Kapitel 6 – Sexualitet, relationer och samtycke

6.1 Puberteten
Puberteten brukar inträffa mellan 10 och 16 års ålder. Hos pojkar börjar puberteten oftast ett till tre år senare än hos flickor. Puberteten varar ungefär fyra till sex år.

6.2 Det manliga könsorganet
Penisens biologiska funktioner är att urinera och att delta i samlag.
Svällkropparna i penisen gör att man kan få stånd. I pungen finns testiklarna som tillverkar mannens könsceller, spermierna. De lagras i bitestiklarna. I sädesblåsorna och prostatan tillverkas den vätska som spermierna transporteras i.

6.3 Det kvinnliga könsorganet
Slidans biologiska funktioner är att ta emot penis vid samlag, fungera som utgång för menstruationsblod och vara en del av förlossningskanalen när ett barn föds. Ovanför slidan finns livmoderhalsen som leder till livmodern. I äggstockarna finns kvinnans könsceller som kallas äggceller. Varje månad släpps oftast ett ägg hos könsmogna kvinnor. Om det blir befruktat fäster det i livmodern och börjar utvecklas där.

6.4 Menscykel och PMS
Menscykeln är ungefär en månad lång. Livmoderns slemhinna förbereds för att ta emot ett befruktat ägg. Efter cirka två veckor sker ägglossning, då ett ägg släpps från en av äggstockarna. Om ägget blir befruktat fäster det i livmodern och börjar växa. Om det inte blir befruktat stöts den blodrika slemhinnan ut och kvinnan får mens. Mensen varar ungefär 2–7 dagar.

6.5 Att ha sex
Sex kan innebära olika saker och är något som känns bra för dem som deltar. För att få en bra sexuell relation är det viktigt att veta vad ens partner gillar. Man måste lyssna på varandra, visa respekt, samarbeta och visa hänsyn. Onani är att ha sex med sig själv. Det är helt ofarligt och naturligt och kan vara ett sätt att lära känna sin kropp.

6.6 Graviditet
Kvinnans ägg kan befruktas under en kort period efter ägglossningen i äggledaren. Det befruktade ägget kallas embryo och bäddas in i livmoderns slemhinna. Moderkaka och navelsträng bildas när embryot fäster i livmodern. Fostret utvecklas under cirka 9 månader (40 veckor) fram till förlossningen. Efter födseln börjar barnet andas när lungorna fylls med luft.

6.7 Preventivmedel
Preventivmedel skyddar mot oönskade graviditeter och i vissa fall även mot könssjukdomar.
De vanligaste preventivmedlen är kondom och p-piller. Att använda så kallade ”säkra perioder” eller avbrutet samlag är inte säkra metoder.

6.8 Könssjukdomar
En könssjukdom är en sjukdom som kan överföras vid sex. De kan orsakas av virus eller bakterier. Det bästa sättet att skydda sig mot könssjukdomar är att använda kondom eller femidom.

6.9 Förhållanden
I tonåren blir man ofta starkt förälskad för första gången. Det finns ingen exakt vetenskaplig förklaring till varför man blir förälskad i en viss person. En förälskelse varar ofta en begränsad tid och kan sedan förändras och mogna till kärlek.

6.10 Pornografi

Porrkonsumtionen har ökat kraftigt och har också nått yngre åldrar. Pornografi kan ge en orealistisk bild av vad sex är och speglar inte alltid verkliga relationer.
Det finns även pornografi som försöker vara mer jämställd och mindre stereotyp, ibland kallad feministisk porr.

6.11 MeToo och samtycke

När du har sex med någon krävs samtycke. Det innebär att alla parter tydligt ska ha visat att de vill delta.
MeToo-rörelsen startade 2006 i USA för att uppmärksamma hur vanligt sexuella trakasserier är och för att synliggöra tystnadskulturen kring dessa problem.

6.12 HBTQIA+

Historiskt sett har heteronormen varit dominerande och setts som det ”normala” i samhället.
Om man inte identifierar sig inom heteronormen kan man till exempel vara homosexuell, bisexuell, transperson, queer eller ha en annan sexuell läggning eller könsidentitet.