

Námsefnið *Kyn, kynlíf og allt hitt* var gefið út af Menntamálastofnun sumarið 2023.

Frumútgáfa bókarinnar nefnist *Sex is a funny word* og með því leggur höfundurinn áherslu á að orðið „sex“ er bara orð og skondið að því leyti t.d. að það hefur margar merkingar en einnig að því leyti að það vekur upp mörg hughrif og tilfinningar hjá fólki. Höfundurinn fjallar um það í fyrstu myndasögu bókarinnar, sumum finnst það fyndið og öðrum vandræðalegt. Á íslensku höfum við a.m.k. tvö orð yfir orðið „sex“, þ.e. kyn og kynlíf, og koma þau því bæði fyrir í íslenska titlinum.

Þó að orðin kyn og kynlíf (e. sex) geti verið skondin þá eru þau einnig flókin og því eru mikilvæg samtöl um kyn og kynlíf ekki alltaf auðveld eða skemmtileg en þau undirbúa okkur fyrir lífið eins og það er. Námsefnið *Kyn, kynlíf og allt hitt* er hugsað til að hjálpa til við þessi samtöl, hvort sem það er af hendi kennara eða foreldra.

Undirstaðan

Samkvæmt íslenskum lögum, aðalnámskrá grunnskóla, samþykktum þingsályktunum og alþjóðlegum samningum eru íslensk stjórnvöld skuldbundin að tryggja fræðslu um kynheilbrigði, mannréttindi og kynjajafnrétti í skólakerfinu.

Kynfræðsla snýst um að efla kynheilbrigði ungs fólks þar sem rýnt er í félagslega, tilfinningalega, líkamlega og andlega þætti.

Í Aðalnámskrá grunnskóla eru hæfniviðmið sem snúa að kennslu í kynheilbrigði einstaklinga og eru viðmiðin fléttuð saman í allt skólastarf og kennslu. Þó að kynfræðsla fari fram á öllum skólastigum er mikilvægt að hafa í huga að fræðslan tekur ávallt tillit til aldurs og þroska nemenda. Markmið og áherslur í kynfræðslu eru því mismunandi eftir hverju stigi og það er stjórnanda hvers skóla í sjálfsvald sett að treysta kennurum sínum og öðru fagfólki sem að fræðslunni koma hvernig kennslunni er háttað.

Hæfniviðmiðin í aðalnámskrá grunnskóla skiptast eftir yngsta-, mið- og unglingastigi og hér má sjá hæfniviðmið er snúa að kynfræðslu:

Yngsta stig

Nemendur læra að gera sér grein fyrir eigin líkamsvitund og einkastöðum líkamans ásamt því að geta útskýrt líkamlegan mun á milli einstaklinga. Þeir læra að bera virðingu fyrir sjálfum sér og öðrum, lýsa tilfinningum, setja sig í spor annarra og ræða um réttindi sín og skyldur.

Miðstig

Nemendur læra um líkamlegan þroska einstaklinga og kynja, byggja upp skilning á mikilvægum gildum eins og kærleika, mannhelgi og félagslegu réttlæti. Þeir læra hvernig ólík kynhlutverk mótast og breytast, að meta áhrif fyrirmynda og staðalmynda og að gera sér grein fyrir eigin styrkleikum og veikleikum. Nemendur eiga einnig að geta gert sér grein fyrir mikilvægi gagnkvæmrar virðingar í samskiptum kynjanna.

Unglingastig

Við lok 10. bekkjar eiga nemendur að geta rökrætt kynheilbrigði, kyn- og staðalímyndir, afleiðingar eineltis og tekið virka afstöðu gegn ofbeldi ásamt því að gera sér grein fyrir eigin ábyrgð á líkamlegu og andlegu heilbrigði og ábyrgri kynhegðun.

