



Harjoitus: Seksuaalisuuteni tutkiminen

Tavoite

Hahmotat, millainen suhde seksuaalisella suuntautumisellasi on sukupuoleesi.

Ohje

Lue alta löytyvät kysymykset. Pohdi niihin vastauksia joko mielessäsi tai kirjoittaen alla olevaan laatikkoon. Voit valita kysymyksistä ne, jotka sopivat omaan tilanteeseesi.

- Keistä olen kiinnostunut seksuaalisesti ja/tai romanttisesti?
- Millaisia ajatuksia ja tunteita tämä minussa aiheuttaa?
- Miten uskon muiden näkevän minut sen perusteella, keistä olen kiinnostunut? Mikä tässä tuntuu hyvältä? Mikä taas ei tunnu hyvältä?
- Millainen rooli tuntuisi minulle hyvältä seksissä tai parisuhteessa?
- Millaista roolia en halua seksissä tai parisuhteessa?
- Miten nämä kokemukset vaikuttavat ajatuksiini sukupuolestani?

Millaisia ajatuksia minulla on seksuaalisuudestani?