**

Utviklet av Kirkerådet med samarbeidspartnere

SAMLING: Makt, kropp og grenser

## Ramme for samlingeN

Man kan gjøre alt i små grupper eller samle flere grupper på et sted og ha felles start og avslutning.  
Varighet (uten måltid) er beregnet til ca. 1,5 time. Ellers er organiseringen av samlingen opp til dere selv.

## LEDERMØTE

Hvis dere er flere ledere på samlingene anbefales det å ha et ledermøte i god til før deltakerne kommer. Der kan dere gå gjennom opplegget, avklare evt. spørsmål og be for samlingen. Opplegget deles ut til alle lederne. Noter gjerne i feltene "Dine notater" mens dere går gjennom.

# VELKOMMEN

Her kan en leder si litt om hva som skal skje og gi evt. informasjon og lignende.

## EVENTUELT Måltid

Hvis man vil ha måltid som en del av opplegget, kan dette f.eks gjøres her. Måltidet kan enten lages sammen av deltakerne eller forberedes på forhånd.

# Til lederen

Mål:

Målet med denne økta er å sette i gang en refleksjon hos deltakeren rundt hva som er sunne og gode grenser for en ungdomsleder, hva slags makt en ungdomsleder besitter, hva som påvirker grensene våre og hvordan kjønn spiller en rolle i forventningene en ungdomsleder møter.

Ledelsesfaglige innsikter: Etisk ledelse (Yukl 328)

Bibeltekst: Jesus og Peter: Peters fornektelse langfredag i Johannes 18:15-27 og Jesus spør Peter om han elsker ham, Johannes 21:15-17

Tidsbruk:

* Innledning – 20 minutter
* Grenser – 20 minutter
* Pause – 5 minutter
* Makt – 20 minutter
* #Metoo – 20 minutter
* Pause – 10 minutter
* Porno – 15 minutter
* Avslutning – 20 minutter

Denne samlingen er hentet fra KFUK-KFUM sitt nye MiLK (2018). Se kfuk-kfum.no for mer informasjon.

Den er del av et lederkurs, men kan fint brukes til eldre ungdommer, utenom leder-kontekst. Da er det ikke nødvendigvis ledertreningen som er i fokus, men oppgavene gir god mulighet til refleksjon.

# Innledning til tema: 20 minutter

Makt og grenser henger sammen. Makt utøves når noen prøver å påvirke en situasjon. Det skjer med andre ord hele tida; i små og store avgjørelser vi tar, utøver vi makt. Du som har delt inn lag på fotballen, har brukt makt. Du som har stjålet en klem fra noen, brukte makt. Makt er ikke i seg selv positivt eller negativt, det kommer an på hvordan vi forvalter den. For eksempel kan du bruke makten din til å dele inn rettferdige lag på fotballbanen. Eller du kan bruke den til å ta gode valg for ditt liv.

Når mennesker rundt oss bruker makt, utfordres våre grenser. Hvis en person kommer mot deg med armene utstrakt og vil ha en klem, og du egentlig ikke er så glad i å klemme, må du ta et valg: Enten føye deg etter den andres ønsker, eller sette en grense og leve med den andres reaksjon på ditt valg.

I dette kurset omtaler vi grenser som noe godt. Vi setter grenser fordi vi trenger å beskytte oss. Det er en måte å si til oss selv og andre at «hit kan du gå, men ikke lenger». Det handler om opplevelsen av å ha kontroll på situasjonen, vite at ingen vil invadere deg om du ikke tillater det.

I økt 2 lærte vi om asymmetriske relasjoner – at som ledere står vi i et maktforhold til dem vi er ledere for. Som leder har du privilegier deltakerne ikke har. Høsten 2017 viste #metoo-bevegelsen oss at mennesker tråkker på hverandres grenser hver dag. Felles for alle fortellingene fra #metoo er at noen utnyttet en makt de hadde over andre.

I denne økta skal vi tenke mer rundt hvilke utfordringer det bringer med seg å ha makt, og snakke om hvilke regler vi trenger for å sørge for at alle føler seg godt ivaretatt i vårt fellesskap.

Bibelfortellinga vi skal knytte til denne økta handler om press. Ofte når vi krysser grenser vi ikke bør, er det fordi de rundt oss presser oss til å gjøre det. Vi opplever at konsekvensen av å stå for våre valg blir for store, så vi gjør det de andre forventer.

