

# Disapodden - Kärlek November 2023

## Musik spelas

Sara: Vi startar! Ska vi säga hej tillsammans?

Alla: Hej! Hello!

Sara: och välkomna till Disapodden med kärlekstema

Rickard: Ja!

Tobias: Sjunger en \*truddilutt\*

Skratt

Jocke: Kör nu!

Sara: Ja, vi ska prata kärlek alltså och vilka är vi idag då?

Alla presenterar sig vid namn: Håkan, Joakim, Erik, Tobbe, Rickard och Sara.

Sara: Jag har åkt på "ledningslotten", kan man säga så? Jag leder programmet idag.

Tobbe: Ordningsvakt!

Sara: Kanske för att jag är den enda tjejen? Vad vet jag.

Det är ett bra ämne iallafall: Kärlek. Jocke du hittade en sida som hette?

Jocke: [umo.se](http://umo.se)

Sara: Jättebra sida!

Tobbe: Ja, just det. Ja det är en bra sida. Det finns både frågor och svar.

Sara: ja, precis. Vi snodde några ganska klassiska kärleksfrågor men jag tänkte att ni skulle få svara på dem.

Tobbe: Får jag bara säga en sak inom parentes? Där kan man också ställa frågor.

Sara: Ja, precis. Det var jättemånga som hade beskrivit sina egna scenarion och sådär. Så hett tips! Bra sida! Umo...

Tobbe: [umo.se](http://umo.se)

## Pling!

Sara: Vad är kärlek?

Erik: Svåra frågor. Eller är det lätta frågor?

Jocke: Nej det är inte lätt.

Sara: Ja, vad är kärlek? Det kan ju vara jättestort och på så många sätt.

Tobbe: Ja, det ska inte bara kännas utan det kan vara i handling också. Det behöver inte vara två personer utan det kan vara vänskaplig. Det kan vara kärlek bara genom att man kramar någon eller säger hej. Förstår ni? Men sen kan det kanske också vara extra pirrigt om det är en person man är väldigt intresserad av.

Håkan: En relation menar du?

Tobbe: Precis. Det finns ju olika relationer, det finns vänskaplig, det finns romantisk - alltså love -, sen finns det äktenskap och så vidare och så vidare. Det finns massa av olika relationer helt enkelt.

Sara: Ja, alltså det kan ju vara kärleken till ett husdjur...

Jocke: Till sin morsa!

Sara: Till sin morsa, Ja!

Tobbe: Ja, mamma eller pappakärlek. Föräldrarkärlek, familjekärlek, vänskapskärlek.

Sara: Ja, men just idag är vi mer inriktade på kärleken till en annan individ, partner, eller potentiell partner. Eller? Tänker vi rätt då?

Tobbe: Jo

Jocke: Ni vet ju hur det är, ni har ju partner båda två, gifta båda två. Det är stort steg.

Sara: Ja.

Jocke, stort steg till att bli låst med någon.

Sara: Haha, ja så kan man se det.

Erik: Så kan det vara.

Sara: Har ni varit kära?

Tobbe: Ja, ehh.

Håkan: Ja litegrann

Jocke: Ja det är klart

Rickard: Njaa

Tobbe: Nu har jag inte varit det på många år, om man säger så, men jag är ganska nöjd med att vara singel. Jag har insett att jag inte redo för äktenskap eller med någon relation just nu.

Sara: Ok, och det är ju absolut helt okej det också.

Tobbe: Ja, men jag trivs ganska bra själv.

Sara: Vad sa du Rickard?

Rickard: Ja man ska ju göra det man trivs med. Trivs man så så är det ju bra att vara själv till man känner att man är redo.

Sara: Eller hur?

Erik: Så sant.

Sara: Hur tror ni det känns att vara kär då? Eller, hur kändes det för er när ni var kära? I kroppen liksom.

