

BENJAMIN BAARLI SILSETH

# STOLT

ÇAPPELEN DAMM

© CAPPELEN DAMM AS, Oslo 2023

ISBN 978-82-02-73947-8

1. utgave, 1. opplag 2023

Illustrasjoner: Kine Yvonne Kjær

Omslagsdesign: Kine Yvonne Kjær

Sats: deTuria Design | Gisle Vagstein

Satt i Freight Text Pro 12,5/15 pkt og trykt på 130 g Munken lynx 1,13

Trykk og innbinding: Livonia Print, 2023, Latvia

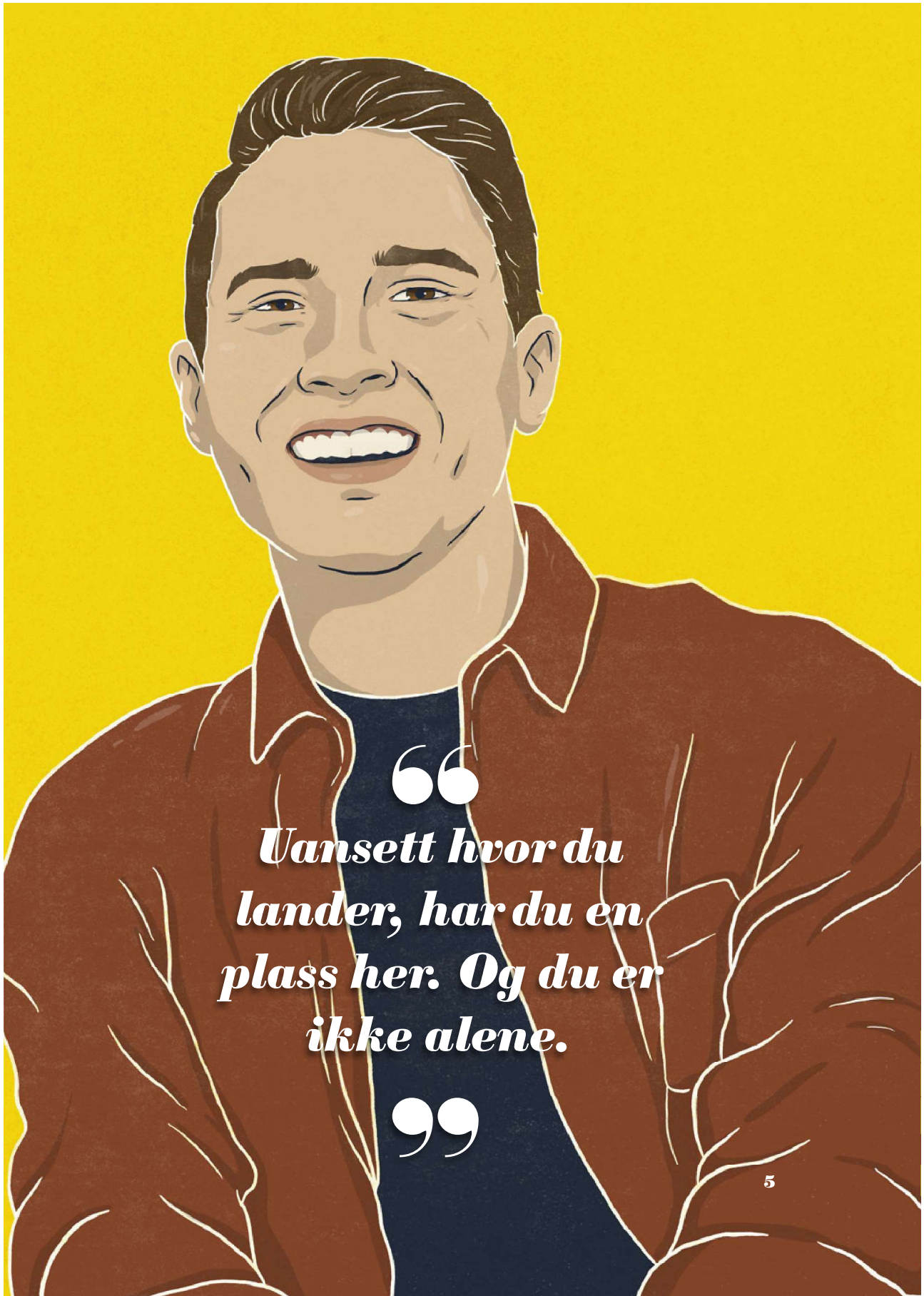
*Materialet i denne publikasjonen er omfattet av åndsverklovens bestemmelser. Uten særskilt avtale med Cappelen Damm AS er enhver eksemplarframstilling og tilgjengeliggjøring bare tillatt i den utstrekning det er hjemlet i lov eller tillatt gjennom avtale med Kopinor, interesseorgan for rettighetshavere til åndsverk. Utnyttelse i strid med lov eller avtale kan medføre erstatningsansvar og inndragning, og kan straffes med bøter eller fengsel.*

