



OPPLEGG FOR KONFIRMASJONSTIDEN
Forslag pr. mars 2014, skrevet av Gaute Brækken

Hva mener jeg?

Dette opplegget tar opp temaer som gjelder grensesetting og seksualitet. Man kan plukke ut temaer og metoder fra opplegget og tilpasse dette selv.

- Hensikt:** Å oppfordre konfirmantene til å ta aktive valg, og stå for det de mener.
Å hjelpe konfirmantene til å reflektere over spørsmål som angår seksualitet og grensesetting, slik at de kan gjøre gode valg for egne liv.
- Tidsbruk:** 45 minutter
- Metode:** Disse aktivitetene kan brukes i en gruppe på opp til 50 konfirmanter samlet. Konfirmantene tar valg gjennom å gå til ulike plasser på et åpent gulv. Når de har tatt et valg, snakker de sammen to og to eller tre og tre med noen de står i nærheten av, om det valget de har tatt. Det er lov å skifte mening underveis. Lederen oppsummerer ved en samtale i plenum, der de ulike gruppene får dele litt om hva de snakket om. Lederen kan stille noen oppfølgingsspørsmål og komme med utfyllende kommentarer.

Fakta

En kan begynne med ett eller to spørsmål om fakta, der det er svaralternativer. Det krever ikke så mye av konfirmantene å gjette på et riktig svar. Det er viktig å forklare reglene godt, og å markere tydelig hvor en skal stå for de ulike svaralternativene. Gjenta spørsmålet og svaralternativene.

Hvor mange menn og kvinner i Norge venter til de er over 18 år før de ligger med noen?

Poenget med spørsmålet er å formidle faktakunnskap og å imøtegå ungdoms forestillinger om at «alle andre» har gjort «det».



De fleste
Halvparten
En av tre
20%
En av ti
Nesten ingen

Spørsmål til oppfølging:

Var det noen som ble overrasket over dette? Hvorfor / hvorfor ikke?

Kommentarer:

Voldtekt og incest er ikke å ha hatt sex! Spørsmålet her er når man frivillig velger å ligge med noen første gang. Sex kan være mye annet enn å ligge sammen.



Fakta om seksuell debut i Norge:

1 av 3 før fylte 16 år

1 av 3 mellom 16 og 18 år

1 av 3 over 18 år

Kilde: ung.no

Hva betyr det at den seksuelle lavalderen i Norge er 16 år?

Poenget med spørsmålet er å formidle faktakunnskap om hva norsk lov sier, og å gi konfirmantene et argument for å vente. Dette kan også sette i gang tanker hos noen som har blitt presset til å ha sex.

At du kan bli satt i fengsel hvis du ligger med noen før du fyller 16 år

At det ikke er lov å ha sex med noen som er under 16 år

At det ikke er lov for to som ikke er fylt 16 år å ha sex med hverandre

At du bør begynne å ha sex når du er 16 år



Spørsmål til oppfølging:

Her er både svaralternativ to og tre riktige forståelser av loven. Var det noen som ble overrasket over det? Hvorfor / hvorfor ikke? Når er man gammel nok til å ligge sammen?

Kommentarer:

Loven er til for å si at man ikke er klar for å ha sex før en fyller 16 år, og for å beskytte barn mot sexpress. Seksuelle overgrep kan skje med alle, og alle kan være en overgriper, selv om de ikke mente det sånn. En person på 16 år kan bli straffet for å ha sex med mindreårige, men her er det mange forhold som spiller inn, som hvor stor aldersforskjellen er og hvordan relasjonen mellom de to er. Uansett skal slike forhold alltid anmeldes til politiet. Loven er strengere når det gjelder barn under 14 år. Det er ingen unnskyldning at den andre har løyet på sin egen alder. Det er mange gode grunner for å vente med å ha sex selv om en er «blitt lovlig».

§ 195.

Den som har seksuell omgang med barn under 14 år, straffes med fengsel inntil 10 år. Dersom den seksuelle omgangen var samleie, er straffen fengsel i minst 3 år.

