

Personale samtaleguide



Samtaleguide om krop, seksualitet og kommunikation

Seksualitet et basalt behov og en integreret del af ethvert menneskes personlighed og det er ikke synonymt med samleje. Det handler ikke om, hvorvidt vi har orgasme eller ej og er heller ikke summen af vores erotiske liv, men kan være det. Seksualitet er så meget mere og er det, der driver os til at søge efter kærlighed, varme og intimitet. Seksualitet bliver udtrykt i den måde vi bevæger os på, føler og røre ved og bliver berørt. Det er lige så meget dette at være sensuel, som at være seksuel. Seksualitet har indflydelse på vores tanker, fantasier, følelser og handlinger og samhandlinger, og derved på vor mentale og fysiske og sociale helse fortæller WHO. Og da helse er en fundamental menneskeret, så må også seksuel helse være en basal menneskeret.



Guiden her er tænkt som en inspirationsguide til brug ved samtaler om seksualitet og krop med forskellige brugergrupper på bosteder, institutioner og egne lejligheder m.m. Vi håber den bidrager med viden til at guide dine brugere på dette område. Dette gælder for personaler, som mangler et redskab til at holde samtaler med brugere på deres arbejdspladser. Samtaler med fokus på, at brugeren oplever at blive lyttet til, hørt på og der bliver handlet på de eventuelle fantasier, ønsker og ideer, der forhåbentligt dukker op i samtalerne.

God fornøjelse fra: Heidi Hansen, Lotte Hansen & Puk Lykke Sebens 2021

Indholdsfortegnelse

Samtaleguide om krop seksualitet og kommunikation.....	1
Indholdsfortegnelse.....	2
Intro til samtaleguidens indhold.....	3
Kommunikation via brug af udsagn og spørgsmål.....	4
Vejspærringer.....	5
Livshistorie.....	6
Grænsesætning og Følelser og Girafsprøget.....	7
Tavshedspligten og den lovmæssige ramme.....	8
Samtykke.....	9
FN's standardregler og handicapkonventionens værdier.....	9
Samtykke mellem bruger og fagperson.....	10
Eksempel på samtykke fra brugers side.....	10
Samtykke fra seksuellejleder og anden fagperson.....	10
Forventningsaftale.....	11
Brugerens forventninger til den fagperson som samtaleguide.....	11
Guidevejleders forventninger til brugeren.....	11
Nu starter vi.....	12
Start af samtaler i Plissitmodellen første samtalerum.....	12
Viden til brug i start af samtaler.....	12
Guidesamtalerne.....	13
Plissitmodellen trin 1.....	14
Plissitmodellen trin 2.....	14
Plissitmodellen trin 3 og 4.....	15
Opfølgning på samtaler og åbne spørgsmål.....	16
Kildehenvisning med links og hjemmesider.....	17

Intro til samtaleguidens indhold

Samtaleguiden tager udgangspunkt i, hvor vigtige ens forskellige anerkendende kommunikative kompetencer er i dialogerne med brugerne, så du oplever at kunne guide brugerne til det, de har behov og brug for samt krav på. Desuden info om livshistorie og grænser m.m. og ikke mindst lovens rammer om samtykke, tavshedspligt og diverse paragrafer. Samt hvordan disse emner kommer i spil i Plissitmodellen udviklet af Jack Annon, da den giver en ramme og et arbejdsredskab, som vi finder brugbar til denne guide.

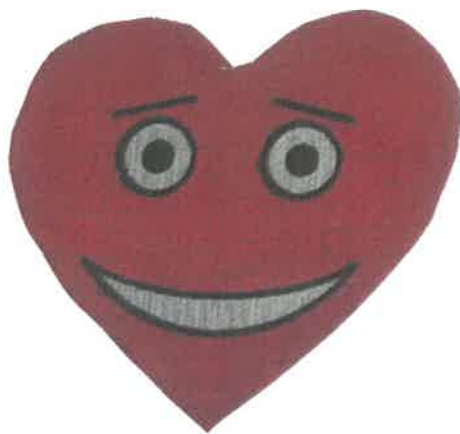
Plissit-Modellen består af 4 områder:

1: P står for Permission som betyder: Tilladelse til at være i dialog og stille spørgsmål om seksuelle emner og problemer samt ønsker og drømme.

