

Seksualitet hos barn og voksne med utviklingsforstyrrelser

En manual
NFSS 2010

- En instruksjonsmanual for pårørende til mennesker med utviklingsforstyrrelser.
- Skrevet av DiAnn L Baxley og Anna Zendell
- Første utgave, 2005
- Norsk oversettelse ved medielegene.no 2010

- **Innhold:**
- Introduksjon
- Hjelpsomme hint til foreldre
- Tilpasning av ulike læringsmetoder?
- Noen greie tips å huske

- Tema 1: Like eller ulike
- Tema 2: Forandringer i kroppen
- Tema 3: Læring av sosiale ferdigheter
- Tema 4: Dating Stevnemøter
- Tema 5: Seksuelt og fysisk misbruk/mishandling Seksuelle overgrep
- Ekstra kilder



Introduksjon

- For foreldre og pårørende til ethvert barn eller ungdom kan seksualitet være et utfordrende tema. Dersom barnet/tenåringen i tillegg har en fysisk eller kognitiv funksjonshemming vil du lett kunne føle deg enda mer utilstrekkelig.

- Denne instruksjonsmanualen og vedlagte kildeguide, er ment for å hjelpe foreldre og pårørende til å veilede mennesker med intellektuelle eller utviklingsmessige funksjonsforstyrrelser i deres oppdagelse av seg selv og sin seksualitet. Det er forfatterens håp at denne guiden kan hjelpe pårørende til bedre innsikt i temaet, og med det hjelpe barn og unge med utviklingsforstyrrelser til å leve og delta i samfunnet så uavhengig og trygt som mulig.

- Denne manualen omhandler et vidt spekter av temaer under overskriften seksualitet, men det er du som kjenner ditt barn best.
- Foreldre ansvarliggjøres – men manualen kan like gjerne benyttes av lærere og habilitorer. Må leses med ”norske briller”!

Hjelpsomme hint til foreldre

- ...ansvar for å veilede dine barn slik at de vokser opp med et sunt forhold til sin seksualitet. Det er en myte at mennesker med intellektuelle eller fysiske utviklingsforstyrrelser er aseksuelle (uten seksualitet). Det er helt feil!

- Denne instruksjonsmanualen er ment for å hjelpe deg med det. Ditt barns lærer kan også være en god alliert i denne prosessen.

- Det kan være du er lite komfortabel med å snakke om seksualitet med barnet/tenåringen din. Det er ikke uvanlig. Det kan også være du føler deg uforberedt på å ta opp tema. Det at du faktisk nå leser denne manualen betyr at du har en bred forståelse av tema.

- Det er viktig å bruke riktig språk. Hvis ditt barn/tenåring kan det korrekte navnet på kroppens ulike deler er han/hun bedre rustet til å fungere trygt. Det er en svært høy forekomst av seksuelt misbruk av personer med utviklingsforstyrrelser. Dersom ditt barn kan vise eller navngi kroppsdelene er det også lettere å kartlegge et eventuelt misbruk

- NB: ulike undervisningsaktiviteter må kanskje tas i bruk for å møte barns ulike læringsbehov. Snakk med ditt barns lærer og hør hva vedkommende mener er den metoden som fungerer best for at barnet ditt skal tilegne seg ny kunnskap. Denne metoden kan du bruke når du skal lære henne/han om seksualitet og pubertet. Fortell gjerne også ditt barns lærer hva du forsøker lære ditt barn hjemme slik at læreren evt kan følge opp når barnet ditt er på skolen.

Forberedelse:

- anatomisk korrekte dukker
- skjelett
- speil
- prøverom
- saks

- oversikter/bilder av anatomisk korrekte kropper
- Bøker eller fortellinger om menneskekroppen
- Lag en kollage/aktivitetstavle. Inkluder "butchers paper" gråpapir, kunstpapir, papp, blyanter, bomull (felt?), penner, fargeblyanter, maling, pensler, tekstiler, ullstoff, leire og lim.