Jocke: Pirrar i hela kroppen

Håkan: Ja pirrar i kroppen kan man säga

Tobbe: pirrigt, man kan vara lite fnissig.

Jocke: Man vågar inte kolla på den man är kär i heller..

Tobbe: Ja och att man kanske svettas, hjärtat kanske dunkar några extraslag och precis som du sa, man kanske har svårt att kolla på den personen.

Sara: Eller så kollar man jättemycket!

Tobbe: Extremt mycket

Jocke: Smygtittar

Sara: Haha, ja

Tobbe: Nej men det finns ju de som kan titta extremt mycket och så kan man undra om de mår bra och då kommer de på sig själv och säger "Nej, det är ingenting" och börjar rodna. Då kan de andra säga, "Varför är du så röd?, vad är det för färg på brandbilen?, den är RÖD"

Sara: Ja, jobbig, jobbigt jobbigt. Det beskrev den här sidan umo också att man kan känna alla typer av känslor när man är kär. Man kan bli varm, det är härligt, det är pirrigt. Du kan känna dig modig, lycklig, lugn, nöjd, blyg eller nervös. Man kan ha svårt att koncentrera sig, men det kan också vara jobbigt att vara kär för det kan vara olyckligt.

Tobbe: Ja, precis

Jocke: Ja, speciellt om man får nobben av någon.

Håkan: Ja, samtidigt är det bara en viss tid man är pirrig, om man säger så, om man är ihop med en person bra länge.

Sara: Ja, jag tycker den pirrigheten kan gå över till en annan slags pirrighet. Det där nykära pirret blir ett annat typ av pirr. Make sense?

Tobbe: Jag skulle förklara det såhär att det blir sammanfogat. Inte lika nervöst utan verkligen som att man är kopplade. Tänker nästan samma sak.

Jocke: Har du fortfarande pirr till din partner?

Sara: Ja, det skulle jag nog vilja säga att jag har, tack gode gud för det!

Jocke: Hur känns pirret då?

Sara: Nej men det är väl liksom situationer som man känner att man påminns om varför jag tycker om just honom och det tycker jag är bra. Det ska man nog ha.

Tobbe: Det där var en väldigt bra förklaring.

Sara: Det kan nog vara viktigt om man ska ha en långvarig relation.

Håkan: Sen tror jag det är viktigt att ni tar någon picknick eller har mysigt ibland för att förhöja kärleken igen, om man säger så.

Sara: Ja, exakt. Gör ni också det Erik? Har ni picknick?

Erik: Ja, det brukar vi ha faktiskt.

Jocke: Eller något som visar uppskattning? Något som visar "jag är fortfarande kär i dig"

Erik: Spenderar lite tid tillsammans liksom.

Jocke: Det är viktigare i din relation Sara.

Sara: Tror du det?

Jocke: Ja för ni har ju barn tillsammans och det tar med tid.

Sara: Ja det har vi och ja de tar extremt mycket tid ja.

Jocke: Erik hinner ju lättare och ha tid med henne för ni har inga barn.

Erik: Det kan tänkas stämma.

Jocke: Barnen tar ju mycket energi.

Sara: Ja det är lätt att vimsa bort tiden med varann när man bara vill överleva, men, det är ett annat kapitel! Men vad tycker ni? Håller ni med om det Umo säger? Och det ni beskrev också.

Alla: Ja det gör vi.

Sara: Vad tror ni händer i kroppen är man blir kär? Alltså med hormoner och sånt där..

Erik: rent fysiskt tänker du?

Sara: Ja rent fysiskt.

Tobbe: Ja, det vill jag inte gå in på.

Jocke: Ja men om man blir kär då kan det hända en massa saker med sin, du vet vad jag menar, sin Lilleman.

Sara: Ja, det är ju inte helt omöjligt.

Jocke: Att man kan få den mer...

Sara: Vi fattar!

Jocke: Det kan hända i kroppen!

