

**SAMTAL OM SEXUALITET
OCH RELATIONER**

Reflektionsfrågor till filmer och poddar

**Till dig som möter familjehem, jourhem
och kontaktfamiljer vid handledning, enskilda
samtal, utbildningar och gruppträffar.**

RFSU är en politiskt och religiöst obunden ideell medlemsorganisation med syfte att sprida en kunskapsbaserad syn på samlevnads- och sexualitetsfrågor. Genom sexualupplysning, utbildning och opinionsbildning vill RFSU slå hål på fördomar, öka kunskapen och den sexuella hälsan, i Sverige såväl som internationellt. RFSU har ett frihets- och rättighetsperspektiv på sexualiteten som utgår från allas frihet att vara, välja och njuta.

Du kan läsa mer om RFSU:s verksamhet på www.rfsu.se.
Vill du bli medlem? Anmäl dig på www.rfsu.se/medlem.

© RFSU Stockholm och Nathalie Simonsson
RFSU Stockholm, Alsnögatan 7, 116 41 Stockholm
PROJEKTLEDARE RFSU STOCKHOLM: Ellen Nordlund
och Hanna Weber Vernét
TEXT: Nathalie Simonsson
GRAFISK FORM: Eva Jais-Nielsen
TRYCK: Åtta.45 Tryckeri, Stockholm 2020

Samtal om sexualitet och relationer
är ett stöd till familjehem, jourhem
och kontaktfamiljer i sexualitetsfrågor.
Materialet bygger på tankar och frågeställningar
som är vanliga i mötet med placerade barn
och ungdomar och är framtaget för att stödja
vuxna att utvecklas i sin roll i relation till frågor
som rör sexualitet, relationer och hälsa.

Du hittar handboken, kortfilmerna och poddarna
på www.rfsu.se/familjehem.

Om materialet

Samtal om sexualitet och relationer vänder sig i första hand till familjehem, jourhem och kontaktfamiljer, men kan fördjupa kunskapen också hos professionella som möter placerade barn och ungdomar.

Handboken handlar om hur den som är vuxen kan föra respektfulla och förtroendeskapande samtal om sexualitet, kroppen och relationer. Den ger förslag på ingångar och vad som är bra att tänka på, men tar också upp aspekter som rör utsatthet och sexuella övergrepp.

Filmerna och poddarna bygger på intervjuer med familjehemsföräldrar och placerade ungdomar och öppnar upp för resonemang om hur det är att leva tillsammans i familjehem.

Reflektionsfrågorna till filmerna och poddarna är framtagna för dig som möter familjehem, jourhem och kontaktfamiljer vid handledning, enskilda samtal, utbildningar, temakvällar och gruppträffar. De ger möjlighet att komma in på samtal och diskussioner om sex, kärlek, sexuell läggning, identitet, risker, oro, relationsbyggande och bemötande.

Filmerna och poddarna kan även användas i samtal med unga, men då behöver den ungas tankar och funderingar vara i centrum.

I texten används ordet *familjehem*. Det omfattar familjehem, jourhem och kontaktfamiljer i både kommunal och privat regi.

Ungas sexuella hälsa - en del av familjehemsvården

Barn och ungdomar som kommer i kontakt med socialtjänsten har, på gruppnivå, en sämre sexuell hälsa och lever i en större sexuell utsatthet än ungdomar generellt. Bristande omsorg tidigare i livet, frånvaro av förebilder och utebliven skolgång påverkar deras kunskaper och förmågor. Det kan vara så att deras sexuella rättigheter inte alltid har blivit respekterade och tillgodosedda. Kanske har de inte fått lära sig att de äger rätten till sin egen kropp och lust eller fått öva på att säga nej i förhållande till sin kroppsliga integritet. Erfarenheter de gjort tidigare i livet kan ha satt djupa spår och behöver arbetas med under lång tid.

Internationella riktlinjer rekommenderar att barn får kunskap om kroppen, relationer, kommunikation och integritet redan före fyra års ålder och en möjlighet att återkommande föra samtal om frågor som rör sexualiteten. Det hjälper dem i deras kroppsuppfattning, stärker deras självkänsla och möjlighet att ta hand om och respektera sig själva och andra. Kunskap och samtal gör det lättare att ta ställning till hur man själv vill leva, vilka relationer man vill ha och om man vill ha sex eller inte. Det gör det lättare att utveckla en positiv och trygg relation till sexualiteten.

Många familjehemsföräldrar känner sig osäkra på hur de ska närma sig och föra samtal som rör sexualitetsfrå-

gor. Hur hjälper man den som är ung att må bra med sig själv och ta kloka beslut? Hur hanterar man som vuxen svårigheter i vardagen? I filmerna och poddarna möter vi ungdomar och familjehemsföräldrar som kämpar med utmanande situationer, men också flera som känner att de lyckas, finner vägar framåt och utvecklar fungerande strategier.

