

Uge Sex frem for uge 6

Måske krummer du tæerne eller får røde kinder, når *pubertet* eller *sex* bliver nævnt. På trods af at det er emner, der fylder i større børns og unges liv, taler vi sjældent om dem. Det forsøger Sex og Samfund at lave om på, når uge 6 traditionen tro bliver til Uge Sex på mange af landets grundskoler og ungdomsuddannelser - i år med fokus på kroppen.

“Seksualundervisning er mega vigtig! Seksuel sundhed er mange ting; det handler ikke bare om at lære at bruge prævention, det handler også om trivsel, køn, online liv, familieformer, rettigheder og meget andet.” Sådan lyder det fra Pernille Ane Egebæk, som arbejder hos Sex og Samfund.

Selvom seksualundervisning ikke er et fag på skoleskemaet, som matematik og engelsk eksempelvis er det, er det lovpligtigt, at alle elever fra 0. til 9. klasse i grundskolen skal blive undervist i Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab. Derfor deltog over halvdelen af danske skoleelever i Sex og Samfunds undervisningskampagne Uge Sex. Pernille Ane Egebæk mener, at mange undervurderer vigtigheden af seksualundervisning, selvom trivslen, der er centrum for det, er altafgørende for de unges liv.

Hun uddyber: “Hvis man er ked af det og eksempelvis ikke trives i sin krop eller med sin seksualitet, kan det være lige meget, at man bliver god til at læse eller regne; så har man det ikke godt. Og hvis der er noget, der er vigtigt, så er det, at man trives med sig selv og med hinanden - så kan alt det andet komme oveni.”

Uge Sex hyldede den perfekt uperfekte krop!

Sex og Samfund, der står bag Uge Sex, er en landsdækkende forening, der bl.a. arbejder for bedre seksualundervisning.

“Der er rigtig mange elever, som ikke får den seksualundervisning, de har ret til. Det synes Sex og Samfund er rigtig sørgeligt,” siger Pernille Ane Egebæk.

Derfor tilbyder de med kampagnen Uge Sex en række gratis undervisningsmaterialer, der kan støtte lærerne i at undervise i alderssvarende seksualundervisning. Det indebærer alt fra fysiske materialer og korte film til oplæg for lærere om seksualundervisning.

“I år sætter vi fokus på børn og unges forhold til kroppen, fordi vi ved, at rigtig mange børn og unge føler, at deres krop ser forkert ud, eller at de skal leve op til de perfekte kroppe, de ser i reklamer eller på sociale medier,” fortæller Lene Stavngaard, som er national chef i Sex & Samfund.

Årets tema hedder *Den perfekt uperfekte krop*. Sex og Samfund vil gerne sætte fokus på, at alle kroppe på den ene eller anden måde er “uperfekte”. Men i virkeligheden er det



Foto: Pernille Egebæk/Sex & Samfund

disse små “fejl”, som gør os unikke hver især, og derfor er alle kroppe alligevel perfekte, på trods af deres uperfektheder.

“Vi vil gerne hylde kroppen! Den er fantastisk, men den kan også godt være lidt svær - især, når man er i puberteten. Det fylder for mange, når ens krop ikke lever op til mediernes idealer eller ens egne forestillinger om, hvordan den burde være,” siger Pernille Ane Egebæk, hvorefter hun fortsætter: “Vi vil gerne lære børn og unge, at redigerede billeder af kroppe i reklamer eller på de sociale medier er vidt forskellige fra



Foto: Pernille Egebæk/Sex & Samfund

virkeligheden, ligesom gyser- og kærlighedsfilm adskiller sig fra hinanden. På samme måde er de sociale medier en anden ‘genre’ end virkeligheden, som særligt børn og unge skal lære at navigere i.”

“Jo mere vi taler om kropsidealer og forskellige kropstyper, jo bedre ruster vi børn og unge til at forstå, at deres egen og andres kroppe er gode nok, præcis som de er,” tilføjer Lene Stavngaard.

Blot begyndelsen på mere og bedre seksualundervisning

Selvom en masse skoler har deltaget i Uge Sex, mener Pernille Ane Egebæk, at det er vigtigt, at seksualundervisning ikke kun er noget, man arbejder med denne ene uge om året. Denne uge har forhåbentlig bare været begyndelsen på årets seksualundervisning. For Pernille Ane Egebæks holdning er, at alle emnerne seksualundervisningen rummer, er aktuelle hele året rundt!

“Jeg vil gerne opfordre elever til at efterspørge seksualundervisning, hvis de ikke får det eller føler, de mangler noget på den front. De skal vide, at det er lovpligtigt og de har ret til at få seksualundervisning. Derfor er det aldrig forkert at efterspørge det - tværtimod synes jeg, det er mega sejt, hvis de har modet til at tage sagen i egen hånd!” fortæller hun. Efter dette års Uge Sex er veloverstået, håber Pernille Ane Egebæk, at budskabet til landets børn og unge er klart: “På den ene side kan jeg ikke understrege nok, at alle kroppe er perfekte. Og på den anden side er der i virkeligheden ikke noget, der hedder perfekt. Det er en kamp, der er umulig at vinde - og den skal man heller ikke stræbe efter at vinde. Kroppen er perfekt uperfekt!”

Hvis du er barn eller ung og har brug for privat og anonym rådgivning er Sex og Samfunds rådgivningsprotaler privatsnak.dk og sexlinjen.dk klar til at hjælpe dig.

Under årets Uge Sex opfordrer Sex & Samfund alle forældre til at være med i Forældredysten - en online-dyst, hvor man som forælder kan klæde sig selv på til at starte snakken om kropsidealer med sit barn. Find den på foraeldredysten.dk.