Sara: Ja, och det var också en punkt som den här sidan tog upp, så det är helt okej, det är helt normalt.

Tobbe: Jag hörde ingenting för jag hällde för öronen.

Jocke: Nej men det är ju normalt det där ju! Med Lilleman!

Tobbe: Ibland tycker jag det är pinsamt att prata om det bara.

Jocke: Med Lilleman?

Sara: Ja, så vi behöver kanske inte prata om den delen .

Tobbe: Ja om man säger såhär. Av egen erfarenhet så har jag blivit väldigt väldigt känslig.

Sara: Det är helt okej.

Tobbe: Så jag ville bara säga det!

Sara: Men just som Erik säger, fysiskt. Hjärtat tar de som första punkt på denna sida och då står det att: hjärtat slår snabbare och när det gör det så pumpas blodet snabbare i mer kraft så att kroppen ska få mer syre. Så mycket syre som möjligt och det gör att man blir extra vaken, pigg och bered. Sen när hjärtat slår hårt kan de ytliga blodkärlen växa och bli tjockare, det vill säga man blir lättare röd i ansiktet och på hals och öron. Det här snabba hjärtat kan också göra att man får svårt att somna på natten. Så hjärtat går fortare när man är kär, så det är fysiskt.

Håkan: Det är fysiskt ja.

Tobias: Får jag säga en sak där?

Sara: Ja

Tobbe: Det här var för flera år sedan. Jag var kär i en tjej som hette Rebecka, alltså åter igen, flera flera år sedan. Just den perioden så hade jag det lite problematiskt med magen så jag var gasig. Det var det pinsammaste minnet jag har.

Jocke: Fes du hela tiden då?

Tobbe: Ja, jag tänkte "Fis inte, fis inte" hela tiden och så råkade jag göra det ändå.

Sara: Och hon märkte det?

Tobbe: Ja jag tror det, men jag vågade inte säga något.

Jocke: Man ska aldrig fisa på första dejten!

Skratt

Tobbe: Det var ju inte en dejt heller men vi var ju förtjusta såklart.

Sara: Japp

Jocke: Var det ditt sätt att säga "jag är kär i dig" med fisarna?

Tobbe: Ja, eller va?

Jocke: Var det ditt sätt att säga "Jag äskar dig eller jag är kär i dig"?

Sara: Små kärleksfisar...

Tobbe: Ja man skulle kunna säga att det var på sättet men det var ju som sagt flera år sedan det där..

Sara: Ja men om hon gillar dig så kommer ju fisarna med dig...

Tobbe: Hahaha

Sara: Nej men?

Tobbe: Den där var bra! Den där var jättebra...

Sara: Vad tror ni mer man kan känna när man är kär?

Jocke: Men vadå?

Tobbe: Jag vet, förlåt om det bara är jag som pratar, men det kom upp bara.

Sara: Säg!

Tobbe: Det blir så att man tänker på den personen extra mycket.

Sara: Ja. Nu bläddrar jag här litegrann

Jocke: Får inte ut den ur huvudet!

Sara: Ja alltså de här ämnena och hormonerna kan ju påverka. Man kan känna sig ledsen och orolig. Då vart jag lite förvånad när jag läste det och tänkte "jaha, kan man?" men jo det kan man tydligen för kroppen producerar mindre av hormonet Serotonin.

Erik: Det låter rätt

Sara: Har man lite Serotonin kan kroppen ha svårt att hantera känslorna och det gör att man kan hamna i en obalans och då blir man ledsen, helt enkelt. Man kan vara jätteglad också såklart.

Jocke: Inte om man blir dumpad!

Sara: Det är helt okej att känna sig ledsen.

Tobbe: Det känner jag igen litegrann.

Jocke: Man blir inte glad när man blir dumpad.

Håkan: Nä

Tobbe: Fast jag var mer vilsen då, jag tänker inte gå in på varför men väldigt vilsen. Man kan säga att man var kär i kärleken.

