

Unge lærer seksuel sundhed

AF RIKKE THOR, SYGEPLEJERSKE

Artiklen henvender sig til sundheds- og sygeplejersker, som arbejder med børn og unge, samt til ledende sygeplejersker i kommunerne. Artiklen er baseret på erfaringer fra etableringen af en Sund Sex Skole for unge i Svendborg Kommune og erfaringsopsamling 1½ år efter. Artiklen illustrerer, hvordan man med undervisere, der har en sundhedsfaglig baggrund, kan udvikle god og spændende seksualundervisning i kommunalt regi.

Kan man blive gravid af at give et blowjob? Er analsex lige så almindeligt som i pornofilm? Er p-ring det samme som pessar? Og er aids den mest udbredte kønssygdom?

Unge i Svendborg Kommune er lige så nysgerrige, videbegærlige og interesserede i krop, følelser og seksualitet som unge i resten af landet (1).

De er i en alder, hvor alt om krop og seksualitet er nyt og spændende, og de har gåpåmod og spørgelyst, der gør, at de er med på alt, hvad der kan give dem ny viden og skabe holdningsdiskussioner i klassen.

13-20-års-alderen er desuden en alder, hvor man ikke kan bruge forældrenes råd, de kommer for tæt på, og der er også flere forældre, der bakker ud og ikke ønsker at tale med de unge om seksualitet (1).

De unge får input om seksualitet fra mange forskellige kanter, blade, tv, internettet, porno m.m. og har faktisk meget få eller ingen voksne, de kan tale med om alt det, de ser og hører. De voksne, lærere og forældre, kender ikke universet tilstrækkeligt, og hvis de gør, har de ikke altid den pædagogiske viden og erfaring, som gør, at de unge lytter og tager ny viden til sig og bliver handlekraftige i forhold til egen seksuel sundhed (2).

Sund Sex Skolen blev født

Da amterne lukkede, lukkede amtets gratis tilbud om seksualundervisning på Sydfoyn – Præventions-skolen i Svendborg. Kommunens medarbejdere, politikerne og undertegnede talte om at fortsætte undervisningen på en eller anden måde.

Det blev til Sund Sex Skolen, som startede i januar 2008 under ledelse af Jane Zenker Bergenhagen, Sundhedsplejen i Svendborg Kommune.

Navnet Sund Sex Skolen i stedet for Præventions-skolen signalerer mere fokus på sundhedsfremme (2) og fremhæver både det livsbekræftende og positive i seksualitet. Skolen skal ikke bare lære de unge

en eventuel partner. Undervisningen skal ikke kun gives til almindelige unge. Alle unge i kommunen skal have tilbuddet, også unge udviklingshæmmede, unge på specialskoler, opholdssteder og unge mødregupper.

Oplæring af sundhedsplejersker

Jeg blev ansat som koordinator af Sund Sex Skolen og skulle sammen med tre sundhedsplejersker samarbejde om at undervise de unge.

Sundhedsplejerskerne er ansat to timer om ugen og arbejder som sundhedsplejersker ved siden af. Jeg er ansat otte timer om ugen og står bl.a. for oplæring af sundhedsplejerskerne i forhold til den særlige pædagogik og specialviden om unge og seksualitet, der kræves for at kunne møde de unge og gøre undervisningen indholdsrig og handlingsorienteret.

Man har lagt vægt på, at underviserne skal være sundhedsplejersker, da de i forvejen har kontakt til de unge og deres lærere på skolerne og til de unge på opholdssteder, skoler for udviklingshæmmede og specialskoler. Derfor har de nemt ved at reklamere for undervisningen og følge op på den efter besøg på Sund Sex Skolen.

Koordinatoren skulle have viden og erfaring i at arbejde både med nutidig, procesorienteret seksualundervisning af alle slags unge samt have specialviden og erfaring med undervisning af fagfolk, f.eks. sundhedsplejersker, lærere og pædagoger om emnet. Endvidere blev der lagt vægt på, at koordinator har en sundhedsfaglig baggrund som sygeplejerske og i forvejen samarbejder med skolerne og andre steder for unge.

Lærerne og andre, som har med de unge at gøre til hverdag, har været meget positive over for initiativet, og i 2008 er skolen blevet brugt af 45 skoleklasser og 30 andre ungdomsgrupper, og der er afholdt to temadage for lærere, pædagoger, sundhedsplejersker mfl. om emnet: "Hvordan taler vi med unge om sex". Dette svarer til fuld udnyttelse af skolens kapacitet.

