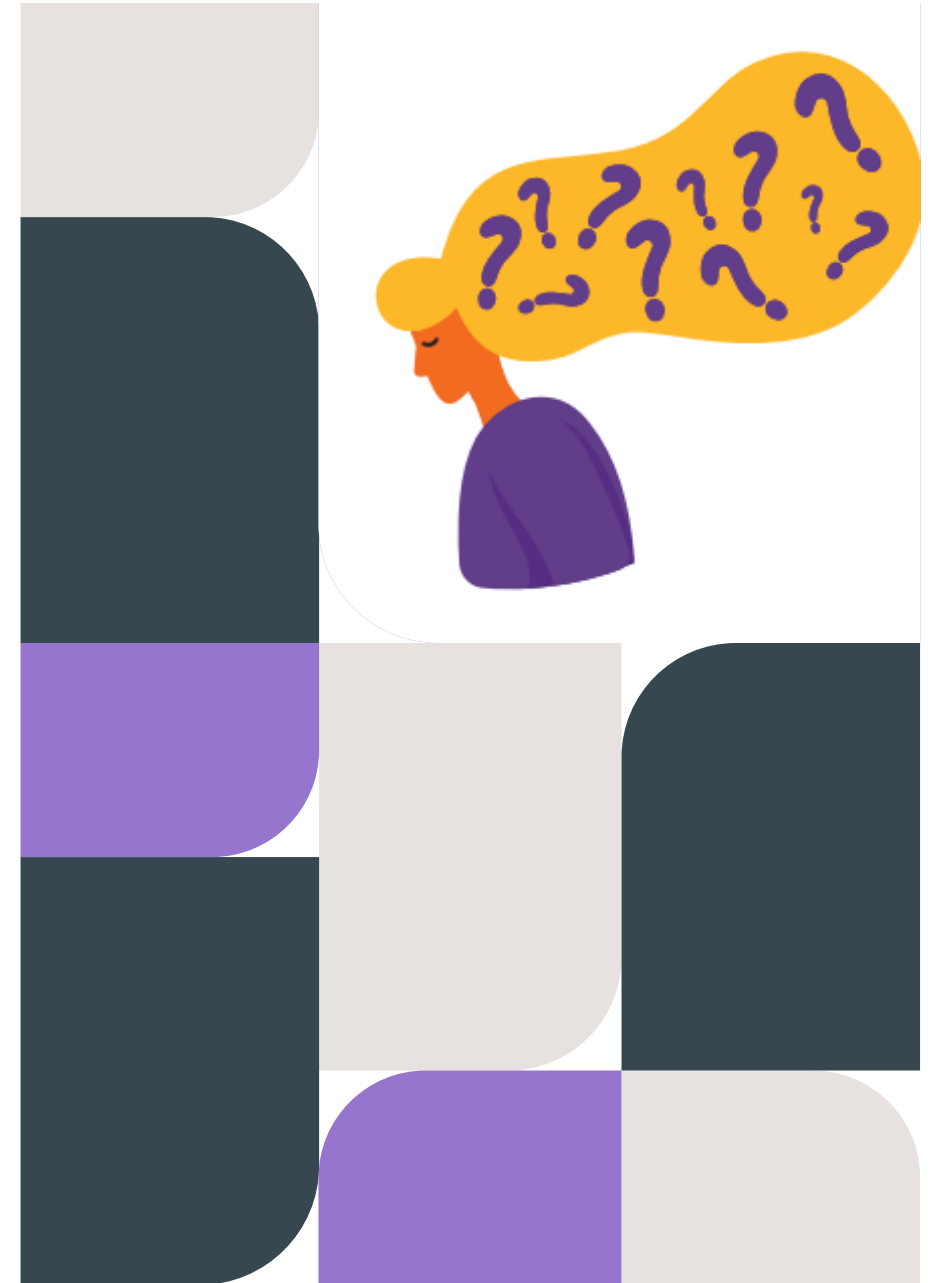


Utbildningsdag 2

SRHR på SiS

Pilotprojekt på SiS ungdomshem
Brättegården



Program

13:00 – 14:00 Hemuppgift och metodik

14:00 – 14:15 Paus

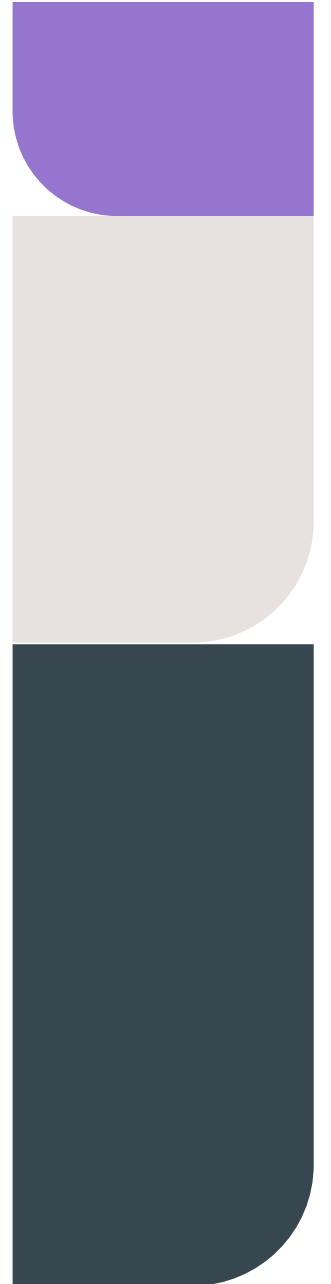
14:15 – 15:00 Summering metodik

15:00 – 15:10 Paus

15:10 – 15:45 Sex som självskada

15:45 – 16:00 Avslutning och utvärdering

16-17 Efterdiskussion Brättegården



Individuell loggbok för hemuppgift:

Få in SRHR-perspektivet i arbetet

Instruktion:

1. Fundera över vad **du** kan göra för att synliggöra och stötta ungdomar när det gäller sexuell hälsa och utsatthet.
2. Fundera över **hur** och **när** du kan föra in förändringar i ditt arbete
3. **Testa** att göra förändringar utifrån kunskapen du tillgodogjort dig under utbildningen. Förändringar kan till exempel vara en ny fråga du ställer på rutin eller att du initierar samtal med ungdomar utifrån din nyvunna kunskap. Det kan också handla om att analysera hur språkbruket i arbetsgruppen är färgat av genus- och sexualitetsnormer, och bli mer medveten om ditt språk och bemötande.
4. **Utvärdera** och **reflektera** över dina förändringar. Hur gick det att genomföra dem? Vad lärde du dig? Något du skulle gjort annorlunda? Vad gick bra?
5. Välj ut **två situationer** där du arbetat med dina förändringar. På utbildningsdag två ska du berätta om dessa i mindre grupper.

Hemuppgift - återkoppling

- 4 situationer – presentation
- Reaktionen/Lärdomar

Verktöglåda exempel:

SUFA RFSU

Tidshorisont

Berätta och låta ungdomen lyssna

Toleransfönstret

Skitvärld – två cirklar

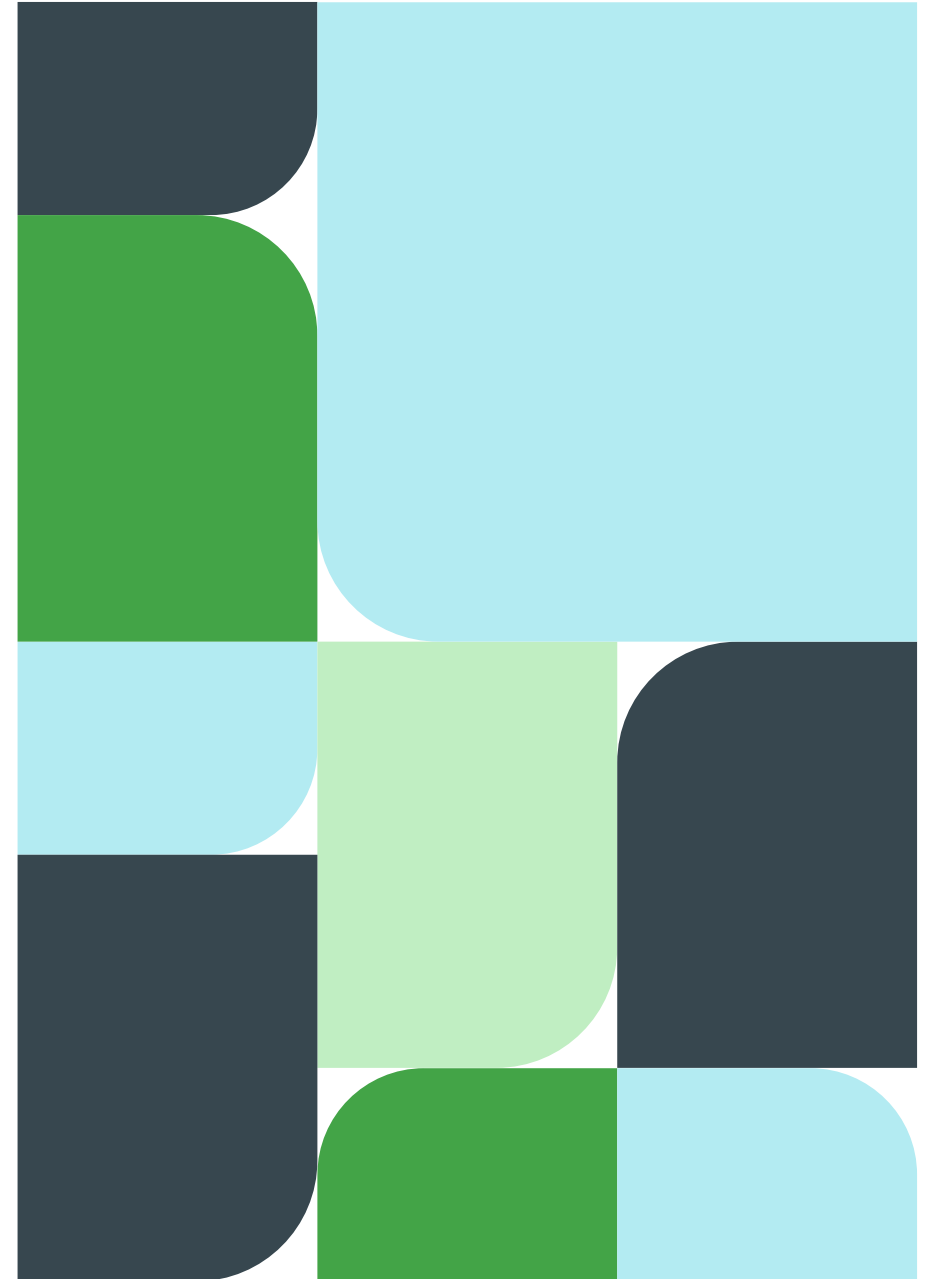
500-lappen

SRHR-webbutbildning

PAUS

14:00 – 14:15

Psyko-educativt samtal





Snabbt förlopp

Traumatiska erfarenheter:

Omsorgssvikt
Övergrepp
Våld
Mobbning

Reaktivt beteende:

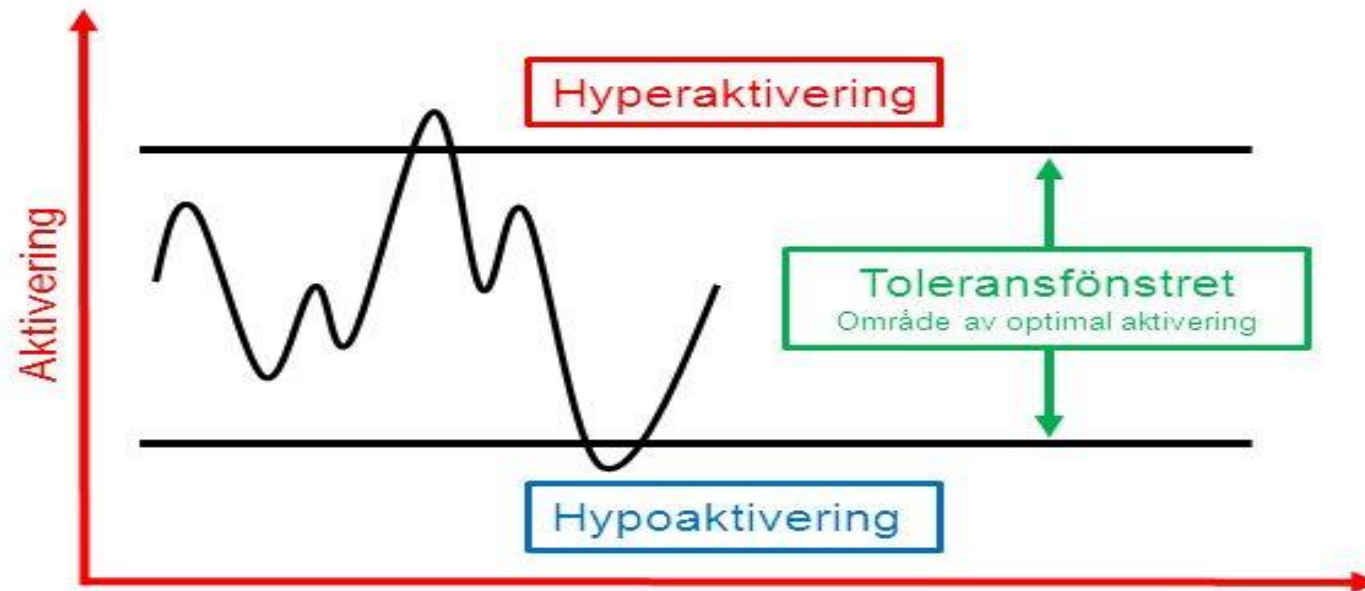
Ångest
Bekräftelsebehov
Självskadebeteende
Sexuellt riskbeteende
Alkohol/droger

Sexuell utsatthet:

