, så det var bara att välja en mall och börja plocka in materialet man ville ha med.

Hemsidan är utformad så att man när man skrivit in URL-adressen i sin sökmotor kommer hemsidans utgångssida upp. Hemsidan är tänkt att vara lätt att använda samt kort och koncis, och bara innehålla det väsentliga. På startsidan kan man läsa om vem hemsidan ämnar sig för och vad innehållet är. I några andra sidor har jag samlat det material som jag

sållat i min materialsökning och sammanställt. I ett kapitel har jag lagt mina kontaktuppgifter ifall det skulle finnas frågor angående hemsidan.

Hemsidans URL: <https://tipsbankenforsexualfostrare.wordpress.com/>

Se bilagor för bilder från hemsidan.

6 Hämtande av material

För att få tillräckligt med relevant material gjordes en materialsökning på vetenskapliga bibliotekets databas, på Youtube och i en podcastdatabas. Dessa olika plattformar valdes för att inkludera både visuellt lärande och auditivt lärande. Den visuella inläringen sker genom att man tittar på något, som i detta fall Youtube-videor (Opetushallitus, 2023). Den auditiva inläringen kan ske genom att lyssna på något (Opetushallitus, 2023).

Genom att inkludera flera olika sorters material ökar chansen att målgruppen, i detta fall sexualfostrare, får uthämtat ny kunskap och idéer till sin undervisning. Sökorden som användes var olika konstellationer av orden "sexualhälsa", "barns sexualfostran", "sexualundervisning" och "sexualkunskap".

För att välja den mest relevanta litteraturen sållades materialet enligt olika kriterier. Att materialet inte var för gammalt var ett kriterium. Ett annat kriterium var att materialet skulle vara på svenska, eftersom det var svenskspråkiga lärare som intervjuades i examensarbetet (Södergård, 2022). Materialet valdes främst så att det berörde eller kunde anpassas till elever i årskurs fem och sex.

7 Kritisk granskning och diskussion

Att göra en hemsida krävde tålmod och resurser. Jag valde att göra en gratis hemsida, vilket medför vissa begränsningar. Hemsidan kunde ha utformats med finesser som gratis-versionen inte möjliggör. I efterhand kan det konstateras att utvecklingsarbetet gjordes med en snäv tidsram, vilket kan ha påverkat slutresultatet.

Hemsidan delades via ett lärarforum, och gjordes på så sätt tillgänglig för målgruppen men man kunde ha fått en ännu större spridning genom att dela hemsidan i olika grupper

och kanske till och med skicka ut den till skolor. Om man skriver in sökord som berör sexualfostran, barns sexualundervisning osv kommer hemsidan att dyka upp i Google-sökmotorn.

Ett annat ställe där hemsidan kommer att vara lättillgänglig är i Theseus, portalen där yrkeshögskolorna samlar examensarbeten och andra publikationer. Hemsidan kan vid behov uppdateras med nytt relevant material. Detta finns det dock ingen plan på, så i något skede kommer materialet att bli utdaterat.

Slutligen kan konstateras att utvecklingsarbetet bidrog till en utveckling i min yrkesidentitet, samt gav mervärde i form av att få vara kreativ. Förhoppningsvis kan hemsidan bidra till barn och ungas sexualfostran.

8 Källförteckning

Hemsida 24 (2015) *En svartvit hemsida ger ett proffsigt intryck med produkten i fokus!*

Hämtad

07-11-2023

<https://www.hemsida24.se/blogg/2015/09/30/en-svartvit-hemsida-ger-ett-proffsigt-intryck-med-produkten-i-fokus/>

Opetushallitus. (2023) *Våra sinnen och inläring*. Hämtad 07-11-2023 från

<https://www.oph.fi/sv/laromedel/sting-i-studierna/inlarning/vara-sinnen-och-inlarning>

Sitea. (u.å.) *Bygg din egen hemsida*. Hämtad 07-11-2023 från

<https://www.sitea.se/bygga-hemsida/>

Södergård, A. (2022) *Barnmorskan som resurs i barns sexualfostran? – En kvalitativ intervjustudie*. Examensarbete, Yrkeshögskolan Novia.

