



Sex og samfunn

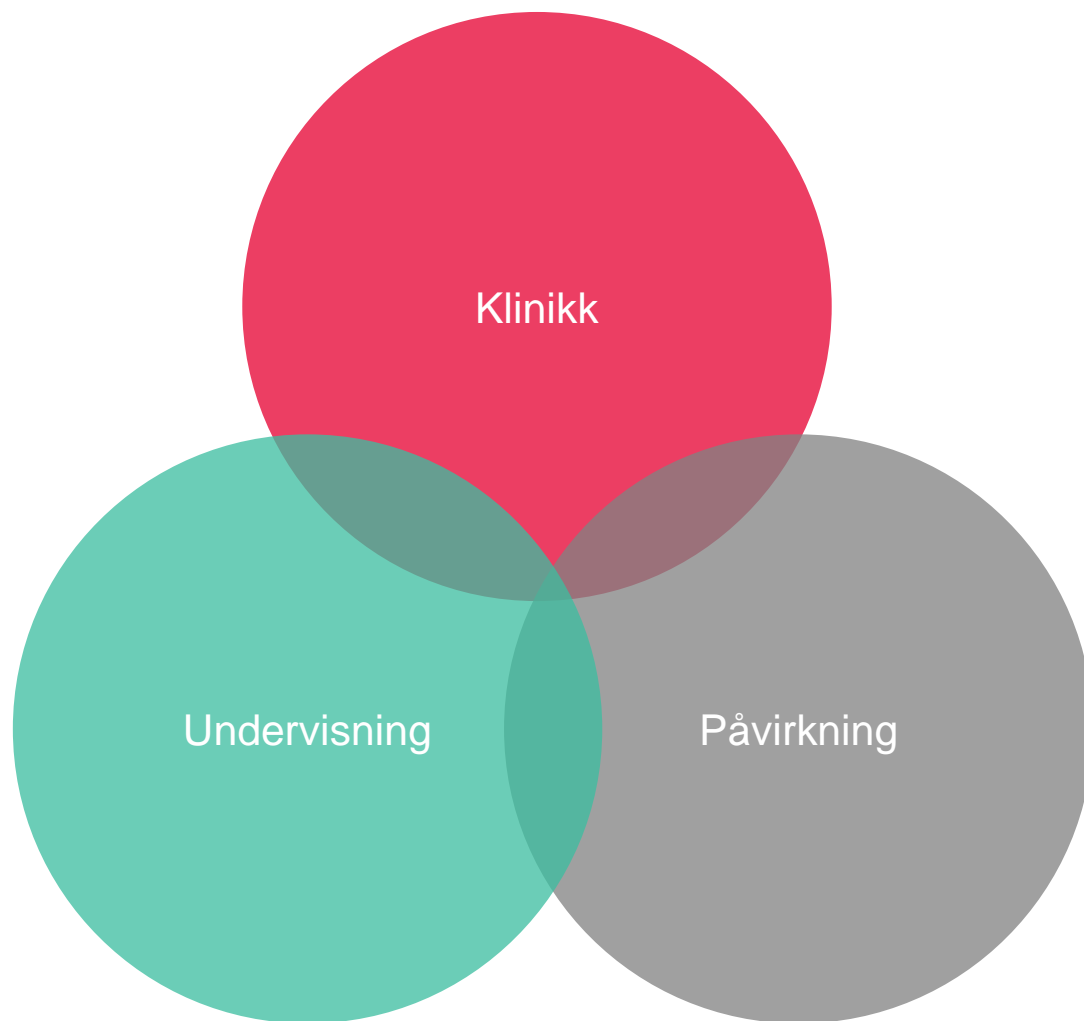
Ungdom og seksualitet

Frambu 31.10.17

Trude Slettvoll Lien, spesialist i sexologisk rådgiving (NACS)

FRIHET FRA SKAM

FRIHET TIL Å VELGE



Her finner du oss:

- Trondheimsvn. 2 B
- Tel: 22 99 39 00
- www.sexogsamfunn.no
- Chat, facebook og instagram
- Nyhetsbrev: post@sexogsamfunn.no



Tema for dagen

- Å snakke med barn og unge om seksuell helse
- Ung seksualitet
- Forhold til egen kropp
- Erfaringsutveksling

SEKSUALITET

Alle har en seksualitet, uavhengig av

- funksjonsnedsettelse
- alder
- kjønn
- orientering
- kultur

Og alle har rett til å leve ut sin seksualitet trygt og åpent.