En som kjente på et sånt press, var disippelen Peter. I påskefortellinga, etter at Jesus er arrestert, følger Peter etter Jesus og soldatene, for å se hva som skjer. Da er det en som kjenner ham igjen, og spør: Er ikke du en av dem som fulgte ham? Tre ganger skjer det, og hver gang nekter Peter for at han kjente Jesus. Påskefortellinga bærer med seg fortellinga om da en av Jesus sine viktigste disipler ikke tålte presset og gjorde noe han angret på. Hvordan kunne han reise seg igjen etter dette?

## Se introfilm

<https://www.youtube.com/watch?v=YgQ97iMtiiE&feature=youtu.be>

Spørsmål til samtale om filmen:

* Kjenner du deg igjen i filmen? Hvorfor? Hvorfor ikke?
* Hva ville du gjort om en du var leder for, ble forelsket i deg?
* Hva om du også ble forelsket i den andre?
* Snakk først sammen to og to, og oppsummer i plenum.

# Øvelse 1: Vote with your feet

Lederen stiller seg på en stol, med kursdeltakerne stående foran seg på en rekke, vendt mot lederen. Lederen kommer med en påstand, og deltakerne må velge om de skal gå til lederens høyre side, som betyr at man er enig i påstanden, eller venstre side, som betyr at de er uenige i påstanden. Når folk har stilt seg på sine respektive sider, har man et fint utgangspunkt for å begynne å diskutere. Hvorfor stilte du deg der?

For å varme opp kan man gjennomføre et par runder der påstandene er helt overfladiske:

* Sommeren er bedre enn vinteren
* Pizza er bedre enn taco

Når man så vil nærme seg tema, kan man bruke følgende påstander:

* Det er greit for en 10.-klassing å bli kjæreste med en 9.-klassing
* Det er greit for en MiLKer å bli kjæreste med en konfirmant når man er på leir
* Det er greit å sende nudes (nakenbilder, som oftest på SnapChat)
* Det er greit å be om nudes
* Når noen gir meg oppmerksomhet jeg ikke vil ha, sier jeg ikke fra, av frykt for å virke kjip
* På sine egne grenser kjenner man også andres grenser
* Det er forskjell på hvilke grenser en gutteleder og en jenteleder bør ha
* I samtalen som følger etter hver påstand bør man søke å få fram en refleksjon rundt:
* At man står i et annet maktforhold til konfirmanten på leir enn til 9.-klassingen på skolen, selv om det er samme person og dere kjenner hverandre.
* At når man er i en lederposisjon er det andre regler som gjelder enn når man ikke er leder
* At folk har forskjellige grenser og at vi derfor må ta høyde for at andre har mer behov for trygghet og avstand enn oss selv
* At for en deltaker kan det være vanskelig å si nei til uønsket oppmerksomhet fra en leder, fordi lederen har mer makt og er et forbilde

# Formidling om makt

I ledelsesfag snakker vi gjerne om to typer makt: Posisjonsbasert makt og egenskapsbasert makt.

Posisjonsbasert makt er makten du har i egenskap av den posisjonen du har. Når du er ungdomsleder, for eksempel, har du en del makt som følger med rollen: Når du er på leir får du være lengre oppe enn deltakerne på kvelden, du har ofte tilgang til et lederrom der deltakerne ikke kan komme, du har ansvar for å si fra hvis noen bryter reglene eller oppfører seg dårlig. At du har disse privilegiene og ansvarene, gir deg makt overfor deltakerne.

Egenskapsbasert makt er makt man har på grunn av sine egenskaper. Det kan for eksempel være at man er veldig sosial og blir ansett som en leder i vennegjengen, at man er spesielt smart og blir lyttet til på grunn av det, eller at man er fysisk overlegen dem man er sammen med.

Som ungdomsledere har dere fått posisjonsbasert makt. Samtidig er man ofte nære i alder til dem man skal være leder for, og kan være krevende å være MiLKer og leder for en litt yngre person med mye egenskapsbasert makt.

# Øvelse 2: Hvem setter grensene

To og to personer skal snakke sammen. Den ene skal stille 10 spørsmål om den andre har lyst til å gjøre noe. Først må den andre personen alltid svare ja, og i neste runde nei uansett hva man blir spurt om.

Snakk etterpå i grupper på fire om:

* Hvordan føles det å bli tvunget til å si ja eller nei mot sin vilje?
* At den andre må si ja, gir makt. Hvilke konsekvenser fikk denne makten for hvilke spørsmål som ble stilt?
* I hvilke situasjoner kan man oppleve å si ja til noe man ikke ønsker?