2: Li står for Limited Information som betyder begrænset og tilpasset information og oplysninger om, hvilke begrænsninger, man kan løbe ind i afhængig af ens handicap.

3: SS står for Specific Suggestions som står for at seksualvejlederen kan give specifik faglig viden, råd og konkrete løsningsforslag.

4: IT står for Intensive Therapy som betyder, at vi som seksualvejledere kan henvise en bruger til andre fagfolk.



Guidens indhold kan du bruge som du syntes, afhængig af både samtalerens indhold der dukker op og din egen lyst til at være forberedt med viden, der støtter dig i processen. Men som udgangspunkt giv dig selv mulighed for at tilegne dig den viden og inspiration fra guiden, du syntes der virker brugbar og motiverende for dig og gradbøj emnerne, så de matcher din brugergruppe, så du føler dig klædt på til opgaven.

Kildehenvisning om bøger, div. info og links til videre læsning finder du bagerst i hæftet.

Kommunikation via brug af udsagn og spørgsmål

Der er rig mulighed for, at man snakker forbi hinanden i al slags kommunikation. Vi er så forskellige som mennesker med og uden handicap med forskellige kulturer og ting og sager i vores rygsække og dermed livshistorie. Desuden er vi alle opdraget med forskellige normer og værdier for, hvordan man opfører sig med sine tanker om krop og seksualitet og på, hvordan man handler på denne viden.

De ord eller nonverbale udtryk som den anden siger eller giver udtryk for i et samvær eller samtale, de er ikke altid den hele sandhed, så som lytter prøver man at afkode og gætte på, hvad det handler om. Det kræver refleksion for dernæst at bidrage til samtalens videre ping pong med et væsentligt gæt. Et gæt fx via et udsagn/spørgsmål til den anden person på, hvad man tror vedkommende mener, tænker eller har lyst til og som bidrager til fortsat dialog. Det fremmer en undersøgende udvikling i samtalen at bruge udsagn i stedet for spørgsmål. Nogle mennesker opfatter spørgsmål som anmassende og fremkalder defensivitet hos brugeren samt distance. Andre mennesker oplever, at de skal præstere en bestemt svar. Hvorimod udsagn åbner op for forståelse og anerkendelse af den andens tanker og udtryk.



Forestil dig hvilke forskellige svar, der vil komme ud af følgende ens spørgsmål og udsagn:

- **Spørgsmål:** Du føler dig ensom og vil gerne have en kæreste?
- **Udsagn:** Du føler dig ensom og vil gerne have en kæreste, (er det korrekt forstået og har du lyst til at fortælle mere om det).

- **Spørgsmål:** Du ved ikke hvilket legetøj du skal spørge om/kigge efter i en sexbutik?
- **Udsagn:** Du ved ikke hvilket legetøj du skal spørge om eller kigge efter i en sexbutik, (er det forstået rigtigt og fortæl lidt mere om det).

- **Spørgsmål:** Du har lyst til at prøve et massageapparat eller dildo?
- **Udsagn:** Du har lyst til at prøve et massageapparat eller dildo, (er det forstået rigtigt og prøv at fortælle lidt mere om det).

Vejspærringer

Reflekterende lytning i kommunikation, hvor man melder tilbage som lytter til det man har hørt fordrer, at vi ikke falder i den grøft og bruger følgende 10 vejspærringer. Men i samspil med brugeren kommer med viden og forslag og løsninger afhængig, hvor og hvordan samtalen bevæger sig hen og i rette doser.

