

«Aldri forelska»

Hei CrushCrew

Eg er 13 år og har aldri vore forelska. Mange i klassen snakkar om kven dei likar, og det verker som om alle i klassen har vore eller er forelska. Utanom meg. Eg lurar på om det er noko feil med meg. Kjem eg til å bli forelska seinare, eller er eg berre annleis?

Helsing «Null kribling»

➤ **Hei «Null kribling».**

Det er ikkje så rart at du blir litt usikker når det verker som om alle rundt deg er eller har vore forelska. Vi kan fort kjenne oss litt usikre når vi føler oss annleis enn andre. Heldigvis er det ikkje nokon fasit på når vi blir forelska! Nokre blir forelska tidleg, andre mykje seinare, nokre ofte og andre sjeldan, nokre veldig sterkt og andre berre litt. Vi er ulike på så mange måtar og forelsking er ikkje noko ein må ha opplevd i ein bestemt alder. Du er heilt normal og akkurat slik du skal vere!

«Likar ein god ven»

Hei

Eg trur eg er forelska i ein veldig god venn. Vi har vore vener lenge, og eg er redd for å øydeleggje vennskapet viss eg seier noko. Samtidig er det vanskeleg å berre late som ingenting. Kva gjer eg?

Helsing «Venn eller meir?»

➤ **Hei «Venn eller meir»**

Det er ganske vanleg å bli forelska i ein god ven. Mange blir forelska i kven ein person er, ikkje berre i korleis han eller ho ser ut, og venner kjenner vi jo betre enn andre. Det er forståeleg at du er redd for å øydeleggje vennskapet, og kanskje er du usikker på om vennen din kjenner det same som du? Hugs at vennskapet kan halde fram sjølv om de ikkje kjenner det same for kvarandre.

Det er heilt greitt å bruke litt tid på å finne ut kva du vil gjere. Kanskje kan du også snakke med ein felles ven du stolar på, som kan gi deg råd. Nokre vel å dele det forsiktig, andre let tida gå og ser om kjenslene endrar seg. Uansett er det ikkje feil å kjenne det du kjenner.

«Ulykkeleg forelska»

Hei CrushCrew

Eg er forelska i ein person som eg veit ikkje likar meg tilbake. Eg blir trist av å tenkje på det, men klarer ikkje å slutte å håpe. Kva kan eg gjere når forelskinga gjer vondt?

Helsing «Håpar for mykje»

➤ **Hei «Håpar for mykje»**

Ulykkeleg forelsking kan gjere skikkeleg vondt og ta stor plass inni oss. Det betyr ikkje at det er noko gale med deg – dette er sterke følelsar. Det kan hjelpe å snakke med ein ven eller ein vaksen du stolar på. Over tid blir slike følelsar oftast svakare, sjølv om det ikkje kjennest sånn no. Prøv å gjere på ting du likar og vere saman med folk som får deg til å kjenne deg bra.

«Likar ei av same kjønn»

Hei

Eg har blitt forelska i ei jente i klassen. Eg er jente sjølv. Eg er glad når eg er med henne, men også redd. Nokre i klassen brukar «homo» som skjellsord. Eg er redd for kva som skjer viss nokon får vite det.

Kva gjer eg?

Helsing «Litt redd, litt glad»

➤ Hei «Litt redd, litt glad»

Det er fint at du har blitt forelska – det kan vere ei god kjensle. Samtidig er det forståeleg at du blir usikker når nokre i klassen brukar «homo» som skjellsord. Du er ikkje aleine om å kjenne det slik. Mange unge brukar dessverre slike ord utan å tenkje over kva det fører til, og utan at dei eigentleg har noko imot homofile. I dag er jo dei fleste ungdommar eigentleg positive til at ein kan like kven ein vil.

Det er du som bestemmer kven du vil fortelje dette til, og når. Kjærleik er fint – uansett kven ein blir forelska i.

