



# Övning: Hur började mitt sexuella intresse för barn?

---

## Mål

Du förstår när ditt sexuella intresse för barn började eller när du först identifierade det.

## Anvisning

Fundera på frågorna nedan för dig själv eller skriv svaren i rutorna nedan. Du kan också rita mönstret nedan på ett papper och skriva dina svar där.

---

### **1. Återkalla den tidpunkt då du för första gången märkte att du var sexuellt intresserad av barn.**

Hur gammal var du? I vilken situation var du? Vem annan var på plats?

T.ex. "Jag var 15 år gammal. Det var sommar och jag och mina vänner var på stranden. Jag tittade på barnen som simmade i vattnet."

### **2. Hurdana var dina sexuella tankar i den situationen?**

T.ex. "Jag lade märke till ett ungefär 9 år gammalt barn på stranden. Barnet såg sexigt ut i sin baddräkt."



**3. Vilken typ av känslor eller kroppsliga känningar hade du i situationen?**

T.ex. "Jag märkte att jag blev sexuellt upphetsad när jag tittade på ett barn."

**4. Hur kände du och vilka känslor hade du efter situationen i fråga? Hurdana tankar var kopplade till situationen?**

T.ex. "Först kände jag mig illa till mods och skyldig. Jag tänkte att man inte skulle få känna så. Men jag blev ändå mycket upphetsad av att tänka på barnet och det kändes bra."

**5. Berättade du om dina tankar för någon? Hur förhöll sig andra till det? Om du inte berättade, vad fick dig att låta bli att berätta?**

T.ex. "Jag vågade inte berätta om saken"