[www.cappelendamm.no](http://www.cappelendamm.no)

# Hvorfor trenger vi denne boka?

**HVIS NOEN HADDE FORTALT** 12 år gamle Benjamin at han en dag skulle gifte seg med en mann, bo i en byleilighet med egen hage og ha en hund kalt Bjarne, ville nok 12-åringen sagt at det var løgn. For det virket helt umulig på den tiden. Jeg visste ikke helt hvem jeg var, jeg trodde jeg var alene om å føle det jeg følte, og jeg trodde det var meg det var noe galt med – det var jo ingen andre som var som meg. Og så viste det seg at det ikke stemte. Det vil jeg gjerne dele noe om i denne boken, i tillegg til ting andre har lært meg underveis, ting jeg skulle ønske jeg visste før, eller ting jeg tror de fleste av oss trenger å høre. Det er ikke sikkert alt treffer deg, men det er ikke så viktig. Hvis noe treffer deg, eller hvis noe i denne boken kan være viktig for noen rundt deg, og du kan dele det med dem, så har jeg lyktes. For målet her er å lære sammen, og være bedre for oss selv – og de rundt oss.

**KANSKJE ER DU SOM LESER** dette nysgjerrig på hvem du er, eller hvem noen du kjenner er. Kanskje vet du allerede at du liker noen av samme kjønn, eller så er du i ferd med å utforske din egen kjønnsidentitet, altså din opplevelse av eget kjønn. Eller kanskje er du opptatt av å være en god venn og av å støtte de som er skeive rundt deg. Når jeg sier skeive, mener jeg mennesker som på en



“  
*Uansett hvor du  
lander, har du en  
plass her. Og du er  
ikke alene.*  
”

eller annen måte bryter med normene, eller de uskrevne reglene i samfunnet, og forventningene for kjønn og seksualitet. Om du ikke vet hva dette innebærer, så frykt ikke – i denne boka vil du få lese, lære, og forhåpentligvis forstå mer om alt dette.

“

***For noen er det viktigst å ha noen å prate med, noen som lytter uten å dømme. Hos meg kan de snakke om hvem de er, hva de lurerpå, og hvorfor de tenker eller gjør som de gjør.***

”

**DA JEG VOKSTE OPP**, var det ingen bøker som dette å finne, og om de fantes, så visste jeg ikke om dem. Det var ikke så mange skeive forbilder i media, filmer eller tv-serier heller. Det kunne føles ufattelig ensomt til tider. Jeg savnet noe som dette. Noe som kunne hjelpe meg å utforske hvem jeg var og hva jeg følte på. Samtidig noe som kunne gi en følelse av fellesskap, en følelse av å høre til, og at jeg faktisk ikke er alene!

**FOR DE SOM IKKE KJENNER MEG**, heter jeg Benjamin. Jeg har akkurat rundet 30 år, og har det egentlig ganske bra. Jeg jobber som psykolog, som vil si at jeg snakker med folk om livene deres, og prøver å hjelpe dem hvis de har problemer. Det kan være store og vanskelige ting, eller små og fine ting. Jeg jobber mye med barn og unge, og vi prater om alt mulig. Noen trenger hjelp med å finne ut av hvordan de skal komme seg gjennom foreldrenes skilsmisse, andre trenger hjelp til å jobbe med vonde opplevelser fra for eksempel mobbing på skolen. Innimellom er noen lei seg og vil finne ut hvorfor, eller kanskje er de redde for steder med mange mennesker. Noen er redde for mørket og vil gjøre noe med det, mens andre føler at de ikke har noen venner.

**SOM PSYKOLOG HAR JEG TAUSHETSPLIKT**, noe som betyr at jeg ikke kan fortelle ting videre, med mindre det er så alvorlig at jeg alene ikke kan hjelpe. Å snakke med en psykolog er litt som å ha en veldig god venn du kan fortelle ting til. Det å se at du ikke er alene i det som skjer i livet, er ofte en god støtte!



# Stolt - hva

**STOLT ER ET FINT OG STORT ORD.** Det brukes om noe man har fått til, og beskriver en følelse av glede og mestring. Mange av oss har kanskje fått høre fra en forelder at de er «stolte av oss». Det kan gi oss en god følelse, eller innimellom gjøre oss litt flaue. Stolthet betyr også å tørre å ta plass som menneske, og å være den man er uten å skamme seg.

