

Tillatelse til å eie sin seksualitet

Wenche Fjeld, Førstelektor Høgskolen i Innlandet,
wenche.fjeld@inn.no

«Hvem bestemmer om du får lov til å ha sex?» Jeg stilte spørsmålet til en ung mann som nettopp hadde flyttet hjemmefra til egen leilighet. Han hadde meldt seg på et kurs som handlet om «Venner og kjærester» og som jeg var kursleder for. Før kurset startet skulle alle kursdeltagerne bli kartlagt med SexKunn¹, og spørsmålet var del av den første utgaven av verktøyet (Zachariassen, 2002). Han tenkte seg om. «Det er personalet som bestemmer om jeg skal ha sex», svarte han. «Før var det mor og far, men nå er det personalet».

1) Kartleggingsverktøyet SexKunn forelå i sin første utgave i 2000, og ble revidert og utgitt i ny versjon i 2020.
<https://www.inn.no/om-hogskolen/fakultet-for-lererutdanning-og-pedagogikk/kroppkunn-og-sexkunn/>

Det er vanlig at personer med utviklingshemming har lite bevisst holdning til egen seksualitet. Familie, lærere og helsepersonell kan unngå å prate og veilede om seksualitet, noe som kan skape en barriere for deres seksuelle utvikling (Goli, Rahimi & Goli, 2022; Fjeld, Carlsen & Sund, 2023; Frawley, 2023). Offentlige dokumenter og konvensjoner som CRPD², ratifisert av Norge i 2013, understreker dog retten til seksuell utvikling og undervisning (Skarstad, 2019; Kunnskapsdepartementet, 2017; Helse- og omsorgsdepartementet, 2017; Helsedirektoratet, 2021; Meld.St. 8, 2022-2023). Helsedirektoratet støttet oversettelsen av «SEKSUELL NYTELSE – Det glemte leddet i seksuell og reproduktiv helse og rettigheter» i 2018, et verktøy som kan hjelpe de som jobber med mennesker med utviklingshemming. Dette styrker muligheten for en offentlig seksualpolitikk, og gir utviklingshemmede retten til å «eie sin seksualitet». Åpenhet om seksualitet, inkludert uvanlig seksualitet, og motta positiv veiledning, er nødvendig (Ovrid, Kristiansen og Bogetun, 2013). Og ikke minst, mulighet til å høre stemmene til dem det gjelder. Så hva kan hindre oss?

Holdningene våre er avgjørende for praksis

Det finnes to motstridende samfunnsdiskurser: alle har rett til å være seksuelle, men bare noen få har rett til å praktisere sex. Dette ble illustrert av en italiensk lege

²) CRPD – Convention on the Rights of Persons with Disabilities.

som introduserte SAPHY-begrepet, som er akronym for «Single, Attractive, Physical, Healthy og Young». Selv om vi mener alle har rett til seksualitet, påvirker mediebildet oss til å tenke at bare unge, single, attraktive og funksjonsfriske faktisk har rett til å ha sex. Dette gjelder også mennesker med utviklingshemming, som ikke får nødvendig veiledning og tilpasning for å ha et kjærlighetsliv (Graff, 2022b). Det er derfor viktig å reflektere over egne holdninger og handle i tråd med styringsdokumentene for å forbedre seksuell helse for mennesker med utviklingshemming.

Hvilket teoretisk rammeverk kan vi støtte oss til for å fremme et seksualpositivt miljø?

PLISSIT er et kjent verktøy basert på sosiale læringsteorier som kan brukes for å fremme positiv seksualitet (Fjeld et al., 2023). Men i dag ønsker jeg å skrive om anerkjennelse. Hvis vi ikke håndterer rettigheter godt, kan personer med utviklingshemming oppleve krenkelser. Derfor trekker jeg fram anerkjennelsesteorien, for å forstå mulige konsekvenser av mangel på anerkjennelse.

Filosofen Axel Honneth argumenterer for at folks selvbylde og mentale helse er påvirket av tre former for anerkjennelse: kjærlighet, juridisk anerkjennelse og sosial verdsettelse (Jordet, 2020). Vårt selvbylde er formet av hvordan andre ser og interagerer med oss, og vår personlige identitet er formet av disse interaksjonene, og det sosiale og kulturelle miljøet vi lever i. Honneth hevder at opplevelsen av personlig identitet krever anerkjennelse (Jordet, 2020).



Kjærlighet

Den første erfaringen med anerkjennelse kommer fra nære relasjoner, spesielt fra et barns primære omsorgspersoner. Dette er mennesker som forstår deres behov og kommunikasjonsmåter. Dette er viktig for utvikling av grunnleggende selvillit. Etter hvert vil utviklingshemmede få mange slike nære relasjoner.