Sara: Ja, så kan det ju vara också.

Tobbe: Sen kan det hända att man hoppar från partner till partner, sen blir det fel, sen blir man deprimerad och bla bla bla.

Jocke: Deprimerad kan man bli när man blir dumpad.

Sara: Absolut

Erik: Ja.

Tobbe: Jo det är sant, det också.

Sara: Man kan också känna sig lugn för att ämnet oxytocin släpps ut i hjärnan och muskler slappnar av, nu läser jag innantill. Oxytocin släpps till exempel ut i kroppen vid beröring så man kan uppleva avslappning om man klappar ett djur eller om man blir klappad på. Då blir man lugn. Adrenalin får vi också i samband med kärlek och då kan man känna sig modig till exempel Dopamin, är ytterligare ett ämne, som hjälper endorfin att känna lyckoruset. Endorfin kan komma även om man är på sin favoritplats i naturen eller om ens favoritlåt spelas. Då kan man också känna samma typ av effekt som kärlek. Endorfinet. Sen stod det att man kan få spända muskler och bli mer klumpig och det är ju också fysiskt.

Jocke: Går man in i saker menar du då? För att man inte kan tänka på något annat än den där tjejen...

Sara: Kan man absolut, och för att man går omkring och är lite spänd, då blir man lite tafflig bara, tänker jag.

Jocke: Man vill inte göra bort sig inför henne, eller den personen man är kär i.

Sara: Exakt. Det var den fysiska biten!

## Musik spelas

Sara: Hur vet jag om någon är kär i mig? Den går lite ihop med "hur det är när du är kär i någon".

Tobbe: Ja.

Sara: Så vad tror ni? Är det lättare att tänka vad en annan person gör mot mig om hen är kär i mig?

Håkan: Det har hänt bara en gång, annars har jag alltid frågat, men då märkte jag det på att hon ville bjuda hem mig och pratade med mig.

Sara: Ja men det är ganska tydligt då.

Håkan: Ja då är det tydligt litegrann då.

Sara: Eller hur?

Jocke: Den känslan har inte jag känt.

Sara: Hur har du känt då?

Jocke: Att inte någon har varit kär i mig.

Sara: har du känt så?

Jocke: Ja, jag har fått nobben av alla.

Tobbe: Men då kanske det inte är meningen med just den personen.

Jocke: Eller alla man har blivit nobbad av.

Tobbe: Ja men om man säger såhär: Det brukar vara så att det kommer när det kommer. Jag känner igen mig i den situationen för jag har också varit den personen som har haft för bråttom och då har allting gått för snabbt och då har allting kraschat. Det är bättre att man försöker ta ett steg i taget och lära känna människan först. Vi säger såhär: om man nyss har träffat en person utan att lära känna den och blir kär på en gång så kan det bero på att man har misstolkat känslorna. Man kan tänka "Åh, jag tror jag är kär" men det kan istället bara vara att man är jätteglad för att man har träffat den här personen för att man tycker personen är jättetrevlig.

Sara: Ja exakt.

Tobbe: Den situationen har jag varit med om många gånger. Jag har trott att jag har varit kär men det har bara visat sig att jag har varit väldigt glad. Då försvinner de där kärlekskänslorna. Om de däremot hålls kvar och man bara tänker på den enda personen, ja men då är det väl självklart att man är kär.

Sara: Ja det kan ju absolut vara så att man tolkar sina signaler fel, man tänker "oj är jag kär i den här?"

Tobbe: Sen kan det vara så att en person tror att man ger de signalerna själv, men egentligen har man bara varit glad att se den personen, så andra kan misstolka en också beroende på hur man visar.