Helstu markmið og áherslur á yngsta stigi

- Fjölskyldur eru fjölbreyttar/mismunandi og fjölskyldumeðlimir hafa mismunandi þarfir og hlutverk.
- Vinátta, ást og sambönd eru margskonar og sambönd fela í sér alls kyns tegundir af ást. Það eru til heilbrigð og óheilbrigð sambönd og vinátta á að byggjast á trausti, virðingu, samkennd og samstöðu.
- Mismunandi birtingarmyndir samskipta, heilbrigð og óheilbrigð samskipti og réttur til einkalífs.
- Munurinn á milli líffræðilegs kyns og kynvitundar.
- Hver og einn einstaklingur er einstakur og á rétt á virðingu óháð kyni, kynvitund eða kynhneigð.
- Mikilvæg gildi sem tengjast jafnrétti, virðingu og umburðarlyndi.
- Hvað er kynbundið ofbeldi og hvert er hægt að leita eftir aðstoð. Öll eiga rétt á að njóta verndar og stuðnings.
- Mörk og samþykki. Öll eiga rétt á því að ákveða hver megi snerta líkama þeirra, hvar og með hvaða hætti.
- Örugg notkun upplýsinga og samfélagsmiðla (börn á þessum aldri eiga ekki að vera á samfélagsmiðlum).
- Venjur og áhrif jafningja á hegðun, þ.e. hvað er hópþrýstingur og hvernig eru góð og slæm jafningjaáhrif.
- Mannslíkaminn og þroski.
 - o Hugtök og heiti kyn- og æxlunarfæra.
 - o Æxlun (sameining eggs og sæðis og frjóvgað eggid tekur sér bólfestu í leginu).
 - o Kynþroskinn og hvaða breytingar eiga sér stað, bæði líkamlegar, félagslegar og tilfinningalegar.
 - o Líkamsímynd og mikilvægi þess að nemendur læri að allir líkamar eru einstakir og að það sé mikilvægt að vera ánægð/ur/t í eigin líkama.
- Kynferði og kynferðisleg hegðun.
- Sumum börnum þykir gott að snerta kynfæri sín og telst það til eðlilegrar kynhegðunar barna. Ef slíkt kemur upp í leik- eða grunnskóla er hegðunin viðurkennd en börnin hvött til að gera slíkt ekki í skólunum.
- Einstaklingar geta sýnt ást og væntumþykju gagnvart öðrum með snertingu og nánd en nemendur eiga að læra hvað telst eðlileg og óeðlileg snerting.

Sjá:

[Yngsta stig | Kynfræðsla](#)

[Kynfræðsla- yngsta stig | Reykjavík](#)

[Kyn, kynlíf og allt hitt](#)

Bókin *Kyn, kynlíf og allt hitt* var gefin út af Menntamálastofnun í september 2023, hún hefur ekki verið hluti af Viku6 sem er kynfræðsluvika í unglingsáæildum grunnskóla Reykjavíkur. Bókin var þýdd í kjölfar aðgerðaráætlunar sem fylgdi þingsályktun um forvarnir meðal barna og ungmenna gegn kynferðislegu og kynbundnu ofbeldi og áreitni. Bókin er hugsuð fyrir yngsta- og miðstig og ekki er gert ráð fyrir að hún verði kennd í heilu lagi heldur er bæði um prentaða bók og rafbók að ræða og hver kennari velur úr þær blaðsíður sem eiga við hverju sinni fyrir sinn bekk. Sumt í bókinni hentar 7 ára börnum og annað ekki fyrr en um 10 ára aldur.

[Spurt og svarað um kynfræðslu og hinseginfræðslu](#) hjá Jafnréttisskóla Reykjavíkur

[Aðalnámsskrá grunnskóla](#)

Helstu markmið og áherslur á miðstigi

- Fjölskyldur nemenda geta aðstoðað börn í að tileinka sér gildi og geta ýtt undir jafnrétti kynjanna í gegnum eigin hlutverk og ábyrgð.
- Vinátta, ást og sambönd eiga að láta einstaklingnum líða vel með eigið sjálf. Til eru margvíslegar leiðir til að tjá vináttu og ást til annars einstaklings og þær leiðir breytast eftir því sem einstaklingurinn eldist. Áhersla á jafnræði innan sambanda og sanngjörn hlutverk ólíkra sambanda (vináttu, fjölskyldu o.fl.).
- Hvað felst í mismunun og fordómum, hvernig getur það verið skaðlegt (einelti) og hvernig geta aðstæður og orðræða ýtt undir þessa þætti. Hvernig er svo hægt að vinna gegn fordómum, mismunun og einelti.
- Langtíma sambönd, hjónabönd og foreldrahlutverkið eru margvísleg og eru mótuð af samfélagi, trú, menningu og lögum hvers lands.
- Að þekkja eigin réttindi og mannréttindi ásamt því hvernig þau réttindi eru sett fram í lögum landsins og alþjóðlegum sáttmálum.
- Margvísleg viðhorf gagnvart kynferði og kynhlutverkum. Menning, trúarbrögð og samfélagsleg gildi hafa áhrif og eru síbreytileg.
- Hvernig einstaklingur sér sjálfan sig eða lýsir sjálfum sér fyrir öðrum hvað varðar eigin kynvitund er einstaklingsbundið og ber að virða.
- Kynjamisrétti og valdaójafnvægi getur átt sér stað innan fjölskyldna, vinasambanda, ástarsambanda, nærsamfélags og menningarheims. Staðalímyndir um kyn og kynhneigðir geta orsakað misrétti og ójafnræði.
- Allar birtingarmyndir kynbundins ofbeldis eru brot á mannréttindum og er ekki ásættanleg hegðun. Staðalímyndir kynja geta verið orsök ofbeldis og misréttis.
- Kynferðislegt ofbeldi, kynferðisleg áreitni og einelti (einnig net-einelti) hefur skaðleg áhrif á einstaklinginn og það er mikilvægt að leita aðstoðar ef maður verður fyrir slíku.
- Ofbeldi í hvers kyns sambandi er aldrei réttlætanlegt og það er mikilvægt að leita aðstoðar ef maður verður fyrir slíku.
- Samþykki og einkalíf. Það er mikilvægt að átta sig á því hvað óvelkomin kynferðisleg athygli er og mikilvægi einkalífsins eykst eftir því sem maður eldist.
- Örugg notkun upplýsinga og samfélagsmiðla. Internetið og samfélagsmiðlar krefjast ákveðinnar varúðar og nærgætni. Kynferðislegt myndefni má nálgast á auðveldan hátt í gegnum samfélagsmiðla og í mörgum tilvikum birtist það jafnvel óumbeðið. Slíkt getur valdið börnum vanlíðan og getur ýtt undir skaðlegar staðalímyndir.
- Venjur og áhrif jafningja á kynhegðun.
- Samskipti, skynjun og samningafærni. Skilvirk samskipti felast í margvíslegum leiðum og aðferðum sem eru mikilvægar þegar kemur að því að tjá sig og skilja óskir annarra, þarfir og persónuleg mörk.
- Fjölmiðlalæsi og kynvitund. Miðlar geta haft bæði jákvæð og neikvæð áhrif á gildi og viðhorf einstaklinga gagnvart kynvitund, kyngervi og kyntjáningu.
- Að leita aðstoðar og stuðnings. Það eru til margvíslegar leiðir sem hægt er að fara til að leita aðstoðar og stuðnings.
- Mannslíkaminn og þroski.
 - o Lýst því hvernig líkamshlutar eiga þátt í kynheilbrigði og æxlun. Það er eðlilegt að vera forvitinn um eigin líkama og hvernig hann starfar, allir líkamar eru einstakir og eru breytilegir í stærð, lögun, gerð og einkennum.
 - o Kynþroskinn og dýpri skilningur á þeim líkamlegu, félagslegu og tilfinningalegu breytingum sem eiga sér stað.