Fengsel inntil 21 år kan idømmes dersom

- handlingen er begått av flere i fellesskap,
- handlingen er begått på en særlig smertefull eller særlig krenkende måte,
- handlingen er foretatt overfor barn under 10 år og det har skjedd gjentatte overgrep,
- den skyldige tidligere har vært straffet etter denne bestemmelsen eller etter § 192, eller
- fornærmede som følge av handlingen dør eller får betydelig skade på legeme eller helse. Seksuelt overførbar sykdom og allmennfarlig smittsom sykdom, regnes alltid som betydelig skade på legeme eller helse etter denne paragrafen.



Villfarelse om alder utelukker ikke straffeskyld.

Straff etter denne bestemmelsen kan falle bort eller settes under det lavmål som følger av første ledd annet punktum dersom de som har hatt den seksuelle omgangen, er omtrent jevnbyrdige i alder og utvikling.

§ 196.

Den som har seksuell omgang med barn under 16 år, straffes med fengsel inntil 6 år. Fengsel inntil 15 år kan idømmes dersom

- handlingen er begått av flere i fellesskap,
- handlingen er begått på en særlig smertefull eller særlig krenkende måte,
- den skyldige tidligere har vært straffet etter denne bestemmelsen eller etter § 192 eller § 195, eller
- fornærmede som følge av handlingen dør eller får betydelig skade på legeme eller helse. Seksuelt overførbar sykdom og allmennfarlig smittsom sykdom, regnes alltid som betydelig skade på legeme eller helse etter denne paragrafen.

Villfarelse om alder utelukker ikke straffeskyld, med mindre ingen uaktsomhet foreligger i så måte.

Straff etter denne bestemmelsen kan falle bort dersom de som har hatt den seksuelle omgangen, er omtrent jevnbyrdige i alder og utvikling.

Kilde: lovdata.no

Påstander

Her skal konfirmantene gjøre seg opp sin egen mening om påstander som lederen leser opp. I motsetning til den første øvelsen er ikke dette fakta med et fasitsvar, men vurderinger som en selv må gjøre. Svaralternativene er JA og NEI. En side av rommet er ja til påstanden, den andre siden er nei til påstanden. Poenget med aktiviteten er å få frem ulike synspunkter på etiske problemstillinger, og måter å argumentere for det ene eller for det andre på. Dette er ikke for å få vite hva hver enkelt mener, men for å vise at det finnes ulike måter å tenke om saker på. Den enkelte må prøve å gjøre seg opp sin egen mening, og man trenger ikke å si høyt hva man mener hvis man ikke vil. Noen av lederne kan med fordel delta i aktiviteten og si hva de mener. Da får de mulighet til å komme med sine meninger mer på samme nivå som konfirmantene.

Forslag til påstander – velg én påstand fra hver kategori:



GrenseSetting

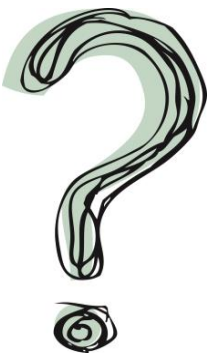
- A Når to mennesker er glade i hverandre, tar man ikke skade av å ha sex
- B Det er mange unge som drikker seg fulle første gang de har sex
- C Jeg synes det er greit om noen deler flørtete bilder med meg

Spørsmål til oppfølging:

- A Hvordan kan man være sikker på at den andre ønsker å ha sex?
Hva menes med å ha sex?
Hva betyr det å ta skade?
Hvordan vet du hvor dine egne grenser går?
- B Hvorfor drikker man alkohol når man vil ha sex?
- C Er det forskjell på hvem det er som flørter med deg?