Møde med ungdomsskolen

Undervisningen af de unge foregår som hovedregel på kommunens ungdomsskole i Svendborg, hvor lokalerne i forvejen næsten kun bliver brugt til unge om aftenen og i weekender. Lokalerne er indrettet på de unges præmisser med farver og møbler, de unge synes om, og det, der bliver brugt til Sund Sex Skolen, har fået lidt flere plakater omhandlende unge, kærlighed og seksualitet samt en stor kiste og et skab med læse, der indeholder alt til seksualundervisningen.

Et stort poolbord i lokalet bruges til fremlægning

"Klassen griner og fniser lidt, fordi de ikke er vant til, at det er i orden at sige alt dette i klassesammenhæng."

om prævention og kønssygdomme, men komme hele vejen rundt om seksualitet, da man ved, at det gør de unge mere handlekraftige i forhold til egen seksuel sundhed (1).

Undervisningen omhandler derfor også ja- og nej-følelser, det naturlige i seksualitet, krop og følelser, forelskelse, kærester, viden om egen krop, ikke kun i forplantningsøjemed men også i forhold til seksualitet og seksuelle fornemmelser hos sig selv og

på Sund Sex Skolen



I 13-20-års-alderen kan man ikke bruge forældrenes råd, de kommer for tæt på, og der er også flere forældre, som bakker ud og ikke ønsker at tale med de unge om seksualitet

ARKIVFOTO: PHOTOALTO

af prævention, materialer, pjecer og bøger, og på den måde fungerer det rigtig fint som undervisningslokale. Desuden synes ungdomsskolen, at det er en god idé, at de unge på den måde introduceres til ungdomsskolens tilbud og lokaler, så alle parter er tilfredse med samarbejdet.

Fnisen og grinen

”Sex er sjovt, forelsket, pik, kusse, prævention, graviditet, klamydia, anal, oral, porno”. Ordene kommer i en lind strøm, når underviseren starter på fire timers undervisning en formiddag på Sund Sex Skolen med en brainstorm på flip-overen over ordet ”sex” eller ”seksualundervisning”. Flere ord kommer til: ”grænser, kærester, kys, porno, bøsser og lesbiske, S/M, trans, blufærdighed, første gang, onani”, alt er tilladt. Klassen griner og fniser lidt, fordi de ikke er vant til, at det er i orden at sige alt dette i classesammenhæng. Til sidst er hele tavlen fyldt med ord, som underviseren undervejs har kommenteret, uddybet og måske fortalt en smule om. Alt skal ud og op, og

underviseren har så den opgave at overskue klassen og ordene og fortælle kort om de emner, der ikke er så relevante for klassen, og finde frem til, hvad klassen har behov for i forhold til modenhed, parathed og lyst.

Underviseren pointerer fra starten af undervisningen, at alle skal være anonyme, og at det ikke er tilladt at tale om andre eller nævne navne på nogen, der ikke er til stede. Man må godt fortælle en historie om én, man kender (det kan også være en selv), men ikke nævne navne eller fortælle det på en måde, så de andre ved, hvem det er. Dette er meget vigtigt, når det drejer sig om seksualitet og følelser, ellers bliver det let ubehageligt og personligt (3,4).

Desuden har klassen små lapper med anonyme spørgsmål samlet ind i en kuvert, som underviseren tager op hen ad vejen og læser op. F.eks. kan en dreng i 7. klasse spørge, om det er normalt at onanere, da han får skyldfølelse efter onani. En anden spørger, om man kan onanere otte gange om dagen uden at tage skade. En pige i 8. klasse spørger, om

- » det skal gøre ondt den første gang, man har sex. En udenlandsk pige i 9. klasse spørger, om jomfruhinden kan gå i stykker, når man bruger tampon. På den måde danner underviseren sig et indtryk af, hvilke behov lige netop denne klasse har for undervisning.

Der er en dagsorden

Selvfølger har vi også en dagsorden med emner, som vi synes, de unge skal have viden om, før de tager herfra. Vi skal huske, at de unge, der ved mindst, ikke altid er dem, der markerer og stiller spørgsmål, og dem skal vi også have med.

Når vi underviser klasser med mange børn med anden etnisk baggrund end dansk, er det vigtigt, at vi forklarer enkelt og forståeligt om de mest basale ting om krop og seksualitet, som flere af de danske børn allerede ved (5).