- **At beordre, dirigere eller kommandere**
- **At advare, formane eller true**
- **At overtale med logik, argumenter og belæring**
- **At fortælle andre, hvad de bør gøre, at moralisere**
- **At udtrykke uenighed, fordømmelse, kritik eller bebrejdelse**
- **At udskamme, latterliggøre eller stemple**
- **At fortolke eller analysere**
- **At udspørge eller bore**
- **At trække sig væk, aflede opmærksomhed, tale efter munden/skifte emne.**

Vejspærringer kan bremse for nysgerrighed, mod, motivation og lysten til at prøve noget nyt. De kan også medføre en stemning hos brugeren af, at vi som seksualvejledere er bedrevidende og ved bedst, så lyt til mig, hvilket giver en ulig relation. Samtidig kan det også betyde, at brugeren må skifte spor og ikke følge sin egen seksuelle sti. En sti som inviterer til medejerskab på den proces hos brugeren, der åbner op til længsler, ønsker og drømme m.m.,



Livshistorie som redskab i samtale-guide-rummet

Brug af livshistorier som videns-grundlag inden du samtaler med brugerne er et oplagt redskab og kan medvirke til at få et nuanceret billede af brugeren. De giver anledning til dialoger og er anvendelige i arbejdet med nogle brugergrupper i forhold til viden om brugerens liv og eventuelle blokeringer. Livshistorier kan bidrage med viden, vaner og værdier fra brugerens liv før og nu og kan således skabe et meningsfuldt og sammenhængende billede af en selv i verden samt give indblik i:

- **Kropslige og følelsesmæssige erfaringer, som er lagret hos den enkelte bruger**
- **En persons fortælling om sig selv**
- **Mulighed for at kæde fortid, nutid og fremtid sammen**
- **Mulighed for at sætte fokus på relationer af betydning og styrke netværk**

Det er vigtigt at være bevidst om de etiske dilemmaer og overvejelser i at anvende livshistorie som et redskab, da der i livshistorierne kan være highlights på tidspunkter i borgerens liv, som kan give vanskeligheder i forhold til krop og seksualitet. Her tænkes fx på fysisk og psykisk overgreb og andre traumatiske oplevelser samt diverse længerevarende misbrug, som kan være invaliderende for den enkelte. Som guide-vejledere skal vi være opmærksomme på, at vi kan henvise brugere til videre hjælp af fx psykologer og sexologer m.m.



Grænsesætning og Følelser og Girafsprog

Grænser og følelser kommer ofte op i brugerens bevidsthed, når seksualitet og krop er i fokus og alle mennesker har forskellige normer og værdier for respektfuld og anerkendende adfærd. Et spørgsmål kan fx være: *"Min kæreste vil have sex hele tiden og det har jeg ikke lyst og så går jeg med til det alligevel. Dette gør jeg, fordi jeg oplever at min partner bliver sur og vred og hæver stemmen og siger jeg er en bitch, hvis jeg siger nej og så bliver jeg utilpas og utryg"*.

Girafsprog kan bruges til dialoger/rollespil til at sætte ord på sine grænser, følelser/ behov og føre dialog. En dialog som tager afsæt i, at man taler, lytter, udtrykker og skaber kontakt fra sit hjerte med de følelser/behov, der er i spil. Modparten stimuleres på en ikke dømmende, kritisk og angribende måde, da ærlighed/ empati er i fokus, så man ikke føler sig afvist/ sat på plads.

Girafsproget inviterer ikke til Ulvesprog som indeholder sætninger fra hovedet som domme, angreb og kritik af den anden og lukker for nærhed og kontakt. Dette skaber afstand til den anden samt vrede, skyld, skam, hævnfølelser og skaber forsvar og måske depression.

Eksempel på Girafsprog

- 1: Fakta/observation:** Jeg lagde mærke til den anden dag, at dit toneleje hævede sig højt og du kaldte mig en bitch, da jeg sagde jeg ikke havde lyst til sex.
- 2: Oplevelse/følelse:** Jeg følte mig bange, forskrækket og ked af det.
- 3: Behov:** Jeg har behov for at være ærlig om mine seksuelle behov.
- 4: Anmodning/beder den anden om at gøre noget:** Vil du godt fremover lytte, respektere og tale i almindeligt toneleje og lade være med at kalde mig en bitch, hvis jeg ikke er i humør til seksuelt samvær med dig.



Det er en god ide at øve sig selv i at sige både ja til sig selv og nej, når man kan mærke fysisk og mentalt, hvad der føles rigtigt/ rart og mindre rart for en. Samt accepterer andres nej, så dine og eventuelt andres grænser ikke overskrides. Man kan øve sig i andre sammenhænge end det seksuelle i at sige nej og ja. Dette kan f.eks. øves, når man er ude at købe tøj med sin ledsager eller får gaver af sine bofæller eller får tilbudt en middag eller drink til en fest.

