

RISK

**Modige samtaler
om respekt, identitet, seksualitet og kropp**



R

RESPEKT

ØVELSER: RESPEKT

DE FLESTE MENNESKER har hatt både gode og vonde erfaringer med berøring og intimitet. Det kan være en klem som varte lenger enn den skulle eller var fra en person en ikke forventet en klem fra. Det kan være et kyss på kinnet, å holde hender eller å ligge inntil et annet menneske med klær på.

Respekt betyr «å se om igjen». Respekt kan være en nøkkel til å unngå å gi andre vonde erfaringer. Økt bevissthet om respekt for seg selv kan være en nøkkel til å få mot til å sette grenser. Det er viktig å øve seg både i å gi eller ikke gi samtykke, å spørre om samtykke og å vise respekt for den andres ønsker. Dette vil være fokus for disse øvelsene.

Øvelse 1:

«Jeg tolererer deg»

ALDER: 15-30 år

TID: 15-20 minutter

ROM: Tilrettelagt for samtale i grupper

UTSTYR: -

GRUPPESTØRRELSE: Passer både stor og liten gruppe

Toleranse kommer av latinsk «tolerantia», som betyr «å tåle» eller «å holde ut». Det handler altså om å tåle eller holde ut en annens synspunkt eller person.

Denne øvelsen gir en introduksjon til å snakke sammen i en gruppe om forskjellen på respekt og toleranse. Uttrykt toleranse kan nemlig brukes til

å understreke at den andre har et avvik som må tolereres, ikke at den andre er like normal som alle andre.

Øvelsen ledes av en eller flere personer som kjenner reglene og formålet. Deltakerne går sammen to og to. Det er et poeng at formålet med øvelsene er ukjent for deltakerne. Den som leder øvelsen, gir følgende oppdrag til parene, ett og ett i denne rekkefølgen:

1. Den ene skal kommentere noe nøytralt ved den andre, men ikke vurdere det. For eksempel: «Jeg ser at du har på deg genser.» «Jeg ser at du står på golvet.» «Jeg ser at du har flettet håret ditt.»
Formålet med dette er å illustrere at det å kommentere noe i seg selv kan oppfattes som en verdivurdering og en makt demonstrasjon.
2. Den ene skal kommentere noe nøytralt ved den andre, og legge til at h*n tolerer det. For eksempel: «Jeg ser at du har på deg genser, og det tolererer jeg.» Den andre skal takke.
Formålet med dette er å kjenne på hvordan det er å bli tolerert uten å ha bedt om toleransen. Mange som tilhører en minoritet eller har et spesielt utseende, opplever at andre får behov for å fortelle dem at de tolererer dette, også i situasjoner der det som blir "tolerert" ikke oppleves som relevant.
3. Bytt roller, og gjør pkt. 1 og 2 en gang til, slik at begge har fått være den som tolererer den andre.

Spørsmål til samtale:

- Hvordan var det å bli tolerert?

- Hvordan var det å tolerere?
- Har dere noen eksempler på noe som ofte blir møtt med "toleranse" av en majoritet?

Eksempler på noe som ofte blir møtt med toleranse, kan være å ha en annen hudfarge enn majoriteten, å ha en kjæreste av samme kjønn som en selv eller å ha et annerledes utseende.

Øvelse 2:

Sunn, sikker, samtykkende

ALDER: 15-30 år

TID: 15-20 minutter

ROM: Tilrettelagt for felles samtale

UTSTYR: Tavle eller flipover

GRUPPESTØRRELSE: Passer både stor og liten gruppe

Skeiv ungdom har lansert begrepene «sunn», «sikker» og «samtykkende» som utgangspunkt for den enkeltes vurdering av seksuelle relasjoner.

Bruk tavle eller ark og skriv opp tre stikkord: Sunn, sikker, samtykkende. Finn assosiasjoner og forklaringer til hva disse ordene kan ha med seksualitet å gjøre og skriv opp dette. Kom med eksempler på situasjoner og praksiser som er sunne, sikre eller samtykkende. Kom deretter med eksempler på situasjoner og praksiser som ikke er sunne, sikre eller samtykkende.