Det stöd familjehemsvården ger i frågor som rör sexuell hälsa handlar ofta om att leda utredningar och ta ansvar för att barn och ungdomar får professionell hjälp och behandling, men kan också omfatta att erbjuda familjehem enskild handledning, utbildningar och gruppsamtal. Socialtjänst och konsulenter kan göra stor skillnad genom att agera bollplank, hjälpa till att hitta kunskap och information och ställa frågor som öppnar upp för nya insikter. Handboken, filmerna och poddarna kan användas som utgångspunkt för samtal kring sexualitetsfrågor och på så sätt vara en värdefull del i arbetet.

Familjehems- föräldrarnas roll

Det är inte meningen att familjehemsföräldrar ska känna att de behöver vara experter på sexualitetsfrågor. De ska inte heller ersätta skolsköterskor, kuratorer eller psykologer. Det som förväntas av dem är att de är trygga vuxna som lyssnar och vägleder, liksom bemöter barnen med respekt och empati.

Familjehemmets mest centrala uppgift är att skapa en miljö som präglas av öppenhet och tillåtelse och att på olika sätt kommunicera att frågor som rör kroppen, känslor och sexualitet går att prata om. Det kan ske genom att den som är vuxen tar initiativ till samtal i vardagen, uppmuntrar barnet att ställa frågor eller visar var det finns böcker eller webbsidor som ger kunskap. Förpackningar med mensskydd eller kondomer i badrumsskåpet är andra sätt att avdramatisera frågor som ofta omges med tystnad.

Det finns situationer som familjehemsföräldrar varken kan eller bör försöka lösa själva. Familjehemmets uppgift är då att ge stöd till barnet eller ungdomen genom att hänvisa vidare till rätt instans, exempelvis ungdomsmottagningen som i sin tur har läkare, psykologer, kuratorer och sexologer. Det kan handla om att den som är ung behöver samtalsstöd, eller hjälp med preventivmedel, testning och behandling av sexuellt överförbara infektioner. Att som ung få hjälp att boka en tid, eller få sällskap till en mottagning, kan vara betydelsefullt.

I de fall barnet behöver särskilt stöd och behandling

leds det arbetet av socialtjänsten. Vid sexuell utsatthet, sexuella övergrepp eller psykisk ohälsa behöver barnet i många fall professionell hjälp och terapi.

Att finnas till för ett barn som har haft eller har det svårt kan vara tungt och känslösamt. Familjehemsföräldrar behöver få veta att de kan få råd, stöd och vägledning från socialtjänsten.

Socialtjänsten ska alltid kontaktas i situationer där den som är ung far illa, eller där det finns misstanke om utsatthet eller risktagande.

Till dig som samtalsledare

I handboken *Samtal om sexualitet och relationer* ges bakgrund och kunskap rörande många av de frågeställningar som tas upp i filmerna och poddarna. Läs gärna handboken innan du sätter igång.

BERÄTTA ATT NI SKA SE EN KORT FILM ELLER LYSSNA PÅ EN PODD och sedan reflektera gemensamt kring några frågeställningar. Spela upp filmen eller podden i sin helhet innan du öppnar upp för samtal.

LÅT DELTAGARNA FUNDERA PÅ OCH DISKUTERA DE FRÅGOR SOM HÖR TILL RESPEKTIVE FILM/PODD. En mindre och pratig grupp kan ta sig an frågorna direkt. Om gruppen är stor eller mer tystlåten kan det vara bättre att låta deltagarna först prata med varandra två och två. Lyft sedan resonemangen i helgrupp.

LÅT TILLFÄLLET BLI ETT SÄTT FÖR DELTAGARNA ATT SÄTTA ORD PÅ SINA EGNA KÄNSLOR OCH TANKAR och dela erfarenheter med varandra – men också sätta sig in i den ungas situation. Fördela ordet så att alla får prata och olika perspektiv har möjlighet att komma fram.

GE INFORMATION OM VAR FILMerna OCH PODDarna FINNS och uppmuntra deltagarna att titta och lyssna på de delar ni inte hinner med gemensamt. Om deltagarna inte redan har fått handboken – dela ut den eller berätta var de kan ladda ned den.

FILMERNA

Liam

LIAM ÄR 16 ÅR OCH BOR tillsammans med Lena och Niklas. Lena visar att hon tycker att frågor som rör sex och relationer är viktiga genom att bjuda in till samtal, uppmuntra Liam att ställa frågor och tillgängliggöra kondomer. Ändå blir det inte riktigt bra. Filmen handlar om hur förutfattade meningar kan påverka ens bemötande och möjlighet att ge stöd till den som är ung.