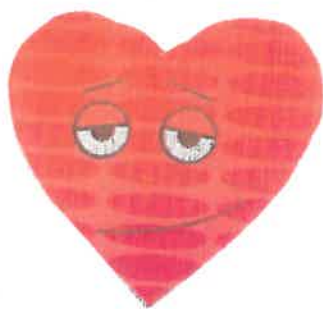
Tavshedspligten og den lovmæssige ramme

I bogen Seksualitet på dagsorden fortælles om de vejledninger til lovene som vi er underlagt når vi guider og samtaler med brugerne. Det er Serviceloven, Straffeloven og Forvaltningsloven, som har nogle paragrafer vi bevæger os indenfor:

Straffelovens §152 & §152c - §152f kan vi straffes efter, da vi arbejder efter § 27 som omhandler Forvaltningslovens regler om tavshedspligt, hvilket ifølge pjecen om Multiple funktionsnedsættelser og seksualitet i praksis betyder, at vores tavshedspligt omfatter alle fortrolige og personlige oplysninger, herunder brugernes seksualitet. Paragrafferne er til for at beskytte både brugerne og os. De giver retningslinjer for, hvad vi må/ har pligt til og hvad der er udenfor vores arbejdsfelt. Vi er forpligtet til at udfylde samtykkeerklæringer fra bruger og evt. dennes værge, hvis det er muligt. Ligeså hvis vi finder det af vigtighed at videregive fortrolige vigtige oplysninger til andre relevante samarbejdspartnere i henhold til persondataloven §5.

Det er strafbart: At give seksualoplysning, når en person verbalt eller ved sin adfærd modsætter sig dette, – fungere som seksualpartner, fx ved at have samleje eller andre former for seksuelt samkvem som led i en seksualoplysning, – give seksualoplysning til unge under 15 år. Over for denne gruppe kan der kun gives seksualvejledning.

Det er ikke strafbart: At hjælpe med oplæring til onani, – at yde hjælp til personer, der ønsker samleje med hinanden, – at hjælpe med at kontakte en prostitueret, selvom der kan være forskellige politikker om dette afhængig af borgerens kommune.



Ligeså kan vi vejlede og rådgive om brugen af §100 i Serviceloven, hvor man kan søge om økonomisk støtte til seksuelle hjælpemidler og måske få hjælpemidlet bevilget samt oplysninger om §82 i Serviceloven som omhandler livskvalitet og omsorg for mennesker med fysisk og psykiske funktionsnedsættelser. Ligeså brugen af § 141 som omhandler de pædagogiske handleplaner, vi søsætter for hver enkel bruger, hvor målet fx kunne være at højne brugerens livskvalitet og kropsbevidsthed via benyttelse af et sex-hjælpemiddel. Vigtigt også at være bevidst om, at det ikke altid er hensigtsmæssigt, at det er os som er daglige kontaktpersoner der vejleder i fx seksuel oplæring og onani, men en neutral fagperson udefra. (§153 nr. 1336 i serviceloven som omhandler underretningspligten ved fx mistanke om overgreb og §119 er sundhedsloven som bl.a. handler om at fremme seksuel sundhed).

Samtykke

Når der er personfølsomme oplysninger involveret i seksuelle samtaler, er det af stor vigtighed der som noget af det første laves et samtykke, som giver en ramme for samtalerne og evt. søsætning af indkøb af hjælpemidler m.m. Et samtykke betyder, at der gives godkendelse, enighed og tilladelse til de emner, der skal samtales og handles på i samtalerummet. Dette er for at sikre begge parter, at alle her har loven i ryggen og det giver en forsikring om, at aftaler kommer ned på skrift og giver en ramme for, hvad samtaleguiden indeholder. Samt lave forventningsafklaring på skrift, så alle ved hvilke forventninger, der er i spil for begge parter.