Rettslig anerkjennelse

Honneth identifiserer to andre former for anerkjennelse på samfunnsnivå: juridisk anerkjennelse og sosial verdi. Personer med utviklingshemming må ha deltakelse og rettigheter i samfunnet, og de må bli sett, hørt og respektert når de påpeker urettferdighet (Dahl & Sørensen, 2020; Jordet, 2020, s. 258). Menneskerettighets-



erklæringen representerer juridisk anerkjennelse, mens sosial verdi anerkjenner individets unike bidrag til samfunnet. For å fremheve dette, må stemmene til personer med utviklingshemming bli hørt og deres talenter må bli anerkjent. Juridisk og sosial anerkjennelse er avgjørende for utvikling av selvrespekt, og prosjekter som «Helt Med»³ bidrar til å gi personer med utviklingshemming slike muligheter (Graff, 2022a).

Sosial verdsetting

Sosial verdsettelse er knyttet til den enkeltes mulighet til å delta i samfunnet. Dette, sammen med tilrettelegging for inkludering, styrker individets selvfølelse og motvirker negative effekter av stigma. Anerkjennelse er nødvendig for et tilfredsstillende liv og interaksjon med omgivelsene. Å oppleve tilhørighet, i alt fra bosted til arbeid, og å kunne ha mulighet til å bli kjent med noen som kan bli en kjæreste er viktig for selvfølelse og lykke (Fjeld et al. 2023).

Hva kan det føre til hvis du ikke opplever anerkjennelse?

Forholdet mellom anerkjennelsesnivåene kan ha helbredende effekter. For eksempel, personer som har opplevd seksuelle overgrep eller alvorlige krenkelser, kan gjenopprette selvrespekt, helse og funksjon gjennom rettferdig behandling i retts-systemet og offentlig forvaltning. Dette gjelder også for personer med utviklingshemming. Imidlertid kan de som opplever at sakene deres blir henlagt, utvikle

mistillit til systemet og oppleve redusert fysisk og psykisk helse, og kan bli utsatt for reviktimisering (Kilpatrick et al., 2013; Dahl & Sørensen, 2020, s.100).

Langvarige krenkelser kan føre til alvorlige konsekvenser, beskrevet som «psykisk død», mens tap av rettigheter og sosial eksklusjon kan føre til «sosial død». Disse begrepene illustrerer hvordan tap av anerkjennelse kan true individets psykiske integritet og helse (Honneth, 1992). Konstante krenkelser kan utvikle seg til traumer, noe som kan føre til helseproblemer hvis de ikke anerkjennes (Kirkengen, 2015; 2017). Uten anerkjennelse kan personer med utviklingshemming savne viktige livsopplevelser, som en person uttrykte det – «å få oppleve kjærlighetsglede».

Primære, - sekundære, - og tertiære tiltak for seksualpositivt miljø

Nå skal vi se på hva som trengs for at utviklingshemmede kan leve i et anerkjennende miljø som er positive til deres seksuelle utvikling- og helse. Vi kaller dette for primære, – sekundære, – og tertiære tiltak. De primære handler om rammer, de sekundære handler om systemer og de tertiære handler om individet (Zachariassen, Fjeld, Kristiansen & Mathisen, 2013).

Primære tiltak

For å fremme et seksualpositivt miljø, er det nødvendig å øke status og anerkjennelse for de som jobber nærmest tjenestemottakere. Det bør være aksept for ulike turnusordninger for å unngå høy personalutskiftning. Tjenesteytere

3) <https://heltmed.no/om-helt-med/det-unike-med-helt-med>





må kunne og forstå styringsdokumenter, øke synligheten til personer med utviklingshemming i samfunnet, og ha en seksualpolitisk plattform. Medleverturmus, der ansatte følger tjenestemottakere mer kontinuerlig, har vist seg å være positivt for mange med utviklingshemming (NOU, 2016; Enger, 2022). Det gir mulighet for den ansatte og tjenestemottakeren å knytte relasjon med hverandre. Kommunenes seksualpolitiske plattform må være oppdatert, kjent for alle ansatte og utformet i samarbeid med personer med utviklingshemming.

