

**Maja Österlund**

Lafa – enheten för sexualitet och hälsa

[maja.osterlund@sll.se](mailto:maja.osterlund@sll.se)

- Vikten av god sexuell hälsa
- En god grund för att komma igång
- Tips och metoder för att prata sexualitet, relationer och normer



# God sexuell och reproduktiv hälsa är en mänsklig rättighet

“Sexuell hälsa är ett tillstånd av fysiskt, emotionellt, mentalt, och socialt välbefinnande relaterat till sexualitet, det är inte endast frånvaro av sjukdom, dysfunktion eller svaghet.

Sexuell hälsa kräver ett positivt och respektfullt närmande till sexualitet och sexuella relationer, liksom till möjligheten att få njutbara och säkra sexuella erfarenheter, fria från förtryck, diskriminering och våld.

För att sexuell hälsa ska uppnås och behållas, måste människors sexuella rättigheter respekteras, skyddas och uppfyllas”.

WHO 2002



# God sexuell och reproduktiv hälsa

- Tillgång till tillräcklig kunskap för att kunna fatta informerade beslut
- Möjlighet att bejaka sin sexualitet och sexuella identitet utan skuld och skam
- Kunna skydda sig från och få behandling för sexuell ohälsa, genom t.ex. preventivmedel och vård
- Slippa utsättas för trakasserier



# Diskutera!

Var har ni fått information om sex och samlevnad?

Vad fick ni lära er?



## Rättighetsperspektiv och sexualpositivt perspektiv

- Kunskap om rättigheter och skyldigheter
- Åldersadekvat fakta om t.ex. sex, preventivmedel, relationer utifrån en positiv och normkritisk syn på sexualitet
- Information på ett sätt som går att ta till sig och förstå
- Tillgång till vårdinsatser och sakkunniga inom sexualitet

Positiv kunskap!





# Asylprocessen, psykisk hälsa och identitet

Flykt

- Orsaker till flykt
- Händelser under flykten
- Ovisshet, rädsla, ensamhet, övergivenhet

Anlända  
och söka  
asyl

- Oro för framtiden
- Fokus på PUT och ev. kontakt med anhöriga

Få  
uppehålls-  
tillstånd

- Etablering, hitta sin plats och identitet i det nya samhället

Anhöriga  
kommer

- Lättnad
- Hitta sin roll i familjen
- Ansvar för framtiden

# Chans att skapa en god etablering







# Styrdokument

- Lagar: Socialtjänstlagen, Sexköpslagen, Diskrimineringslagen
- Läroplan – sex och samlevnad
  - inskrivet i flera kursplaner
- Skolans likabehandlingsplan
- Barns Behov i Centrum
- Individuell genomförandeplan



# Gemensam plattform och värdegrund

- Prata i personalgruppen och med samverkansaktörer!
- Kan frågor om sexualitet lyftas på APT?
- Lika bemötande för alla
- Hjälps åt att öva på att hitta ord, formuleringar, metoder och förhållningssätt som känns bekväma





# Att prata om sex och relationer

- Vad känner jag inför att prata om sexualitet med ungdomarna?
- Vilka hinder finns i verksamheten som kan försvåra arbetet med sex och samlevnad, hos både ungdomar och personal?
  - t.ex. okunskap, rädsla, tabun, skam, normer, språk, boendeformen
- Vem är det som begränsar/begränsas
- Vad vet du om dina ungdomars sexuella hälsa och kunskap om sexualitet?
- Hur brukar ungdomarna samtala om sexualitet?

Kan klamydia smittas genom trosor?

Vad betyder queer?

Hur berättar man för någon att man är kär i den?

Hur får man tag på preventivmedel?



# Att tänka på

- Utgå från individen – inte ursprunget
- Tänk normkritiskt – vet du vilka du har framför dig?
  - Könstympad, homosexuell, hiv-positiv, transperson
- Vi och dom (norm mot icke-norm)

# Hur ser det ut i verksamheten?

- HBTO-vänligt
- Könsuppdelat
- Öppna samtal eller stängda dörrar
- Sociala medier/mobiler
- Finns information tillgänglig eller måste man fråga om den
- Arbeta med tolk



kyss

p-stav

hiv

bög

fitta

mens

kåt

flickvän

kärlek

hora

queer



# Tips på inledning

Var har ni fått information om sexualitet? Vad har ni fått lära er?

Vad vill ni lära er om sex, kroppen och relationer?

Varför är det viktigt att ha kunskap om sexualitet?







# Exempel på insatser

- Använd språket för att få igång samtal om relationer
- Studiebesök på ungdomsmottagningen
- Peer-to-peer
- Samtalsmetoder
- Frågelåda
- Temakväll
- Samtala om internet



# Material för unga

## Böcker:

- Lätta sexboken, Inti Chavez Perez
- Världens viktigaste bok, Nathalie Simonsson
- RFSU:s praktikor

## Hemsidor:

- [UMO.se](http://UMO.se)
- [Frågachans.nu](http://Frågachans.nu)



## Vidare läsning

- Sexualundervisning på lättare svenska, RFSU
- Hur säger man? Hur gör man? Västra Götalandsregionen
- Fokus 15: Ungas sexuella och reproduktiva rättigheter, MUCF
- Sex i skolan, RFSU
- Våga fråga om sex, Region Skåne & Malmö stad
- Våga se, Länsstyrelsen Östergötland
- Inkludera sexualitet, RFSU Malmö
- Psykiatrisk arbete med barn och unga i migration, Rapport BUP 2011/2
- Socialtjänstens arbete med ensamkommande barn och ungdomar, Stockholms Läns Landsting
  
- utbildning.socialstyrelsen.se (webbutbildning om könsstympling)

[www.lafa.nu](http://www.lafa.nu)

Tidningen Insikt, 4 nummer/år – gratis!  
Beställa material

**L A F A**

# Tack!

maja.osterlund@sll.se

[www.lafa.nu](http://www.lafa.nu)



Kan du klättra,  
upp för regnbågen?