

# Evaluering af ULFs seksualrådgivning

En rådgivning om kærlighedslivet, sund seksualitet og forebyggelse af seksuelle krænkelser til mennesker med udviklingshæmning

September  
2012



## Indhold

<b>1 Formål</b>	<b>2</b>
<b>2 Evalueringens vigtigste resultater</b>	<b>3</b>
<b>3 Baggrund og idé med seksualrådgivning</b>	<b>5</b>
<b>4 Aktiviteter i seksualrådgivningen</b>	<b>7</b>
4.1 Hvor mange har henvendt sig til rådgivningen?	7
4.2 Hvem er brugerne af rådgivningen?	8
4.3 Hvilke emner henvender brugerne sig med?	9
4.4 Hvordan henvender brugerne sig til rådgivningen?	13
4.5 Hvad siger brugerne om seksualrådgivningen?	15
4.6 Hvad betyder det for ULF at have rådgivningen?	16
<b>5 Markedsføring og formidling af seksualrådgivningen</b>	<b>18</b>
<b>6 Sådan er evalueringen gennemført</b>	<b>23</b>

*”Som udviklingshæmmet kan det være svært at finde ud af, hvordan man er kæreste, har tryk sex med andre, og det er svært at få hjælp. For hvor skal vi gå hen? Vi oplever et meget stort tabu omkring vores seksualitet. Den nye rådgivning giver os mulighed for at tale åbent om seksuelle spørgsmål og få hjælp og gode råd.”*

Lisbeth Jensen, formand for ULF

# 1 Formål

Seksualrådgivningen i ULF blev etableret i august 2009 og frem til maj 2012 – det vil sige i næsten 3 år. Rådgivningen har haft åbent på mandage fra kl. 17.00 - 20.00. En uddannet socialpædagog og erfaren seksualvejleder har varetaget rådgivningen og besvaret henvendelser. Kontakten til rådgivningen er telefonisk, på chatten på Knuus.dk eller via e-mail, SMS og brev.

Formålet med denne evaluering af seksualrådgivningen er at beskrive, hvordan rådgivningen har fungeret. Hvem har benyttet den? Hvor mange har kontaktet rådgivningen? Hvad har rådgivningen handlet om?

Denne evaluering skal derfor belyse:

- Aktiviteter i rådgivningen: Hvordan er rådgivningen etableret? Og hvordan er rådgivningen blevet markedsført?
- Seksualrådgivningens organisering og funktion.
- Hvor mange har henvendt sig til rådgivningen?
- Hvem er brugerne?
- Hvilke emner henvender de sig med?
- På hvilken måde henvender brugerne sig?
- Hvad siger brugerne om at benytte seksualrådgivningen?
- Hvad betyder det for ULF at have rådgivningen?

Evalueringen indeholder både tal om (kvantitativ statistisk viden) og vurderinger (kvalitativ viden) af rådgivningen.

Evalueringen skal bruges til at dokumentere aktiviteter samt omfanget og karakteren af seksualrådgivningen. Endvidere vil evalueringen blive anvendt fremadrettet til udvikling af forankringstiltag for seksualrådgivningen i ULF.

Evalueringen er gennemført i juni og juli 2012 af Socialt Udviklingscenter SUS for ULF.

## 2 Evalueringens vigtigste resultater

Inden vi går i gang med at fremlægge tal og materiale fra evalueringen af seksualrådgivningen, er her en kort præsentation af de vigtigste resultater.

### Seksualrådgivningen i ULF:

- **har fået over 2.100 henvendelser på knap 3 år**

Seksualrådgivningen har været en stor succes målt på omfanget af henvendelser - fra august 2009 til maj 2012 har det været 2.136 henvendelser. Målet var 450.

- **har givet en stor gruppe mennesker med udviklingshæmning adgang til seksualrådgivning – gratis og anonymt!**

Størstedelen af seksualrådgivningen er givet direkte til mennesker med udviklingshæmning, der har henvendt sig med tvivl, problemer og spørgsmål om en bred vifte af emner. Mennesker, som ellers kun vanskeligt – eller slet ikke – har adgang til seksualrådgivning. En mindre gruppe af familiemedlemmer og personale fra botilbud har kontaktet rådgivningen.

- **har givet brugerne stor tryghed og kvalificeret seksualrådgivning**

Vurderingen af rådgivningen er, at alle der henvender sig bliver mødt med respekt. En styrke ved seksualrådgivningen er, at alle spørgsmål om seksualitet, kærlighed, kærester, forebyggelse af krænkelse bliver taget alvorligt, og alle får seriøse svar og vejledning.

- **har oftest fået henvendelser om parforhold og kærester, retten til at sige ja eller nej til andre samt krænkende seksuel adfærd**

De fleste mennesker med udviklingshæmning har ønsket gode råd om, hvordan man har et godt og respektfuldt parforhold - og om hvordan man fx får en kæreste. Men en ud af fire har også behov for rådgivning om, hvordan man siger fra, hvis man ikke ønsker sex med en kæreste eller ven. Og hver femte henvendelse handler om, hvordan man forebygger seksuelt krænkende adfærd.

- **opfylder et udækket behov for seksualrådgivning**

Alt i alt vurderes det, at seksualrådgivningen er med til at opfylde et udækket behov for seksualrådgivning og –vejledning hos en stor gruppe mennesker med

udviklingshæmning, som ellers ikke oplever at have adgang til faglig kvalificeret og anonym seksualrådgivning.

■ **Har brugeren i centrum – brugeren der bestemmer hvad der rådgives om**

Seksualrådgivningen har respekteret hver enkelt henvendelse og samtidig insisteret på at det er brugeren, der skal henvende sig og selv bestemme, hvad der er vigtigt at tale om. Derfor har rådgivningen haft fokus på at lytte til brugerne. Derfor betragtes seksualrådgivningen som et højt kvalificeret tilbud til mennesker med udviklingshæmning og andre. Og det anbefales, at der findes en permanent løsning for finansiering og forankring af en seksualrådgivning i ULF.