Afhængig af brugergruppen anbefaler vi at indhente oplysninger i bogen: Seksualitet på dagsordenen s.49, der omhandler både mundtlige samtykker, der primært omhandler almindelige dagligdagssituationer samt skriftlige samtykker og brugergrupper, der har sproglige udfordringer. Det kræver at medarbejderen har kendskab til sin brugergruppe, fx har erfaringer med hvordan brugeren samtykker og udtrykker et tydeligt ja eller nej i andre situationer som fx ved tøjvalg, måltider og ved valg af feriested samt kulturelle forslag.



FN's standardregler nr. 9 og Handikapkonventionens menneskesyn og værdier i artikel 19 der omhandler et menneskesyn med værdier og viden, der er vigtig at have med i sin rygsæk, når man guider brugere med diverse funktionsnedsættelser. Mennesker med handikaps bør støttes i at fremme deres personlige integritet og mulighed for oplevelse af egen seksualitet, seksuelle forhold og familieliv. Samt have retten til et selvstændigt liv via brug af biblioteker, medborgerhuse, bio og foreninger og på den måde blive inkluderet i samfundet.

Samtykke mellem bruger og fagperson

Samtykke mellem bruger og fagperson til brug ved samtaler og støtte til information og kendskab til samtaleindhold samt ved deltagelse til køb af hjælpemidler.

Et samtykke der går begge veje hos både bruger og fagpersonale er af stor vigtighed at få snakket om tidligt i processen. Dette er som tidligere påpeget for at alle parter har loven i ryggen da det giver en forsikring om, at aftaler kommer ned på skrift og giver en ramme for, hvad samtaleguiden indeholder.

Eksempel på samtykke fra brugerens side:

Jeg, bruger fra projektet "Den første guide-samtale" har fra min seksualvejleder fået information om livskvaliteten ved af at være i kontakt med sin krop og seksualitet. For at opleve mere information og forståelse på dette område via samtaler med min seksualvejleder/anden fagperson, der indeholder emnet seksualitet, krop og fx sex-hjælpemidler. Så jeg giver mit samtykke til, at følgende emner bliver mig informeret og er i dialog om dette via fortrolige samtaler samt diverse aktiviteter, der bliver udført i praksis:

- Indkøb af sexlegetøj på nettet og i butikker
- Anerkendende fortrolige samtaler med min seksualvejleder eller anden medarbejder

Brugerens navn:.....Dato;.....

Underskrift:..... Dato;.....



Samtykke fra seksualvejleder og anden fagperson

Jeg/VI er indforstået med at give samtykke til ovenstående projekt; "Den første guide-samtale" til brug for at imødekomme, støtte og information om evt. indkøb af hjælpemidler og via samtaler om seksualitet, hvor vores fælles forventningsaftale indgår.

Seksualvejleders
navn;.....Dato:.....

Anden medarbejders
navn:.....Dato:.....

Forventningsaftaler

Forventningsaftale laves som indgår i samtykke-erklæringen, som indeholder punkter, som vi hver især ønsker respekteret og handlet på. Fx: "Jeg har ret til at vælge at trække mit samtykke tilbage, hvis jeg oplever, jeg ikke har lyst til at deltage i projektet mere af forskellige årsager, uden det får negative konsekvenser". Formålet er at skabe fælles information og forståelse til involverede parter i processen, for at indfri hinandens forventninger via fokus på emnet og de aftaler der indgås.

Eksempler på brugerens forventninger til den fagperson som guider brugeren i samtaler om seksualitet og diverse hjælpemidler:

- Du lytter og taler til mig i en anerkendende tone og viser det i praksis
- Du husker du har tavshedspligt og handler på det
- Du udviser tillid til mig og motiverer til samarbejde
- Du udviser ærlighed/accept af mine seksuelle tanker og drømme og ved eventuel uenighed
- Inspirerer mig via din viden om seksualitet og sexhjælpemidler og spørgsmål
- Hjælper mig med at besøge/indkøbe sexlegetøj i butik eller på nettet m.m.