I det hele taget gør vi meget ud af at møde de unge lige der, hvor de er, da det er der, de nemmest tilegner sig viden og synes, det er spændende at diskutere.

Stoleleg

Underviseren går videre i undervisningen, hele klassen sidder i en rundkreds, og de skal lave en stoleleg (3,4). Underviseren læser nogle udsagn op, og alle bliver nødt til at forholde sig til udsagnet. De skal nemlig rejse sig op og bytte plads med en anden, hvis de er enige i udsagnet og blive siddende, hvis de er uenige.

”Det er flovt, hvis ens forældre finder kondomer på ens værelse,” lyder udsagnet, mange rejser sig op og bytter plads, mens nogle kigger lidt rundt, hvad gør de andre? Og hvad mener jeg egentlig selv? Sådan bliver det ved. ”Drenge onanerer mere end piger,” igen rejser mange sig op, ”smukke personer får lettere kærester” og ”de fleste er ikke helt tilfredse med deres krop”, eleverne rejser sig og sætter sig, og samtidig grines der og diskuteres, for underviseren spørger indimellem: ”Hvorfor tror I, så mange rejser sig op her?” Og de unge glemmer helt, at de måske synes, det er lidt pinligt at tale om, og kaster sig ud i diskussionerne på en helt anden måde end ved mere traditionel undervisning. Stolelegen er en aktiv vurderingsøvelse (3,4), og nu skal de lave en anden øvelse. Alle skal op at stå, og underviseren lægger tre sedler på gulvet ”enig”, ”uenig” og ”delvist enig”. Nu læses igen udsagn op, og de unge skal stille sig på et af de tre steder. ”Det er nemmere at være lesbisk end at være bøsse”, mange er enige og flokkes om ”enig”-skiltet, tre har stillet sig ved uenig, for de mener nu også, det kan være svært at være lesbisk. Vi taler om fordomme, om man kan være lige så forelsket, når man er homoseksuel, og om den store homofobi, der stadig er i samfundet. De unge vil

meget gerne diskutere, og man kan mærke, at nogle flytter sig undervejs, det er nemlig også tilladt at skifte plads, hvis man synes, de andres argumenter er gode. Nogle begynder at skændes om, hvorvidt det nu er rigtigst at stå dér eller dér, og underviseren gør opmærksom på, at man har lov til at have sin mening, og at øvelsen går ud på at være åben for at høre de andres (3,4).

Undervisning af udviklingshæmmede unge

Jeg tager mig også af undervisningen af fagfolk og alle specialeleverne, f.eks. udviklingshæmmede unge.

Disse unge har lige så meget, eller mere, brug for undervisning i krop, grænser og egen samt andres seksualitet (6,7). De skal have det forklaret grundigt på en måde, som de synes er spændende og siger dem noget, så man må prøve sig lidt frem og hele tiden lægge mærke til, om de er med, samt have viden om netop denne gruppe unge. Vi har rigtig gode erfaringer med at undervise udviklingshæmmede i mindre grupper og har et godt samarbejde med lærere og pædagoger omkring disse unge.

Vi afholder foredrag og temadage for personale og lærere, da de unges udbytte bliver meget større, hvis de bliver forberedt på seksualundervisningen af skolen, og undervisningen bliver fulgt op af lærere med indsigt i og viden om, hvordan man taler med unge om seksualitet.

To gange om året har vi derfor en seks timers temadag for alle interesserede lærere, sundhedsplejersker og pædagoger om, hvordan man taler med unge om sex, og vi tilrettelægger nogle gange en speciel temadag for en institution. I 2008 afholdt vi en temadag for lærere på CSV Sydøstfyn.

Som noget nyt har vi i 2009 holdt et aftenforedrag: ”Mindre børn og seksualitet”, og der var tilmeldt 80 dagplejemødre, sundhedsplejersker, pædagoger, forældre og børnehaveklasselærere, hvilket viser et stort behov. Det kan ikke nytte, at vi først fokuserer på en tilladende holdning til krop og seksualitet, når børnene kommer i puberteten, der har de allerede mødt tabuer, som bl.a. gør, at det mange steder er forbudt at lege noget i børnehaven, der har med krop og seksualitet at gøre (8,9).