## **Det motsatte av skam**

Mange opplever å skamme seg over den de er i løpet av livet. For noen går det over etter hvert, men for andre kan skammen være noe man må lære seg å leve med. Derfor er det viktig å ha ordet STOLT med seg – for det er målet, både for oss som enkeltpersoner, men også for samfunnet! Skam og andre negative følelser kommer til å ta plass innimellom (noe som er helt greit), men stolthet kan gjøre oss litt sterkere når vi møter motstand.

## **Pride = stolthet over å være skeiv**

«Pride» er det engelske ordet for «stolthet», og er et ord som det skeive miljøet i hele verden tar i bruk i dag. Ordet ble først brukt på 1960-tallet, da mye av vår skeive historie virkelig startet. På den tiden var det ulovlig å være skeiv, og du kunne bli fengslet og straffet for å vise åpent at du var homofil. Med andre ord var det mye skam involvert i det å være skeiv. «Pride» ble en motvekt til dette, og ble en naturlig del av markeringer for skeive, der stolthet stod i fokus!

# betyr det?

## **Ingen er stolte hele tiden**

Det er ikke så lett å være stolt hele tiden. Det har vært flere perioder i livet mitt hvor jeg ikke har vært så stolt som jeg burde. Det er helt normalt, men også litt vondt. Målet med denne boken er å finne flere grunner til å være stolte av oss selv og hverandre, og færre grunner til å skamme oss. Hvis vi får til noe av det sammen, får vi til ganske mye!

### *Visste du at:*

«Friend of Dorothy» ble brukt som slang for å beskrive homofile under 2. verdenskrig, da det fremdeles var forbudt å være skeiv. I Chicago jaktet faktisk myndighetene på denne «Dorothy» i håp om at hun ville avsløre hvem som var homofile og ikke - lite visste de at hun aldri fantes! I virkeligheten er Dorothy en referanse til hovedpersonen i Trollmannen fra Oz, som er et eventyr du kan sjekke ut hvis du vil.



# Vær en god venn

**OKEI, SÅ ER DU KANSKJE IKKE SKEIV**, trenger å fortelle om hvem du elsker eller hvem du er, og leser denne boken mest fordi du er nysgjerrig. Da er du noe som er innmari viktig og fint for oss som er skeive – nemlig en alliert. Det gjelder ikke kun for skeive, forresten, det gjelder generelt for marginaliserte grupper!

**JEG KUNNE LIKE GJERNE** kalt det en god venn, for det er litt det samme. Men *alliert* har en egen klang ved seg, og er ekstremt viktig. For når vi snakker om å være en alliert, snakker vi om de av oss som hjelper til med å kjempe kampen, og de av oss som står opp mot urett når de ser det! Det å være en god alliert kan bety at man oppfører seg støttende hvis man hører eller ser at noen blir behandlet dårlig fordi de er annerledes. Det kan også bety at man er aktiv i politikken eller i organisasjoner som arbeider for like rettigheter for alle.

**GRUNNEN TIL AT DET ER SÅ VIKTIG** å være en alliert, er fordi vi vet at de av oss som tilhører en marginalisert gruppe er mer i fare for å kjenne på utenforskap og ensomhet enn andre. Da er det helt nødvendig å ha gode allierte rundt seg! Heldigvis er det mye vi kan gjøre for å være allierte for hverandre.



**og alliert!**



## *Tips til å bli en god alliert:*

Kunnskap er makt - **VÆR NYSGJERRIG** og spør hvis det er noe du lurer på. Les for eksempel om hvilke rettighetskamper som gjelder og snakk med mennesker i ulike grupper i samfunnet.

Ta vare på de rundt deg som kanskje **TRENGER EKSTRA STØTTE**. Enten det er en i parallellklassen som er litt utenfor eller en skeiv kompis som ikke blir invitert på klassefest – du kan være en alliert ved å inkludere dem!

**STÅ OPP MOT URETT**. Dersom du hører, ser eller opplever at noen diskrimineres eller blir behandlet dårlig, kan det være fint å si fra! Noen ganger er det aller beste å vise den som har opplevd noe vondt at du er der for dem, og at det dumme som ble sagt eller gjort ikke er greit.

**Bli MED I PRIDE!** Som alliert er du mer enn velkommen til å gå i tog, bruke regnbue-symbolet som armbånd, pin, eller andre ting. Da vet mennesker som møter deg at du er en alliert!

