



Övning: Att utforska min sexualitet

Mål

Du förstår hurdan förhållande din sexuella läggning har till ditt kön.

Anvisning

Läs frågorna nedan. Fundera på svaren antingen för dig själv eller skriv ner dem i rutan nedan. Du kan välja de frågor som passar din situation.

- Vem är jag sexuellt och/eller romantiskt intresserad av?
- Hurdana tankar och känslor orsakar detta i mig?
- Hur tror jag att andra ser på mig med tanke på vem jag är intresserad av? Vad känns bra med detta? Vad känns inte bra?
- Vilken typ av roll skulle kännas bra för mig när jag har sex eller är i ett förhållande?
- Vilken typ av roll vill jag inte ha när jag har sex eller är i ett förhållande?
- Hur påverkar dessa upplevelser mina tankar om mitt kön?

Vilka tankar har jag om min sexualitet?