Sara: Japp

Tobbe: Sen när man förklarar för den personen hur det är, att man inte är intresserad på det sättet, kan den personen bli besviken eller sårad. 16:09

Tobbe: Men jag är inte intresserad av dig på det sättet, jag ser bara dig som en vän eller en bror eller syster, ingenting annat. Men över tid kan det kanske ändras och båda blir intresserade av varann, då är det en annan sak. Är det dock en som inte tänker och känner samma sak kan det bli ganska kraschigt.

Sara: Ja, precis. Hur kan man visa att man är kär i någon? Vad gör man då?

Jocke: Hur visade David då att han var kär?

Sara: Nej men nu frågade jag er.

Jocke: Nej jag frågar dig nu för du är ett bra exempel.

Sara: Jag funderar på din fråga Jocke. Kan det vara att man kikar lite? Det sa vi förut, man kanske kikar lite mer på den här personen?

Håkan: Som jag sa förut. "Hörrudu vill du ha skjuts" eller på jobbet kanske man säger "ja men jag hjälper dig" man är mer... visar intresse för en.

Sara: Ja exakt.

Jocke: Hur visade du för David då om vi tar tvärt om?

Sara: Hmm, ja men det var ju inte jag som visade så mycket då. Jag skulle vilja säga att det var han som visade.

Jocke: Det var han som tog initiativet?

Sara: Ja, för i min värld så var vi kompisar.

Jocke: Jaha, du var inte kär i han?

Sara: Nja, inte på det sättet.

Jocke: Men i hans huvud var han kär i dig?

Håkan: Det växte fram? Kan man säga

Sara: Ja. När jag frågade typ "Är vi ihop eller" ja då hade vi varit det länge tyckte han medan i min värld hade vi inte alls varit det. Så det där kan ju också vara lite olika.

Håkan: Det måste ju växa fram

Sara: Ja för oss gjorde det det medan det går fortare för andra.

Jocke: Men han trodde ni var ihop länge ju!

Sara: Ja, det trodde han.

Jocke: Inte du?

Sara: Nä.

Tobbe: Jag har en grej som jag har tänkt mycket på också. När man är intresserad av en person kan man visa att man är intresserad på helt olika sätt. Man kan till exempel ge komplimanger till den personen, säga till exempel "Du har jättefina kläder idag", och "jättefina skor du har". Man kanske också kan gå ännu djupare och säga "Vet du vad? Du har jättefina ögon"

Sara: Ja

Jocke: Eller "Åh, vad sexig du är idag!"

Sara: Näee

Tobbe Nej jag skulle säga vacker.

Jocke: Vadå? Man kan väl säga så? "Hej, jag tycker du är sexig!"

Håkan: Ja men visst kan man säga så men då ska du ha klarat av det här förstadiet som han (Tobbe) pratade om, när man känner varandra.

Jocke: Nej man går rätt på och säger det.

Tobbe: Nej det kan krascha.

Håkan: Men du förstår min tanke?

Sara: Ja, jag förstår din tanke. Du menar att man kan säga så när man dejtat ett tag eller så. Det fattar jag. Det köper jag mer än att man bra säger det sådär.

Håkan: Än att säga pang på ja.

Jocke: Vadå? Kan man inte säga i ett sms "hej, vad sexig du är!"?

Tobbe och Håkan säger nej nej under tiden Jocke frågar.

Jocke: Kan man visst!

Sara: Kan man väl men jag skulle verkligen undvika det.

Erik: Risken är att man kan få nobben då, att man går på lite för hårt.

Tobbe: Om man är för på kan man uppfattas som klängig och det är inte så jättekul. Ja, Håkan?

Håkan: Jo, min idé. Vanliga tjejer ska man göra som han (Tobbe) säger och så ska man göra som jag sa på slutet men är det speciella tjejer då kan man bara pang på rödbetan!

Jocke: Haha!

Sara: Vadå speciella tjejer? Nu förstår jag inte jag. Jag gör mig dum kanske?

Håkan: Ja men om man säger, som han sa, sexig då kanske han menar att han ska hitta såna tjejer som bara tycker om sånt, om man säger så då.

