

# Manual

SEX  
•ER•  
G•UDS  
IDÉ

# Manual

---

## Formålet med »Sex er Guds idé«

»Sex er Guds idé« er blevet til for at imødekomme ønsket om et grundigt og nutidigt redskab til lærere, forkyndere, klubledere og ungdomskonsulenter, der skal vejlede kristne unge om sex.

»Sex er Guds idé« taler åbent og frit om sex uden at pakke det ind i hverken distancerende kristne klicheer eller sjofelhed og pornificering, og uden at vige uden om de naturlige spørgsmål om rigtigt og forkert, sundt og usundt.

»Sex er Guds idé« er skrevet af fagfolk og tilrettelagt som et pædagogisk didaktisk undervisningsmateriale.

»Sex er Guds idé« er målrettet 15-25 årige unge til brug på f.eks. kristne friskoler, efterskoler, ungdomsklubber, studiegrupper, på lejre o.lign.

»Sex er Guds idé« indeholder 9 temaartikler inkl. undervisningsredskaber, samt 3 perspektiverende baggrundsartikler.

## Til underviseren

Du sidder nu med manualen for undervisningsmaterialet »Sex er Guds idé« i din hånd, formodentlig fordi du ønsker at bruge dette som udgangspunkt for din undervisning.

Her følger en kort introduktion til indholdet i de forskellige temaartikler i materialet samt de tilhørende aktiviteter. Du får en guide til, hvordan du kan undervise ud fra dette materiale.

**Guide:** Materialet er delt op således, at alle artiklerne ligger på den medfølgende USB-nøgle, mens der i kassen findes forskellige kort, ark m.m. der skal bruges til de forslåede aktiviteter.

USB-nøglen består af forskellige mapper, som hver rummer en artikel og de medfølgende aktiviteter.

På USB-nøglen findes en overordnet »Aktivitetsoversigt« over, hvilke aktiviteter der er tilknyttet de forskellige temaartikler.

**Opbygning:** De enkelte artikler er delt op i mindre afsnit, der hver især afsluttes med en aktivitet, der på forskellig vis ønsker at få de unge til at forholde sig til indholdet gennem refleksion, samtale, debat, rollespil og meget mere.

Det er muligt at udvælge enkelte afsnit til undervisning og bruge de tilhørende aktiviteter, hvis dette er relevant i forhold til tidsforbruget eller målgruppen. Vi anbefaler dog, at du som underviser sætter dig ind i hele artiklen, da det giver det bedste indblik i emnet.

**Aktiviteter:** Artiklerne rummer forskellige aktiviteter, der har til formål at engagere og udfordre de unge i emnerne. Alle aktiviteter er beskrevet i artiklerne. Når der skal bruges forskellige kort og redskaber til en aktivitet, kan du finde det i kassen eller på USB-nøglen.

Aktiviteterne er kun forslag og idéer, som vi håber, kan være med til at udruste de unge i de udfordringer, de møder i dag. De enkelte aktiviteter er skrevet ind i den følgende oversigt.

## Undervisningen

For at skabe de bedst mulige rammer omkring undervisningen anbefaler vi, at materialet bruges til grupper på max 20-25 personer.

**Tidsramme:** Tilpas undervisningstiden til din målgruppe, da unge ikke kan være koncentreret og aktive i lige lang tid.

**Kønsopdeling:** Til flere af emnerne kan der med fordel arbejdes i drenge- og pige grupper undervejs, da det kan være med til at skabe større åbenhed og trykthed.

**PowerPoint:** Der kan med fordel bruges PowerPoint undervejs i din undervisning, hvis det kan være med til at underbygge væsentlige pointer eller give den visuelt indstillede deltager en bedre forståelse af emnet. Citater, cases eller spørgsmål kan med fordel vises på PowerPoint.

**Print af opgaver:** Det er ikke alle opgaver, der er beskrevet som fysiske kort, derfor kan vi anbefale at give de unge et print (fra USB-nøglen) med aktiviteten beskrevet, når de skal arbejde med aktiviteten i de mindre grupper.

# 1. Sex er Guds idé

---

Bibelen er en »updated sexguide«, men stærkt udfordret af tidens logik. Når vi får en forståelse for, hvad sex er, hvad sex gør ved os, og hvordan sex får lov at udfolde sig frit, sundt og stærkt, er vi bedre udrustet til at passe godt på os selv, vores kæreste og vores eventuelt fremtidig ægtefælle.

## Aktiviteter:

- 1) Reklamer og blade, 2) Samtalespil, 3) Take a stand, 4) Vurderingsøvelse, 5) Dilemmaspil, 6) Case: »Grænsen mellem kærtegn og sex«.

# 2. Pubertet – en ekstrem forvandling

---

Pubertet er en turbulent tid, hvor der sker store forandringer i både krop og følelser. Hos den unge opstår spørgsmål som: Er jeg »normal«? Hvem er jeg, når min krop og følelser har forandret sig? Hvordan definerer jeg mig selv?

- Hvordan kan der skabes en god og sund ramme, hvor de unge kan udvikle sig?

