



RELATIONSPODDEN

AVSNITT 1: ATT TRÄFFA NÅGON

- MAHMOOD:** Ta din tid liksom. Stressa inte så mycket för att vet veta om den här personen gillar dig, det kommer. Du märker om hon eller han har samma känslor och intresse för dig.
- RADIORÖST:** Det här är en podd från RFSU.
- AYA:** Direkt när en tjej visar intresse, ofta killar tror att hon är dödsjär och bara: ”Nej, nej, hon vill ha mig.” Man bara: ”Bror, hon är bara intresserad.”
- KERSTIN:** Hur får jag en pojkvän eller flickvän? Hur vet jag om den jag är intresserad av gillar mig tillbaka? Hur flirtar jag? Det är väldigt vanliga frågor, och det är inte så konstigt, för alla blir vi blyga eller osäkra ibland och kan behöva lite råd. Kärlek kan betyda många olika saker, man kan känna kärlek till sina vänner, till sin familj. Vissa känner kärlek till gud, och så finns det kärlek som får en att känna sig blyg. Pirrig. Kåt. Vissa vill bara bli ihop med någon, få en pojkvän eller flickvän. Andra tycker inte att det spelar någon roll, och någon vill vara i en relation, men känner eller vet att de inte får det. I dag ska vi prata om de här frågorna. Jag heter Kerstin och jag jobbar på RFSU. Vi vill att alla ska ha rätt att bestämma över sin kropp och sexualitet och att du ska få den kunskap om kroppen, kärlek och sex som du behöver. Med mig har jag Aya och Mahmood och tillsammans ska vi prata om vanliga frågor om hur man träffar någon.



- KERSTIN:** Så hej Aya, välkommen.
- AYA:** Hej, tack.
- KERSTIN:** Berätta, vem är du?



- AYA:** Jag heter Aya, jag är 22 år och kommer från Syrien.
- KERSTIN:** Och välkommen Mahmood.
- MAHMOOD:** Tack så mycket.
- KERSTIN:** Vem är du Mahmood?
- MAHMOOD:** Mitt namn är Mahmood och jag är 21 år gammal, kommer från Afghanistan.
- KERSTIN:** Vi ska alltså prata om att flirta och att träffa någon. Vad säger ni, har ni flirtat någon gång?
- MAHMOOD:** Mm, ja, det kan man säga. Ja. Det var under 2015 när jag kom till Sverige så ... man kan säga jag har träffat min första kärlek eller vad kan man beskriva den? Så var det väldigt svårt för mig i alla fall. Det tog typ flera månader tills jag vågade ta första steget och gå fram och hälsa på den här människan, och så ... det är svårt, men ...
- KERSTIN:** Hur gjorde du då? Om du ska beskriva.
- MAHMOOD:** Jag inte gjorde någonting speciellt. Jag bara försökte att kunna ha någon slags ögonkontakt med den här människan och sen så på något sätt visade jag det: "Jag har något slags intresse." Ja, jag skrev till henne, men ... mm, det gick inte så bra. Fick svaret typ, två veckor efter det som jag skrev eller någonting.
- KERSTIN:** Aya, du då?
- AYA:** Det är typ skratta och bli ... säga lite skämt om andra personen tycker att det är ... och att det ska vara ...
- KERSTIN:** Så det kanske kan vara svårt att beskriva vad flirta är, men ni har nämnt saker som att ge ögonkontakt, att le, att skriva till personen och prata med personen och skratta tillsammans.