Sekundære tiltak

Alle offentlige institusjoner skal ha retningslinjer for mistanke om krenkelser, vold og seksuelle overgrep (Zachariassen et al., 2013; Internkontrollforskriften). Sjekkpunkter inkluderer: en kunnskapsbasert sjekklister for gjenkjenning av mulige overgrep, retningslinjer for akutte hendelser, veiledning for hva man skal gjøre ved mistanke om overgrep, og en årlig plan for ansattes videreutdanning og oppdatering på retningslinjer. Det anbefales også regelmessige øvelser på arbeidsplassen og regelmessig sjekk av relevante telefonnumre. Dette sikrer at ansatte er forberedt på å håndtere mistanke om overgrep og holde seg oppdatert på retningslinjer og prosedyrer.

Tertiære tiltak

Kommuner skal sikre utviklingshemmedes trygghet ved å gi passende bistand og kvalitetstjenester. Dette inkluderer regelmessige risikovurderinger, trivselssamtaler, kjæresteveiledning, kartlegging av



Katsushika Hokusai, Dream of the Fisherman's Wife, 1814



つねへくを移すてぬしとぬ
わかあめけくとふけ
こりくどうぼん
てもむつちと

をこり
つねへく
わかあめ

をこり
つねへく
わかあめ

をこり
つねへく
わかあめ

をこり
つねへく
わかあめ

kunnskap om seksualitet, veiledning og opplæring, personlige trykghetsplaner, og kurs som VIP (Veldig Interessant Person) og Pust Ut (Carlsen m.fl., 2021). Mange utviklingshemmede opplever tap av relasjoner, noe som kan oppleves sorgfullt og krenkende. Dette kan håndteres ved å opprettholde kontakt online eller ved å dokumentere deres historier og minner. VIP kurs og Pust Ut gir muligheter for selvbestemmelse, forståelse av grenser, vold og overgrep, og nettverksbygging rundt kjønn og seksualitet. TryggEst bidrar til å forebygge, avdekke og håndtere vold og overgrep.

Oppsummering

Seksualitet blant personer med utviklingshemming har historisk blitt begrenset på grunn av oppfatninger om deres mangel på evne til å være seksuelle. De har sjelden deltatt i seksualitetsundervisning eller hatt dette inkludert i individuelle planer (Utti et al, 2022; Mælan & Fjeld, 2024). Imidlertid, med CRPD, skal utviklingshemmede bli anerkjent som likeverdige borgere. Seksuell helse handler ikke bare om fravær av sykdom, men også om velvære i forhold til seksualitet. For å opprettholde seksuell helse, må seksuelle rettigheter respekteres, beskyttes og oppfylles. Dette inkluderer retten til seksuell frihet, selvstendighet og integritet, samt tilpasset seksualitetsundervisning. Alle bør ha støtte og relevant opplæring om seksualitet og seksuelle rettigheter, da en sunn seksuell helse krever en positiv og respektfull tilnærming til seksualitet og seksuelle forhold. Ingenting skal hindre oss i å fremme positiv seksualitet!

Referanser

- Carlsen, C.E; Solberg, A.S; Johannesen, K.M; Solberg, A. (2021) Pust Ut. Hentet 22.05.24 <https://likestillingssenteret.no/kurs/pust-ut/>
- Dahl, N. C.& Sørensen, D. (2020) Vold, overgrep og omsorgssvikt mot risikoutsatte voksne. Forebygging, avdekking og håndtering. Universitetsforlaget.
- Enger, Martin Linge (2022). En multielement tilnærming for økt livskvalitet. SOR Rapport. Hentet 22.05.24 <https://stiftelsensor.no/nyheter/item/en-multielement-tilnaerming-for-okt-livskvalitet>
- Fjeld, W., Carlsen, C., Sund, F. (2023). «Jeg vil ha kjæreste!» Fagartikkel. Fontene. Hentet 22.05.24 <https://fontene.no/fagartikler/jeg-vil-ha-kjareste-6.47.1032955.42d82296c9>
- Frawley, P. (2023). Chapter 2, Perspective Chapter: Sexuality and Relationship Education and Advocacy by People with Disabilities through Peer Education in Sexual Education Around the World - Past, Present and Future Issues. Edited by Rogena Sterling. <http://dx.doi.org/10.5772/intechopen.1001549>
- Graff, Mari-Mette (2022a). Fra ganske utenfor til HELT MED! SOR Rapport. Hentet 22.05.24 <https://stiftelsensor.no/nyheter/item/fra-ganske-utenfor-til-helt-med>
- Graff, Mari-Mette (2022b). Seksuell helse hos personer med utviklingshemming. SOR Rapport. Hentet 22.05.24 <https://stiftelsensor.no/nyheter/item/seksuell-helse-hos-personer-med-utviklingshemming>
- Goli, S., Rahimi, F. & Goli, M. (2022). Experiences of teachers, educators, and school counsellors about the sexual and reproductive health of educable intellectually disabled adolescent girls: a qualitative study. *Reprod Health* 19, 96. <https://doi.org/10.1186/s12978-022-01397-8>
- Helse- og omsorgsdepartementet. (2017). Snakk om det! Strategi for seksuell helse 2017–2022. Hentet 22.05.24 https://www.regjeringen.no/contentassets/284e09615fd04338a817e1160f4b10a7/strategi_seksuell_helse.pdf

