

HIMMELSKT HÄRLIGT (OCH IBLAND BESVÄRLIGT)

FRIDA OHLSSON SANDAHL

NÅGRA UTGÅNGSPUNKTER

Du känner din grupp!

Lita på att du känner dina ungdomar bäst. För en del grupper är det lättast att dela ut häftet och låta var och en läsa i fred. I andra kan det vara bättre att läsa utvalda delar tillsammans. För gemensamma samtal, börja med den del av häftet som är lättast för just dina ungdomar. Texterna fungerar i valfri ordning.

Förberedda ledare

Se till så att ni ledare (i alla åldrar) är förberedda på samtalen. Ni kan behöva gå före i diskussionerna och förslagen. Här är det också en god poäng att den som inte är bekväm med att prata om något också sätter ord på det inför gruppen. Det kan hjälpa ungdomarna att själva sätta ord på sin situation. Ni ledare visar också på det sättet att det är olika hur bekväm en känner sig med att prata om sexualitet och att det är okej att delta i samtalet ändå.

Alla finns i rummet

Utgå från att alla erfarenheter och identiteter alltid finns i gruppen. Undvik att prata om »de andra«, utan säg i stället »de av oss som ...« eller »det finns många som har erfarenhet av ...«. Vi vet aldrig allt om varandra, och ingen ska behöva känna sig stigmatiserad.

Döm inte

Lyssna! Använd de ord som ungdomarna själva använder och fråga om det är något du inte förstår. Var ärlig, det hjälper ungdomarna att våga fråga om du visar att du inte kan allt.

Hjälp till att fördela ordet om det behövs, så att flera röster kommer fram, både från ledare och ungdomar.

Du har ingen skyldighet att dela med dig av dina egna erfarenheter: fundera innan på vad du känner dig bekväm med. Respektera dina egna gränser.

Ha en frågelåda

Låt ungdomarna läsa ett eller flera kapitel i häftet, för att sedan skriva ner sina frågor och lägga dem i en frågelåda. Lägg till egna frågor om du vill. Läs igenom frågorna innan du ska besvara dem och fundera på om det är någon annan än du som bättre kan svara på någon eller några av dem.

Du kan nämna om det kommit in en kränkande frågeställning, men säg att den kommer du inte att ta med eftersom den är formulerad på ett sätt som kan vara kränkande för personer i det här rummet. Frågor som du misstänker är skrivna enbart för att provocera kan du välja att ignorera eller besvara med djupt allvar och stor respekt. Du kan också fundera över vad som ryms bakom frågeställningen – finns det frågor eller föreställningar där som du kan adressera i stället?

ATT ARBETA MED KAPITLEN I HÄFTET

Vad är sex?

Förbered post-it-lappar med ord som hångel, kyssar, hålla handen, sova ihop, kramas, onanera, ligga, smeka, chatta, prata, skicka bilder, mysa och flirta. (Lägg gärna till fler ord!)

Rita en cirkel och skriv *Sex* inuti cirkeln och *Inte sex* utanför. Låt deltagarna diskutera och sätta upp lapparna inuti eller utanför cirkeln utifrån vad ni kommer fram till. Även här kan ni lägga till fler ord, som kommer fram i samtalet.

Syftet är inte att komma fram till rätt och fel, utan att få igång ett samtal kring vad som kan uppfattas som sex.

Sexuell hälsa

Diskutera tillsammans:

- Vad är hälsa och ohälsa?
- Vad är sexuell hälsa och ohälsa?
- Vad upplever ungdomarna för förväntningar och normer kring sex och relationer? (Till exempel vem som kan vara ihop med vem, om det är viktigt att vara i en relation, vad en förväntas tycka när det gäller sex och så vidare.)
- Borde vi prata mer om sex?
- Vem är bäst att vända sig till för att få hjälp att prata om sin sexuella hälsa? Vad finns det för fördelar och nackdelar med att fråga sina föräldrar, en kompis, internet eller hälsovården?
- Hur påverkar sexualiteten livet och livet sexualiteten?

Sex i Bibeln

Läs 1 Mos 2:24. Det här säger Gud efter att de första människorna skapats.

- Vad menas med att »de två blir ett« som 1 Mos 2:24 säger? Kan det finnas flera olika aspekter? (Till exempel både fysiskt och känslomässigt.)
- Vad är det som är så speciellt med sex när det gäller att knyta ihop två människor?
- Vad kan det finnas för argument för att vänta med sex tills efter giftermål? Vad kan det finnas för argument mot?
- När är det viktigt för relationen att markera utåt och för varandra att man är ihop?