Kommentarer:

- A Selv om man er glade i hverandre, kan man smitte med kjønnssykdommer eller bli gravide. Helt sikker prevensjon finnes ikke. Det kan gjøre vondt å ha sex, og det kan være vanskelig å si i fra om. Man kan angre etterpå man har hatt sex, og det kan ødelegge forholdet. Man kan ha lyst først, men så ombestemme seg underveis.
- B Når man drikker alkohol, blir grensene mellom mennesker annerledes enn de ellers er. Dette kan noen utnytte for å finne en å ha sex med. Når man har drukket, er det vanskeligere å si nei. Noen som egentlig ikke tør å ha sex, gjør det fordi de har drukket. Hva er poenget med å ha sex hvis man ikke kan huske noe av det dagen etterpå?
- C Hvor går grensen mellom flørtete bilder og private bilder som man bare vil vise til kjæresten? Er det forskjell på hva man kan få av bilder fra jevnaldrende og fra voksne? Relasjonen du har til den andre har mye å si for hvordan grensene dine er.



Gutter og jenter

- A Gutter og jenter har like stort behov for sex
- B Jenter er flinkere enn gutter til å ta på hverandre og gi hverandre gode klemmer
- C Det er normalt at gutter forelsker seg i gutter, og at jenter blir forelsket i jenter

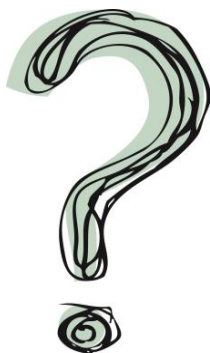
Spørsmål til oppfølging:

- A** Er det forskjeller på gutter og jenter når det handler om sex?
Hva betyr å ha behov for sex?
- B** Hvis det er slik at gutter er redde for å klemme hverandre, hva kan det komme av?
- C** Hva tenker du at ordet normalt betyr i denne sammenhengen, at det er vanlig eller at det er greit?
Betyr det å forelske seg i en av samme kjønn at man er homo?
Hva er forelskelse?

Hva gjør man egentlig sammen når man er kjærester?

Kommentarer:

Hvis jenter er mer vant til å bli tatt på, kan det føre til at de ikke er vant til å passe på sine egne grenser? Det finnes veldig mange ulike måter å klemme på. Når er det greit å klemme, og når er det ikke det? Hvis det er grunnleggende forskjeller på gutter og jenter, hva er i så fall forskjellen? Og er det medfødte eller tillærte forskjeller? Å bli forelsket i noen kan føles både veldig godt, og veldig frustrerende. Uansett hvem man blir forelsket i, har man selv et ansvar for å holde avstand hvis ikke forelskelsen er gjensidig. Det å bli forelsket i noen trenger ikke å bety at man har lyst til å ha sex med den personen. Noen unge kjærestepar forteller at de har sex fordi det er det kjærester gjør, og de vet ikke om andre måter å være kjærester sammen på. Hvordan kan man stå i mot sexpress? Det går an å si nei til sex selv om man er kjærester. Det er veldig mange ulike ting man kan bli kåt av, og det er helt vanlig. Man har alltid ansvar for å ikke krenke noen, selv om man har sterk trang til å gjøre noe som går ut over andre. Noen opplever at de har en kropp med feil kjønn. Noen vet ikke helt om de er gutter eller jenter, eller er ikke så opptatt av å være det ene eller det andre. Det er helt greit.



Sex

- A** Jeg har fått god seksualundervisning på skolen
- B** Det er flaut å innrømme at man er jomfru
- C** Å ha sex med noen trenger ikke å ha noe med følelser å gjøre

Spørsmål til oppfølging:

- A** Hva synes du er god seksualundervisning?
Hva har du lært om seksualitet, og hva har du ikke lært?
- B** Hva betyr det å være jomfru?
Er det forskjell på gutter og jenter om det er bra å være jomfru eller ikke?
Hva skal til for å bli stemplet som hore?
- C** Kan et menneske koble sine egne følelser helt ut?

Kommentarer:

- A** Å få vite hvordan et barn blir til, og hvordan en kan unngå det når en ligger sammen, er ikke tilstrekkelig seksualundervisning.
- B** Sex og intimitet er mye mer enn det å ligge sammen. Hvis to blir glade i hverandre, kan man være god med den andre på mange måter. Hvis det i et ungdomsmiljø er viktig å ha «gjort det» innen en viss alder – hvorfor er det så viktig? Kan det ikke være fint å ha en kjæreste som ikke har ligget med noen, eller forventer du at den andre skal ha seksuell erfaring?
- C** Man kan klare å ha sex uten å bry seg om den man har sex med, men sex er intimt og kan vekke mange såre følelser. Det føles bedre å ha sex med et menneske du er glad i.