- KERSTIN:** Om vi ska prata lite om kärlek. Mellan ett till tio, hur viktigt är kärlek i livet? Om ett betyder inte viktigt alls och tio betyder jätteviktigt.
- MAHMOOD:** Tio.
- KERSTIN:** Tio?
- MAHMOOD:** Mm.
- AYA:** Mm, men jag skulle också säga tio.
- KERSTIN:** Varför då?
- AYA:** Men jag försöker typ fundera lite kring ... det är inte så lätt att våga vara kär, så jag skulle inte säga det är tio, för då betyder det att man har tillräckligt ... att man är tillräckligt trygg och stabil att man kan våga ta risker. Det tog mig typ ... sen jag kom till Sverige tog det mig typ fem år bara för att våga: "Ja, men nu är jag kär i mitt hem." Alltså, nu skapar jag en relation och band och vågar riskera att det inte avbryts. Så det är väldigt viktigt, samtidigt är det väldigt riskabelt och lite läskigt.
- KERSTIN:** Mm, vad är det som gör det riskabelt eller läskigt?
- AYA:** Då pratar jag utifrån alltså mina erfarenheter, och jag tror Mahmood också erfarenhet, är lite i att man är uppvuxen i ett land och sen plötsligt bara: "Oj, nu ska jag flytta till ett annat land." Kärlek skapar starka band, och de starka banden de stärker en i vissa situationer, men också drar en tillbaka i andra situationer, och det är det som är riskabelt.
- MAHMOOD:** Ja, men precis som du säger. Det är svårt till exempel om man blir kär i någon och sen så ser man att det har inte gått inte bra. Då hamnar man i en situation som man inte vill.
- KERSTIN:** Men om man är kär eller intresserad av en person, hur känns det då?



- AYA:** Alltså, det beror på personen, är den snäll och omtänksam då känns det bra.
- KERSTIN:** Var i kroppen känns det när man är kär?
- MAHMOOD:** I hela kroppen på något sätt. Det är man ser den här människan eller man längtar efter att ses och träffas och umgås och sånt.
- AYA:** Ja, pirrigt och man brukar säga det känns i magen, men det känns också i hur man tänker, jag vet inte vad man ska säga. I hjärnan tänker man mycket på den personen, hela tiden. Då är det ett tecken på att man är kär. Är man nervös, det behöver ... svettas man?
- AYA:** Ja, då betyder det också att man är kär. Så det är ... jag skulle säga det är överallt.
- MAHMOOD:** Alltså typ man blir stressad när man ser den här personen och blir nervös, och det är svårt att hantera sig också. Ja.
- KERSTIN:** Man tappar kontrollen kanske.
- MAHMOOD:** Ja, precis.



- KERSTIN:** Så hur ska man göra om man är intresserad av någon? Vi kommer nu att få höra en fråga från en ung tjej, och sen kommer Pelle, vår expert från RFSU att svara på den.
- FRÅGESTÄLLARE:** Hej, jag har en fråga. Jag tycker om någon, men jag vet inte riktigt hur jag ska visa det, typ hur flirtar jag?
- PELLE:** Hej, vilken bra fråga. Att flirta, att visa att man är intresserad av någon, det kan vara svårt. Här kommer några tips för att flirta på ett schyst sätt.
- Ta det lugnt då blir det lättare att förstå vad den andra känner. Då får den andra tid att känna efter vad den vill. Du kan ha varit kär länge och tänkt mycket på den andra, kom ihåg att den andra kan bli lite överraskad. Ge den tid så att den också får känna in känslan. Om du tar det lugnt blir det också lättare för dig att själv känna vad du vill.



**PELLE:
FORTS.**

Använd dina ögon. Visa med ögonen att du är intresserad, sök ögonkontakt, le. Den andra kommer svara med sin blick. Ett svar är att den tittar tillbaka och ler. Det brukar betyda att den andra personen är intresserad att flirta med dig. Ett annat svar är att den tittar åt ett annat håll utan att titta tillbaka. Det brukar betyda att personen inte vill eller inte kan, eller får visa intresse för dig. Om någon inte visar intresse tillbaka så är det schyst att sluta.

Visa intresse och fråga, att flirta handlar mycket om att känna in och att lyssna, mer än att presentera sig själv. Fråga om intressen, vad den gillar, vad den gör på fritiden, vilken mat, vilken musik den tycker om. Ställ frågor och lyssna, berätta sen om dig.

Använd nätet. Om man är blyg kan det vara enklare att flirta på nätet. Många är osäkra, man är nervös och man vågar då mer på nätet. Man vågar säga om man gillar någon, samtidigt många gånger blir det både mer och mindre tydligt. Jag förklarar. Kroppsspråket, det man gör med kroppen, det syns inte på nätet. Blicken känns inte på samma sätt, men orden blir rakare och tydligare när man skriver, men samma regler om schyssta flirtar gäller så klart både på nätet och på andra ställen.