Eksempler på vejleders forventninger til brugeren:

- Møder op til aftalte mødetider og er præsentabel i det omfang du kan ved ture ud af huset
- At du tager/ bestræber dig på at tage ansvar for at sætte handling på de aftaler, som du får lyst til at afprøve
- Du afprøver de sex-hjælpemidler eller andre aftaler du indgår over en prøveperiode på x antal uger eller måneder, indtil vi i fællesskab følger op på det
- Du afprøver hjælpemidlerne selvstændigt og siger til, hvis du får problemer eller er i tvivl om noget eller bliver bekymret om fx; hvad du oplever fysisk eller psykisk
- Du fortæller og mærker efter om dine grænser bliver overtrådt
- At du ikke forventer, at jeg skal deltage i seksuelle aktiviteter og besøg på nudiststrande, men forventer at blive fulgt til de lokationer, hvor du vil udøve dine aktiviteter
- At du accepterer at min kollega tager over, hvis jeg er forhindret/syg eller på kursus



Nu starter vi

Nu har vi listet nogle forskellige emner op, som er vigtige for dig at have med i din rygsæk, når du starter på at holde samtaler med dine brugere. Der er mange emner af stor vigtighed afhængig af dine brugergrupper og det er vigtig du gradbøjer denne viden og tilpasser den dine brugergrupper. Fx viden om diverse hjælpemidler, masturbations- teknikker og kropsbevidsthed m.m. Og vi bevæger os nu til det første samtalerum i Plissitmodellen .



Start af samtaler i Plissitmodellens første samtalerum.

I har aftalt en mødetid til denne samtale og vigtigt som noget af det første er at få klarhed på:

- Samtaletid der er sat af til dialog på fx 1,5 time
- Indhold og formål
- Din rolle som samtalepartner
- Evt. samtykke og forventningsafklaring for begge parter

Viden til brug i starten af samtaler

- Brug humor som icebæker samt brug spørgsmålskort, som ofte åbner op til samtaler.
- Vær bevidst om ordvalg om kønnet og seksualitet samt start ud med lettere emner som relaterer til kroppen som fx hygiejne og menstruation for at åbne op til samtaler
- Lad sprogbruget bære præg af almindelige kendte seksuelle ord og begreber som fx: Gå i seng, have samleje, elske med, masturbere og onanere.
- Navne på kønnet kan være: Skede, vagina, kusse, lem, fallos, penis. Afhængig af konteksten kan man også snakke med brugerne om, hvad de har lyst til at kalde deres køn og så kan der måske komme ord som; Grotte, honningdåsen, fisse, pik, trolde, piphans eller big Ben.

Guidesamtalerne

I guide-samtalerne kan det være en ide at være i dialog med brugeren om, hvad deres seksuelle tanker og ideer kredser om og hvad de er optaget af. Dette for at spore sig ind på, hvad brugeren som udgangspunkt har lyst til og hvor de oplever tryghed samt hvilke eventuelle mentale eller fysiske forhindringer eller udfordringer de har? Og via den ping pong som opstår komme videre til f.eks. spørgsmål om ens grænser, om de kan mærke dem og om de tør sætte ord på dem? Og således være nysgerrige sammen med brugeren for at se, hvor samtalerne bevæger sig hen. Følgende spørgsmål kan evt. være aktuelle at få i spil:

- Hvordan har du det med Din krop? Hvordan opleves det at være i Din krop?
- Er du til drenge eller piger? Eller til andet?
- Er du mest til at holde i hånd eller at kramme eller opleve en kropsmassage?
- Hvad tænder du på? Hvad kan du umiddelbart slet ikke lide?
- Oplever du mentale og fysiske forhindringer, når du hengiver dig i seksualiteten?
- Har du nogle fantasier? osv.



Afhængig af brugerens funktionsniveau, så fortæl det er en god ide at tænke over det, som der snakkes om i samtalerne. Det kan være en hjælp til at finde ud af, hvad man kan lide og har lyst til at eksperimentere med og sætte handling på. Det kan så blive lettere at forklare andre om ens ønsker, hvis der er ønske om at involvere andre og få den hjælp, man har brug for i den sammenhæng. Hvis brugeren ikke er vant til at tale om sex, lyst og sin krop samt tanker om, hvad man kan lide/ ikke lide, kan det føles grænseoverskridende eller ligefrem umuligt at tale om. Så tag små skridt, og skab et tillidsfuldt rum, så brugeren får mulighed for at være med til at skabe en stemning af tryghed og får en oplevelse af, at den fagperson som han/hun sidder sammen med kun vil brugeren det bedste.