Øvelse 3:

Tvungen samtykke

ALDER: 15-30 år

TID: 15-20 minutter

ROM: Tilrettelagt for samtale to og to

UTSTYR: -

GRUPPESTØRRELSE: Passer både stor og liten gruppe

Gå sammen to og to. Først skal den ene stille spørsmål til den andre med forslag om hva man skal finne på, og den andre må svare «ja» på alle

spørsmålene. Gi gjerne beskjed om hvor mange spørsmål det skal være, for eksempel ti. Deretter byttes rollene. I neste omgang må begge svare nei på alle spørsmål.

Spørsmål til samtale:

- Hvordan føles det å bli tvunget til å si ja eller nei mot sin vilje?
- I hvilke situasjoner kan vi oppleve at det er vanskelig å si nei?
- Hvordan kan vi skape en kultur i gruppa som gjør det mulig å si ja eller nei slik man ønsker?

Øvelse 4:

Rundt grøten

ALDER: 15-30 år

TID: 15-20 minutter

ROM: Åpent rom uten stoler

UTSTYR: -

GRUPPESTØRRELSE: Passer både stor og liten gruppe

En person går ut av rommet. Resten av gruppa får vite at denne personen skal spørres om å bli med på berg- og dalbane. Imidlertid skal alle spørsmålene gå «rundt grøten». Intervjuobjektet skal ikke vite hva spørsmålene egentlig dreier seg om.

Resten av gruppa skal etter hvert spørsmål bevege mellom «Ja» ved den ene veggen og «Nei» ved den andre veggen. Jo mer positiv de tror at intervjuobjektet er til å bli med på berg- og dalbane, jo nærmere skal de stå «ja». Jo mer negativ de tror personene er, jo nærmere skal de stå «nei». Intervjuobjektet skal ikke vite at den ene veggen representerer «ja» og den andre representerer «nei». Hent nå intervjuobjektet inn. Still spørsmålene. Etter hvert spørsmål får gruppa anledning til å bevege seg mellom «ja» og «nei». Når alle spørsmålene er stilt, spør du intervjuobjektet om h*n skjønte hva spørsmålene egentlig handler om.

1. Liker du å være sammen med andre folk?
2. Liker du fart og spenning?
3. Liker du litt action?

4. Liker du å ha vind i håret?
5. Du har ikke tunnelskrekke?
6. Gjør det deg noe å stå litt i kø?
7. Det går litt opp og ned her i livet, ikke sant?
8. Du blir ikke lett kvalm?
9. Er du glad i å henge opp-ned?
10. Du har ikke noe imot å være spent fast i noen minutter?
11. Av og til er det godt at alt bare går på skinner, er det ikke?

Spørsmål til samtale:

- Hvorfor stilte du deg på ditt punkt mellom «ja» og «nei»?
- I hvilke situasjoner er det vanskelig å tolke andre?
- I hvilke situasjoner er det vanskelig å være tydelig?
- Hvordan kan vi sammen bidra til å skape en kultur for tydelighet?

Øvelser i andre opplegg knyttet til dette temaet

Forslag til øvelser fra ««Homo-hore-jøde-terrorist-svarting» – sier vi». Ressursmaterieell om antisemittisme, islamofobi og antisiganisme til bruk i Den norske kirke (2013), utarbeidet av Kirkelig dialogsentre (Ansvarlig utgiver Mellomkirkelig råd for Den norske kirke).

Tilgjengelig på: http://www.ressursbanken.no/wp-content/uploads/2013/11/SierVi_A4_Nedlasningsformat.pdf

- «Tusen tegninger» s. 37 i pdf-fil
- «Hva vi kaller hverandre, hvem vi er» s. 39 i pdf-fil
- «Hybeløvelsen» (opprinnelig utviklet av Skeiv Ungdom) s. 56 i pdf-fil