Kom ihåg du som flirtar är modig, det är modigt att visa vad du känner. Det är också modigt att lyssna på andra, att låta dem visa vad de känner. Det är det som är det schysta. Och du, lycka till.



KERSTIN:

Så Aya och Mahmood, vad tyckte ni om Pelles tips?


MAHMOOD:

Ja, men jag kände igen mig i vissa punkter som han, Pelle, tog upp. Vissa som är blyga som mig, så är det bra att använda nätet på något sätt och våga skriva och den här personen som man skriver till har någon slags intresse så ser inte dig, så du behöver inte vara så pass mycket nervös.

AYA:

Det tyckte ... det som jag också tyckte var ganska klokt där att ge det tid, hetsa inte fram någonting. Tjata inte fram någonting, för det är väldigt jobbigt för den andra personen och det är oftast ganska avtämt, alltså att man vill inte längre bara för att man tjarar fram.



- KERSTIN:** Vilka fler ställen kan man träffa någon på?
- AYA:** Men det är skola, alltså jag tänker mig det är skola, det är gemensamma kompisar. Det är ... sen när man fyller 18 år då kan man börja använda Tinder och alla dessa appar.
- KERSTIN:** Och Tinder är ju en dejtingapp, för den som inte vet vad Tinder är. Men hur kan jag veta om den jag är intresserad av gillar mig tillbaka? Hur ser jag det?
- MAHMOOD:** Ta din tid liksom. Stressa inte så mycket för att veta om den här personen gillar dig, för att på sätt och vis så, det kommer. Du märker om hon eller han har samma känslor och intresse för dig.
- 
- KERSTIN:** Pelle pratade ju om sätt att ragga schysst, alltså att ragga på ett bra sätt. Vad kan vara att ragga oschysst eller ragga på ett dåligt sätt, Mahmood?
- MAHMOOD:** Vissa är väldigt oschyssta, till exempel om ... det mest kommer ifrån killarna, det tycker jag i alla fall, att det ... de går fram till någon och på väldigt ... alltså, inte okej att säga: "Hej, hej, hur mår du?" Eller: "Får vi prata", och så när den här människan inte känner sig bekväm och så, och igen försöker, så det där är oschysst tycker jag. Du ska inte gå på det här sättet, man ska försöka ... alltså, gillar man en person så måste man ha respekt för vad hon eller tycker också. Är det så att hon vill inte ha dig eller han vill inte ha dig, så du måste acceptera det. Det är inte att du måste tjata hela tiden och störa på något sätt.
- KERSTIN:** Just det, så att fortsätta fast den andra visar nej, det är att ragga oschysst.
- MAHMOOD:** Ja, mm.
- KERSTIN:** För nu nämnde ni lite om killar och tjejer. Är det olika för killar och tjejer hur andra tycker att man ska flirta?



AYA: Ja, omgivningen säger att det är okej för en kille att vara väldigt på, men en tjej ska inte vara på, alltså väldigt tjatig. Sen är det så roligt. Direkt när en tjej visar intresse ofta killar tror att hon är dödsjär och bara: "Nej, nej, hon vill ha mig." Man bara: "Bror, hon är bara intresserad." I en svensk kultur och i min kultur i alla fall, i Syrien, en tjej ska inte vara för intresserad. Du ska alltid låtsas att du är inte intresserad och när man tjarar till det då har det blivit ja, fast det är väldigt fel.

KERSTIN: Vad tycker du Mahmood?

MAHMOOD: Alltså, det ... för killar så det är inte spelar så mycket roll, ja.

KERSTIN: Är det friare? Mer okej för killar?

MAHMOOD: Tyvärr så kan man säga det. Alltså, det är mer okej för killar, typ i olika sammanhang när jag träffar mina kompisar och ibland så det är tas upp den här diskussionen. Ja, och vissa pratar: "Ja, jag har träffat den här," och vissa byter varje vecka, typ två, tre tjejer eller tvärtom, och det ... ja.

KERSTIN: Hur borde det vara?

MAHMOOD: Jag tycker att det ska vara lika mycket ... alltså, det ska spela ingen roll om det är tjej eller killar som uttrycker sig, så att alla på något sätt är lika inför det här.