Velg på en skala fra 1 til 6

Dette er en aktivitet hvor en ikke trenger å bestemme seg for enten ja eller nei, men der det er ulike grader av enighet eller uenighet om det som blir sagt. I rommet markeres tydelig seks ulike soner fra en til seks, hvor 1 er helt uenig, 6 er helt enig. Det er viktig at det ikke endres underveis på hvor man skal stå hvis man er enig og hvor man skal stå hvis man er uenig, det kan skape forvirring.



- A** En kan lære mye om sex av å se porno
- B** Å dele ut kondomer er å oppfordre til å ha sex
- C** Å ta abort er en god løsning hvis man blir gravid

Spørsmål til oppfølging:

A Hva er fordeler og ulemper med å lære om sex av å se på porno?

Er det galt å se på porno?

B Kan man gi kondomer til noen som er under 16 år, eller oppfordrer man da til lovbrudd?

Hvor viktig er det å få gratis prevensjon?

C Hvem synes du skal bestemme om en ung gravid jente får ta abort?

Hvilke grunner kan det være for og mot å ta abort?

Kommentarer:

- A** Pornoindustrien utnytter kvinner, og ved å se på porno støtter man utnyttelsen av kvinner. Porno kan gi et galt bilde av hvordan det er for to mennesker som er glade i hverandre å ha sex, fordi det er skuespill. De kroppene man ser i pornofilmer er ikke vanlige kropp, og man kan få komplekser for sin egen kropp. Mange ser på porno for å bli kåte, og for å runke. Det er fint å runke! Noen bruker veldig mye tid på porno, og blir veldig opptatt av porno. Da bør man passe seg.
- B** Hvis to personer blir enige om å ha sex, må man i hvert fall være ansvarlig nok til å bruke prevensjon og kondom. Hvis man ikke er gammel nok til å snakke sammen om det å ha sex og mulige konsekvenser av det, er man ikke gammel nok til å ha sex! Selv om man har hatt sex én gang, betyr ikke det at man trenger å si ja til å ha sex neste gang, hvis man ikke vil. Du bestemmer over din egen kropp!
- C** Hvis en ungdom blir uønsket gravid, finnes ingen gode løsninger, det blir vanskelig uansett. Det er ikke bra å presse noen til å ta abort, selv om det kan virke mest fornuftig der og da.



Oppsummering

Har dere noen tanker til slutt om hva vitsen med disse aktivitetene er?

Hva synes dere om opplegget og denne måten å snakke sammen på?

6 regler om sex

Alle parter må være enige om at de skal ha sex.
Er du i tvil, så spør!

Du avgjør selv når og hvor du vil ha sex, og hvem du vil ha sex med.

Du skal respektere at andre har den samme retten.

Du kan alltid ombestemme deg. Det kan også den andre parten.

Overstadig berusede og sovende personer kan ikke samtykke til sex.

Ta vare på hverandre, og bry deg om hva vennene dine gjør!



Amnestys seks regler om sex kan være et utgangspunkt for samtale. Synes konfirmantene at dette er gode eller dårlige regler? Hva er bra regler, og hva er mindre bra regler?

Verdens Helseorganisasjons definisjon av seksualitet:

«Seksualitet er en integrert del av ethvert menneskes personlighet; kan ikke skilles fra andre sider av livet. Seksualitet er ikke det samme som samleie eller evnen til å få orgasme, seksualitet er mye mer.

Den finnes i den energien som driver oss mot å søke kjærlighet, varme og nærhet. Seksualitet uttrykkes i det vi føler, hvordan vi beveger oss, og hvordan vi berører og berøres av andre. Seksualitet påvirker våre tanker, følelser, handlinger og vårt samspill med andre mennesker.»