Normer om seksualitet

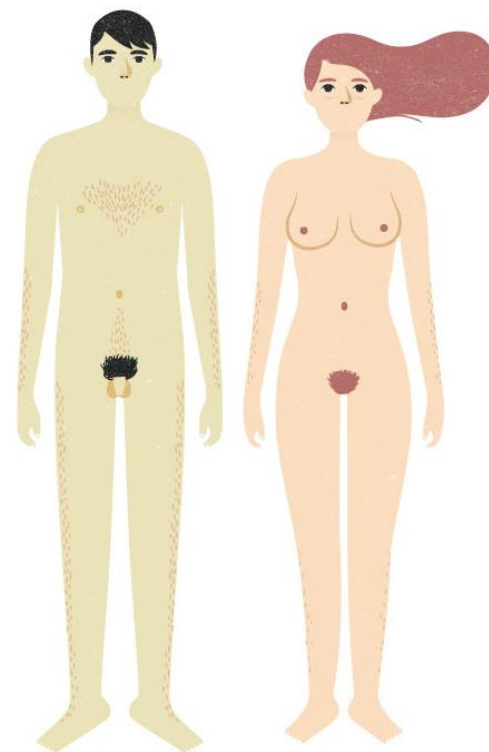
- Kjønnsnormen: antakelsen om at alle opplever seg selv som det kjønn de ble definert som ved fødsel (cis-kjønn), og at man er enten gutt eller jente.
- Heteronormen: antakelsen om at alle tiltrekkes av det motsatte kjønn og ønsker seg én fast partner.
- Funksjonsnormen: antakelsen om at kroppen må fungere på en gitt måte for at man skal kunne delta i samfunnet og leve et godt liv.

Ungdom med funksjonsnedsettelse og kronisk sykdom har like store behov for å snakke om følelser og tanker rundt kropp og seksualitet som andre ungdommer.

Snakk om det!

Hvor trygg er du på din egen seksualitet?

- Hvilket forhold har du til egen kropp?
- Hva blir du støtt av?
- Hva tolererer du?
- Hva er naturlig for deg?
- Hvilket språk bruker du?



Hvordan flette inn seksualitet i samtalen?

- Er det viktig?
- Tørre å spørre, åpne for muligheten

Fra veilederen:

«Å etablere kjæresteforhold er en stor utfordring for mange, blant annet fordi man da må fortelle nokså inngående om seg selv.

Forholdet til egen kropp og egen seksualitet i ungdomstiden har betydning også for hvordan intime relasjoner utvikles senere. Etter hvert som man blir eldre, vokser behovet for nærhet og man har behov for å prøve ut sin seksualitet.»

Ungdom og seksualitet

Selvbestemt seksualitet

Du bestemmer selv

- med hvem
- hvordan
- når
- hvor

du ønsker å ha sex!

Er jeg normal?

- Behovet for å være lik alle andre
- Mangfold
- Hvor henter vi kunnskap?
- Å eie kroppen sin

Fremmer god seksualitet

- God egenseksualitet
- Kunnskap om og råderett over egen kropp
- God kommunikasjon
- Prevensjon?



SEXOLOGISKE UTFORDRINGER

Sykdom, funksjonshemming og samliv

Utfordring for den enslige

- Hvordan finne en partner ?
- Smerter
- Utmattelse
- Hva har jeg å tilby?
- Dårlig selvtillit?

Utfordring for parforholdet

- Dårlig samvittighet
- Smerter
- Utmattelse
- Den vanskelige samtalen
- En lettelse?

Seksuell tenning og intimitet

Fantasier

Erotiske fortellinger

Film

Massasje

Hjelpemidler / leketøy

Seksualtekniske hjelpemidler

- Dekkes av NAV
- Active batteridrevet penispumpe
- Ferticare, vibrator
- Vagiwell, dilatatorsett mykt materiale
- Feminaform, dilatatorsett i plast
- Europe Magic Wand, vibrator
- Laid C.1, fingervibrator



SPØRSMÅL OG ERFARINGSUTVEKSLING

TAKK FOR MEG!

trude@sexogsamfunn.no