1: P står for Permission som betyder: Tilladelse til at være i åben dialog og stille spørgsmål/udsagn om seksuelle emner og problemer samt ønsker og drømme. På dette trin indleder vi samtalerne og bruger vores kommunikative kompetencer og lytning og skaber et trygt og tillidsfuldt anerkendende dialogrum, hvor det er tilladt og muligt at tale vidt og bredt om krop og seksualitet. Her er det vigtigt vi fortæller til brugeren, at vi ikke er eksperter og har begrænsninger. Vi er som seksualvejledere bevidste om at lytte og være sparringspartnere samt holder vores tavshedspligt og værner om brugerens integritet samt informerer om lovgivningen, samtykke og forventningsafklaring. Ofte er den første samtale nok til, at brugeren af sig selv begynder at eksperimentere med at være undersøgende på sin krop og lyster, da selve det at få mulighed for at blive lyttet til og sætte ord på tanker og fantasier er motivation for selv at være nysgerrig på egen hånd.



2: Li står for Limited Information som betyder begrænset og tilpasset information og oplysninger om hvilke begrænsninger man kan løbe ind i afhængig af ens handicap. Hvis man fx mangler fysiske lemmer, så har det indvirkning på hvilke hjælpemidler og menneskelig støtte man har brug for til at realiserer sin seksualitet og afhjælpe sit handicap. På dette trin kan samtalerne handle om, hvilken indflydelse medicin og alkohol og stoffer samt ens handicap kan have på ens seksualitet samt brug af prævention. Vigtigt at seksualvejlederen har eller søger viden om den enkelte brugers handicaps indflydelse på at udleve sin seksualitet, så man bedre kan oplyse, guide, samtale, støtte og tilpasse og afhjælpe brugeren med sit handicap-problem. Og huske på i samtalerne at lytte til brugerens egne erfaringer med sin krop og eventuelle handicap. Vigtigt også at være sig bevidst om at vejlede og rådgive afhængig af brugergruppe og aktuelt emne om kropsbevidsthed, følelser, afspænding, sex, onani, massage, samleje og grænsesætning og kønsidentitet. Desuden indhente faglig ekspertise andet sted, hvis man skønner det er en god ide at trække på andre fagfolk med større viden og erfaring afhængig af det aktuelle seksuelle område. Her kan samtalerne også handle om, at brugeren har behov for alene-tid i sin lejlighed og laver en aftale med sit personale om, at få et skilt på døren med teksten: IKKE FORSTYRRES.

3: SS står for Specific Suggestions som står for at seksualvejlederen kan give specifik faglig viden, råd, og konkrete løsningsforslag og støtte om fx love og retningslinjer til den enkelte bruger afhængig af vedkommendes funktionsniveau, handicap og problemstillinger samt ønsker og fantasier. Her kan samtalerne handle om at motivere, inspirere og aktivere brugeren til handling via vejledning, oplæring og brugen af egnede hjælpemidler samt specifik målrettet vejledning afhængig af brugerens behov og ønske i: Onani, grænser, hygiejne, kropsbevidsthed, samleje og hvordan man kysser, finder en kæreste og bruger pornografi. Og eventuelt skabe kontakt til en glædespige eller massageklinik (kan være forskellige politikker i kommunerne på dette område) samt rådgivning om andre instansers muligheder for at tilbyde hjælp som fx læger, sexologer, psykiater og psykologer.



4: IT står for Intensive Therapy som betyder, at vi som seksualvejledere kan henvise en bruger til at få intensiv terapi eller udredning hos en specialuddannet terapeut, psykiater, sexologisk klinik, psykolog og andre fagfolk. Denne henvisning kan komme på samtale, hvis brugerens seksualitet ikke kan udleves grundet fx overgreb, fysiske og psykiske sygdomme, diverse personlige traumer og medicinsk indflydelse, der hæmmer brugerens realisering af sin seksualitet.

