

Pubertet, intimitet og seksualitet

Autismekurs BUP 2024

Psykologspesialist Hanne Neitzel

Hva skal jeg si noe om i dag:

- Pubertet/hygiene
- Intimitet/kjæresteforhold
- Seksualitet
- Lover og regler - samtykke
- Problematisk og skadelig seksuell atferd
- Pornografi

Pubertet

- Eksplisitt kunnskap
 - Informasjon om kroppen og kroppsfunksjoner
 - Visualisert og konkret

Foreldre er foreldre – hvem andre kan bidra?

[NRK Super - Newton: Pubertet](#)

[Mini E-Bok Autisme og Pubertet – SPISS](#)

[Undervisningsopplegg: Pubertet og seksualitet - Helse Bergen HF](#)

Hygiene

- Forstå hvorfor
- Lage gode rutiner
- Ta hensyn til sensoriske vansker – finne løsninger

- Menstruasjon

Intimitet – Forelskelse - Kjæresteforhold

- De fleste har behov og ønske om nærhet og det å oppleve kjærlighet
- Kan trenge hjelp til å tolke andre
- Kan trenge konkret veiledning og lære «dating-regler»

Seksualitet

- Behov for å utforske sin seksualitet, men vil ofte trenge tilrettelagt informasjon. **Tilpasset seksualundervisning!**
- For elever som får spesialundervisning på skolen, skal tema knyttet til seksualitet være en obligatorisk del av undervisningen. For elever som har vansker med å generalisere kunnskap og kompetanse, så må du gi tilpasset opplæring og informasjon utenfor klasserommet, i det miljøet kunnskapen og ferdighetene skal tas i bruk.
- Repeterende trening gjennom hele livet!

[Utviklingshemming og/eller autisme – seksuellatferd.no](http://seksuellatferd.no)

Lover og regler

- Det må gis tydelig og konkret opplæring i lover og regler
 - Seksuell lavalder
 - Hva er lov og ikke lov
 - Samtykke
 - Normer

Sette grenser – for seg selv og andre

- Beskytte seg mot å bli utsatt for overgrep
- Unngå å utsette andre for overgrep

- God relasjon og åpenhet viktig – unngå moralisering og dømmende holdninger (gjelder både foreldre og hjelpeapparatet).

Pornografi

- Vanlig blant unge, og trenger ikke være skadelig, MEN....
 - Vanskelig å skille mellom pornografi og virkelighet
 - Kan skape urealistiske forventninger til kropp og seksualitet
 - Pornoavhengighet

[Er porno bra eller dårlig? – Pornopratt](#)