Jocke: Som säger så tillbaka också.

Håkan: Men jag tycker inte det riktigt heller faktiskt.

Sara: Men är det något ni tror man kan bygga ett förhållande på?

Håkan: Nej, det tror inte jag.

Tobbe: Nej, det tror inte jag heller.

Jocke: Det är bara en fin komplimang. I min värld är det en komplimang.

Erik: Man kanske kan men det kan kanske vara lite svårare att hitta.

Jocke: Jag skriver ju inte med en gång "vad vacker och sexig du är" man kan ju skriva en mening, man behöver inte skriva "Hej, du är sexig!".

Tobbe: Får jag säga en sak? När det gäller sånt där kan motparten, alltså den kvinnan, uppfatta dig som ett slisk.

Sara: Sen kan jag också tänka att tjejen också vill bli sedd som någonting annat än det här som killen bara säger för att det passar honom.

Tobbe: Ett objekt

Jocke: Jag brukar ju inte skriva det!

Sara: Nej och jag är inte arg på dig för att du har gjort det heller.

Jocke: Jag tänker bara att det går att skriva så också. Hon är ju snygg och...

Sara: Men man kanske kan börja en dialog med mer "lära-känna-frågor".

Jocke: Det är väl klart man gör det.

Sara: istället för att bara "Hej, du är såhär för mig" Ok. Men jag vill inte vara det.

Jocke: Men det gör inte jag.

Håkan: Man ska ju behandla som jag gör emot dig, vara snäll och trevlig.

Jocke: Eller pang på rödbetan!

Tobbe: Ja men att behandla så som man vill bli behandlad själv.

Sara: Ja

Jocke: Pang på rödbetan.

Sara: Ja men värdigt liksom.

Håkan: Det är som jag på jobbet när någon gör något bra åt mig då brukar jag säga någon komplimang tillbaka, det är inte fel det heller.

Sara: Nej. Sålänge man håller en ganska rumsren...

Håkan: normal...

Tobbe: Man håller liksom minimum-nivå så att inte spårar ut.

Håkan: Nej det blir fel

Sara: Jag kan tänka att en ganska enkel grej att gå efter är att kommentera något som en person har på sig, typ "Vilken snygg tröja du har" än att kommentera någons kropp.

Jocke: Ja men det är ju många som har grejer som de tycker är snygga på tjejer.

Sara: "Snygga skor" eller snygga...

Håkan: Glasögon!

Sara: Ja! Exakt..

Tobbe: Ja för kvinnor brukar inte vilja att män ska se dem som ett objekt som det blir när männen säger "åh, vilken snygg rumpa du har, du är så sexig". Då blir man ju nobbad direkt.

Jocke: Nej inte jag. Jag brukar säga "Vad fina ögon du har"

Tobbe: Ja men det är okej.

Gruppen håller med

Sara: Ögon kommer undan på något märkligt sätt..

Jocke: Ja det först jag kollat på är ögon.

Sara: Ja men precis men tar man till exempel tröjan så är det ju den som blir objektet plötsligt, inte tjejen som har rumpan eller sådär.

Tobbe: Nej precis.

Jocke: Ibland kan jag skriva "oj, vad fina bilder du har" på hennes profil om man är inne på till exempel en dejtingsida. Jag är lite spårad ibland när jag skriver till andra tjejer. Ibland går det hem, ibland går det inte hem.

Tobbe: Men om man säger såhär, det spelar ingen roll vilket kön det är eller så, man ska alltid ha respekt för varandra. Det är jätte jätte viktigt. Det finns ju även killar där tjejer blir såhär "åh han är så snygg, och kolla hans abs!"

Sara: Ja, absolut. Det går absolut åt andra hållet också.

Jocke: Så snygga muskler!

Tobbe: Så det måste ju finnas respekt mellan båda parterna.