- Líkamsímynd. Líkami einstaklinga skilgreinir ekki virði þeirra mannvera og það er mikil fjölbreytni í því hvað einstaklingum finnst aðlaðandi í líkamlegu útliti annarra einstaklinga.
- Kynferði og kynferðisleg hegðun.
 - Kynhneigð er heilbrigður hluti af því að vera manneskja og mismunun á grundvelli kynhneigðar er slæm og meiðandi og getur haft neikvæð áhrif á þá einstaklinga sem verða fyrir henni.
 - Kynferðisleg viðbrögð og hegðun. Einstaklingar geta brugðist líkamlega við kynferðislegri örvun, bæði líkamlegri og andlegri. Það er mikilvægt að geta tekið upplýstar ákvarðanir er snúa að kynferðislegri hegðun, þar á meðal ákvörðun sem snýr að því hvenær einstaklingur verður kynferðislega virkur.
- Meðganga og getnaðarvarnir.
 - Að skilja, þekkja og minnka áhættu gegn kynsjúkdómum.

Sjá:

[Kyn, kynlíf og allt hitt](#)

[Miðstig | Kynfræðsla](#)

[Kynfræðsla- miðstig | Reykjavík](#)

[Spurt og svarað um kynfræðslu og hinseginfræðslu](#) hjá Jafnréttisskóla Reykjavíkur

[Aðalnámskrá grunnskóla](#)

Helstu markmið og áherslur á unglिंगastigi

Á unglिंगastigi er byggt á fyrri fræðslu þar sem hugtök, þekking og skilningur er dýpkaður ásamt öðru sem bætist við sem hæfir þroska og aldri nemenda.

Sjá:

[Unglingastig | Kynfræðsla](#)

[Kynfræðsla- unglिंगastig | Reykjavík](#)

[Spurt og svarað um kynfræðslu og hinseginfræðslu](#) hjá Jafnréttisskóla Reykjavíkur

[Aðalnámskrá grunnskóla](#)

Lög, reglugerðir og þingsályktanir

Aðalnámskrá grunnskóla (2011/2013)

Jafnræðisreglan 65.gr stjórnarskrárinnar

Lög um ráðgjöf um fræðslu varðandi kynlíf og barneignir nr.25 (1975)

Lög um jafna stöðu og jafnan rétt kynjanna nr.150 (2020)

Lög um kynrænt sjálfræði nr.80 (2019)

Lög um grunnskóla nr.91 (2008)

Samningur Evrópuráðsins um forvarnir og baráttu gegn ofbeldi á konum og heimilisofbeldi nr.210 (2011)

Þingsályktun 35/149 (2019) Aðgerðir gegn ofbeldi og afleiðingum þess

Þingsályktun 37/150 (2020) Forvarnir meðal barna og ungmenna gegn kynferðislegu og kynbundnu ofbeldi

Jafnréttisskóli Reykjavíkur tók efnið saman. Að hluta til var stuðst við texta úr aðalnámskrá grunnskóla og af heimasíðunni <https://www.kynfraedsla.net/> (Hilja Guðmundsdóttir)