AYA: Ja. Men man utgår från att tjejer är lite mer emotionella, och vill ha kärlek och jätte på, medan killar vill bara ligga runt, och då är det när en tjej vill ha någonting då är det en fast stabil relation, och när en kille vill ha någonting då är det: "Ja, jag vill bara ha roligt." Alltså, tjejer kan också vilja bara ha roligt."

KERSTIN: Och killar kan vilja vara kära och vara ihop kanske.

AYA: Ja, exakt.





KERSTIN: Vissa personer får kanske inte flirta eller bli ihop med någon, alltså de kanske vill ha en pojkvän eller flickvän, men kan ha regler från kanske sina föräldrar om att de inte får dejta någon innan de gifter sig. Varför är det så tror ni?

AYA: Alltså, mina erfarenheter är ofta tjejer som inte får. Ibland är det killar, men ofta är det tjejer. En killes fel kan rättas, han är komplett med sin kropp, och det går att rätta genom att han gifter sig med rätt kvinna medan en tjejs kropp, den är inte komplett. Den dagen hon ingår i en sexuell relation, då blir det ... då skadas kroppen enligt vissa uppfattningar, och då blir det att man kontrollerar kvinnan mycket mer än mannen, för att där går det inte rätta till.

MAHMOOD: Alltså, jag tycker det är förjävligt att man inte kan bestämma över sin egen kropp och vilja, och tyvärr så är det i vissa länder och samtidigt fortfarande i Sverige är det som Aya säger, så tjejer drabbas ganska hårt av det här för att det här med kultur eller deras uppfattning att det är någon slags skam om de är tillsammans med någon annan och har haft sex, och inte gift sig, vilket är helt sjukt, men tyvärr är det så och för killar det är typ: "Ja, du har gjort det här felet, men ja, nästa gång du ska vara försiktig." Det har inte samma betydelse för killar som det har för tjejer, tyvärr.

KERSTIN: Mm, det spelar mindre roll för killar än för tjejer.

MAHMOOD: Ja, precis.

KERSTIN: Tack Aya och Mahmood, vad bra ni beskrev det. Egentligen så ska du ju alltid själv få bestämma om du ska vara ihop med någon eller om du ska ha sex med någon. Det är inte din familj och det är inte dina kompisar som bestämmer det, utan det är bara du själv som får välja.



KERSTIN: Det kan vara lite läskigt att gå fram till en person som man gillar och börja prata. Man kan vara orolig att personen ska säga nej, att den inte vill prata med dig. Hur kan det kännas om man får ett nej?



- AYA:** Nej, men det känns jobbigt. Det kan kännas pinsamt och jätteläs-kigt, men så får man bara ... man får bara låta det vara, och låta tiden gå.
- KERSTIN:** Och man är ju modig om man visar vad man tycker eller hur?
- AYA:** Ja.
- MAHMOOD:** Mm, och det ... de positiva saker som man kan med sig, att: ”Ja, jag har i alla fall försökt”, och det är det som är poängen.
- KERSTIN:** Att flirta med någon kan ju vara ett sätt att visa för den personen att jag tycker om dig, eller att visa att jag vill lära känna dig bättre, och om man har lite tur så känner den andra personen samma sak, och då kan man ju börja umgås mer. Träffas efter skolan, kanske hålla handen, hångla, till och med ha sex, men hur är det när man flirtar med någon är alltid målet att bli tillsammans, att få en relation?
- AYA:** Ja, det inte bara handlar om att man vill vara tillsammans eller ihop. Det kan handla om att ha roligt med en person eller så, där någonting annat, det är olika saker man tänker på.
- 
- KERSTIN:** I dag har vi pratat om viktiga frågor. Stort tack till er två Aya och Mahmood.
- AYA:** Tack.
- MAHMOOD:** Tack så mycket och lycka till.
- AYA:** Lycka till.
- MAHMOOD:** Tro på dig själv.
- KERSTIN:** Vad bra summerat, och det är bra att prata om såna här saker. Det gör att man mår bättre och att det är lättare att veta hur man ska göra om man är intresserad av någon. Vad tyckte du som lyssnade var viktigast? Vill du prata mer om sådan här, då kan du gå till din lärare, skolsköterska eller kurator. Du kan också gå till ungdomsmottagningen. Lycka till med flirtandet.
- 