«Forelska heile tida»

Hei Crush Crew

Eg blir fort forelska. Først i ein, så i ein annan. Nokre seier eg er teit fordi eg skiftar så fort. Er det feil å kjenne sterke kjensler ofte?

Helsing «Lett forelska»

➤ Hei «Lett forelska».

Vi kjenner kjensler ulikt, for vi er jo forskjellige. Nokre blir forelska ofte og sterkt, andre sjeldan og kanskje berre litt. Ingen av delane er feil.

Det å kjenne at det kriblar når du ser på nokon, bli smigra av at andre viser interesse, eller fantasere om korleis det ville vere å ha kjærast, treng ikkje alltid bety at du er djupt forelska eller ønskjer å bli saman med akkurat den personen. Slike kjensler kan kome og gå, og det er heilt normalt.

Du treng ikkje skamme deg for at du ofte blir forelska – mange har det slik, og det går heilt fint. Viss du ein dag får ein kjærast du vil ta vare på, kan det vere lurt å bruke litt tid på å kjenne etter kva som er viktig for deg i eit forhold. Men akkurat no er det viktigaste at du får vere deg sjølv og kjenne det du kjenner.

«Kva gjer egentleg kjærastar?»

Hei CrushCrew

Eg har akkurat fått kjærast for første gong. Når vi er saman, er vi oftast i lag med vennegjengen og finn på ting. Ingen av venene mine har kjærast, så eg veit egentleg ikkje korleis det er å vere berre oss to. Eg kjenner meg ikkje klar for å kysse eller gjere sånne ting, sjølv om det verkar som mange trur at det er det ein skal gjere når ein er kjærastar.

Kva gjer egentleg kjærastar?

Helsing «Kjærast for første gong»

- Hei «Kjærast for første gong».

Det er mange som kjenner det slik du gjer. Å vere kjærastar kan bety ulike ting for ulike menneske. For nokon handlar det om å vere mykje saman, for andre om å halde hender, gi klem eller kanskje kysse – men berre når begge kjenner seg klare for det. Du treng ikkje gjere noko du ikkje har lyst til, berre fordi du har fått kjærast. De kan finne ut saman kva som kjennest fint for dykk, i dykkar tempo. Det viktigaste er at de har det trygt og godt saman.

«Redd for at dei skal tru feil»

Hei CrushCrew

Eg er ein gut som veit at eg likar gutar. Eg har sagt det til familien min, men ikkje til venene mine endå. Eg er redd for at viss dei får vite det, så kjem dei til å tru at eg er forelska i dei, eller ser på dei på ein annan måte liksom. Men det gjer eg ikkje, eg er akkurat som før og vil berre vere ein vanleg ven. Kva gjer eg?

Helsing «Berre ein kompis»

- Hei «Berre ein kompis»

Det er forståeleg at du tenker på dette. Mange trur feilaktig at om ein likar gutar, så er ein forelska i alle gutar. Slik er det ikkje. Å vere homofil betyr berre at du kan bli forelska i nokre gutar – på same måte som andre berre blir forelska i nokre jenter. Vener er framleis berre vener. Du bestemmer sjølv kven du vil fortelje det til, og når. Gode vener vil etter kvart forstå at du er den same personen som før.

«Kva betyr dette om meg?»

Hei CrushCrew

Eg er ein gut på 13 år. Før har eg hatt ein jentekjærast, og det var fint. No har eg blitt forelska i ein gut. Eg blir glad når eg er med han, men også litt forvirra. Eg lurar på kva dette betyr om meg. Må eg vere anten det eine eller det andre?

Helsing «Forvirra, men glad»

- Hei «Forvirra, men glad»

Det du kjenner er heilt normalt. Nokre blir forelska i jenter, nokre i gutar, nokre i begge – og nokre brukar tid på å finne ut av dette. Du treng ikkje sette ein merkelapp på deg sjølv om du ikkje vil. Det viktigaste er at du kjenner etter kva som følast bra og rett for deg. Kjensler kan endre seg gjennom livet, og det er heilt lov. Du er den same gode personen uansett kven du blir forelska i.