### 3 Baggrund og idé med seksualrådgivning

#### Baggrund

ULF (Udviklingshæmmedes Landsforbund) har i en årrække oplevet, at medlemmer har fortalt om svære spørgsmål og problemer om sexliv, kærester og krænkelser.

Ved medlemsarrangementer har ULF jævnligt oplevet, at spørgsmål om kærester, parforhold og sexliv har optaget mange medlemmer. Nogle medlemmer har også fortalt om seksuelle overgreb, de har været udsat for. Og langt de fleste har aldrig talt med andre om det eller fået hjælp og rådgivning.

ULF har derfor set et stort behov for at tilbyde medlemmer og andre mennesker med udviklingshæmning gode råd og vejledning om seksualitet.

Siden 2000 har SUS arbejdet med at udvikle metoder og viden om at forebygge og håndtere seksuelle overgreb mod mennesker med handicap. SUS har sammen med ULF og socialpædagog og seksualvejleder Steen Holmegaard Hansen etableret projektet om seksualrådgivningen, som er finansieret af Socialministeriet i perioden midt 2009 til midt 2012.

#### Idé

Idéen med seksualrådgivningen i ULF er at tilbyde mennesker med udviklingshæmning, fagfolk der arbejder med mennesker med udviklingshæmning og pårørende rådgivning om seksualitet samt forebyggelse og håndtering af seksuelle krænkelser.

Projektets formål er også at bibringe læring om forebyggelse og håndtering af seksuelle krænkelser til mennesker med udviklingshæmning og give et kompetenceløft til ansatte i ULF.

Seksualrådgivningen skal give mennesker med udviklingshæmning en mulighed for at ringe, SMS'e og chatte med rådgiveren om spørgsmål om sexliv, seksualitet og tvivl eller problemer omkring negative oplevelser med sex. Det kan være krænkelser eller oplevelser, der er svære at forstå eller episoder, som den enkelte ikke har ønsket.

ULF ønsker, at seksualrådgivningen bliver et fast tilbud i ULF med en varig finansiering. Der er nu tilknyttet en ULF-medarbejder til at være oplægsholder om seksualitet. Og der er ansat en socialpædagog, der på frivillig basis i ULF varetager seksualrådgivningen. Der er desuden sat fokus på at oparbejde

kompetencer hos enkelte ULFere, som skal kunne tage ud og fortælle om emnet seksualitet til andre mennesker med udviklingshæmning i ULF.

Næste afsnit handler om aktiviteterne i ULFs seksualrådgivning. Der bliver også sat fokus på, hvordan rådgivningen har fungeret og hvad vurderingen af udbyttet kan være.

## 4 Aktiviteter i seksualrådgivningen

I denne del af evalueringen bliver følgende spørgsmål besvaret:

- Hvor mange har henvendt sig til rådgivningen?
- Hvem er brugerne af rådgivningen?
- Hvilke emner har de henvendt sig med?
- På hvilken måde har brugerne henvendt sig?
- Hvad siger brugerne om seksualrådgivningen?
- Hvad betyder det for ULF at have seksualrådgivningen?

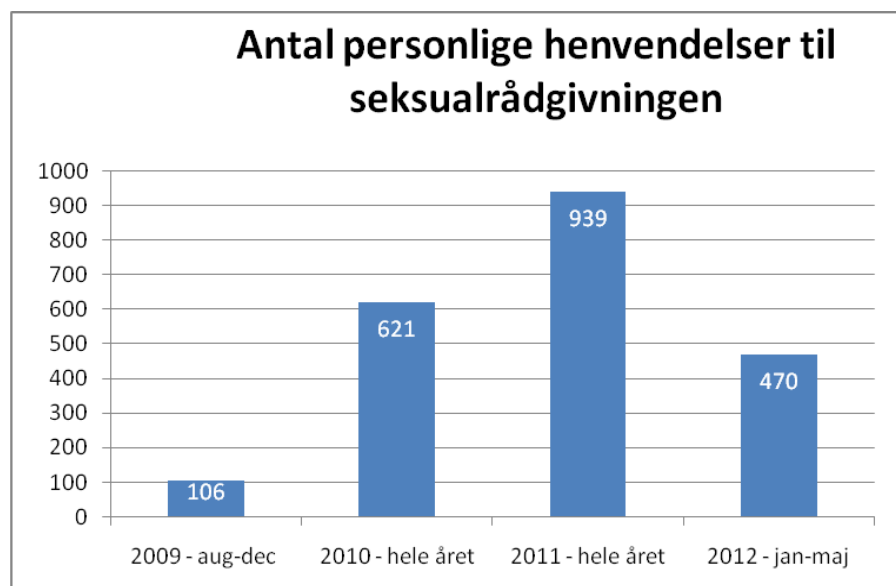
Seksualrådgiveren har i hele projektperioden registreret alle henvendelser med hensyn til antal henvendelser, hvem henvenderne er, hvilke emner der er ønsket rådgivning om, og hvordan de har henvendt sig til rådgivningen.

Henvendelserne er opgjort på ugebasis og samlet i årlige opgørelser fra 2009 til 2012.

### 4.1 Hvor mange har henvendt sig til rådgivningen?

**2.136 henvendelser**

ULFs seksualrådgivning har været en stor succes med hensyn til antallet af personer, der har henvendt sig. Der er fra august 2009 til og med maj 2012 været 2.136 henvendelser.





Ved opstarten af projektet fra august 2009 til december 2009 nåede seksualrådgivningen at få 106 henvendelser.

I 2010 var markedsføringen af rådgivningen kommet i gang. Det viser sig ved, at antallet af henvendelser kommer op på 621 i 2010.

I 2011 topper antallet med i alt 939 henvendelser.

Ved projektets sidste halvår fra januar 2012 til maj 2012 var der 470 henvendelser.

Der er gengangere blandt henvendelserne, det vil sige personer, der har henvendt sig flere gange. En del har henvendt sig fx ved at SMS'e til seksualrådgivningen for at få en første kontakt. Dernæst har de måske ringet eller mailet rådgivningen med spørgsmål. Det betyder, at de 2136 henvendelser kommer fra et færre antal personer. Nogle personer kan have henvendt sig to, tre eller flere gange – og en person derfor stå for flere henvendelser. Rådgivningen er anonym, og derfor ved vi ikke præcist, hvor mange enkeltpersoner, der har kontaktet rådgivningen.