UNESCO. (2018) *International technical guidance on sexuality education: An evidence-informed approach*. Hämtad 07-11-2023 från <https://www.who.int/publications/m/item/9789231002595>

Hemsidans URL: <https://tipsbankenforsexualfostrare.wordpress.com/>

Bilaga 1. Skärmbild av hemsidans första sida

TIPSBANKEN FÖR SEXUALFOSTRARE En blivande barnmorskas utvecklingsarbete; redan publicerat material samlat till ett och samma ställe för att inspirera sexualfostrare.

1. Hur diskuterar vi med barn och unga om kroppen, sexualitet och sex? 2. Mediatips 3. Diskussionsunderlag 4. Övningar i klassen 5. Källförteckning 6. Ta kontakt

Tipsbanken för sexualfostrare

Okategoriserade

Detta är hemsidan för dig som är en sexualfostrare och behöver tips och idéer till din undervisning. I de olika flikarna hittar du diskussionsunderlag, tips på Youtube-videoer, podcaster och böcker. Detta är en produkt framställd inom ramen för utvecklingsarbete vid Yrkeshögskolan Novia i utbildningen till barnmorska. Ifall det uppkommer frågor finns det en sida med kontaktuppgifter till mig, sidans skapare, Amanda Södergård.

Bilaga 2. Skärmbild av hemsidan

1. Hur diskuterar vi med barn och unga om kroppen, sexualitet och sex?

“Vad betyder det att tala med barn om sex? Det innebär att man talar om människans anatomi, kroppens funktioner och uppbyggnad, om de kroppsdelar man kan se och om dem som man inte kan se. Barn är av naturen nyfikna på sin egen kropp och andras. De vill ha och de behöver saklig information och namn för olika ställen”

Citat hämtat från "Sexualiteten steg för steg" skriven av Erja Korteniemi-Poikela och Raisa Cacciatore, utgiven för Utbildningsstyrelsen 2015

Bilaga 3. Skärmbild av hemsidan

2. Mediatips

▼ Youtube-klipp

- RFSU "Barns sexualitet och integritet – Ett seminarium för förskolepersonal" https://www.youtube.com/watch?v=mkSXEH_IWns&list=PLtObJKa3H4KyDer8GV_ECn5HqkL5G6QX1
- RFSU "Vecka SEX 2023 föreläsning: Wow! Undervisning om sexualitet och relationer för åk 3-6" https://www.youtube.com/watch?v=xBk_GNEvGEY&list=PLtObJKa3H4KyDer8GV_ECn5HqkL5G6QX1&index=1
- RFSU "Sexualundervisning bortom kondomer och klamydia –hur kan vi prata positivt om sex med barn och unga?" https://www.youtube.com/watch?v=ZliypqkRohk&list=PLtObJKa3H4KyDer8GV_ECn5HqkL5G6QX1&index=1

▼ Poddar

- Knodden avsnitt 14, "Barns sexualitet och genus". <https://www.knodd.se/artikel/knodden-avsnitt-14-barns-sexualitet-och-genus/>
- Hur är det med sexlivet? "Men ska vi snacka med barn om sex? – med Ellinor Isfors. <https://podme.com/fi/hur-ar-det-med-sexlivet/805386>

Bilaga 4. Skärmbild av hemsidan

▼ Poddar

- Knodden avsnitt 14, "Barns sexualitet och genus". <https://www.knodd.se/artikel/knodden-avsnitt-14-barns-sexualitet-och-genus/>
- Hur är det med sexlivet? "Men ska vi snacka med barn om sex? – med Ellinor Isfors. <https://podme.com/fi/hur-ar-det-med-sexlivet/805386>

▼ Böcker

- "Värt att veta om barns sexualitet och integritet" skriven av Ellinor Isfors, utgiven av Natur och Kultur 2021
- "Undervisa om sexualitet, samtycke och relationer" skriven av Kalle Norwald, utgiven av Gothia Kompetens 2022
- "Sexualiteten steg för steg" skriven av Erja Korteniemi-Poikela och Raisa Cacciatore, utgiven av Utbildningsstyrelsen 2015

Bilaga 5. Skärmbild av hemsidan

3.