Oppsummering:

Når du er leder for andre ungdommer, er det deg det er vanskelig å si nei til. Derfor kreves det av oss at vi forsøker å forstå hvor den andres grenser går, og stille åpne spørsmål, så det er mulig for den andre å si nei. At den andre må si ja, gjør ofte at man stiller drøyere spørsmål enn man ellers ville gjort i denne øvelsen. Sånn kan det også bli med ledere – at vi blir blendet av makta vi har og overkjører andre. Da kan vi ende opp med å såre andre.

# Formidling om #metoo

Høsten 2017 skjedde det noe viktig. En kvinne stod fram og fortalte at en av Hollywoods mest kjente filmprodusenter hadde forgrepet seg på henne seksuelt. Kort tid etter stod flere fram med sine historier om overgrep begått av den samme personen.

Skuespilleren Alyssa Milano twitret:

*Suggested by a friend: "If all the women who have been sexually harassed or assaulted wrote 'Me too' as a status, we might give people a sense of the magnitude of the problem." If you've been sexually harassed or assaulted write 'me too' as a reply to this tweet.*

*(Foreslått av en venn: Hvis alle kvinnene som har blitt seksuelt trakassert eller overfalt skrev ”Meg også” som en status, kunne vi kanskje gitt folk et inntrykk av størrelsen på problemet. Om du har blitt utsatt for seksuell trakassering eller overgrep, skriv ”Me too” som svar på denne tweeten.)*

Siden har millioner av mennesker verden over respondert, til tidvis store konsekvenser. I Norge har blant annet både lederen i Unge Høyre og nestlederen i Arbeiderpartiet måtte trekke seg fra sine verv etter at flere sa fra om overgrep og seksuell trakassering begått av dem.

En av tingene #metoo har vist oss, er at grenser for nærhet blir krenket og brutt i alle slags miljøer, av alle slags folk. Det er ikke bare menn som begår overgrep. Og det er ikke bare jenter som blir utsatt for overgrep. Derfor er det viktig at alle miljøer tenker gjennom hvordan man skal unngå slike hendelser. Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet skriver på sine nettsider:

15 % av norske menn og kvinner oppgir å ha vært utsatt for en eller flere former for seksuelle overgrep før fylte 18 år. Jenter er langt oftere utsatt enn gutter. De helsemessige konsekvensene av å bli utsatt for seksuelle overgrep i barndommen kan være svært alvorlige.

# Oppgave: Våre regler

Del gruppa i to, etter gutter og jenter. Om noen er usikre på hvilken kategori de faller i, spør hvor de er mest komfortable med å være, og la dem være i den gruppa. Be gruppene reflektere rundt følgende spørsmål: Er det forskjell på å være gutt og å være jente som ungdomsleder, med tanke på makt og grenser? Hva er i så fall forskjellig?

Etter refleksjonen: Lag en felles plakat for hele gruppa med 5 regler for hvordan dere som ungdomsledere skal opptre for å være gode og trygge ledere for andre ungdommer.

# Formidling om porno

En stor forskjell på dere som er ungdomsledere i dag kontra tidligere generasjoners ungdomsledere, er at dere har vokst opp med internett. Det påvirker oss. Og en av tingene som påvirker, er at dere i dag vokser opp i en verden der porno er tilgjengelig over alt, bare noen tastetrykk unna. Denne økta handler om grenser og makt. Hvordan tror dere porno kan påvirke vårt inntrykk av hva som er sunne og gode grenser?

I dag finnes det mye forskning på porno. Verdens største pornonettsted, Pornhub, frigjør statistikken sin, slik at forskere kan kartlegge pornobruk. Den viser blant annet at nordmenn er blant dem som ser mest på porno i verden. Medietilsynets Barn og medier-undersøkelse fra 2016, viser at 73 prosent av alle 16 år gamle gutter ser porno månedlig eller oftere, og blant unge mellom 13 og 16 år besøker 19 prosent pornosider daglig eller ukentlig.

Det er viktig at vi som ledere for ungdommer reflekterer over hva det gjør med oss at ungdomskulturen er blitt så seksualisert. Porno viser ikke hvordan det er å ha sex for vanlige folk. Porno er mye mer ekstremt, ofte voldelig og blir utført av betalte skuespillere.

# Oppgave: Porno

Samtal i grupper på fire:

* Hvordan tror dere porno kan påvirke vårt inntrykk av hva som er sunne og gode grenser?
* Hvilke muligheter tror du pornoskuespillere har til å si nei til noe de ikke vil gjøre?
* De siste årene er det blitt et fenomen at ungdommer sender hverandre nudes, som så blir spredt. Hvorfor tror dere ungdommer sender nudes? Er det noe ved det som er problematisk?
* Hva er den største forskjellen på porno og det å skulle være intim med et annet menneske i virkeligheten?

