

## Onani

*Roger har vært på rommet sitt hele dagen. Det er jo tross alt lørdag, og han har hatt masse å gjøre på skolen den siste tiden. Du har latt han sove lenge og utover dagen også hørt at han har snakket med andre han gamer med. Det nærmer seg middagstider, og du tenker det er greit å si ifra for å forberede han slik at han kan runde av spillinga. Du banker lett på døra, sier «Roger...» og åpner døra. I det du skal til å fortelle han at det snart er middag ser du at det ikke er gaming han driver med på pc'en men at han sitter og ser på porno og onanerer. Du bråstopper, sier «unnskyld!» og slenger igjen døra bak deg på vei ut.*

Reflekter rundt følgende:

- Tar du opp episoden med Roger i etterkant? Eller snakker du ikke noe mer med han om det?
- Hvis du velger å ta det opp. Hva sier du? Hva velger du å ha fokus på?
- Hvis du snakker med Roger, hva sier du om det å runke?
- Hva tenker du om at Roger ser på porno?
- Snakker du noe med Roger om porno? Hva sier du i så fall?

## TIPS

- Det kan være lurt å snakke med Roger om hendelsen. Hensikten vil være å normalisere, forklare at det er naturlig og fint å runke. Man blir kjent med seg selv, hva man liker og kanskje hva man ikke liker. Man vil kjenne igjen hvordan det kjennes å få en orgasme slik at det ikke blir flaut og vanskelig når det skjer med andre. Runking er med på å gi velvære, fjerner skam og man blir bedre kjent med egen kropp. Blir man godt kjent med egen kropp og kjenner hvordan den kan være utgangspunkt for noe godt, så vil man også like sin egen kropp bedre.
- Ved å ta det opp, og ikke late som at det ikke har skjedd kan Roger senke skuldrene, slappe av og slippe å tenke på at det kan bli tatt opp ved en annen og kleinere anledning. Det går også an å unnskyldte at man gikk rett inn på rommet. Hensikten vil være å poengtere ovenfor Roger at man respekterer hans privatliv og at det han gjør er normalt og skal være uten skam.
- Det kan også være lurt å snakke om porno. Hensikten vil være å forklare at porno er film og skuespill og ikke ordentlig. Det er ting som skjer på porno som ikke skjer i de fleste forhold og samleier. Likevel kan det være opphissende og fint å se på porno om man ønsker det.