Diskussionsunderlag

Ett bra sätt att få igång en konversation om sexualhälsa och tillhörande ämnen med barn och unga är att diskutera påståenden, eller att välja ett ämne som barnet/den unga får ge sin syn på, för att sedan diskutera igenom det tillsammans.

Diskussionspåståenden:

- "Alla behöver kärlek"
- "Du ska få bli kär i vem du vill"
- "Att hålla relationer hemliga för andra är okej"
- "Att vara kär i flera samtidigt är vanligt"

Hämtat ur boken "Undervisa om sexualitet, samtycke och relationer" skriven av Kalle Norwald, utgiven av Gothia Kompetens 2022

Bilaga 5. Skärmbild av hemsidan

4. Övningar i klassen

Temat är kärlek, eller attraktion. Diskutera i smågrupper:

- Vilka ord kan förmedla kärlek eller attraktion?
- Vilka gester kan förmedla kärlek eller attraktion?
- Vilka presenter kan förmedla kärlek eller attraktion?
- Vilket kroppsspråk eller minspel kan förmedla kärlek eller attraktion?
- Diskutera fritt: hur känns det att känna kärlek eller attraktion? Var i kroppen känns det?

Kroppens anatomi och dess funktioner. Jobba i smågrupper där kroppens anatomi är i fokus (en förenklad bild). Ha en bild utprintad och be barnen namnge alla delar de kan, för att sedan gå igenom dem tillsammans. Detta för att få korrekta benämningar för alla delar. Efteråt kan man gå igenom alla namn på könsorganen som barnen kan.

Be barnen göra en lista på saker de gillar med sina kroppar.

Övningarna gjorda med inspiration från boken "Sexualiteten steg för steg" skriven av Erja Korteniemi-Poikela och Raisa Cacciatore, utgiven för Utbildningsstyrelsen 2015

Bilaga 6. Skärmbild av hemsidan

5. Källförteckning

- RFSU "Barns sexualitet och integritet – Ett seminarium för förskolepersonal" https://www.youtube.com/watch?v=mkSXEh_IWns&list=PLtObJKa3H4KyDer8GV_ECn5HqkL5G6QX1
- RFSU "Vecka SEX 2023 föreläsning: Wow! Undervisning om sexualitet och relationer för åk 3–6" https://www.youtube.com/watch?v=xBk_GNEvGEY&list=PLtObJKa3H4KyDer8GV_ECn5HqkL5G6QX1&index=18
- RFSU "Sexualundervisning bortom kondomer och klamydia –hur kan vi prata positivt om sex med barn och unga?" https://www.youtube.com/watch?v=ZliyqkRoHk&list=PLtObJKa3H4KyDer8GV_ECn5HqkL5G6QX1&index=16
- Knodden avsnitt 14, "Barns sexualitet och genus". <https://www.knodd.se/artikel/knodden-avsnitt-14--barns-sexualitet-och-genus/>
- Hur är det med sexlivet? "Men ska vi snacka med barn om sex? – med Ellinor Isfors. <https://podme.com/fi/hur-ar-det-med-sexlivet/805386>
- "Värt att veta om barns sexualitet och integritet" skriven av Ellinor Isfors, utgiven av Natur och Kultur 2021
- "Undervisa om sexualitet, samtycke och relationer" skriven av Kalle Norwald, utgiven av Gothia Kompetens 2022
- "Sexualiteten steg för steg" skriven av Erja Korteniemi-Poikela och Raisa Cacciatore, utgiven av Utbildningsstyrelsen 2015

Bilaga 7. Skärmbild av hemsidan

6. Ta kontakt

Sidans skapare: Amanda Södergård

Sidan är skapad som utvecklingsarbete inom utbildningen Barnmorska på Yrkeshögskolan Novia.

amanda.sodergard@gmail.com