Oppsummering:

Det er grunn til å tro at det at det er blitt så vanlig å se porno har flyttet grensene for hvordan ungdommer er med hverandre. At noen ungdommer sender nudes er et eksempel på det. Vi er bekymret for at porno også har gjort det vanskeligere for ungdommer å si nei når de blir presset til å være med på seksuelle handlinger. For pornoen viser jo ikke folk som sier nei.

Som ungdomsledere kan vi være dem som sier tydelig at det er greit å si nei. Man skal aldri gå med på noe man ikke vil. I tillegg er det en utfordring at porno ikke viser hvor klein intimitet vanligvis er. Vi er klønete når vi skal gjøre oss sårbare for andre mennesker. Og det er både fint og greit!

# Oppsummering

Se filmen om igjen.

Tenker du annerledes om grenser og makt nå? Hva er annerledes?

Hva har vi lært i denne økta?

I denne økta har vi lært om grenser, kjønn og makt. Som ungdomsledere har vi makt over andre. Med det kommer ansvar. Når vi har mest makt, må vi være ekstra vare for andres grenser, for det kan være vanskelig for den andre å si nei til oss.

Grenser er det som gjør at vi kan være trygge når vi er sammen. Så lenge vi alle har tydelige grenser for hva som er greit og ikke, kan alle føle seg trygge i et rom. Når grensene blir uklare, blir vi utrygge. Gjennom å lage deres fem regler for gode ungdomsledere har dere nå sagt noe om hva som skal gjøre deres fellesskap til et trygt fellesskap, og hva slags ungdomsledere dere skal være.

Gjennom #metoo-bevegelsen og forskningen på pornovaner blant unge, er vi blitt bevisst at grensene rundt oss brytes og flyttes stadig vekk. Som kristne ungdomsledere er det viktig at vi har et reflektert forhold til hva som påvirker oss og hvordan vi skal forholde oss til hverandre. Og vi enten opplever eller får høre om et overgrep eller at noen krenker noens grenser, er det viktig at vi har klart for oss hvilken voksenperson vi kan si fra til. Har dere det?

Ofte når vi bryter grenser, handler det om press – at vi gir etter for andres forventninger. I innledningen hørte vi om disippelen Peter, som fornektet å kjenne Jesus tre ganger, i en situasjon der Jesus var arrestert og ansett som en forbryter.

Når vi går over grenser, er det viktig å erkjenne det og snakke med dem man trenger å gjøre opp med, så man kan gå videre. For Peter skjedde det. Etter at Jesus hadde stått opp fra graven, møter han en dag Peter og disiplene på en strand. Da spør Jesus Peter: ”Elsker du meg?” ”Ja, Herre, du vet at jeg elsker deg”, sier Peter. ”Fø sauene mine”, svare Jesus. Tre ganger skjer dette, en gang for hver gang Peter nektet. Når Peter fikk muligheten til å vise at han angret og at han fortsatt elsket Jesus, gav Jesus ham oppgaven med å være en leder for menigheten – at han skulle ”fø sauene” var et bilde – han skulle være en gjeter for flokken, en leder.

Peter ble en av de største lederne blant de første kristne. Ifølge tradisjonen døde han i Roma, og han regnes ofte derfor som den første biskopen av Roma.

Grenser skaper trygghet. Når vi har makt, må vi også være klar over grensene og følge dem, så de vi er leder for, føler seg trygge på oss. Og om vi tråkker over en grense, må vi erkjenne våre feil, snakke med våre ledere og få hjelp til å gå videre.

# Avslutning

En enkel avslutning med bønn, lystenning og musikk kan se slik ut:

* Forberedelse til bønn
* Lederen kan spørre deltakerne om hva de vil be om ut fra samlingens tema.
* Felles bønn
* Lederen ber en felles bønn basert på innspillene ovenfor.
* Lystenning og bønn (med musikk)
* Her kan deltakerne selv få mulighet til å tenne et lys og be en bønn for noe eller noen som de tenker på. Bruk innspilt musikk eller syng en sang sammen mens deltakerne tenner lys.
* Leder: "La oss be Vår Far/Fader Vår sammen."
* Alle ber sammen.
* Velsignelse
  + Lederen lyser velsignelsen eller alle sier velsignelsen sammen:   
    "Velsign oss Gud vår Far, velsign oss Guds Sønn, velsign oss du Guds hellige ånd."

*Lederen kan avslutte med å takke for i dag og informere om neste samling.*