Återge berättelsen om David och Jonatan. Det citerade stycket i häftet från 1 Sam 20 utspelar sig efter att Jonatan fått veta att hans pappa vill döda David. De inser att David måste fly, och de vet inte om de någonsin kommer att träffas igen.

- Hur är det att älska någon lika högt som sitt eget liv?
- Vad tror ni rör sig inom David och Jonatan i denna stund?
- På vilket sätt kan Gud hjälpa oss i våra kärleksrelationer?

Läs eller återge berättelsen om Dina i 1 Mos 34. Det är långt ifrån den enda berättelsen om övergrepp i Bibeln, men den sticker ut genom att övergreppet inte är normaliserat utan väcker ett massivt raseri hos männen i Dinas närhet. Resonera tillsammans:

- Vad i berättelsen hade kunnat hända i dag och vad vittnar om att detta utspelar sig i en annan tid och en annan kultur?
- Tror ni att Dinas bröder agerar av kärlek till henne eller för att deras egen heder kränkts?
- Vad tror ni hände sen?

Utsatthet

Läs texten i häftet. Låt ungdomarna ge exempel på vilka grupper som kan vara utsatta och spåna fram olika sätt att stötta den som är utsatt. Du kan också låta dem dramatisera bibelverserna som nämns i kapitlet, antingen som de berättas i Bibeln eller omgjorda till nutids-scenarion. Hur agerar Jesus i de här situationerna? Hur hade någon av åskådarna kunnat agera för att stötta? Gör dramerna till övningar i civilkurage!

Och kom ihåg – bara för att en grupp är utsatt, betyder inte det att alla i gruppen upplever utsatthet. Likväl som att enskilda personer i normgruppen kan leva med mycket utsatthet.

Har alla andra sex? / Jag vill inte ha sex

Vi människor jämför oss ofta med varandra. Det gäller sexualitet och en mängd andra saker. Diskutera med gruppen:

- I vilka situationer känner du igen att du eller dina vänner jämför er med andra?
- Finns det tillfällen när det inte spelar någon roll hur andra är?
- Hur behandlar vi den som är annorlunda?
- Hur kan vi hjälpa varandra att våga vara oss själva?

Vänta eller ligga

Gör två cirklar, en med rubriken *Kärleksrelation* och en med rubriken *Vänskapsrelation*.

Vad tillhör respektive relation? (Exempelvis: höras varje dag, bekräfta kärlek, fråga hur den andra personen mår, kramas, hålla handen, träffa familj/släkt, ha sex, gå på bio, åka på semester tillsammans, bo ihop.)

Låt ungdomarna skriva svar på post-it-lappar och sätta i de olika cirklarna. Sammanfatta tillsammans vad ni har kommit fram till.

- Vad går att ta bort från respektive cirkel utan att det slutar kännas som en kärleksrelation respektive vänskapsrelation?
- Vad kan en göra om en vänskapsrelation börjar kännas som en kärleksrelation? Och tvärtom?

Sex och samtycke / Sluta tjata!

Resonera tillsammans om ja-signaler, nej-signaler och kanske-signaler. Samla in förslag på de olika signalerna och skriv på en white board. Uppmuntra deltagarna att tänka kring ord (vad vi säger), handlingar (hur vi visar med kroppen) och ljud (hur vi låter). Diskutera tillsammans:

- Kan de olika signalerna (ord, handling, ljud) vara bra vid olika tillfällen?
- Hur gör en när en är osäker på vad den andre vill?
- Det kan vara jobbigt att få ett nej, och det kan vara jobbigt att signalera nej. Hur kan en hantera det?
- Vart går gränsen mellan att visa att en vill och att tjata?

Något om lagar

RFSU har korta fallbeskrivningar utifrån frågan: »Är det lagligt för dessa personer att ha sex?« Se www.rfsu.se/sex-och-relationer/for-pedagoger-och-yrkesverksamma/metodbanken/arskurs-7-9/samhallet/gissa-lagen/

5 tips – så pratar du med din partner om sex

Dela upp ungdomarna i grupper om 3–5 deltagare. Varje grupp har en samtalsledare – ta gärna hjälp av dina unga ledare. Diskutera:

- Varför är det bra att kunna prata om sex?
- Vad kan bli sämre av att prata om sex med sin partner?
- Har ni fler tips att fylla på listan med? (Ett sätt att få igång diskussionen kan också vara att börja med att lista dåliga sätt.)