Grooming
Övergrepp
Destruktiva relationer
Sex mot ersättning
Exploatering

Toleransfönstret

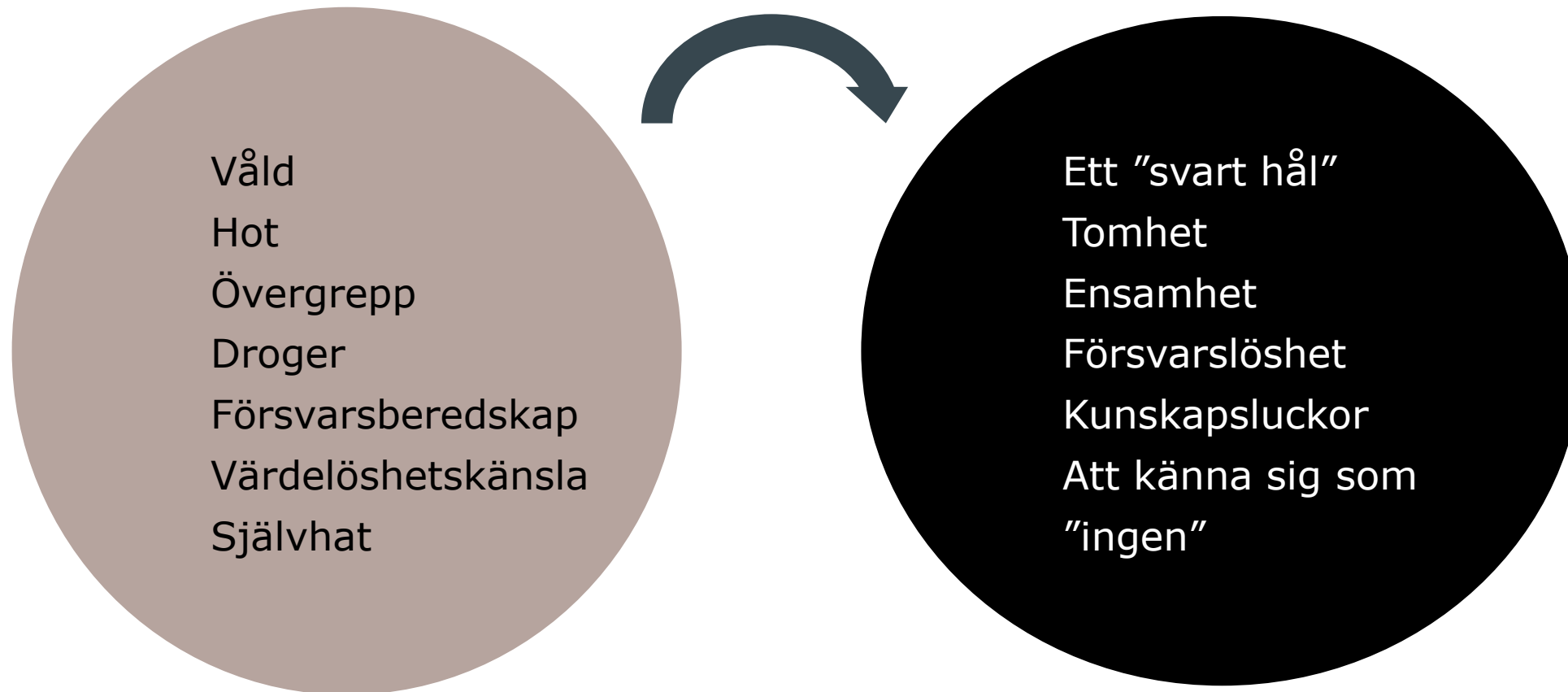
Utåtagerande, aggression, oro



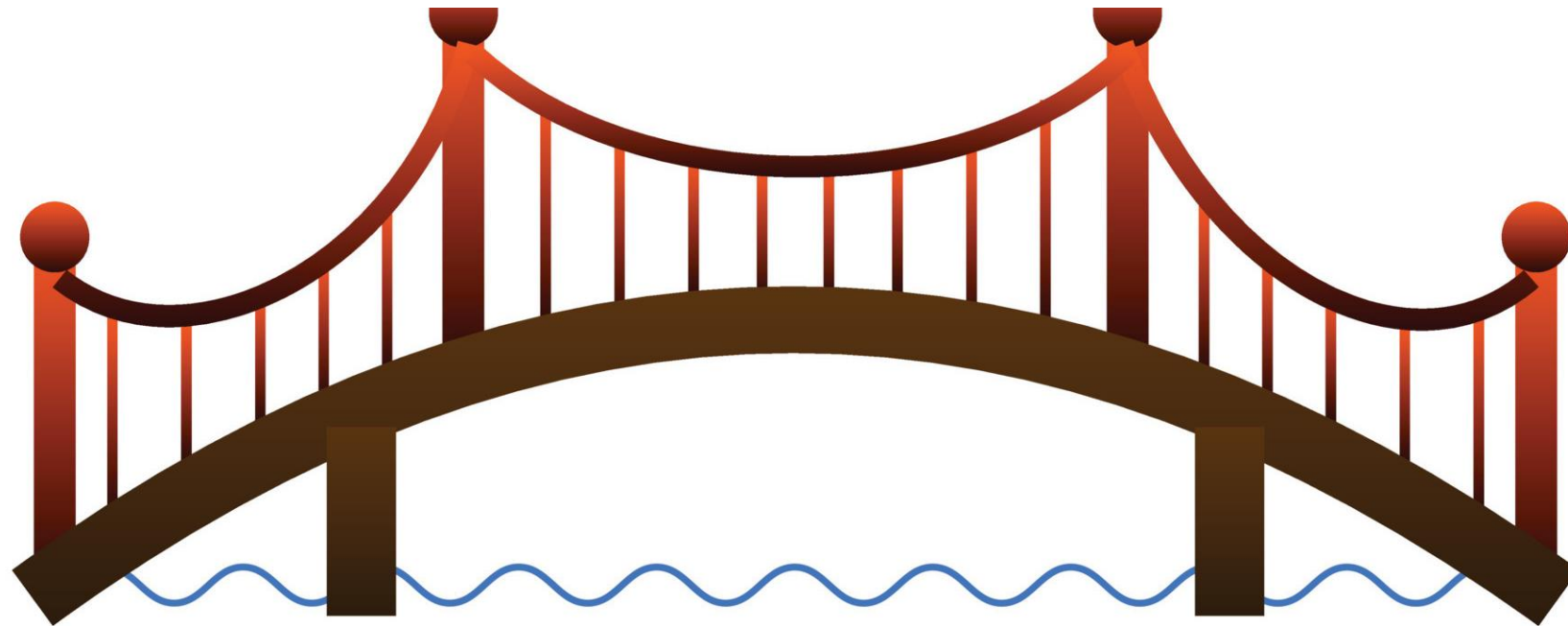
Nedstämdhet, tomhet depression,
avstängdhet, dissociation

(Efter D. Siegel, 1999)