## Aktiviteter:

- 1) Spørgsmål om pubertet, 2) Citater, 3) Opgave: »Hvem må hvad?«, 4) Filmklip, 5) Rollespil, 6) Opgave: »Hvem er jeg?«.

# 3. Bløde mænd og rå piger

---

Bibelen fortæller, at manden og kvinden er skabt i Guds billede. Hvordan finder vi vores identitet som mand og kvinde i dag? Hvordan supplerer vi hinandens evner - uden at sabotere? Hvordan håndterer vi forventninger og forskelligheder i vores kønsroller, når vi er skabt forskellige?

## Aktiviteter:

- 1) Dobbeltcirkel, 2) Take a stand, 3) Vurderingsøvelse, 4) Opgave: »Den perfekte dreng/pige«, 5) Rollespil.

# 4. Kærester – en spændende prøvetid

---

Kærestetiden er en prøvetid, hvor jeg skal finde ud af, om kæresten er den, jeg skal dele resten af livet med. Hvordan skaber vi en prøvetid, hvor der er plads til udvikling og respekt for hinandens grænser? Hvilke ting og oplevelser hører kærestetiden til? Hvordan skal vi forholde os til det seksuelle som kærester?

## Aktiviteter:

- 1) Samtalespil, 2) Take a stand, 3) Rollespil, 4) Paneldebat, 5) Filmklip, 6) Filmklip.

## 5. Ægteskabet

– hvad er det lige med det papir?

---

Tidens tendens er, at ægteskabet ses som en joke og gammeldags. Hvad kan en bibelsk ægteskabsmoral bidrage med ind i det moderne menneskes parforhold? Hvilken forskel gør et »stykke papir«?

**Aktiviteter:** 1) Dobbeltcirkel, 2) Rollespil, 3) Den varme stol, 4) Vurderingsøvelse, 5) Case: »Hvis kærligheden er ægte, hvorfor så ikke have sex før ægteskab?«.

## 6. Singleliv – sejt eller surt?

---

Singlelivet bliver mere og mere udbredt i dag og gøres ofte attraktivt med fokus på en livsstil med høj grad af frihed og uafhængighed. Hvad siger Bibelen egentlig om det at være single? Hvordan kan jeg leve i nuet i stedet for hele tiden at vente på »den eneste ene«?

**Aktiviteter:** 1) Tre historier om kærlighed 2) Spørgsmål, 3) Brainstorm, 4) Citater, 5) Take a stand.

## 7. Sex og alkohol – en uheldig cocktail

---

Det kan lyde snerpet eller fordomsfuldt. Men der er ting, der er vigtige at vide om denne cocktail. Det handler både om holdninger og faktuel viden, om personlige valg og grænser, ansvar og målsætninger. Hvorfor er det vigtigt at forholde sig til cocktailen: sex og alkohol?

**Aktiviteter:** 1) Skræmmekampagner, 2) Tip en 10'er, 3) Enig/uenig, 4) Dilemmaspil, 5) 5 Skarpe, 6) Walk & talk.

## 8. Porno påvirker kun de andre!

---

Porno er blevet en del af vores kultur og er accepteret og anerkendt som helt naturligt. Der bliver brugt billeder og antydninger fra pornoens univers i reklamer, film, m.m. Hvordan skal vi som kristne forholde til pornografi? Hvilke påvirkninger er det egentlig vi udsætter os selv for igennem porno?

**Aktiviteter:** 1) Citater, 2) Enig/uenig, 3) Case: »Hjælp mig til at lade være«, 4) Bold og Cirkel, 5) Historie i 10 trin, 6) Walk & talk.

## 9. Kan man blive afhængig af sex?

I dag er det helt alment anerkendt, at der er mennesker, der bliver fanget i en seksuel afhængighed, som de ikke uden hjælp kan komme fri af. Hvad er det, der kan være med til at skabe denne afhængighed? Hvordan kan vi hjælpe og være der for de personer, der kæmper med dette?

**Aktiviteter:** 1) Spørgsmål, 2) Dilemmaspil, 3) Historie i 10 trin, 4) Case: »Negativ spiral«, 5) Case: »Porno ødelægger mit liv – hvad gør jeg?«.

### Baggrundsartikler

Udover de 9 temaartikler, findes der også tre baggrundsartikler, som yderligere hjælp til din undervisning.

#### 1. Børn og deres seksuelle udvikling

Vi er født som piger eller som drenge, men hvordan er børns seksualitet før puberteten? Hvordan udvikler den sig, og hvordan skal vi støtte dem i den udvikling?

#### 2. Seksualitet i vores tid

Kan det lade sig gøre at tegne et »tidsbillede« af seksualiteten i dag og samtidig forholde sig til, hvordan vi holder fast i de bibelske grundtoner om seksualitet?

#### 3. Forælderrollen i forhold til unges brug af alkohol

Forældrenes holdning har stor betydning for de unges alkoholvaner, men hvordan kan forældre være med til at skabe gode og sunde rammer om unges alkoholforbrug?

SEX  
• ER •  
GUDS  
IDE