Sammanfatta samtalen i storgrupp.

Vad innebär trohet?

Resonera tillsammans om vad trohet och lojalitet i en relation kan innebära. Hur kan en visa stöd och att partnern är viktig? På vilket sätt finns trohet och lojalitet även i familje- och vänskapsrelationer?

Resonera också om hur definitioner för otrohet kan se ut. Ni kan resonera om fysisk, känslomässig och digital otrohet.

Att titta på porr

Gör två spalter på en white board. Den ena spalten har rubriken *Så framställs sex i porr*. Den andra har rubriken *Så kan vanligt sex vara*. Hjälps åt att tillsammans lista exempel under respektive rubrik. Resonera om vad eventuella skillnader mellan spalterna får för konsekvenser.

Var tydlig med att det är helt okej att gissa – ingen ska behöva ha någon erfarenhet för att kunna delta i samtalet. Förbered gärna ledarna på att komma med förslag!

5 tecken på ...

Diskutera:

- Vilka tecken finns det på att en kompis är i en relation som inte är bra?
- Hur kan du hjälpa din kompis?

Låt gruppen komma med förslag. Om det blir tyst i den stora gruppen, låt deltagarna börja med att prata två och två.

Efter att alla förslag kommit fram, låt deltagarna diskutera hur det skulle vara att ha en relation som en kompis ifrågasätter. Vad skulle göra att det tolkas som omsorg? Vad skulle göra att det uppfattades illojalt?

När sex blir en dålig lösning på en svår situation

Diskutera:

- Vad kan göra att en person väljer att sälja sex mot ersättning?
- Vad kan göras i samhället för att hjälpa den som behöver hjälp?
- Vad kan samhället göra för att se till att färre köper sex?

Påminn om att det alltid är olagligt att köpa sex mot ersättning, men inte olagligt att sälja sex mot ersättning. Resonera om varför lagen ser ut som den gör. Påminn också om tipsen på webbsidor i häftet, där den som behöver det kan få personligt stöd. Samt att den som misstänker att en kompis säljer sex kan behöva ta hjälp av en vuxen.

I nöd och lust

Tre texter som är vanliga vid kyrkliga vigslar är Rut 1:16–17, Höga v 8:6–7 och 1 Kor 13. Läs dem tillsammans och diskutera.

»Dit du går, går också jag ...« (Rut 1:16–17)

- Rut säger detta till Noomi, innan hon bokstavligt talat lämnar sitt eget folk för att bli en del av Noomis folk. Vad kan orden betyda i dag?
- Vilka fördelar och vilka utmaningar finns det i att leva tillsammans med en människa hela livet?

»Stark som döden är kärleken ...« (Höga visa 8:6–7)

- Här beskrivs kärleken som en mäktig eld. Eld kan både värma, skydda och skada. På vilket sätt stämmer det överens med kärlek?
- »Mäktiga vatten kan inte släcka kärleken«, säger bibeltexten. Vad kan släcka kärlek?

»Kärleken är tålmodig och god ...« (1 Kor 13)

- Vilken del av beskrivningen tycker du bäst om?
- Finns det någon del du inte håller med om?

Extra övning: Stereotyper

Klipp ut tidningsbilder eller skriv ut bilder från internet av kvinnor och män och icke-binära. Klistra upp bilderna på blädderblocksblad. Försök beskriva vad ni ser i bilderna. Hur ser kvinnor/män/ickebinära ut? Vad signalerar kroppsspråk, ansiktsuttryck, bakgrund, kläder, bildens kameravinkel?

- Hur blir det för den kille som inte ser ut som på bilden?
- Hur uppfattas en tjej som inte ler på bild?
- Hur bemöts en person där det är svårt att förstå om det är en tjej eller kille?
- Vad får det för konsekvenser att reklam riktad till olika grupper ser så olika ut?
- Alla vet bilder på sociala medier ofta visar manipulerade bilder och att många vackra kändisar har fått mycket hjälp med sitt utseende. Ändå kan vi inte låta bli att påverkas. Vad kan vi göra åt detta?

Länktips

RFSU:s metodbank innehåller mängder av praktiska förslag: www.rfsu.se/sex-och-relationer/for-pedagoger-och-yrkesverksamma/metodbanken/.



Himmelskt härligt (och ibland besvärligt)

Sex och kristen tro för tonåringar och unga vuxna

Frida Ohlsson Sandahl

Argument Förlag

Finns att beställa på www.argument.se.