



Samtal om sex, gränser och integritet

Sex, unga och skolans roll 29 okt. 2025

Presentation

Victoria Sandqvist

Leg. Psykolog

MSÖ-Mottagning sexuella övergrepp

E-post: victoria.sandqvist@vgregion.se



Upplägg

- Vad gör vi i skolan som är hjälpsamt
- Att öppna upp för samtal om relationer, sex och utsatthet



Hjälpsamt i vardagen

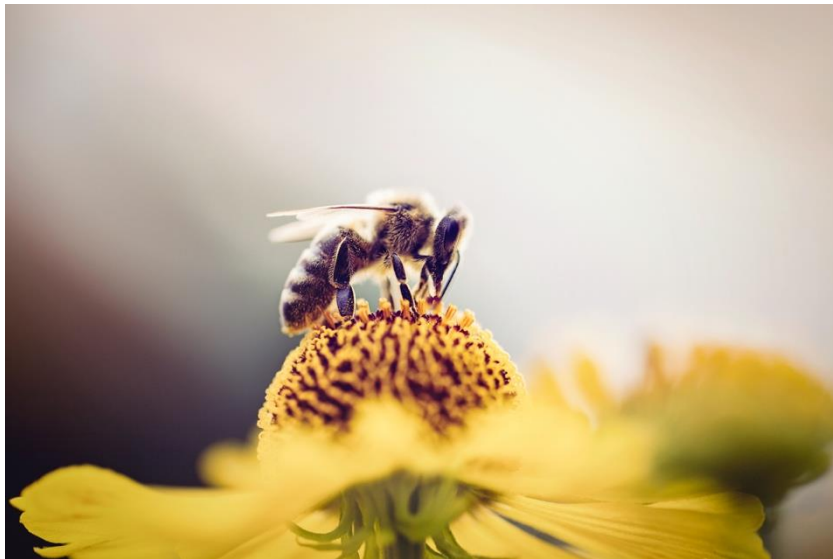


Förskola och skola som social arena

- Sociala färdigheter
- Gränser
- Känslor och Kropp
- Mentalisering
- Kommunikation
- Fånga upp barn och unga
 - som har svårigheter kopplade till ovanstående
 - som är ensamma/utsatta/utsätter



Att prata sex, gränser och integritet med vuxna



Att ligga steget före

- Anpassad kunskap utifrån barnens nivå
- Lättsamt, lekfullt, nyfiket, accepterande
- Möjliggöra samtalet



Förskola och tidiga åren

- Vem är jag
- Familj
- Kroppen
- Hur blir det barn

- Ta hjälp av böcker
- Lek och utforskande





Grundskola och mellanåren

- Kroppens utveckling
 - Relationer och kärlek
 - Sex och samtycke
 - Porr
 - Normer
-
- Utgå från böcker och övningar
 - Filmer, Samtalskort och samtal/diskussioner
 - Frågelåda ”knopp och kropp”

Högstadiet och äldre ungdomar

- Sexuell- och reproduktiv hälsa
- Föreställningar och attityder
- Normer och värderingar
- Sex och samtycke
- Porr
- SEXIT-frågeformulär sexuell hälsa
- Skönlitteratur, filmer, skoluppgifter, diskussioner, samtal



Internet, Chattar, Appar och Sociala medier



Sexuell utsatthet

- Studier och brottsstatistik visar att unga mer utsatta än äldre.
- Få vågar berätta.
- Det vi inte pratar om finns inte.



Tips från barn om när man kan ta upp övergrepp i skolan:

- I samband med nyheter.
- I samhällskunskapen när man läser om lag och rätt.
- I svenskan. Läsa böcker om sexuella övergrepp, och diskutera, skriva recension eller en debattartikel.
- När man läser språk kan man läsa en text eller se en film om temat.
- När man pratar om relationer, sex och samtycke.

(Stiftelsen Allmänna Barnhuset. Dags att prata om sexuella övergrepp-handledning till skolans personal.)