Opfølgning på samtaler

Det er af stor vigtighed der bliver fulgt op på det, der bliver søsat af seksuelle aktiviteter. Ligeså de tanker og følelser, der eventuelt bliver åbnet op til. Vi har valgt at bruge forskellige kommunikative kompetencer som tidligere omtalt og spejling.

Åbne Spørgsmål og brug af spejling ved opfølgningssamtaler:

Når vi spejler det som brugeren fortæller og personalet efter spejlingen spørger. Er det rigtigt forstået? Så er der stor chance for at brugeren føler sig anerkendt, set hørt og forstået. Eller inviterer til samtale, hvor fokus ligger hos brugeren som fx at sige: "Prøv at fortælle lidt mere om det....." eller; Fortæl lidt mere om det". Tålmodighed og nærvær fra seksualvejlederens side er vigtig, så brugeren får mulighed for både at høre sine egne ord, færdiggøre sine sætninger og mulighed for at lytte til egne tanker.

Seksualvejlederen kan som samtalen skrider frem bruge sin situationsfornemmelse og fornemme om åbne spørgsmål er en god ide eller udsagn er bedre. Spørgsmålene kan fx. lide som følgende:

- Hvordan har du oplevet dig selv i samvær og kontakt med det sexlegetøj du valgte?
- Er der noget du har lyst til at dele med mig med hensyn til din dildo eller hjælpemiddel?
- Hvilke nye lyster er evt. dukket op hos dig?
- Har der været fysiske eller mentale hindringer for dig?
- Nye fantasier? Lyst til at prøve noget andet som fx film eller at klæde dig ud?
- Nyt undertøj måske? Et andet massageapparat? På flirtekursus?
- Hvilke rare / ubehagelige følelser er evt. dukket op hos dig, når du udfører din seksualitet?
- Hvordan oplever du sanseindtrykkene som hjælpemidlet eventuelt sætter i gang hos dig?
- Er der noget du syntes, vi skal snakke om?
- Hvordan oplever du dig selv, hvis du fx ryster/blir liderlig eller trækker vejret på en ny måde?
- Hvordan går det med at finde ud af, at lade din dildo op og finde ud af, hvor ledningen er?
- Hvornår tænker du, vi sætter 1,5 timer af på din hjemmedag til næste opfølgning?



Kildehenvisning og Links og hjemmesider

Den motiverende samtale, støtte til forandring af William R. Møller & Stephen Rollnick, Hans Reitzels Forlag 2. udgave, 1 oplag, 2013

Systemisk Coaching, en grundbog af Hanne V. Moltke & Asbjørn Molly, Forlaget Dansk psykologisk forlag 2. udgave, 1. oplag, 2019

Sexologi, Faglige perspektiver på seksualitet. 1. udgave, 1. oplag. Forfatteren og Munksgaard, København 2019

Seksualitet og Livskvalitet af Milo Idehen 1. udgave, 1. oplag. Forfatteren og Munksgaard, København 2013

Sex og psyke af Ellids Kristensen. Psykiatrifondens forlag 2007

Seksualitet på dagsordenen – En håndbog om professionel støtte til voksne med funktionsnedsættelser. Socialstyrelsen 2012

Et sprog fra hjertet. Et redskab til konfliktløsning af Claus Bulow. 3. udgave, 3 oplag 2001. Forlaget: Skab dit liv

Multiple funktionsnedsættelser og seksualitet – et inspirationskatalog. 2 oplag, SUMH (Sammenslutningen af unge med handicap) og SUS (Socialt udviklingscenter) 2016

Sygeplejersken nr. 1 2020 & nr. 21 2002 & nr. 9 2014 & nr. 3 2020

Love og paragrafer findes her: Socialstyrelsen.dk & www.retsinformation.dk & menneskeret.dk

Viden om livshistorier er fundet rundt på nettet og via vores empiri med brugere

Links & Hjemmesider:

www.regionsjælland.dk vedrørende samtykkeerklæringer

www.sinful.dk/sexlegetøj

www.orien-erotik.dk Sinful.dk

<https://hjmksshop.dk/>

sexlinien.dk