Två verkligheter



Tiden på Brättegården



Trauma reaktioner



Din kropp är som en tryckbarometer

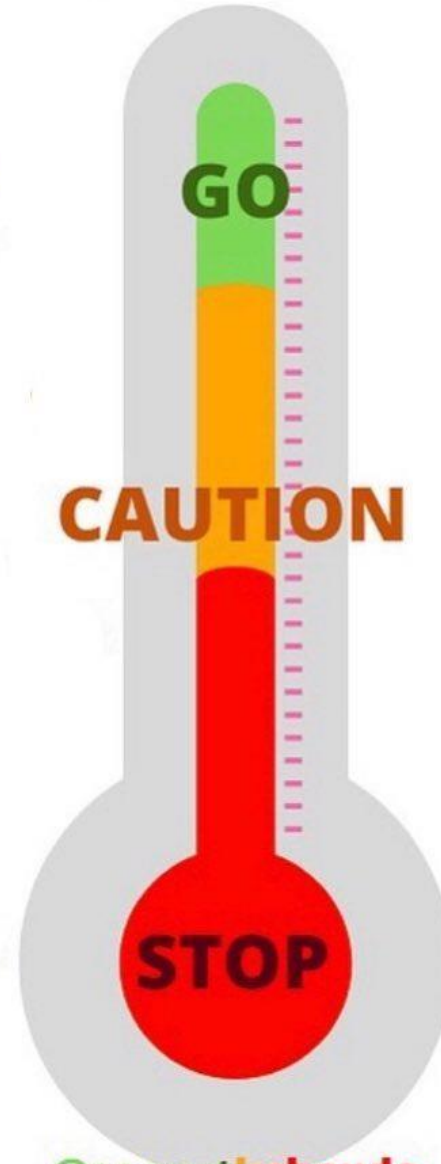
#Traumaskolan



Avslappnad kropp
Fysisk trygghet

Ökad oro
Obehags
känslor

Muskelspänningar
Hjärtrusning
Energibrist
Nedsatt logik
Orolig mage



Trygghet
Säkerhet
Tydlighet

Ångest
Förvirring
Otrygghet
Osäkerhet

Rädsla
Ilska
Dissociation
Överlevnad

@seerutkchawla

En "Känsloresa"