Hvis projektet havde fortsat i resten af 2012 på samme måde og med samme omfang af henvendelser, kunne man forvente ca. 950 henvendelser ved udgangen af året.

Kendskabet til seksualrådgivning er blevet større i ULF og ude på de botilbud og andre tilbud, hvor medlemmer af ULF og andre mennesker med udviklingshæmning befinder sig. En forklaring på dette kan være den brede kampagne for seksualrådgivningen som er gennemført i projektperioden. Se kapitel om aktiviteterne i kampagne og markedsføringen af rådgivningen. Dette er formentlig årsagen til den stærkt stigende og store interesse for rådgivningen.

## **4.2 Hvem er brugerne af rådgivningen?**

Rådgivningen har fra starten i august 2009 til maj 2012 fået langt de fleste henvendelser fra mennesker med udviklingshæmning. Det er også projektets primære målgruppe, mens fagfolk og pårørende udgør projektets sekundære målgruppe.

Der er fra august 2009 til maj 2012 kommet i alt 2005 henvendelser fra mennesker med udviklingshæmning til seksualrådgivningen.

Der har i samme periode været 64 henvendelser fra pårørende til mennesker med mennesker med udviklingshæmning. Og 58 henvendelser er kommet fra professionelle, der arbejder med mennesker med udviklingshæmning.



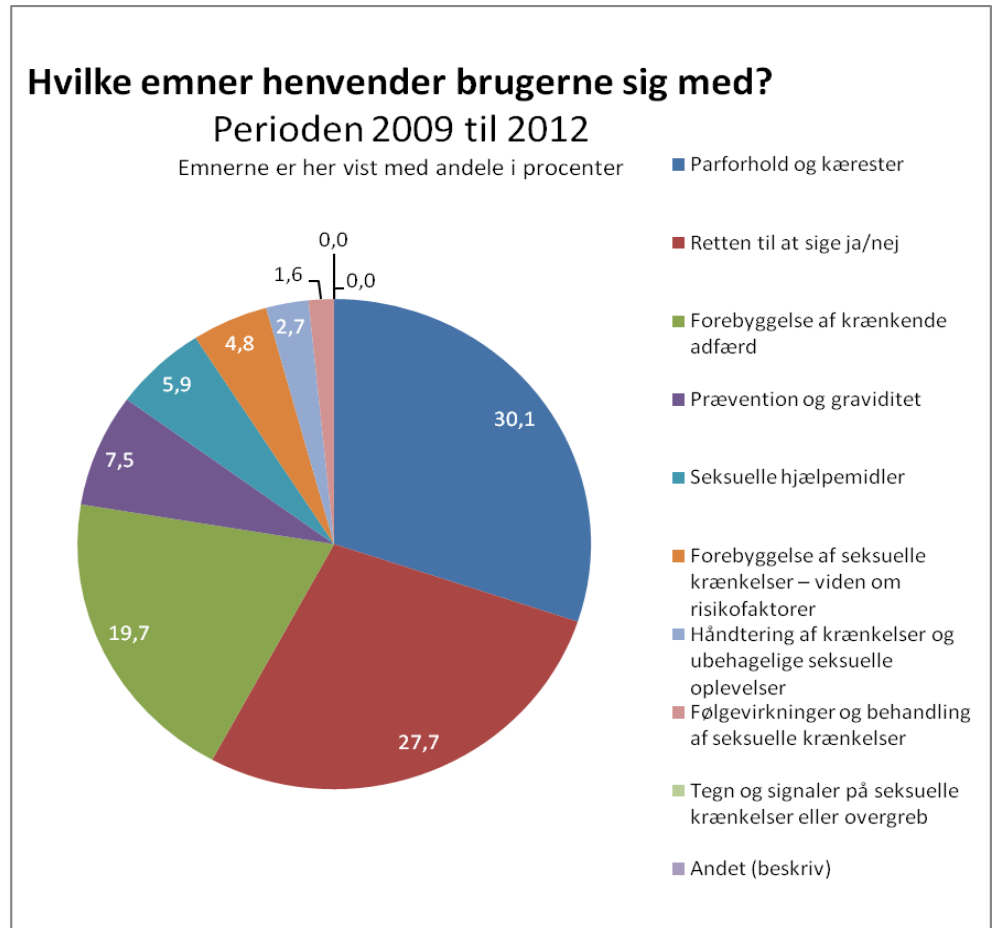
Der var ingen henvendelser fra personale til mennesker med udviklingshæmning i 2009. Derfor igangsatte ULF en annoncekampagne i fagbladet Socialpædagogen. Det har sandsynligvis haft en effekt, idet henvendelser fra forskelligt professionelt personale efter kampagnen stiger.

### 4.3 Hvilke emner henvender brugerne sig med?

I dette afsnit præsenteres de emner, som ULF-medlemmer og andre brugere med udviklingshæmning har kontaktet rådgivningen om.

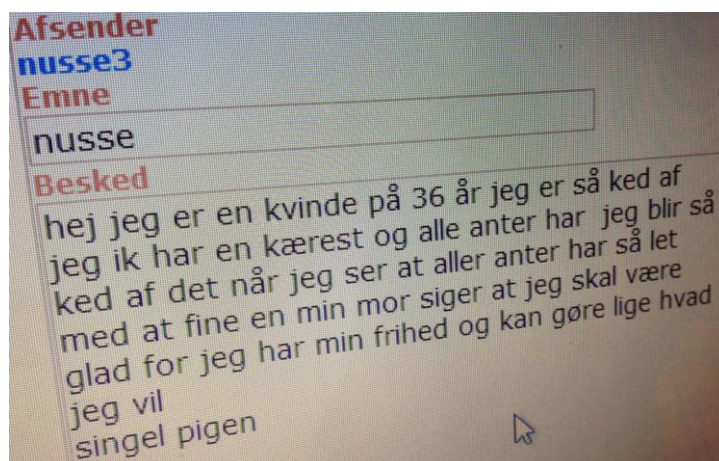
I lagkagediagrammet neden for vises det tydeligt, at emnet 'Parforhold og kærester' har fyldt mest i seksualrådgivningen. Det er det emne, som seksualrådgivningen hyppigst har fået henvendelser om. I næsten hver tredje (30,1 %) henvendelse har brugeren af rådgivningen ønsket råd om parforhold og kæresteliv.

