

Husk seksualiteten!

Ældre og kronikeres seksuelle sundhed og trivsel



Workshop på National konference om Seksuel Sundhed i Danmark

Nyborg Strand, 3. november 2015

Morten Emmerik Wøldike, sociolog og projektleder, e-mail: mew@sexogsamfund.dk

Program for workshop

1. Hvorfor seksualitet?

Forestillinger og normer om seksualitet i relation til alder og sygdom

2. Hvordan gør vi?

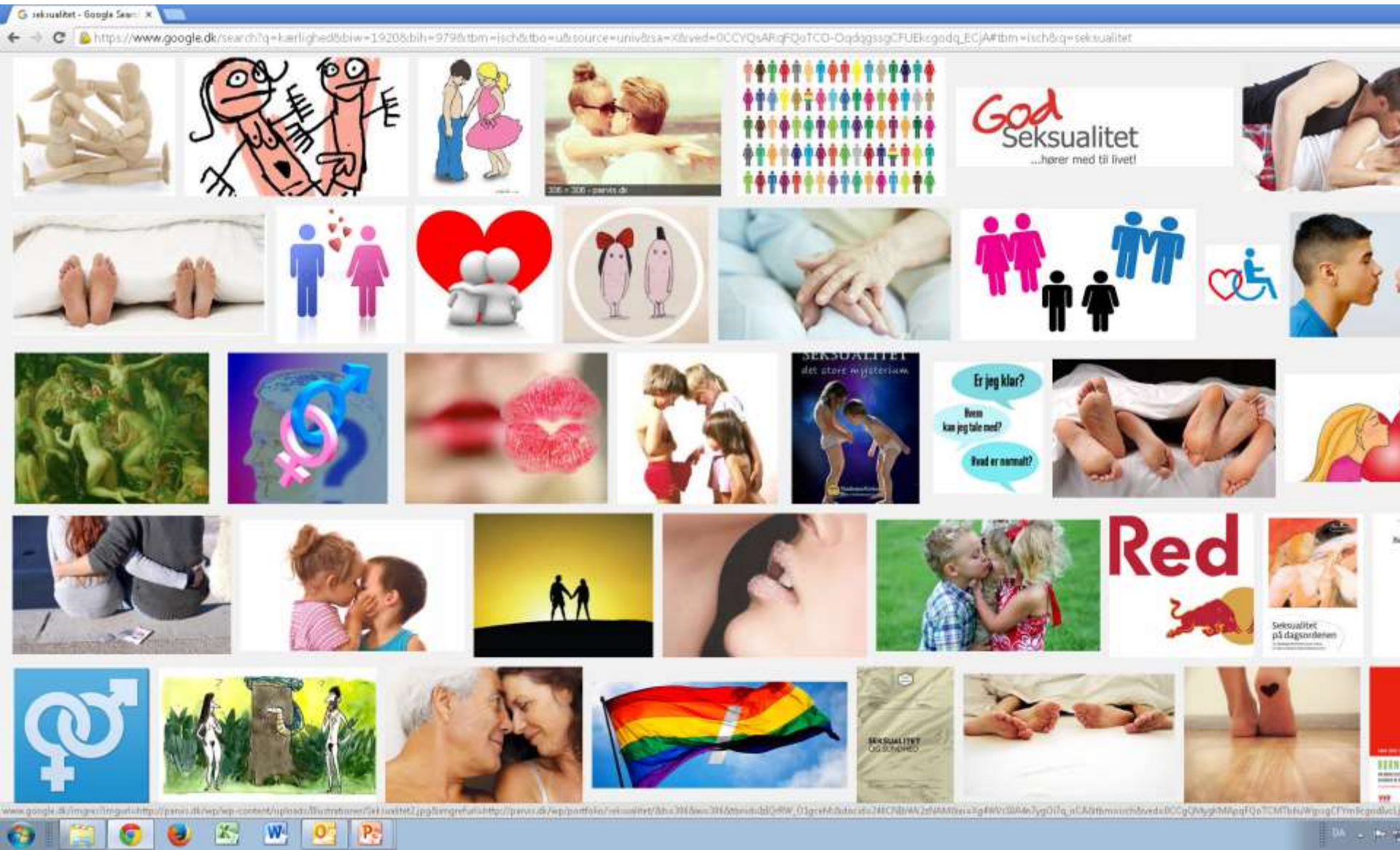
En professionel, positiv og rettighedsbaseret tilgang til seksualitet og seksuel sundhed i det kommunale forebyggelses-, pleje- og omsorgsarbejdet.

3. Dilemmaspil: Hverdagens dilemmaer om seksualitet i det kommunale forebyggelses-, pleje- og omsorgsarbejdet.

4. Opsamling, spørgsmål og afslutning



Seksualitetens alder?