- Ångest
- Rädsla
- Ilska
- Tomhet
- Kunskapsluckor
- Ensamhet
- Sorg



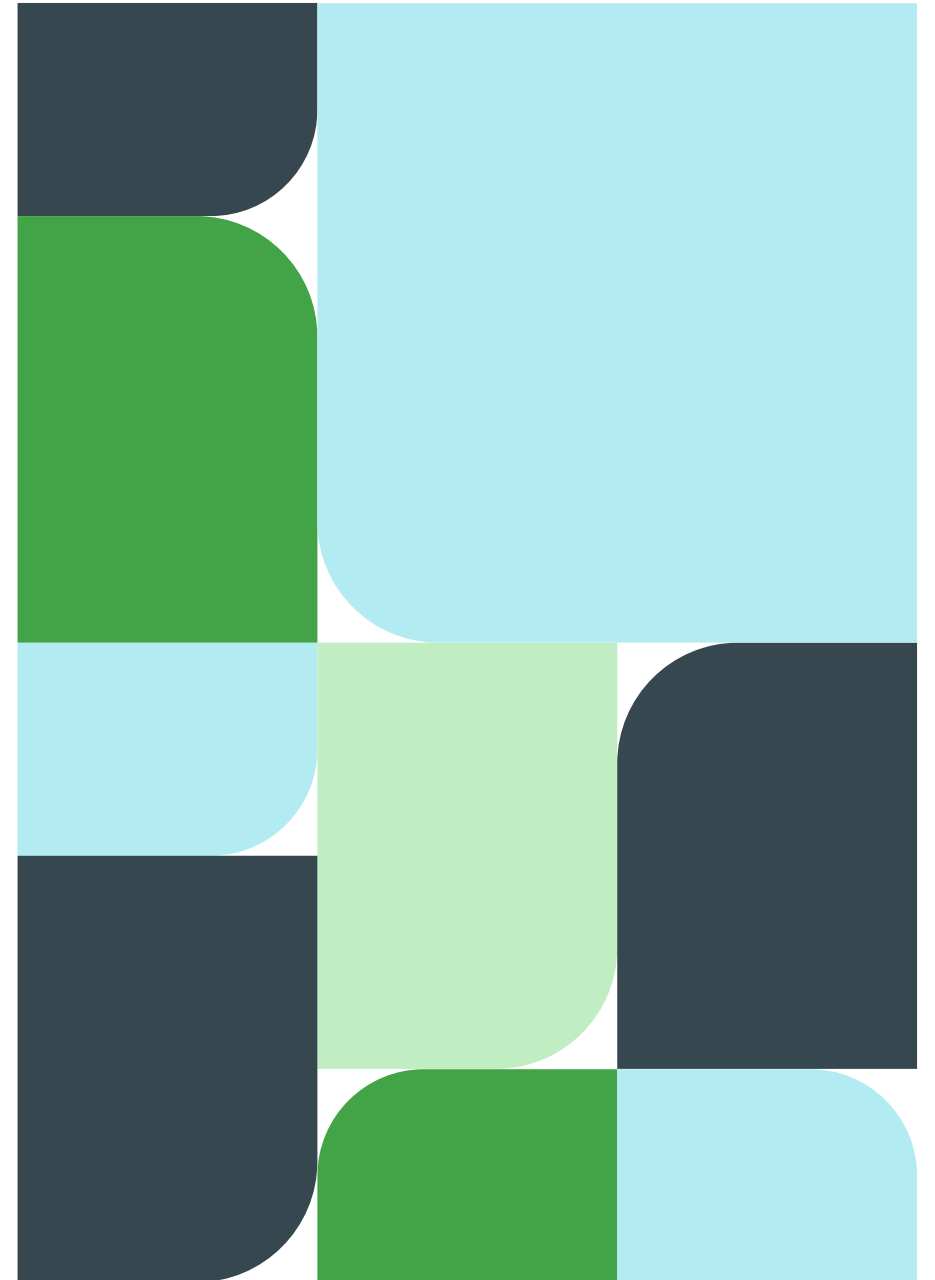
Paus

15:00-15:10

Sex som självskada

Eva Damberg och Anneli Sundgren

SMC Pilen



Självskadebeteende

- **Självskadebeteende** - tex skära, bränna sig. Även missbruk av alkohol och droger, spel samt ätstörning
- **Sexuellt självskadebeteende** - sexuella kontakter som man inte är intresserad av, att utsätta sig för fysiskt våld och smärta, eller sälja sex.

Liknande orsaker/syfte:

- Känsloreglering; ångest, tomhet, avstängdhet
- Att känna något – även om det är smärta, ta kontroll, få uppmärksamhet, straffa sig, självhat mot egna kroppen
- Interpersonella orsaker som att få positiv eller negativ bekräftelse är vanligare orsak bakom sexuellt självskadebeteende jämfört med annan självskada



Sex som självskadebeteende

- Starka samband med tidigare trauman som sexuella övergrepp samt med hög psykisk ohälsa.
- I en svensk studie av gymnasieungdomar jämfördes de med självskadebeteende och de som har sex som självskadebeteende.

I gruppen som hade sex som självskadebeteende rapporterades en högre grad av traumarelaterade symtom (PTSD och dissociation) och av förekomst av tidigare sexuella övergrepp. Denna grupp var således mer utsatt och belastad jämfört med de tonåringar som enbart rapporterade om självskadebeteende.



”Har du någonsin använt sex för att avsiktligt skada dig själv?”

- Flickor, 9 %
- Pojkar 2 %
- Könsindelning passar inte 12 %

(Ungdomar tredje året i gymnasiet. ”Unga sex och internet efter #metoo”, 2021)

Komplexa samband mellan sexuellt självskadebeteende och sexuellt våld

- Sexuellt självskadebeteende kan eskalera till sexuellt våld och tidigare erfarenheter av sexuellt våld kan leda till sexuellt självskadebeteende – ond spiral av normalisering av våld och förskjutning av gränser
- Sexuellt självskadebeteende är därför en riskfaktor för fortsatt utsatthet av sexuellt våld
- Majoriteten av de som säljer sex har erfarenhet av tidigare sexuella övergrepp



Snabbt förlopp

Traumatiska erfarenheter:

Sexuella övergrepp

Reaktivt beteende:

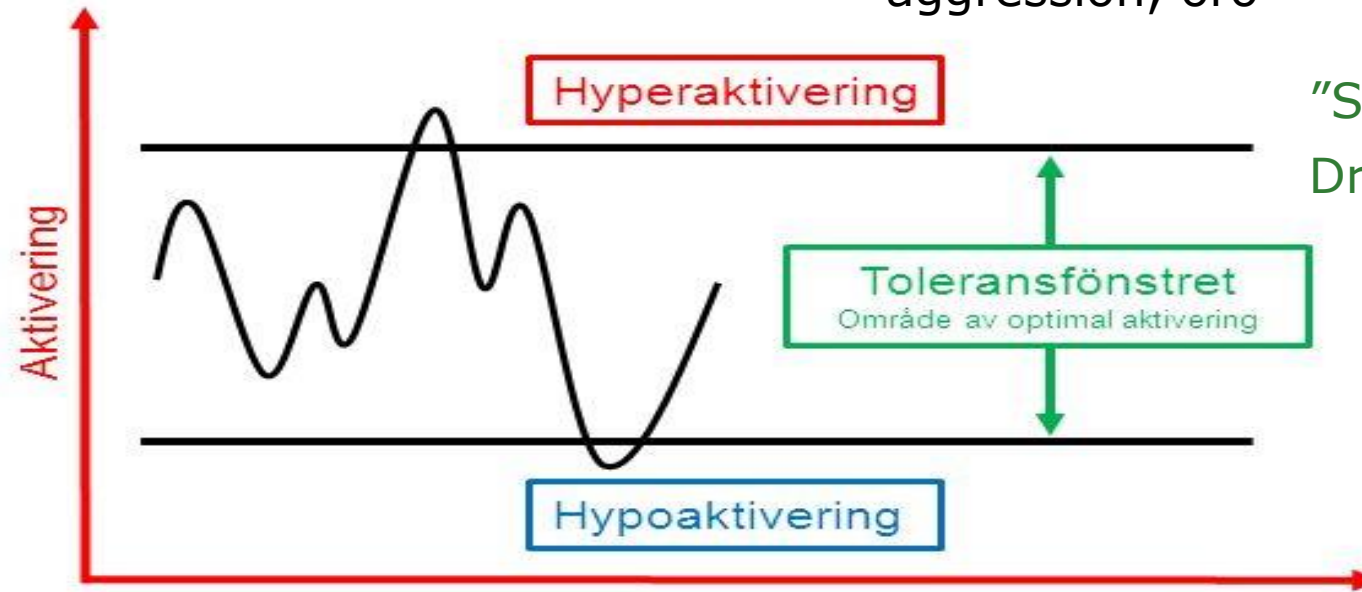
Ångest
Bekräftelsebehov
Alkohol/droger
Sexuellt självskadebeteende
sex mot ersättning