Sara: Helt rätt, helt rätt.

Erik: Hur visar man att man är kär i någon? Det är en svår fråga.

Sara: Det är ju det. På den här sidan står det, på frågan "hur jag vet om någon är kär i mig", att d man kan märka det genom att någon tittar på mig, och det är ju samma för en själv, att man kanske tittar på den man är kär i. Ens blickar kan mötas.

Jocke: Sa inte du spela svår också?

Sara: Va? Nej, har jag sagt det?

Jocke: Nej jag vet inte.

Sara: Hen brukar vara nära dig, är snäll och försöker bli din kompis. Samma för mig, om jag är kär i någon närmar jag kanske mig den personen, försöker bli kompis och så vidare.

Tobbe: Det där känner jag igen.

Sara: Hen försöker få dig att skratta, samma åt andra hållet, jag kanske försöker få den andra att skratta. Man kan vara blyg eller nervös kring den här personen. Inte helt omöjligt att man är det.

Man kan också vill spela "Alla-ballan" och spela cool och tuff.

Jocke: Ja det var det jag tänkte på.

Håkan: Jag tycker man är mer blygare.

Sara: Ja, det beror kanske på hur man är som person?

Tobbe: Ja, alla är lite olika ja.

Håkan: Ja men jag kan vara lite blyg ibland sen kan det vara kemin som kan vara bättre med andra.

Jocke: man kan vara kär i henne eller han men inte den tillbaka.

Sara: Då kan det ju bli den här olyckliga kärleken.

Jocke: Då blir det för jobbigt, då lägger man för mycket tid på den.

Tobbe: Ja och just det här att vara olyckligt kär, det har jag varit med om ett par gånger.

Sara: är de några fler som har varit det?

Jocke: Jag har varit kär i en person som har dissat mig tillbaka, då är man olycklig va?

Sara: Ja. Håkan? Har du varit olyckligt kär?

Håkan: En gång kanske jag har varit det.

Sara: Rickard?

Rickard: Näe...

Joakim: Jag har varit det två gånger!

Håkan: Man vill ju hitta den rätta kärleken men man är lite rädd att hamna i samma sak igen, att vara olyckligt kär om man säger så. Det är inte någe kul.

Sara: Nej det är väl inte en skön känsla?

Tobbe: Nej.

Jocke: Man kan bli ledsen också när man blir dumpad, det är så svårt med kärlek.

Fler håller med.

Tobbe: Ja det är så. Rent allmänt så är relationer ganska komplicerat. Ibland funkar det jättebra med vissa relationer men det kan ju ha och göra med olika dagar att göra med också. Människans humör är ju jämt, det går ju upp och ner.

Jocke: Ta dag för dag!



Håkan: Men förut fanns det bara en relationstyp. Idag kan man ha "öppen relation" och det och det, det finns massor med olika!

Sara: Ja, absolut.

Håkan: Olika modeller faktiskt.

Sara: Ja, huvudsaken är väl att man hitta det som passar en själv.

Jocke: Eller den man är ihop med.

Sara: Ja, exakt.

Jocke: Man ska våga utforska också.

Erik: Hur tänkte du då?

Jocke: Utforska vilken läggning man har också. Är man bi eller...Gillar man tjejer eller gillar man killar eller båda två?

Erik: Ja

Sara: Absolut

Jocke: Man måste kunna utforska och testa.

Erik: Ja som sagt, hitta det som passar en själv och fungera för en själv.

Tobbe: För min del så var jag bara väldigt förvirrad.

Jocke: Är du fortfarande förvirrad?

Tobbe: Nej, inte längre.

Sara: Det är okej att vara förvirrad. Man kan vara förvirrad hela livet och komma på det sen när man är 80 år.

## **Musik spelas**

Sara: Vem blir man kär i, frågar de här på sidan.

