

Är det svårt att tala med ungdomar om sex?

Sex syns dagligen i TV och tidningar. Därför skulle man kunna tro att det är lätt att prata om sex. Det är inte alltid så, särskilt inte när man som förälder ska prata om sex med sin tonåring.

Normalt eller onormalt

Förr eller senare blir de flesta tonåringar väldigt intresserade av kärlek, sex och relationer. De upptäcker sin kropp och sexualitet, blir lyckligt eller olyckligt kära. Många ungdomar väntar tills efter högstadiet, gymnasiet eller ibland längre innan de har sitt första samlag. Vissa kommer aldrig att ha samlag, i alla fall inte med någon av det motsatta könet. Normen i vårt samhälle är tydligt heterosexuellt vilket på många sätt osynliggör de unga som inte känner att de passar in.

Unga behöver balans

Eftersom kamrater och massmedia är en vanlig källa till information om sex för tonåringar kan de få en felaktig bild av sex. De behöver få möjligheter att prata med kloka vuxna om alla sina funderingar om kärlek, relationer och sexuellt ansvar, det är inte alltid man pratar om det i skolan. Det kan vara bra att veta att ungdomar kan tycka att du som förälder är jättepensam och att det är i sin ordning. Många gånger är det bättre att säga till sin ungdom att man är osäker än att inte prata alls. Humor är ett tips på hur man kan göra det lättare att prata om känsliga saker.

En bra idé är också att låta lite böcker och broschyrer ligga framme på ex. toaletten. Har du svårt att prata med ungdomen själv kanske någon kan hjälpa dig. Ungdomen kanske kan prata med en moster, granne, god vän till dig, skolsköterskan eller kurator/barnmorska på ungdomsmottagningen. Ett annat tips är att "byta tonåring". Det kan vara lättare att prata med någon annans tonåring och vice versa. Då blir samtalet inte lika känsloladdat. Som förälder kan man också vända sig till ungdomsmottagningen för råd.

Viktig med positiva erfarenheter

Intimitet är något fint och viktigt i människors liv och det är bra att ungdomars första erfarenheter av sex blir positiva. För en del kan sex ge konsekvenser som man inte tänkt sig. Exempelvis könssjukdomar, oönskade graviditeter eller att man haft sex utan att egentligen vilja. En del ungdomar har druckit alkohol eller använt andra droger i samband med sina första sexuella erfarenheter och kanske inte använt kondom.

Klamydia är en könssjukdom som tyvärr ökat lavinartat de senaste åren. Att använda kondom är det enda sättet att skydda sig mot både könssjukdomar och graviditet. Ungdomsmottagningen säljer kondomer till rabatterat pris och där kan både ungdomar och deras föräldrar få råd och stöd.