Sexuell utsatthet:

Upprepade sexuella övergrepp
Fysiskt våld
Destruktiva relationer
Exploatering

Toleransfönstret

Fight, flight; utåtagerande,
aggression, oro



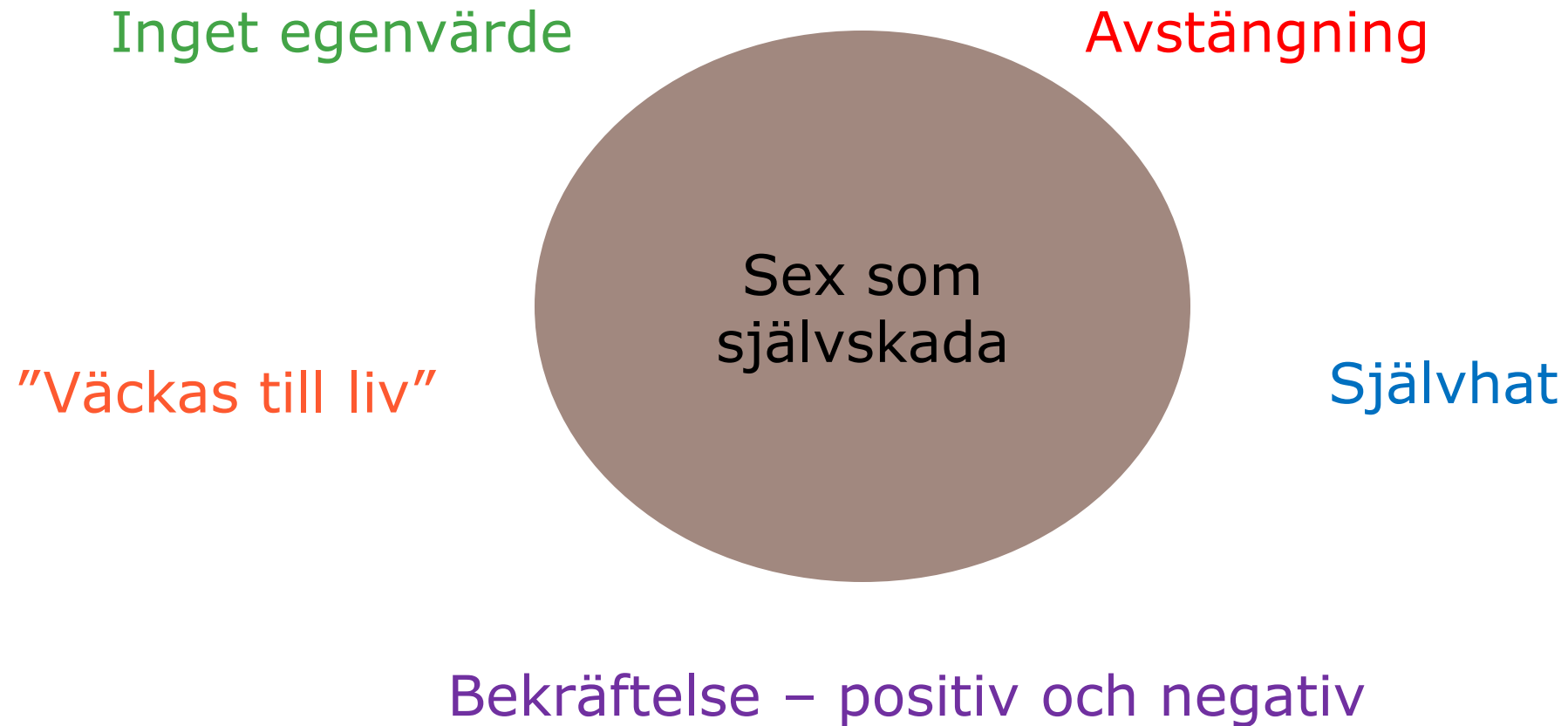
“Strategier”:
Droger, våld, sex, självskada

Freeze; nedstämdhet, tomhet
depression, avstängdhet, dissociation

(Efter D. Siegel, 1999)

“Strategier”:
Droger, våld, sex, självskada

Olika bakomliggande "anledningar/syften"



Hjärntvättad till att sakna egenvärde

Min pappa sa att kvinnor är bara till för att vara ett hål för män

De sa till mig att det är bra att du blev utsatt för övergrepp som barn så att du fick lära dig knulla tidigt

Jag var allas hora och jag trodde att det var så det skulle vara

Outhärdliga känslor

”Den närmaste effekten av att skada sig med sex som jag kommit är när jag tagit heroin. Inget annat har gett en sån total avstängning”

Att vara "mer rädd" för det mjuka och fina

**Ständigt försvarsberedd-
Sex som självskada/hårt sex**

**Försvarslös-
Nära relationer, intimitet, mjukhet**

Att "kunna något"

Våld

Hot

Kriminalitet

Övergrepp

Droger

Värdelöshetskänsla

Självhat



Ingen kunskap om ömhet
och kärlek

Farligt att våga hoppas
och sänka garden och
vara skyddslös

Att känna sig som "ingen"

Inte värd det fina



Kim 17

Kim blev utsatt för sexuella övergrepp av sin pappa från hon var 5 år gammal. Hon fick redan i 13 års ålder stora drogproblem och började som 14 åring sälja sex.