- Helsedirektoratet (2021). Kommunen skal legge til rette for god seksuell helse hos personer med utviklingshemming [nettdokument]. Oslo: Helsedirektoratet Hentet 03.07.24 <https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/gode-helse-og-omsorgstjenester-til-personer-med-utviklingshemming/habilitering-og-bistand-i-dagliglivet/kommunen-skal-legge-til-rette-for-god-seksuell-helse-hos-personer-med-utviklingshemming>
- Forskrift om systematisk helse-, miljø- og sikkerhetsarbeid i virksomheter (Internkontrollforskriften) Hentet 30.08.24 <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/1996-12-06-1127>
- Jordet, A. N. (2020). Anerkjennelse i skolen. En forutsetning for læring. Cappelen Damm Akademisk.
- Kilpatrick, D. G., Resnick, H. S., Milanak, M. E., Miller, M. W., Keyes, K. M., & Friedman, M. J. (2013). National estimates of exposure to traumatic events and PTSD prevalence using DSM-IV and DSM-5 criteria. *Journal of Traumatic Stress, 26*(5), 537-547. doi:10.1002/jts.21848
- Kirkengen, A. L., & Næss, A. B. (2015). Hvordan krenkede barn blir syke voksne. 3. utgave. Oslo: Universitetsforlaget.
- Kirkengen, A. L. (2017). Diagnose: barndomsforgiftning. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*. doi.org/10.18261/issn.1504-3010-2017-01-03
- Kunnskapsdepartementet (2017). Overordnet del – verdier og prinsipper for grunnopplæringen. Fastsatt som forskrift ved kongelig resolusjon. Læreplanverket for Kunnskapsløftet 2020.
- Mælan, Ellen Nessel; Fjeld, Wenche (2024). Barnehagelærere og læreres kompetanse i helhetlig seksualitetsveiledning og -undervisning. 15 s. *Norsk pedagogisk tidsskrift*. Vol. 108. <https://doi.org/10.18261/npt.108.1.7>
- Meld.St. 8, (2022-2023) Menneskerettar for personar med utviklingshemming – Det handlar om å bli høyrte og sett. Hentet 03.07.24 <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-8-20222023/id2945431/>
- NOU 2016: 1 Arbeidstidsutvalget – Regulering av arbeidstid – vern og fleksibilitet. Hentet 03.07.24 <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/nou-2016-1/id2467468/?ch=15>
- Ovrid, Torunn, Hilde M Kristiansen og Gry Bogetun, Revidert i 2013. Håndbok; Utviklingshemming og seksualitet. Forebygging og håndtere overgrep. Helse Finnmark. Hentet 03.07.24 https://naku.no/sites/default/files/H%C3%A5ndboken_ferdig_revidert_juni_2012_1tj9E.pdf
- Skarstad, K. (2019). Funksjonshemmedes menneskerettigheter – fra prinsipper til praksis. Universitetsforlaget.
- Utti, I., M., Fjeld, W. & Lunde, H., G. (2022) Personer med utviklingshemming trenger mer kunnskap om kropp, forhold og seksualitet. *Utdanningsnytt*. Hentet 03.07.24 <https://www.utdanningsnytt.no/fagartikkel-seksualundervisning-utviklingshemming/personer-med-utviklingshemming-trenger-mer-kunnskap-om-kropp-forhold-og-seksualitet/321582>
- VIP - Veldig Interessant Person, Likestillings-senteret og Nok. Hamar Hentet 22.05.24 <https://likestillingssenteret.no/kurs/vip-viktig-interessant-person/>
- Zachariassen, P., Fjeld, W., Kristiansen, H. & Mathisen, A. (2013) Etablering av rutiner for forebygging, varsling og oppfølging ved overgrep mot mennesker med psykisk utviklingshemming (SUMO-prosjektet) Prosjektrapport. Hentet 03.07.24 <https://naku.no/sites/default/files/SUMO%20rapport.pdf>
- Zachariassen, P. (2002). Kartlegging av kunnskaper om seksualitet hos mennesker med psykisk utviklingshemning. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening, 40* (2): 2002, 102–108.