Hva er Seksualitet

Verdens helseorganisasjons definisjon av seksualitet kan være hensiktsmessig i møte med konfirmanter. Gud har skapt mennesket med seksualiteten som en integrert del, som ikke kan skilles fra resten av det skapte mennesket. Seksualitet handler om noe grunnleggende ved det å være menneske og å ha et sunt og reflektert forhold til seg selv og andre. Derfor må vi snakke om sex som noe annet og noe mer enn det som handler om ekteskap og å få barn. Vår forståelse av seksualitet spiller inn når vi snakker om kropp, selvbilde og identitet. Det handler om vennskap, relasjoner og kjærlighet. Og det preger hvordan vi snakker om følelser og grenser.

Å snakke om kjærlighet, berøring og relasjoner

I arbeid med ungdom må man snakke naturlig om seksualitet, og det må være rom for å svare på det konfirmantene lurer på. Konfirmantene trenger en motvekt til bilder av urealistiske parforhold og idealisert og virkelighetsfjern sex som de møter i ulike medier. Å snakke om gode og vonde erfaringer av berøring kan være en god innfallsvinkel til å snakke om seksualitet – og da handler det ikke bare om bryster og kjønnsorganer! Det kan være en klem som var ubehagelig, som varte lenger enn den skulle, eller var fra en person en ikke forventet en klem fra. Det kan være et kyss på kinnnet, å holde hender eller hvor godt det er å ligge inntil et annet menneske med klær på.

Konfirmanter kan ha behov for å høre at det er bra å ta på sin egen kropp, bli kjent med kroppen sin og bli glad i den kroppen man har. At det er helt vanlig å tilfredsstille seg selv seksuelt, og ingenting å bekymre seg for, kan også være viktig å få fram. På den måten kan man selv finne ut hva en synes er god berøring. Å omtale utprøving sammen med andre og testing av grenser som normalt, er ikke det samme som å oppfordre til dette, eller å signalisere at «alt er greit». Det er vanlig for konfirmanter å ha prøvd ut seksuelle grenser med jevnaldrende uten å være kjærester, og en kan være forelsket i eller ha seksuelle erfaringer med en av samme kjønn, uten at det betyr at en er homo. Hvilke gode eller dårlige erfaringer en har gjort sammen med andre, trenger ikke å definere hvem en er, og det kan ungdom trenge å bli fortalt. I en fase av den seksuelle utviklingen har ungdom mest fokus på egne lyster og behov når de er sammen med en partner, og da er det bra å samtale om ansvarlighet og hvor viktig det er å beskytte seg med kondom. I et mer etablert parforhold motiveres sex og seksuell tilfredsstillelse like mye av den andres ønsker og behov, og dette kan en gjerne snakke med konfirmantene om.

Følelser og grenser

En bør være varsom med å oppfordre til flørting mellom konfirmantene. Forelskelser som ikke blir gjengjeldt, kan være krevende å takle for en ungdom. Det oppleves vanskelig å avvise den andre uten å føle seg «slem», og det er tøft å takle avvissningen. Sjalousi, misunnelse, ensomhet, sinne, frustrasjon – det er mange følelser som gjør seg gjeldende, og det kan være vanskelig å sortere hva som er hva. En vid forståelse av seksualitet kan gi hjelp til selv å oppdage og reflektere over når vi påtvinger andre vår egen seksualitet, og når vi uønsket utsettes for andre menneskers seksualitet. Det er alltid makt med i bildet i en relasjon mellom to mennesker. Lederen bør ha i bakhodet at ikke alle gutter blir forelsket kun i jenter, og at ikke alle jenter forelsker seg i gutter.

KjønnSroller og normer

Ungdomsmiljøene har skrevne og uskrevne regler for akseptert og ikke-akseptert oppførsel. Normer kan bidra til å bygge opp under feilaktige forestillinger som at gutter alltid vil ha og er klare for sex, mens alle jenter er ansvarlige og setter grenser. De guttene og jentene som ikke ønsker eller klarer å oppføre seg i tråd med normen som gjelder for ens eget kjønn, kan få det vanskelig. Sammen med konfirmantene kan man jobbe med bevisstgjøring av hvilke normer som gjelder, og hvordan normer dannes. Det kan bidra til bryte ned fordommer, unngå misforståelser og skape større rom for den enkelte til å være seg selv.