En temadag for fagfolk om seksualundervisning starter typisk med en brainstorm: ”Hvad er vigtigt i seksualundervisning?” Ord som grænser, faglig viden, viden om pædagogik, sjovt, spændende kommer op på tavlen, samtidig med at diskussionen starter. Så skal lærerne prøve de aktive vurderingsøvelser på egen krop med nogle af de samme spørgsmål som de unge: ”Bliver homoseksuelle mobbet i DK?” ”Hvem har ansvaret for at bruge kondom?” ”Vil alle gerne have en kæreste?”

Lærerne rejser sig og sætter sig, griner, er alvorlige



En stor kiste indeholder materialer til undervisningen på Sund Sex Skolen. Lokalerne er indrettet på de unges præmisser med farver og møbler, de unge synes om.

og udveksler meninger. Bagefter skal de udfordre egne grænser og åbenhed. De skal lave stafet med kondompårulning på dildoer og en ordleg: Hvem kan finde på flest frække ord om kønsorganer? Bagefter diskuteres metoder og holdninger samt emner i seksualundervisningen, og alle går hjem med en følelse af, at det måske ikke er så svært at snakke om, hvis man laver undervisningen og samtalen om seksualitet på en måde, som de unge synes er sjov og spændende (3,4).

Nyeste undervisningsprincipper

Vi har en idé og vision om, at Sund Sex Skolen skal følge med i de nyeste undervisningsprincipper og metoder, og derfor følger vi med i idéer og tiltag i den landsdækkende organisation Sex & Samfund (10). Desuden har vi etableret egen hjemmeside www.sundsexskolen.dk som vi dels opfordrer lærerne til at læse, dels lade de unge få en skoletime til at surfе rundt, følge links og bruge vores brevkasse for unge.

Nogle unge vil helst spørge en person, de kender, om personlige og seksuelle spørgsmål, derfor er det godt med en lokal brevkasse. De unge kan vælge at få deres spørgsmål og svar ud på hjemmesiden, eller de kan vælge kun at få svaret til deres egen mailadresse. Dette benytter mange sig af, derfor er vores brevkasse et godt supplement til de allerede eksisterende, f.eks. Sexlinien (10).

Læs mere på www.sundsexskolen.dk

Rikke Thor er specialist i sexologisk counselling (autoriseret af Nordisk forening for klinisk sexologi, NACS) og ansat som koordinator af Sund Sex Skolen i Svendborg; rt@rikkethor.dk

Litteratur

1. "Ung 2006" – unges viden, holdninger og adfærd. Sex & Samfunds undersøgelse om unges sexliv – www.bedresekualundervisning.dk>litteratur>rapporter. Siden besøgt 25.1.10.

2. Johnsen TJ, Jensen TK. Sundhedsfremme i teori og praksis. Næstved: Filosofia; 2000.
3. www.bedresekualundervisning.dk Siden besøgt 25.1.10.
4. "Bedre seksualundervisning" undervisningshæfte, Sex & Samfund 2008
5. "Ung 99 – en seksuel profil", om unge indvandrere, Frederiksberg Kommunes undervisningsafdeling 2002.
6. Buttenschön J. Sexologi. EIBA – PRESS; 2001.
7. Johansen M et al. Når seksualitet tages alvorligt. København: Gads Forlag; 2001.
8. Langfeldt T. Det må du godt. Århus: Mallings; 1986.
9. Stevnhøj AL. Børn og seksualitet. København: Børns vilkår; 2008.
10. <http://www.sexogsamfund.dk/> >sexlinjen. Besøgt 25.1.10.

))) ENGLISH ABSTRACT

Thor R. Adolescents learn about sexual health at Sund Sex Skolen. *Sygeplejersken* 2010;(5):56-9.

Sund Sex Skolen in Svendborg is showing how sex education for children and adolescents can be achieved under municipal management and the auspices of the health service. This may be done by employing a professional who can teach health visitors in the specialist teaching skills and knowledge required in order that the young adults become curious and dynamic in relation to their own and their partner's (where applicable) sexual health. Health visitors have good knowledge about the body and about children in general, and have contact with children and young adults in day institutions and schools. Consequently, they can be well-suited for the role of teaching sex education to children and adolescents, if they are trained in the specialist role of teaching sex education.

Teaching the young people in this scenario takes the form of process-oriented instruction with active learning exercises, and it may be a good idea to prepare a local website for those young people and teachers with a mailbox, information about young people's sexuality and about the teaching.

Training of teachers and other professionals about sex education in children and adolescents can be beneficial in the project.

Key words: sex education, process-oriented teaching, active learning exercises, teaching of elementary school teachers, training of educators.