Det har ofte været spørgsmål fra singler om, hvordan man får en kæreste, og hvad der er et godt parforhold.



#### At finde en kæreste

Mange har henvendt sig fordi de gerne vil finde en kæreste. De fortæller, at de har svært ved fx at tage initiativ til at gå i byen og møde en anden. Nogle kan have svært ved at invitere en anden person ud på en date fx på café eller i biografen for at få en relation, der kan blive til en kæreste.



Eksempel på henvendelse fra kvinde der er ked af ikke at have en kæreste.

Udsnit af skærmbillede fra chatten på [www.knuus.dk](http://www.knuus.dk)

For andre handler rådgivningen helt grundlæggende om, hvordan man kommunikerer med andre, når man er interesseret i en god kontakt. Her har

seksualrådgiveren kunne give almene råd og idéer til at invitere på kaffe eller date og positive måder at vise andre mennesker interesse på.

### **Parforhold**

Spørgsmål om parforhold har også handlet om hvordan et respektfuldt parforhold mellem to mennesker kan være. Fx at hvordan man tiltaler hinanden på en ordentlig måde og respekterer hinandens ønsker.

Nogle – der allerede er i et parforhold - har også haft spørgsmål om, hvordan de på en god måde kan sige fra overfor kæresten, hvis man fx ikke har lyst sex, selvom kæresten ”presser på”.

Andre henvendelser har været fra personer, der har haft ”knas” i parforholdet. Her har nogle henvendt sig for at snakke med seksualvejlederen om fx:

- hvordan man få et bedre parforhold
- håndtering af jalousi
- at være bange for at miste sin kæreste
- hvordan man slår op med en kæreste
- kæresteproblemer fordi personale eller forældre har blander sig.

### **at sige ja/nej**

Emnet ’Retten til at sige ja eller nej’ til andre har også været et hyppigt tema.

Mere end en ud af fire (27,1 %) henvendelser har handlet om retten til selv at bestemme – og selv sige ja eller nej til andre.

Rådgivningen har her oftest handlet om at lære at bruge denne ret aktivt. Det vil sige, at det har handlet om, hvordan man bedst siger fra, hvis man fx ikke ønsker at være med til seksuelle aktiviteter. Rådgivningen har på den måde også handlet om lære at sige tydeligt fra for at undgå situationer, der kan udarte sig til krænkelser og seksuelle overgreb.

### **Krænkende adfærd**

En ud af fem (19,7 %) henvendelser har handlet om at forebygge krænkende adfærd. Henvendelserne om krænkende adfærd har fx handlet om at forstå, hvad der er krænkende adfærd. Fx har en kvinde henvendt sig med tvivl om, hvorvidt hun var blevet presset til en seksuel handling af sin kæreste.

Rådgivningen har haft fokus på, at personer selv har skulle fortælle om det de har ”på hjertet” – også når det er svære spørgsmål. I rådgivningen om emnet ’Forebyggelse af krænkende adfærd’ har det også handlet om, at personer har fået gode anvisninger til selv at vurdere, hvad der er krænkende adfærd –fx tvang, psykisk pres, manglende respekt for et nej.

**Prævention/graviditet** Henvendelser om prævention og graviditet har oftest haft fokus på mere generelle spørgsmål om disse emner:

- hvad kvindens ægløsning betyder i forbindelse med samleje
- p-piller, sterilisation, spiral og anden prævention – hvordan virker det?
- hvordan man får børn
- kvindens menstruation og menstruationscyklus

- hvad en gynækologisk undersøgelse er.

Mange spørgsmål til rådgivningen handler om forståelse af kroppens funktioner i forhold til seksualitet.

### **Sex og hjælpemidler**

Lidt færre end en ud af ti personer har henvendt sig til seksualrådgivningen med spørgsmål om sex og seksuelle hjælpemidler. Dem, der har henvendt sig, har spurgt om en bred vifte emner om både sex og seksuelle hjælpemidler og støtte.

Mange henvendelser har handlet om hvordan kroppen fungerer rent seksuelt.

Seksualrådgivningen har typisk haft fokus på, hvordan personen kan lære sin egen krop bedre at kende. Det vil sige forklare, hvordan kønsdele ser ud, hvordan kønsdele hos mænd og kvinder fungerer som del af kroppen - samt hvordan man kan undersøge sine egne kønsdele og få glæde af onani.

Nogle få har ønsket forståelse af hvordan det modsatte køn oplever lyst, selve sex-akten, udløsning og orgasme.

Nogle har spørgsmål om almindelige seksuelle problemer som fx vanskeligheder ved at få rejsning eller problemer med at tilfredsstille sig selv.

Generelt har en stor del af henvendelserne båret præg af, at personen tilsyneladende ikke tidligere har fået viden om sex, seksualitet eller fået seksualundervisning.

### **Forebyg krænkelser**

Rådgivningen om emnet 'Forebyggelse af seksuelle krænkelser' har især handlet om at give gode råd i at undgå bestemte situationer med andre mennesker. En mindre gruppe kvinder er blandt andet blevet vejledt i, hvordan man kan undgå, at mænd og fx tidligere kærester krænker dem igen. Fx at lade være med at åbne døren for en ex-kæreste, der sent om aftenen vil have sex eller undlade at svare på SMSer.

På den måde har rådgivningen også kunne hjælpe kvinder, der tidligere har haft uønskede seksuelle oplevelser med at undgå fremtidige krænkelser.

### **Overgreb**

En andel på ca. 5 % af henvendelserne kommer fra mennesker med udviklingshæmning, der har været udsat for seksuelle overgreb.