Att tänka på

- Inkluderande språk
 - Öppenhet
 - Inte hamna i rätt eller fel
 - Närvarande och fånga upp
 - Tydligt HUR. Inte bara vad inte får eller ska göra.
-
- Genom att som vuxen vara närvarande och föra samtal om de här frågorna –i alla åldrar och stadier av barn och ungas utveckling-hjälper vi till att bidra till en stärkt självkänsla och trygghet.
 - Genom att lyfta och prata med unga om dessa frågor avdramatiserar vi ämnet vilket visar att det är okej att prata om det.

Reflektionsfråga



Hur signalerar vi att frågor och funderingar kring relationer, sexualitet, sex och utsatthet går att lyfta med oss?



Att ta med:

- Barn och unga kommer till oss om vi visar att vi vill och kan prata om sex, gränser, integritet och våld.
- Det vi inte pratar om, finns inte.
- Grund i det som är lustfyllt OCH ha med när det inte blir bra.
- Skam har som funktion att tysta.

Böcker och material

- Killboken av Attilla Yoldas, 2025
- Fakta om samtycke av Inti Chavez Perez, 2024
- Prata sex! Hälsofrämjande samtal med skolungdomar av Siri Lindqvist, 2023
- Värsta bästa svårsnacket: om porr, sex & samtycke av Maria Dufva, Maria Ahlin, 2021
- Så funkar sex. En bok om sex, kärlek och relationer, forum SKILL, 2015
- Världens viktigaste bok: om kroppen, känslor och sex av Nathalie Simonsson, 2012
- <https://www.rfsu.se/sex-och-relationer/for-pedagoger-och-yrkesverksamma/rfsu-material/>
- Kortlekar – Sex å sånt, Kärlek & relationer, Henrik Brosché och Johan Reftel
- Expeditionhalsa.se
- <https://ecpat.se/vuxenstod/artiklar/ecpats-kortlek-konversationskort-for-att-samtala-med-barn-och-unga/>
- ”Min kropp är min” av Helena Enoksson, Västerås stift
- Har du någon hemlighet?, av Jennifer Moore-Mallinos, Argument
- Vilda säger nej! av Marie Bosson Rydell, Gleerups förlag
- Stopp! Min kropp! –Rädda barnen
- Alla barns rätt. En bilderbok om Barnkonventionen av Pernilla Stalfelt, rabén&sjögren

Internetsidor för unga och vuxna

- umo.se och youmo.se
- killar.se
- jagvillveta.se
- intetillsalu.se
- dagsattprataom.se
- ungarelationer.se
- dinarattigheter.se
- dittecpat.se
- rokstjejjourer.se
- unizonjourer.se
- internetkunskap.se
- <https://safunkarsex.se/>
- <http://nagotharhant.se/du-bestammer>
- <https://polismuseet.se/skola/Utbildningsmaterial/ar-det-delbart/>

Referenser

- Kropp, känslor och relationer-om sexualitet, samtycke och rättigheter för förskola och grundskolans tidigare år, Ivarsson m.fl. , Studentlitteratur, 2024
- Prata sex! Hälsofrämjande samtal med skolungdomar av Siri Lindqvist, 2023
- UngKAB23
- Internetkunskap.se, avsnitt: Nätporr-hur tar man det där svåra samtalet med sina barn 16/8-2020.
- Brå, 2021
- Våld mot barn, 2022
- Barnombudsmannens rapport: kartläggning av kunskap om pornografins inverkan på barn.
- Värsta bästa svårnacket, om porr, sex & samtycke, Maria Ahlin, Maria Dufva, 2021
- Ge ditt barn 100 möjligheter istället för två. Kriz Henkel och Marie Tomičić, 2017
- Stiftelsen Allmänna Barnhuset. Dags att prata om sexuella övergrepp-handledning till skolans personal.
- Thulin, J., Kjellgren, C., & Nilsson, D. (2020). Children's disclosure of physical abuse - The process of disclosing and the responses from social welfare workers. *Child Care in Practice*, 26(3), 285–299
- WHO & Federal Center for Health Education, 2010
- Mentaliseringsboken, Per Wallroth, 2010