

LEKTION 4



Schyssta & oschyssta relationer

Syfte och mål med lektionen:

Eleverna ska få reflektera över vilka beteenden som kännetecknar schyssta och respektfulla relationer, respektive oschyssta och potentiellt farliga relationer. Alla ska veta var man kan vända sig för stöd och hjälp.

1. Övning

Ser du tecknen?

Se följande filmklipp tillsammans:

[Filmklipp 1](#)

[Filmklipp 2](#)

Diskutera: Vad tänker ni när ni ser det här?

Filmerna kommer från [ungarelationer.se](#)

2. Övning

Vilka beteenden finns i schyssta/kärleksfulla relationer?

Diskutera i par/smågrupper, skriv ner era svar i form av "mindmaps" eller liknande.

OBS: Undvik ordet "inte", fundera istället på vad det motsatta beteendet är.

VERBALT –
saker man säger

FYSISKT – handlingar
med kroppen som
inte är sexuella

ÖVRIGT –
(allt annat)

SEXUELLT – sexuella
handlingar, både offline
och online

[illegible]

**SCHYSSTA BETEENDEN
I RELATIONER**

ÖVRIGT

[illegible][illegible]

/ 5

3. Övning

Vilka beteenden förekommer i oschyssta relationer?

Diskutera i par/smågrupper, skriv ner era svar i form av "mindmaps" eller liknande.

OBS: Undvik ordet "inte", fundera istället på vad det motsatta beteendet är.

VERBALT – saker
man säger

FYSISKT – handlingar
med kroppen som
inte är sexuella

ÖVRIGT –
(allt annat)

SEXUELLT – sexuella
handlingar, både offline
och online

4. Avslutning

8 varningstecken på en oschysst relation

Om du precis blivit ihop med någon och känner dig orolig är det viktigt att vara vaksam på följande varningstecken. Kom ihåg att alltid ta din oro på allvar, lita på din magkänsla.

“Den jag blivit tillsammans med”...

- messar mig överdrivet mycket och får mig att känna att jag måste svara snabbt.
- blir lätt svartsjuk.
- har åsikter om hur jag klär mig, sminkar mig, pratar eller rör mig.
- snackar skit om mina vänner och min familj och vill att vi tillbringar mycket tid bara vi två.
- får mig ibland att känna mig ledsen, rädd, skamsen, förnedrad, fel, arg, irriterad eller chockad.
- kräver att jag ska göra saker, t.ex. dela med mig av lösenord, ställa upp på olika typer av sex för att visa att jag älskar hen.
- växlar snabbt mellan att vara aggressiv/kall och kärleksfull/omtänksam.
- kanske kallar dig för barnslig eller omogen när du inte vill gå med på nåt eller påpekar att du tycker att hen beter sig fel.



Från
ungarelationer.se

HEM KUNSKAPSBANK ETTÅRSRAPPORT
GE EN GÅVA

ungarelationer.se

CHATTA

JURIDISKT STÖD

PANIK-LÄMNA SIDAN!

Mår du dåligt av din relation?

CHATTA ANONYMT HÄR

Ungarelationer.se ger stöd och information till dig under 20 år som blir utsatt i din relation, är kompis till någon som blir det, eller är den som utsätter. Det kan vara pågående eller ha hänt tidigare.

Vår chatt är öppen varje kväll kl 20-22

Här kan du också läsa om olika typer av våld, varningstecken och hur en bra relation kan vara.

Mer information och stöd:

För mer information och stöd:

unizonjourer.se/hitta-stod

ungarelationer.se

killar.se

jagvillveta.se

[polisen - är det delbart?](#)

svartsjukaarinteromantiskt.se