► När Lena får höra talas om Tina förutsätter hon att det är en flickvän, medan Kevin uppfattas som en kompis. Tror ni att Lena hade agerat på andra sätt om hon visste att Liam är intresserad av en kille?

Hur påverkas Liam av Lenas antagande att han är heterosexuell?

► Genom att reflektera över våra egna föreställningar, liksom vilka ord och uttryck vi använder, ökar möjligheten att de barn vi möter känner sig sedda, bekräftade och respekterade. Hur hade Lena kunnat underlätta för Liam att våga berätta om Kevin?

► Lena har ställt en låda med kondomer i hallen. Vad får ni för tankar om det? Vilka signaler ger det till Liam? På vilka olika sätt kan man ge ungdomar kunskap om och möjlighet att ha säkrare sex? Hur gör ni i er familj?

► I slutet av filmen står Lena i fönstret och ser Liam, Kevin och Tina åka iväg. Hur tror ni att Lena kommer att följa upp situationen? Hur skulle du ha gjort?

Gina

GINA BOR TILLSAMMANS med Maryam och Sara. I familjen uppstår situationer som leder till konflikter och Gina och Maryam tycks ha svårt att förstå varandra. Gina respekterar inte de regler som har formulerats gemensamt, medan Maryam kämpar med att lägga band på starka känslor. Filmen handlar om att känna oro.

► *Maryam gör flera försök att nå fram till Gina. Vad får ni för tankar om hennes agerande? Vad är det som får Gina att dra sig undan och ta avstånd? När når Maryam fram till henne?*

Finns det något du tycker att Maryam borde ha testat, eller kunde ha gjort annorlunda?

► *Inne på Ginas rum får Maryam syn på ett par nya skor. Vad tror ni att hon tänker? Vad skulle ni göra om ni var i hennes situation?*

► *De flesta familjehemsföräldrar kämpar med att hitta en balans mellan att ge förtroenden och frihet, men samtidigt formulera regler och ge skydd. Att sätta gränser och ta sin oro på allvar är viktigt, men behöver göras med respekt för den ungas privatliv. Hur brukar ni hantera det dilemmat?*

► *Det är vanligt att tonåringar går in och ut ur roller. De vill vara vuxna och självständiga, men har samtidigt ett behov av att få fortsätta vara barn. Maryam föreslår att hon och Gina ska baka cupcakes, men blir avvisad. Känner ni igen er i situationen? Hur gör ni för att erbjuda stöd både när barnet vill vara litet och stort?*

► *Familjehemsföräldrarna i filmen agerar på olika sätt. Vilka skäl kan det finnas till det? Hur skulle de kunna samverka och dela på ansvaret?*

Om man är två familjehemsföräldrar – hur kan man stötta varandra vid konflikter eller i situationer där man känner på olika sätt?

Amir

AMIR BOR TILLSAMMANS med Linus och Adina. Amir tycks inte må riktigt bra och det verkar som att han håller mycket inom sig. Filmen handlar om att vara tonåring och ny i Sverige, men också om en tillvaro med motstridiga förväntningar.

► Amir försöker navigera i en situation där han känner press från flera olika håll. Han har nyligen flyttat från ett land till ett annat. Han befinner sig också i gränlandet mellan barn och vuxen. Vilka olika slags förväntningar tror ni att Amir känner från kusinen som ringer, Johanna och familjehemmet?

► Vad tror ni att Amir själv vill och tycker är viktigt? Hur skulle du som vuxen försöka hjälpa honom att sätta ord på sina olika känslor och önskemål?

► I filmen ser vi hur Amir drar sig undan. Hur gör man för att bygga en relation med en person som håller sina känslor och tankar för sig själv? Vilka känslor kan ett barns avvisande hållning väcka hos familjehemsföräldern? Hur skulle du försöka hantera situationen?

PODDARNA

Poddarna är nedkortade versioner av intervjuer som genomförts med familjehemsföräldrar och ungdomar som bor i familjehem. Materialet är anonymiserat och inläst av skådespelare.

Hend

HEND KOMMER FRÅN EN BAKGRUND där hon har levt under hård social kontroll. I det här avsnittet berättar hon om sina tankar kring hur man kan ta reda på vem man är och vad som blir bra för en själv.

► *Hend pratar om att hon har svårt att förhålla sig till sin "comfort zone", hon vet inte vilken den är. På vilka sätt kan man hjälpa barn och ungdomar att ta reda på vad som känns rätt och bra? Hur skulle ni vilja stötta henne att bygga upp sin integritet och inre trygghet?*

► *Familjehemmet har visat Hend att samtal om sex inte är tabu. Hon känner sig bekväm med att hon kan vända sig till de vuxna med frågor kring sin sexualitet. Vad tror ni att de har gjort som har varit betydelsefullt?*

► *Hend berättar att hennes familjehemsmamma "inte frågar vad hon har gjort utan hur hon känner sig". Vad tänker ni när ni hör det?*

► *Alla vuxna borde fundera över sina egna fördomar, säger Hend, och menar att det viktigaste för henne är att "inte bli bedömd". Hur kan ni som familjehemsföräldrar tillmötesgå det?*

Amanda

AMANDA HAR STOR ERFARENHET av att vara familjehemsförälder och har utvecklat strategier för att vara ett stöd. I det här avsnittet berättar hon om hur hon ser på sin roll i relation till samtal om sexualitet och relationer och vad hon tycker är viktigast att tänka på.