- Lag til en ”undervisningskrok”
- - dukker (anatomisk korrekte, multikulturelle, en jente og en gutt)
- - puslespill m kroppens deler
- - typiske jenteklær og gutteklær

- - Klipp ut to papirdukker med akkurat de samme klærne på seg
- - Lag en eksempel tavle med visuelle eksempler av det du ønsker undervise

Tema 1 Like eller ulike

- Til foreldre; intro og tips
- Kunnskap og forståelse
- Holdninger og verdier
- Selvhjelpsferdigheter
- Relasjonskompetanse
- Kartleggings- og observasjonsoppgaver
- Ulike aktiviteter
- Prosedyre

Prosedyre

- Sjekk ditt familiemedlems forståelse av begrepene likt og ulikt, og demonstrer med objekter om nødvendig. Før ditt barn forstår begrepet kan følgende spill brukes: sitt foran ditt barn. Be han/hun beskrive (verbalt eller ved hjelp av en utklippstavle m bilder avklær og kjønnsespesifikke kroppsdelar m korrekt tittel skrevet under) en ting som med dere som er forskjellig. For eksempel: "du er en gutt og jeg er en jente" eller " jeg går med bukser, du går med skjørt". Be deretter ditt familiemedlem beskrive en ting som er likt, som f,eks vi er begge jenter, eller vi har begge på oss bukser.

Aktiviteter og diskusjonstemaer

- **Kunnskap og forståelse:**
- Identifisere ulike deler av kroppen, inkludert gjenkjenne og bruke riktige begreper
- Forstå at alle mennesker er både like og ulike
- Forstå forskjellen på kvinne og mann
- Forstå sine egen følelsemessige endring

- **Holdninger og verdier:**
- Verdsette sin egen kropp og forstå at den forandringen de opplever i kropp og følelser er en del av en nødvendig og naturlig utvikling.

- **Egne ferdigheter:**
- Kunne legge merke til forskjeller på seg selv og andre

- **Mellommenneskelige ferdigheter**
- Lære hvordan kvinner er forskjellige fra menn
- Forstå, og fremvise passende oppførsel
- Lære seg hvordan man skal uttrykke sine følelser

Tema 2 Forandringer i kroppen

- Kunnskap og forståelse
- Holdninger og verdier...
- Osv.

- **Hva skjer i løpet av puberteten? – For jenter**
- **... og for gutter.**



Offentlig og privat

- Husregler:
- Samtal om husregler knyttet til nakenhet
- Hvor er det greit å være naken?.....
- Hvor er det greit å bare være i underbuksa?.....
- Hvor kan jeg kle av og på meg?.....

Tema 2 Å bli voksen

- Aktiviteter og diskusjonstemaer
- Kunnskap og forståelse:
 - - Identifisere kroppsdeler inkludert gjennomkjenne og bruke riktig begrep
 - - Forstå betydningen av personlig hygiene
 - - Forstå forskjellen på gutt og jente
 - - Forstå årsaken til følelsemessige forandringer
 - - Hvordan snakke om masturbering
 - - Det å ha en positiv selvfølelse
 - - Forstå hvordan en baby blir til osv.

Om å ta vare på seg selv

- For å føle seg bra, må man klare å ta vare på seg selv. Det betyr å vaske hender etter at man har vært på do, vaske seg regelmessig, gre seg, spise godt, være i aktivitet, og for jenter; kunne stelle seg når man har mensesen. Ettersom du lærer barnet ditt disse tingene, snakk også med læreren på barnets skole om hvordan dette undervises der. Det går kanskje an å ha et samarbeid når det gjelder å lære barnet ta vare på seg selv.
- Det er viktig at du bruker riktige begreper om kjønnsorganer, ereksjon, menstruasjon og
- kroppens ulike deler osv.

Selvfølelse

- Puberteten er en tid da mange kjemper med si egen selvfølelse. De er under stort press på skolen for å "passe inn". Sterke vennskap dannes som kanskje varer livet ut. Dette er også tiden da man etablerer hobbyer og interesser.

Refleksjoner om meg selv

- Hva slags person er jeg? For eksempel: snill, stille , ærlig.....
- Hva har jeg lyst til å bli?
- Hvilken voksen ønsker jeg ligne mest?
- Osv.

