

SEX LÄRDOMAR FRÅN SPEKTRUM: SEX

Spektrum: Sex var ett samarbetsprojekt mellan Autism- och Aspergerföreningen Skåne och RFSU Malmö. Projektets syfte var att personer med autismspektrumtillstånd ska få en bättre sexuell hälsa, jämställda relationer och slippa utsättas för sexuellt våld och våld i nära relationer. Projektet pågick under 2020 och 2021 och finansierades av Jämställdhetsmyndigheten.

Under projektet genomfördes utbildningar till personal som möter personer med autismspektrumtillstånd samt samtalskvällar för personer som själva har autismspektrumtillstånd eller annan NPF. På samtalskvällarna diskuterades olika aspekter av sex och relationer.



SEX LÄRDOMAR FRÅN SPEKTRUM: SEX

#1 VÅGA FRÅGA

Skapa förutsättningar och utrymme att prata om sex, sexualitet och relationer! Och våga ställa frågan! Detta gäller alla som privat eller professionellt möter personer med autismspektrumtillstånd.

Spektrum: Sex har mötts av stor vilja, nyfikenhet och intresse av att få diskutera, men ibland måste någon annan erbjuda formen för samtalet.



SEX LÄRDOMAR FRÅN SPEKTRUM: SEX

#2 BREDDA PERSPEKTIVET

Sex är mer än biologi och reproduktion. Något som ofta framkom under Spektrum: Sex var känslan av att sexualundervisningen i skolan fokuserade på fel saker, eller inte var tillräcklig. Vi såg en stor efterfrågan av samtal kring relationer, kommunikation, socialt samspel och samtycke. Glöm inte heller att sexualupplysning kan ges på långt många fler ställen än i skolan!



SEX LÄRDOMAR FRÅN SPEKTRUM: SEX

#3 VAR KONKRET OCH TYDLIG

Sex och relationer kan vara ett känsligt ämne, därför kan samtalet behöva tydliga ramar. Var tydlig med vad ni ska prata om, i vilken ordning och hur samtalet ska gå till. Stötta genom att fördela ordet, sammanfatta och variera samtalsform. Något Spektrum: Sex ofta fick beröm för var konkreta samtal om samtycke och ja- och nej-signaler. Vad innebär det att läsa av kroppsspråk och lyssna in signaler? Hur kan en se om någon vill eller inte vill? Och framförallt, är du osäker? Fråga!



SEX LÄRDOMAR FRÅN SPEKTRUM: SEX

#4 LÄR AV VARANDRA

Ta vara på all kunskap som finns i rummet! Samtal om sex, sexualitet och relationer handlar minst lika mycket om att lyssna på andras erfarenheter och att själv få reflektera som att lära sig ny information. Låt deltagarna vara experter, helt enkelt. Ingen vet bättre än den som själv lever med autism hur autismen påverkar relationer, sexliv och dejting. Ge plats åt många perspektiv. Inom Spektrum: Sex prioriterade vi även gästföreläsare med egen erfarenhet av autism.



SEX LÄRDOMAR FRÅN SPEKTRUM: SEX

#5 INKLUDERA FLERA

Var normkritisk! Forskning visar att HBTQ-personer som också lever med en funktionsnedsättning osynliggörs och exkluderas både inom HBTQ-rörelsen och inom funktionsrättsrörelsen. Inom Spektrum: Sex sa en deltagare "Man väntar på att en transperson flyttar in på boendet, då ska personalen lära sig om HBTQ". Så var proaktiv! Använd ett inkluderande språk, läs på och öppna upp arenor att inkludera fler personer!



SEX LÄRDOMAR FRÅN SPEKTRUM: SEX

#6 SAMVERKA OCH SAMORDNA

En framgångsfaktor inom Spektrum: Sex var att projektet var ett samarbete mellan RFSU Malmö och Autism- och Aspergerföreningen Skåne. Det gav projektet möjlighet att hela tiden arbeta nära målgruppen och utifrån dess behov och önskemål. Vi ser också att samverkan är viktigt i allt arbete med sexuell hälsa och sexuella rättigheter. Det är allas ansvar!

Med samordning mellan exempelvis social omsorg och hälso- och sjukvård kring sexuell hälsa och sexuella rättigheter kan vi hindra klienter från att falla mellan stolarna och inte få sina sexuella rättigheter tillgodosedda!