Denne gruppe er stort set alle kvinder, som på grund af tidligere seksuelle overgreb tidligere i deres liv, er præget af lavt selvværd, ringe indsigt i hvordan deres egen krop fungerer og et sexliv, der ifølge dem selv ikke fungerer godt.

Nogle få har haft længerevarende kontakt til seksualrådgiveren. En kvinde har gennem seksualrådgivningen fået bekræftelse i, at de overgreb hun var udsat for som ung kvinde ikke var hendes egen skyld. Hun begyndte efter rådgivningssamtaler at få vejledning i, hvordan hun kunne komme til at kende sin krop og sit underliv bedre og få et styrket selvværd.

En enkelt mand med udviklingshæmning har henvendt sig for at fortælle om en voldtægt, som han oplevede, at personalet ikke tog alvorligt.

#### **Pårørende spørger**

Pårørende til mennesker med udviklingshæmning har især spurgt seksualrådgiveren om en bred vifte af emner:

- seksualundervisning og –vejledning til en voksen datters eller søns seksualliv
- viden om kærestekurser
- bekymring om kæresteforhold mellem voksen datter og anden beboer på datterens botilbud
- ønske om råd til hvordan man som forælder kan tale med sit voksne barn med udviklingshæmning om sex og parforhold
- indsigt i sit handicappede voksne barns seksualitet.

#### **Fagfolk spørger**

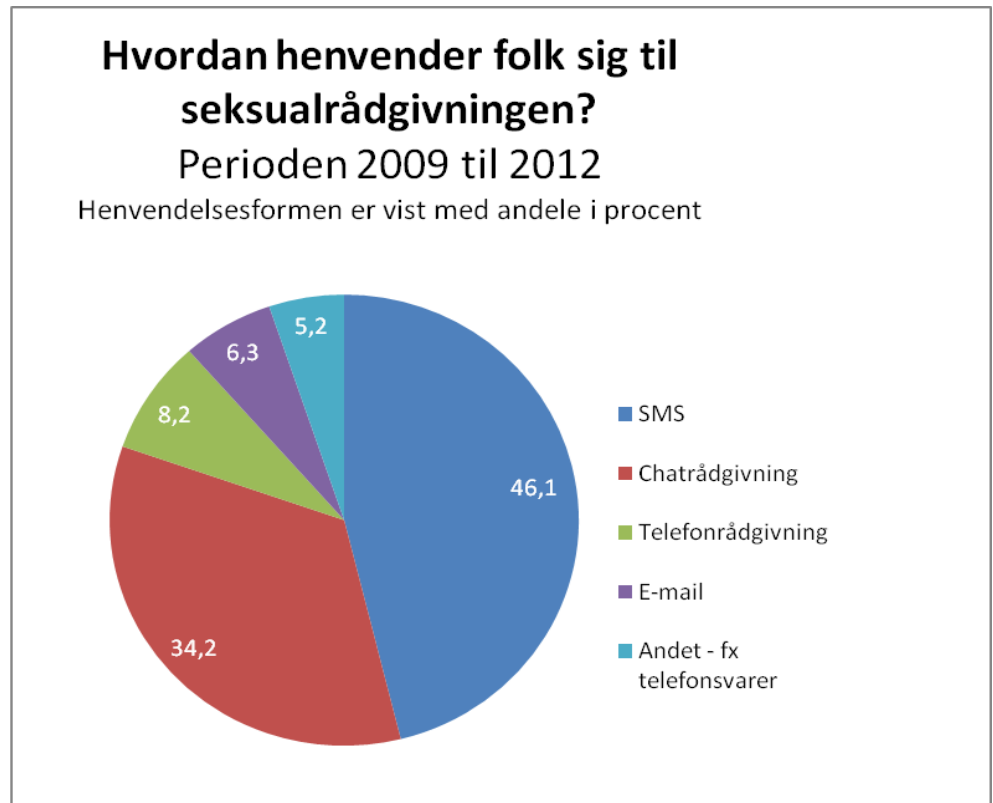
Fagfolk, der arbejder med mennesker med udviklingshæmning, har også henvendt sig til seksualrådgivningen med en bred vifte af behov og emner:

- ønske om rådgivning og supervision i forhold til at støtte mennesker med udviklingshæmning i at udvikle en sund seksualitet
- hjælp til at håndtere en persons krænkende adfærd på botilbud og arbejde
- råd om hvordan en beboer kan få gavn af at benytte en telefonsexlinie
- råd om hvordan man kan støtte en person med internetdating
- rådgivning om at støtte beboer med hensyn til kontakt til andre homoseksuelle
- viden om seksuelle overgreb mod mennesker med handicap.

## **4.4 Hvordan henvender brugerne sig til rådgivningen?**

Det er gennem hele projektperioden blevet registreret, hvordan brugerne har henvendt sig til seksualrådgivningen. Formålet med disse registreringer har været at se, hvilke kommunikationskanaler der bliver foretrukket.

Lagkagediagrammet på næste side viser, at otte ud af ti henvendelser til seksualrådgivningen er kommet med SMS og på chatrådgivningen på [www.knuus.dk](http://www.knuus.dk).



#### SMS og chat

Lidt under hver anden bruger (46,1 %) har henvendt sig via SMS.

Cirka en ud af tre (34,2 %) har henvendt sig til seksualvejlederen i chatforummet på [www.knuus.dk](http://www.knuus.dk). Med login på Knuus kan man skrive til et åbent chatforum, hvor alle medlemmer af chatforummet kan svare.

#### Chatforum

Seksualrådgiverens rolle har hver mandag fra kl. 17.00 til 20.00 blandt andet været at følge nøje med i chatforummet på [www.knuus.dk](http://www.knuus.dk) og besvare spørgsmål fra brugere, der har skrevet til rådgivningen.

Nogle brugere har ønsket at chatte alene med seksualrådgiveren - og ikke i det åbne chatforum, hvor alle kan se med. Dette er foregået ved, at seksualrådgiveren "inviterer" den pågældende ind i et "lukket" chat-rum. Her kan brugeren og seksualrådgiveren chatte uden, at andre kan se, hvad der bliver skrevet.