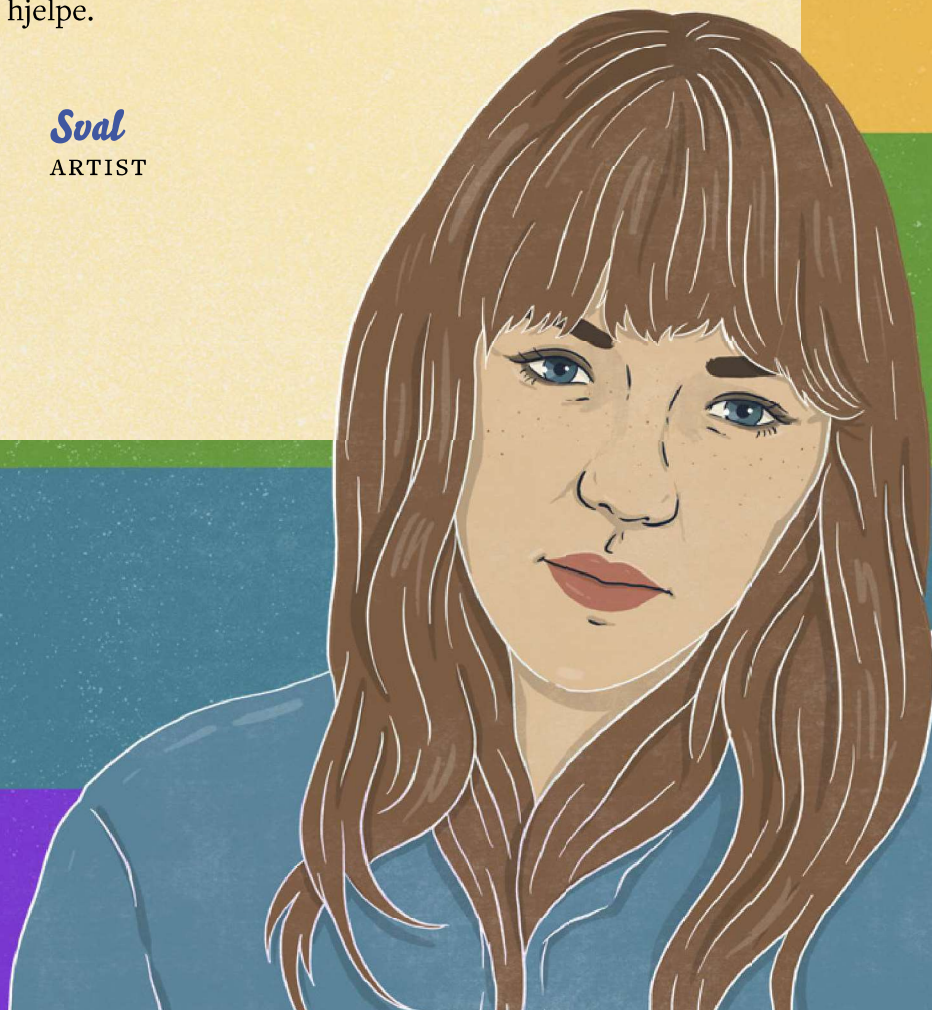
**DETTE ER BARE NOEN FÅ** eksempler på hva du kan gjøre for å være en alliert, og du kan selvfølgelig finne dine egne måter å støtte opp om folk rundt deg på!

Det fine og viktige med å ha støttespillere er at man tåler mer når man er flere samlet, enn om man står helt alene i noe vanskelig. Det gjelder for alle mennesker, men spesielt for mennesker som tilhører en minoritetsgruppe.

*Å være stolt* for meg er å være trygg på meg selv, og å stole på at den jeg er, er bra nok. Jeg er stolt når jeg tør å ta plass og når jeg klarer å være hele meg, uten å bry meg om hva andre tenker.

Når man er yngre, er det lett å tenke at de usikkerhetene og kjipe følelsene man har skal vare for alltid. Jeg følte det i hvert fall sånn, men det er viktig å huske at det meste går over med tiden. Alle har sine egne usikkerheter, og ofte hjelper det å bare snakke om det med noen man stoler på. Det finnes alltid noen som er villig til å lytte og som vil hjelpe.

*Sval*  
ARTIST





## Trenger du noen å snakke med?

**HJELPETELEFONEN** er Mental Helses gratis døgnåpne telefontjeneste for alle som trenger noen å snakke med.

**TELEFON: 116 123**

**SIDETMEDORD.NO** er en nettsjeneste drevet av Hjelpetelefonen. På Sidetmedord.no kan du dele tanker og følelser med andre brukere eller ansatte veiledere

**UNGDOMSTELEFONEN** er Skeiv Ungdom sin hjelpetjeneste på chat, telefon og melding til deg som trenger noen å snakke med om seksualitet, kjønn, identitet, følelser, forelskelse eller sex. **TELEFON:**

**400 00 777 SØNDAG TIL FREDAG KL 18.00-22.00.**

**CHAT: TIRSDAGER OG ONSDAGER KL 18.00-20.00**