Normer og forestillinger om seksualitet i relation til alder og sygdom

- Seksualiteten er en ungdomsseksualitet – ældre og kronikeres seksualitet er usynlig og ikkeeksisterende – i billeder, medier og offentlighed.
- Hvis ikke borgeren siger noget eller spørger – gør vi ikke noget (tovejstabu)
- Borgerens seksualitet er heteroseksuel indtil det modsatte er bevist, kønsidentitet følger af det biologiske køn indtil det modsatte er bevist etc. (man overfører let sine egne normer og forforståelse på andre)
- Seksualitet er lig med "sex" og "seksuel adfærd"
- Seksualitet er noget funktionelt – dysfunktioner der skal afhjælpes – ikke mentalt, socialt, sanseligt, kommunikation – og heller ikke foranderligt!
- Borgerens seksuelle sundhed og trivsel er ikke noget vi skal arbejde med, hjælpe med, spørge til...
- Seksualitet er noget privat, personligt og grænseoverskridende – derfor kan jeg/vi ikke gå ind i det (for en selv, for borgeren eller kolleger)

Kærlighed



Retten til seksualitet hele livet uanset alder og sygdom!



Seksualitet gælder os alle, og ældres seksualitet er der jo ikke noget særligt med i forhold til alle mulige andres seksualitet. Det særlige er den måde, som vi som professionelle går til ældres seksualitet på.”

Lena Schmidt, plejehjemsassistent og souschef, Hiort Lorenzen Plejecenter, Haderslev kommune

- Seksualiteten er et basalt behov der bør anerkendes som en naturlig del af borgernes privatliv uanset alder og sygdom
- Alle borgere har ret til modtage professionel hjælp og rådgivning i forhold til at udleve deres lyst og få dækket behov for nærhed, intimitet og sex

Borgerne vil ofte gerne tale om seksualitet



"Jeg kunne godt ønske mere åbenhed om flere ting, om livet, døden og seksualiteten og inkontinens og overgangsalder. Det er en naturlig ting at tale om, og det synes jeg ikke, der er ret meget åbenhed om."

Anna, 68 år

- Borgerne bliver hjulpet af "det åbne rum"
- 70 % af borgerne bliver hjulpet af "det åbne rum"

En professionel og positiv tilgang til seksualitet

Sex & Samfunds anbefalinger



- Initiativet ligger hos de sundhedsprofessionelle (bryd tovejstabet)
- Anerkend borgerens behov og seksualitet, selv om den er dig fremmed (fokus på egne normer og forforståelser)
- Åben og tilladende tilgang til at tale om seksualitet (det åbne rum)
- Overholde tavshedspligten – respektér borgerens privatliv
- Indhent samtykke hos borgeren
- Skabe et fysisk og mentalt rum og stemning, hvor borgeren trygt kan stille spørgsmål (kontekst, indretning og materialer)

Hvordan taler vi om borgerens seksualitet?

Sprog og kommunikation

- Anerkendelse og respekt for borgerens privatliv og seksualitet
- Hvordan taler vi om andres seksualitet?
 - hvordan taler vi om vores egen seksualitet?
- Anvende et nøgternt og anerkendende sprog



Eksempler:

”Så kommer man ind og de ligger og har pillet sig i bleen”

”Så sidder de der og har tager på sig selv i stuen”

”Han render rundt”

”Niks-pille-dragter”

Hverdagens dilemmaer i pleje- og omsorgsarbejdet

Dilemmaspil



Gode råd til dialogen



Dialogen handler om borgerens behov og ønsker, problemer, udfordringer, frustrationer, sorg, angst etc.

- Lytte frem for at give svar (du er ikke en oplyser, men en dialogpartner)
- Husk at man skal hjælpe – ikke nødvendigvis løse problemer
- Ikke dele personlige erfaringer (anonymt rum)
- Holde sig til et professionelt og nøgternt sprog, der ikke er grænseoverskridende
- Borgeren kan sige nej tak (tage en bagdør)
- Åbne og generaliserende spørgsmål

Spørgsmål der kan åbne dialogen...



- *Hvad har kærlighed/seksualitet betydet for dig i dit liv?*
- *Hvad betød seksualitet for dig, før du blev syg eller da du var yngre?*
- *Hvordan var dit samliv med din partner?*
- *Den sygdom du har, forandrer for nogle patienter deres seksualitet. Hvis du oplever forandringer, vil jeg gerne tale med dig om dem, hvis du har lyst til at tale om det.*
- *Jeg ved jo, at du blev enke sidste år. Hvad savner du mest ved samværet med din partner?*

3 gode dialogiske spørgsmålstyper.



- **Udforskende spørgsmål**

Kan du uddybe, hvad du mener med at...?

Hvornår oplever du, at...?

- **Anonymiserede spørgsmål**

Mange ældre mener altså, at...?

Det er altså normalt, at man gerne vil...?

- **Fordele og ulempe-spørgsmål**

Hvilke fordele ser du ved...?

Hvilke ulemper ser du ved...?

Hvordan arbejder vi videre med området i kommunen?



Udfordringen: Hvordan kan man arbejde videre med at skabe en professionel platform for at medtænke seksualitet og seksuel sundhed og trivsel i det daglige forebyggelses-, omsorgs- og plejearbejde?

- Et fælles og professionelt sprog (aftabuisering)
- Handleplaner, der skaber rammer og procedurer
- Sundhedspolitikker og seksualpolitikker der inkluderer seksuel sundhed og trivsel

Hvor finder jeg mere viden:

Du kan finde mere viden i Sex & Samfunds Informationsfolder Husk seksualiteten!

Følg med på Sex & Samfunds hjemmeside
www.sexogsamfund.dk/ældreogkronikere