#### Telefon

Næsten hver tiende henvendelse er kommet via et telefonopkald. Mens en lille andel har lagt besked på telefonsvareren.

#### E-mail

En mindre andel (blot 6,3 %) af henvendelserne er kommet på e-mail.

Mange ULF-medlemmer har ifølge ULF ikke computer. Og langt de fleste har ikke en mail-konto.

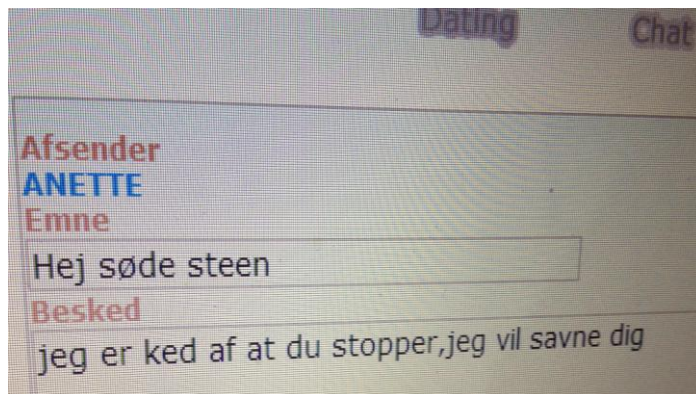


Derfor er mailhenvendelser ikke så udbredt som forventet. Til gengæld er lader det til, at chatten er en populær kommunikationskanal for ULFerne.

Da chat kræver en computer at chatte på, kan det betyde, at ULFerne ikke har problemer med at få adgang til en computer for at få kontakt til seksualrådgivningen via chat.

#### 4.5 Hvad siger brugerne om seksualrådgivningen?

Det er et klart indtryk, at brugerne af rådgivningen er meget tilfredse med at benytte den. Da seksualvejlederen i 2012 havde sidste ”mandags-vagt” i seksualrådgivningen kom der masser af chatbeskeder og hilsner med positive tilkendegivelser om den hjælp brugerne havde fået.



*Chat-hilsen til seksualvejlederen fra en kvindelig bruger. Udsnit af skærbillede fra chatten på [www.knuus.dk](http://www.knuus.dk)*

Det store antal henvendelser til seksualrådgivningen - og den andel der har henvendt sig flere gange - vidner om at brugerne har fået stor værdi af at kontakte rådgivningen.



*Chat-hilsen til seksualvejlederen fra en tilfreds mandlig bruger. Udsnit af skærbillede fra chatten på [www.knuus.dk](http://www.knuus.dk)*



I forbindelse med evalueringen er daglig leder på ULFs hovedkontor Jane Jensen, ULFs egen oplægsholder om emnet Bettina, en bruger af rådgivningen samt seksualrådgiveren Steen Holmegaard Hansen, spurgt om deres vurdering af brugernes udbytte af rådgivningen.

Alle fremhæver, at det har givet stor værdi for brugerne, at have en gratis og anonym seksualrådgivning i ULF.

For eksempel siger den kvindelige bruger om seksualrådgivningen:

*”Det har været godt. Bare det at få gode råd om at lære sig selv bedre at kende, hvor ting sidder på kroppen og lære at prøve et massageapparat. Det har hjulpet mig meget”.*

Hun peger også på, at det var vigtigt at kunne tale med en tillidsvækkende person for at tale om spørgsmål der kunne opleves som ”dumme”:

*”Jeg ringede bare uden at sige så meget. Steen sagde, at ingen spørgsmål er dumme. Det var rart at få af vide. Så måske var det ikke dumt af mig, at jeg har haft en kæreste, hvor jeg er blevet slået og været udsat for en hel masse. Jeg ville gerne lære at sige fra. Steen var god at snakke med. Han har lært mig en masse. At tænke på egne behov. Også hvad jeg vil have i et parforhold.”*

De tre interviewpersoner fra ULF vurderer, at seksualrådgivningen virker tryk på dem, der henvender sig. De understreger også, at principperne for rådgivningen bliver efterlevet ved, at spørgsmål tages seriøst og får grundige svar. Det bliver fremhævet som særlig positivt, at rådgivningen er anonym.

Følgende kvaliteter blevet fremhævet ved seksualrådgivningen:

- alle spørgsmål tages alvorligt og der bliver lyttet, så man føler sig respekteret
- der svares anerkendende
- det er trygt at tale med seksualvejlederen
- man kan mærke at rådgivningen har viden om seksualitet
- rådgiveren er god til at spørge ind til problemer
- rådgiveren er god til at forklare sine råd – fx hvordan man kan arbejde med mindreværd eller på at få en kæreste
- er god til at lære fra sig – fx hvordan man kan lære sin egen krop og egne grænser at kende
- anonymiteten giver en tryghed, fordi man kan snakke uden, at rådgiveren ved præcis, hvem man er - og uden at det bliver fortalt videre.

## 4.6 Hvad betyder det for ULF at have rådgivningen?

ULFs vurdering af aktiviteterne i seksualrådgivningen er, at den har givet mennesker med udviklingshæmning mulighed for at få viden, hjælp og vejledning om mange forskellige spørgsmål om seksualitet og forebyggelse af krænkelse.

Dette var ikke muligt tidligere, bl.a. fordi der har været en udbredt berøringsangst og tabu hos primært personalet på bosteder for mennesker med handicap. Personalet vil ikke kunne tilbyde samme anonyme adgang til seksualrådgivning – og de færreste har seksualvejlederuddannelse.

Med seksualrådgivningen kan mennesker med udviklingshæmning selv kontakte seksualrådgivningen for at få gode råd og vejledning om konkrete spørgsmål, oplevelser og udfordringer. Det kan ifølge ULF styrke selvbestemmelsen og skabe øget selvhjulpethed hos denne gruppe mennesker.