► Utgå från det ni har hört Amanda berätta och era egna erfarenheter: Hur kan man på olika sätt närma sig och hantera frågor som rör sex och relationer? Vilka är era bästa tips till varandra?

► Amanda säger att ungdomar kan berätta om svåra erfarenheter i förbifarten, att de kan släppa en bomb med en klackspark. Hur hanterade Amanda situationen när en flicka berättade att hon bott på bordell? Vad gjorde hon som var stöttande och hjälpsamt? Hur skulle du själv ha agerat?

► Som familjehemsförälder behöver man ha beredskap och förmåga att ta emot tunga berättelser från barn och ungdomar. Vad skulle ni behöva för stöd för att känna er trygga i sådana situationer?

Amanda säger att hon försöker undvika att "känna ut sina känslor". Vad menar hon med det?

► Nätet är en integrerad del av de flesta barn och ungdomars liv men bristen på insyn kan, precis som Amanda beskriver, väcka oro. Hur ger man ett gott stöd när man inte vet vad som sker på nätet? Hur gör ni för att stärka barn och ungdomars nätkompetens? På vilka sätt kan ni hjälpa dem att utveckla skyddande strategier?

Ronny

RONNY HAR ÖPPNAT SITT HEM för en ensamkommande ungdom utan att ha någon tidigare erfarenhet av att vara familjehem. I det här avsnittet sätter han ord på hur han har tänkt och känt i sin nya roll och hur han har utvecklats i relation till de utmaningar han har ställts inför.

► Ronny pratar om vikten av att "se sig själv i spegeln" och fundera över sina känslor, tankar och fördomar – gärna tillsammans med en eventuell partner. Vilka strategier har ni för att bli medvetna om era egna attityder, förhållningssätt och regler när det kommer till unga och sex? Finns det situationer där ni har behövt ompröva era föreställningar?

► Fundera på vilka gränsdragningar och regler som är viktiga hemma hos er – och varför de är viktiga. Vad gäller rörande tider, klädsel, stängda dörrar eller huruvida man får ha sex hemma eller inte? När får en tonåring sova över hos en partner?

Det är vanligt att de vuxnas synsätt krockar med barnens. Hur brukar ni hantera situationen?

► Det är sällan enkelt att göra något för första gången och som familjehemsförälder ställs man inför många nya situationer. Ronny berättar att samtal om sexualitet var stela i början – men med tiden blev lättare och mer avspända. För att komma dit behövde han ta sig över några trösklar, exempelvis vad gäller språkbruk. Hur kan man göra när man ska närma sig ett nytt område, och kanske känner sig osäker och ovan? Dela era bästa tips med varandra.

Reza

REZA ÄR 17 ÅR och kom till Sverige för tre år sedan. Han är född i Afghanistan men har levt flera år i Iran. I det här avsnittet berättar han hur det har varit för honom att vara ny i Sverige.

► Reza säger att han har många frågor och funderingar, men att han inte vågar vara den som tar upp ämnet. Vad kan ni som familjehemsföräldrar göra för att skapa öppenhet kring sexualitetsfrågor? På vilka sätt tar ni initiativ till samtal?

► "Det syns inte på en person vem den gillar", säger Reza, och berättar att en bror i ett tidigare familjehem pratat om sexuell läggning på ett bra sätt. Vad var det brodern gjorde som Reza uppskattade?

Tror ni att en ungdoms bakgrund och kultur kan påverka hur den som är vuxen tar upp frågor som rör sex, relationer och kärlek? På vilket sätt då?

► Till följd av utebliven skolgång och attityder i ursprungslandet kan nyanlända ungdomar sakna grundläggande kunskaper och vara ovana vid att prata om sexualitetsfrågor. För en del är det första gången de kommer i kontakt med information om kroppen, relationer och sex.

Reza nämner att han vill veta mer om hur man visar intresse för någon, men också var man kan anmäla en våldtäkt. Hur skulle du göra för att ge honom den kunskap han behöver?

Materialet *Samtal om sexualitet och relationer* är framtaget av RFSU Stockholm i samarbete med FoU Södertörn och med finansiering av Allmänna Arvsfonden.



ALLMÄNNA
ARVSFONDEN