Beroendevården och socialtjänst blev tidigt inkopplade och hon fick stora insatser men det framkom aldrig att hon blev sexuellt utsatt i hemmet.

När hon var 16 år placerades hon på behandlingshem för sina drogproblem och hon trivdes bra där och lyckades bli drogfri. Dock fick hon då mycket svåra PTSD symtom i form av flashbacks från övergreppen, mardrömmar och panikångest. Hon fortsatte därför att kontakta män på internet och rymde ut från behandlingshemmet på nätterna och sålde sex till män som kom i sina bilar på vägen utanför behandlingshemmet. Kim beskriver att det var bättre att få bilder i hjärnan av främmande män än att få minnesbilder av pappan. Detta blev dock en kortvarig strategi som hela tiden tvingade henne till nya kontakter med män.

Till slut sa personalen på behandlingshemmet att de inte kunde ha kvar henne för de kunde inte "skydda henne mot sig själv". Hon blev därför placerad på ett SiS boende.

Sanna 17

Sanna har varit mobbad under hela sin uppväxt och blev i 14 års ålder groomad och utsatt för ett sexuellt övergrepp av en äldre man. Detta kom ut i skolan och hon blev kallad för hora.

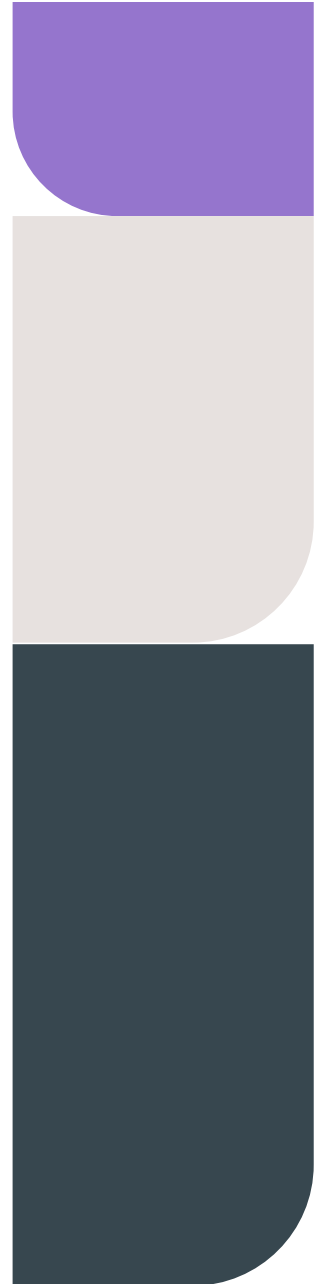
Efter det eskalerade hennes sexuella utsatthet och hon sökte själv upp personer på nätet som hon hade sex med mot ersättning.

Trots att hon var äcklad av dem hon träffade beskriver hon att hon gjorde det som en bekräftelse på att hon var en hora men också för att hon skulle ha kontroll över något som hon "visste" ändå skulle hända.



Sammanfattning

- Ofta lika svårförståeligt beteende för den som skadar sig med sex som det kan vara för omgivningen
- Viktigt att förstå bakomliggande orsaker och kunna förklara samband mellan tex sex mot ersättning och tidigare övergrepp
- Leder snabbt till en ond spiral med fortsatt utsatthet och ökad ångest – viktigt att bryta!

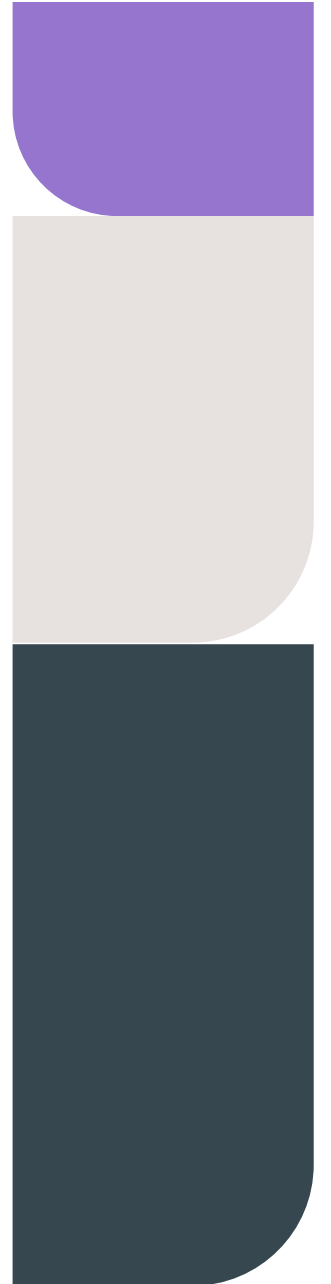




VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

Nästa steg?

- Utvärdering
- Samverkansmodell
- Digital handledningsträff efter sommaren
- SEXIT-utbildning? Catch-up?



Dags att utvärdera
dagen!

Du är anonym!

Utvärdering SRHR på SiS
Utbildningsdag 2



TACK!



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN

Kontakt

Eva.rundberg@vgregion.se
Tanya.charif@vgregion.se
anneli.sundgren@vgregion.se
eva.damberg@vgregion.se
[lotta.von mentzer@vgregion.se](mailto:lotta.von_mentzer@vgregion.se)