Det er en styrke, at man selv kan vælge, om rådgivningen skal foregå anonymt, det vil sige at man kan henvende sig uden at fortælle, hvem man er. ULF mener, at denne anonymitet betyder, at mange er trygge ved at henvende sig. Og det kan være en medvirkende årsag til det store antal henvendelser til seksualrådgivningen.

ULF vurderer, at seksualrådgivningen har bidraget markant til at åbne op for en debat om seksuelle spørgsmål og problemer blandt ULF-medlemmer. Og det har givet mennesker med udviklingshæmning, der har henvendt sig, en større viden og forståelse for både egen seksualitet og krop samt andre menneskers seksualitet og grænser.

For ULF som organisation er det også en stor fordel, at det er muligt at afholde medlemsarrangementer, hvor der kan fortælles om og henvises til seksualrådgivningen. Et tilbud som mange udtrykker glæde for at det eksisterer.

ULF erfarer ofte, at medlemmer til forskellige arrangementer og seminarer har en stor interesse i at drøfte spørgsmål og problemer omkring seksualitet, parforhold, forebyggelse af krænkelse med videre.

Derfor vurderer ULF, at seksualrådgivningen imødekommer et stort behov for en rådgivning og vejledning om kærlighedslivet, sund seksualitet og forebyggelse af seksuelle krænkelse til mennesker med udviklingshæmning

## 5 Markedsføring og formidling af seksualrådgivningen

### Hjemmeside

Seksualrådgivningen er foregået på flere måder. Fra start blev rådgivningen lanceret på ULFs hjemmeside [www.ulf.dk](http://www.ulf.dk) og på [www.knuus.dk](http://www.knuus.dk).

**Seksualrådgivning**

Har du spørgsmål om seksualitet eller har du haft en ubehagelig seksual oplevelse kan du tale med rådgiver Betina B.

Du kan ringe til Seksualrådgivningen **hver mandag mellem kl. 17.00-20.00 på telefonnummer 3048 4688.**

Du kan chatte med seksualvejlederen på [knuus.dk](http://www.knuus.dk) **hver mandag mellem kl. 17.00-20.00.**

Du kan sende en **e-mail** til rådgivningen på [seksualraadgivning@gmail.com](mailto:seksualraadgivning@gmail.com)

Du kan sende et **brev** til rådgivningen:  
ULF  
Havnegade 3,1.sal  
7100 Vejle  
Skriv "Seksualrådgivning" på kuverten

ULF's seksualvejleder har været i Radio 24syv for at fortælle om Seksualrådgivningen. Du kan høre udsendelsen Her er linket til [radioudsendelsen med Sten](#).  
(sten udtaler sig 25 min inde i udsendelsen)

Hej alle sammen.  
Det er rigtig dejligt med alle de henvendelser jeg får hver mandag – Tak for det. Men der er stadig plads til at du kan være med. Hold dig ikke tilbage ikke tilbage, jeg er her for din skyld. En af de ting jeg kan bruges til er at hjælpe hvis du føler dig alene med din seksualitet. Dette er der nogle homoseksuelle fyre der gør, de har svært ved at finde andre homoseksuelle. Jeg har lovet dem at opfordre andre homoseksuelle til at kontakte mig og fortælle hvordan de har løst problemet med at finde en partner. Husk at du er anonym når du kontakter mig.  
Venlig hilsen  
Betina B.

**RÅDGIVNING**

- Alle får svar
- Alle bliver taget alvorlig
- Alle bliver lyttet til
- Der findes ingen dumme spørgsmål
- Ingen griner af dig
- At vise respekt

**Her kan du kontakte os**  
Havnegade 3,1.sal  
7100 Vejle  
Tlf: 7572 4688  
E-mail: [ulf@ulf.dk](mailto:ulf@ulf.dk)

**åbningstider**  
mandag kl. 09.00 - 10.00 og 13.00 - 15.00  
tirsdag kl. 9.00 - 15.00  
onsdag kl. 09.00 - 15.00  
torsdag kl. 09.00 - 15.00

### 2-dages kursus

Da projektet startede blev der afholdt et 2-dages weekendkursus om seksualitet og seksualrådgivning for ULFs kredsmedlemmer og ansatte på hovedkontoret i Vejle. To konsulenter fra SUS og seksualrådgiver Steen Holmegaard Hansen havde tilrettelagt kurset.

Formålet med weekendkurset var at forberede medlemmer i ULFs landskredse og hovedkontoret på, at der ville komme et nyt tilbud i ULF om

seksualrådgivning. Et rådgivningstilbud som ULF har drevet sammen med Steen Holmegaard Hansen.

Idéen var samtidig, at ULFerne på kurset skulle ”klædes på” til at vejlede andre medlemmer hen til seksualrådgivningen, når de ude i kredsene hører om medlemmer, der kunne have gavn af rådgivningen. Der deltog i alt 10 personer fra ULFs kredse og hovedkontoret i Vejle i weekendkurset.

## Principper

På weekendkurset blev der sat gang i en debat om, hvordan rådgivning kan fungere bedst for den primære målgruppe, der er mennesker med udviklingshæmning. Diskussionen på kurset medførte, at der blev formuleret seks principper for ULFs seksualrådgivning:

### ULFs principper for seksualrådgivningen

- Alle får svar
- Alle bliver taget alvorlig
- Alle bliver lyttet til
- Der findes ingen dumme spørgsmål
- Ingen griner af dig
- At vise respekt

De seks principper har ligget til grund for den rådgivning, der er leveret til mennesker med udviklingshæmning og andre, der har henvendt sig til rådgivningen. Og principperne står tydeligt placeret på hjemmesiden ved kontaktinformation om rådgivningen.

**Velbesøgt hjemmeside** Seksualrådgivningen blev lanceret i 2009 på hjemmesiden [www.ulf.dk](http://www.ulf.dk) med information om, at alle kan kontakte seksualrådgiveren i ULF Steen Holmegaard Hansen på telefon, sms, mail, chat eller ved at sende et brev:

### Seksualrådgivning

Har du spørgsmål om seksualitet eller har du haft en ubehagelig seksuel oplevelse kan du tale med rådgiver Betina B.