Jocke: I personen

Sara: Ja och så står det såhär. "Det är svårt att veta vad som gör att man blir kär. Det kan vara personens sätt att vara eller något med hens utseende, röst eller lukt". Lukt är en sån där grej man har hört tagit upp va? Att man undermedvetet kan...

Jocke: Tantparfym går inte för mig!

Sara: Nej men det har inte med parfym att göra!

Jocke: Det går inte med mig. Tantparfym....Såndär äcklig blomma som luktar. Blä!

Erik: Chanel no:5!

Sara: haha, Chanel nummer 5, så specifikt!

Jocke: Nej det går inte

Erik: Tillbaka till ämnet. Vad sa vi?

Jocke: Kär i vem som helst! Man kan bli kär i någon som är äldre! Eller en kompis mamma!

Erik: Det kan man bli! Det är ett intressant ämne. Det finns inte så många klara svar ändå.

Håkan: Nej det finns inget rätt och fel.

Erik: Nej det är mycket så.Vad är rätt, vad är fel? Det är mycket personligt och vad man tycker själv.

Håkan: Det jag tycker är fel är under 18 år.

Erik: Ja

Håkan: Då är det tabu.

Erik: Ja, det blir ju lagligt fel också.

Sara: Ja.

Jocke: Man måste kunna prata om saker med partnern.

Sara: Ja det tro jag är viktigt.

Håkan: Det tror jag är viktigt.

Jocke: Bra kommunikation. Har man en dålig är det inte en bra relation.

Erik: Då kan man lösa många problem.

Jocke: Inte om man har en dålig.

Erik: Nej. Det är sant.

Håkan: Då funkar det inte.

Jocke: Då kan man inte vara kvar i förhållandet.

Sara: Vad tycker ni är viktigt hos en partner då?

Jocke: Respekt, tillit och bra kommunikation.

Erik: Det kommer man nog långt på.

Sara: Det tror jag.

Håkan: Och att man är trogen helst.

Sara. Ja.

Håkan: Ja det skulle jag bli glad över om man säger så.

Tobbe: för in del får människan gärna vara trevlig, snäll och en som bryr sig om andra människor.

Det tycker jag är viktigt.

Sara: Ja det är fint.

Tobbe: Det tycker jag är bra egenskaper.

Sara: Jag tänker att jag väldigt gärna skulle vilja skratta med den som jag lever ihop med, så man kan få vara glad och ha kul ihop och att man tycker samma sak är roligt.

Håkan: Jag håller med dig i det du säger och hon kan ju ha andra intressen som man kan bli nyfiken på, eller hon på det som jag gillar, till exempel att fiska eller andra intressen.

Sara: Ja såklart.

Håkan: Så man kan utforska och bredda lite grann. Det är ju jättebra att kunna ha datorn och kunna chatta och prata på en dejtingsida men du kan ju få en bild där och träffas ni i verkligheten kan du få en bild där av en person. Det kan kanske bli knasigt eller jättebra. Det var ju nästan bättre förut när man verkligen träffade personen i fråga, på ett vis.

Erik: Ja, lättare för vissa, svårare för andra så det finns nog för och nackdelar.

Sara: Ja verkligen. Ska vi börja knyta ihop den här påsen lite.

Erik: Skulle vi kunna göra! Vi har väl täckt mycket, många ämnen som vi pratat om.

Sara: Ja verkligen. Det har varit stora frågor men det täcker ju så ofantligt mycket!

Erik: Ja, stort ämne.

Sara: Ja, det kan gå åt alla håll. Vad tycker ni om dagens prat?

Jocke: Bra

Tobbe: Mycket bra.

Sara: Flöt det inte på ganska bra?

Erik: Ja jag tycker det. Många som har skjutit till i diskussionen. Många bra tankar skulle jag säga!

Sara: Ja, jättekul! Tack för oss då.

Alla: tack för oss, ha det braaaaa! Bye bye! Hej då!

## **Musik spelas**