Masturbering

- Aksept for at mennesker onanerer.
- Lære å forvalte egen seksualitet.

- Hvordan snakke med barnet ditt om onani?
- Scenario: Du kommer in i stuen og ser barnet ditt sitte å onanere. Hun/han er ikke alene i huset, så dette er ikke helt passende.
- Ulike løsninger: Hva velger du?

Samleie

- Samleie, sex, elske, ligge med noen, er vel uttrykk barnet ditt nå har fått høre om fra sine jevnaldrende. Kanskje hun/han også har spurt deg om det. Så hvordan snakker du med ditt barn om hva som skjer i et samleie? Det er viktig at du bruker korrekte begreper.

Sikker sex

- Introduser begrepet sikker sex på samme måte som du snakket om onani og samleie.

Medisinske problemstillinger

- Det er viktig at ditt familiemedlem blir undersøkt av lege regelmessig, særlig hvis han/hun er non-verbal. Dette er den beste måten å unngå alvorlige sykdommer og infeksjoner på.

Emne 3

Begynnende sosiale ferdigheter

- **Kunnskap og forståelse:**
 - Lytte
 - Å ha samtaler
 - Å stille spørsmål eller be om hjelp
 - Presentere seg selv eller andre
 - Å gi et kompliment osv.

Emne 4

Stevnemøter

- Din rolle som forelder eller omsorgsperson er å veilede barnet til å integrere familiens og samfunnets verdier i den forståelsen. Husk at alle trenger å gi og få kjærlighet. Å ønske å gå på stevnemøter eller å ha en kjæreste er del av det å vokse opp.

Hvordan vi lærer oss å date

- **Stevnemøter**
- Det er viktig at dere har en klar definisjon på hva familien regner som stevnemøter. Hvis ditt familiemedlem har søsken som ikke har en utviklingshemming, og han eller hun ser at de går på stevnemøter, må du være forberedt på å forklare hvorfor det er andre regler for søsknene. Dine regler kan kanskje innebære at det ikke er noen telefonsamtaler etter åtte om kvelden, at han / hun bare får gå på kino eller andre sosiale sammenkomster i helgene, eller at det må være en gruppe som går ut under oppsyn av minst én voksen leder.
- Diskuter hva som er tillatt og hva som ikke er tillatt .. Osv
- Oppskrift følger!

Andre måter å leve på:

- Homoseksualitet
- Snakk med skolen om dette, som dere gjør med alle andre temaer som omhandler seksualitet og sosiale ferdigheter.
- Vær talsmann for ditt barn...

Emne 5 Seksuelt eller fysisk misbruk

- **Myter**
 - Personer med intellektuelle eller utviklingsmessige funksjonshemninger er ikke seksuelle vesener.
 - Personer med funksjonsnedsettelse er ikke attraktive for andre.
 - Seksuelle eller fysiske overgrep på personer med funksjonsnedsettelse gjøres vanligvis av fremmede.
 - Personer med funksjonsnedsettelse lider ikke av post-traumatisk stress etter et overgrep.
 - Personer med funksjonsnedsettelse har ikke rett til samme beskyttelse som andre.

-

- **Realitet**

Personer med funksjonshemninger av enhver type er seksuelle vesener og har den samme nysgjerrigheten som alle andre. Noen ganger kan nysgjerrigheten sette dem i fare osv.

Barnemishandling

- Strategier for deg og ditt familiemedlem:
- Den beste strategien er å lære ditt familiemedlem om ulike former for mishandling så tidlig som mulig. Understrek forskjellen på "god berøring" og "dårlig berøring". TV, magasiner og filmer er fulle av muligheter til å lære om overgrep.
- Osv.

Oversikt over seksuelt overførbare sykdommer

- Her er noen temaer du kan diskutere med ditt familiemedlem, ved bruk av rollespillteknikken du har praktisert gjennom hele denne håndboken.
- 1. Sikker sex, inkludert avholdenhet
- 2. Å si nei
- 3. Betydningen av god hygiene osv.