Du kan ringe til Seksualrådgivningen **hver mandag mellem kl. 17.00-20.00 på telefonnummer 3048 4688.**

Du kan chatte med seksualvejlederen på [Knuus.dk](http://Knuus.dk) **hver mandag mellem kl. 17.00-20.00.**

Du kan sende en **e-mail** til rådgivningen på [seksualraadgivning@gmail.com](mailto:seksualraadgivning@gmail.com)

Du kan sende et **brev** til rådgivningen:  
ULF  
Havnegade 3,1.sal  
7100 Vejle  
Skriv "Seksualrådgivning" på kuverten

*Udsnit af skærmbillede på [www.ulf.dk](http://www.ulf.dk) der fortæller, hvordan og hvornår man kan kontakte seksualrådgiveren i ULF*

Hjemmesiden [www.ulf.dk/seksualraadgivning](http://www.ulf.dk/seksualraadgivning) med informationer om seksualrådgivningen har haft mange flere besøg ('hits') end de forventede 2000 unikke besøg i den samlede projektperiode.

Der har i alt været over 12.500 unikke besøg på hjemmesiden.<sup>1</sup> Og her er unikke besøg på hjemmesiden i 2012 ikke talt med.

Det betyder, at der har været mange flere personer end forventet, der har klikket sig ind på den del af hjemmesiden. Tallene for besøgende på hjemmesiden i 2009, 2010 og 2011 er:

- 2009 (september til december): 1829 besøg på hjemmesiden.
- 2010 (januar til december): 4385 besøg på hjemmesiden.
- 2011 (januar – november): 6288 besøg på hjemmesiden.

## Video

Der blev produceret en kort reklamevideo med seksualrådgiveren, som ligger på hjemmesiden.

I videoen fortæller Steen Holmegaard Hansen om, hvem han er - og hvad han rådgive om, hvis man kontakter ham med spørgsmål om fx kærester, sexliv, kærlighed, hvordan kroppen fungerer mv. Videoen kan ses på <http://www.ulf.dk/seksualraadgivning>:



*Skærbillede med videoen, hvor seksualrådgiveren Steen fortæller hvad han kan hjælpe og rådgive om.*

<sup>1</sup> Der er tale om unikke hits per år. Det vil sige, at en person kun tæller med én gang, selvom vedkommende har besøgt hjemmesiden flere gange i løbet af året.



## Tegneserier

Der er lavet tre tegneserier med speak, som er lagt på ULFs hjemmeside [www.ulf.dk](http://www.ulf.dk) og på [www.knuus.dk](http://www.knuus.dk). Tegneserierne skal i en letforståelig form illustrere tre forskellige situationer, hvor hovedpersonen kontakter seksualrådgivningen. Formålet er at formidle viden til ULF-medlemmer og andre om hvilke forskellige situationer, man kan have brug for at kontakte rådgivningen.



### Tegneserie 1:

*Pigen siger fra, men det respekteres ikke - hun ringer til seksualrådgivningen.*

### Tegneserie 2:

*Pigen siger fra, det lykkedes og hun støttes af venner – og hun ringer til seksualrådgivningen.*



### Tegneserie 3:

*Pigen siger fra, det lykkedes og hun støttes af venner. Fyren står uforstående tilbage – og han ringer til seksualrådgivningen.*



**Postkort og plakater** Der er i 2011 blevet bragt annoncer for rådgivningen i to numre af Socialpædagogen for at målrette markedsføringen til faggruppen af socialpædagoger, der arbejder med mennesker med udviklingshæmning på landets bomiljøer og andre tilbud til målgruppen.

Derudover er der trykt og uddelt 2000 postkort og 200 plakater med annonce om rådgivningen til ULF'-medlemmer, bosteder for mennesker med handicap og på diverse konferencer og diverse ULF-arrangementer .



*Postkort med reklame for seksualrådgivningen.*

**ULF NYT og kurser** ULF NYT har været et centralt medie for seksualrådgivningen med både annoncer, artikler skrevet af Steen Holmegaard og læserbreve fra ULF-medlemmer. ULF NYTs oktober-nummer i 2011 havde et stort temanummer om seksualitet og kærlighed, hvor rådgivningen var en central del af dette. ULF-NYT har ydermere løbende haft en brevkasse, hvor seksualrådgiveren besvarer og skriver indlæg og artikler om erfaringer og vigtige læringspunkter fra rådgivningen.

Derudover har seksualvejlederen deltaget i flere af ULFs kurser for mennesker med udviklingshæmning, hvor han fortæller om rådgivningen.

**Presse** Der er endelig sendt pressemeddelelser og artikler til forskellige dele pressen. Landsdækkende aviser, fagblade, handicaporganisationers blade, tv-stationer mv. har modtaget materiale om seksualrådgivningen

## 6 Sådan er evalueringen gennemført

Evalueringen af seksualrådgivningen er gennemført af Socialt Udviklingscenter SUS i juni og juli 2012.

Evalueringen er foretaget på baggrund af interview og samtaler med ULFs hovedkontor, ULFs udgående oplægsholder om seksualitet og kæresteliv, seksualrådgiver Steen Holmegaard Hansen samt bruger af seksualrådgivningen. Interview er sket over telefon og ved besøg hos ULF og seksualvejlederen i Vejle.

Der er samlet en stor mængde skriftlig internetbaseret dokumentation ind om aktiviteterne i seksualrådgivningen. Der er gennemgået ugesedler for alle uger med åbent i rådgivningen fra august 2009 til maj 2012, hvor hver enkelt henvendelse til rådgivningen er dokumenteret. Ydermere har vi årlige statistikker om antal henvendelser, henvendelsesform, emner og hvem der har henvendt sig.

Endelig har vi haft adgang til chatforummet på [www.knuus.dk](http://www.knuus.dk) for at få et indblik i kommunikationen og rådgivningen på dette medie.

På den måde har det været muligt at lave en analyse af aktiviteterne i seksualrådgivningen i form af antal henvendelser, rådgivnings-emner, henvendelsesformer og –kanaler samt og problematik.