



# Att förebygga homo- bi och transfobi gynnar alla barns hälsa

[marty.repka@jamlikt.nu](mailto:marty.repka@jamlikt.nu)

[johanna.ivarsson@jamlikt.nu](mailto:johanna.ivarsson@jamlikt.nu)

Illustrationer: Johanna Arpiainen

# EXPEDITION HÄLSA



**Marty Repka**, socionom, socialpedagog, sexolog

**Johanna Ivarsson**, socionom, sexolog och författare

## **Expedition Hälsa**

- Började som Arvsfondsprojekt 2022-25
- Fokus HBTQ+ ett MUCFprojekt 2025-2026
- Fokus Anpassad skola 2025-2028

JÄMLIKT  
o  
NU

MED  
STÖD  
FRÅN



ALLMÄNNA  
ARVSFONDEN

2025  
MED  
STÖD  
AV



mucf  
Mångkulturellt Utvärderings-  
och Utvecklingscentrum för Föreningarna

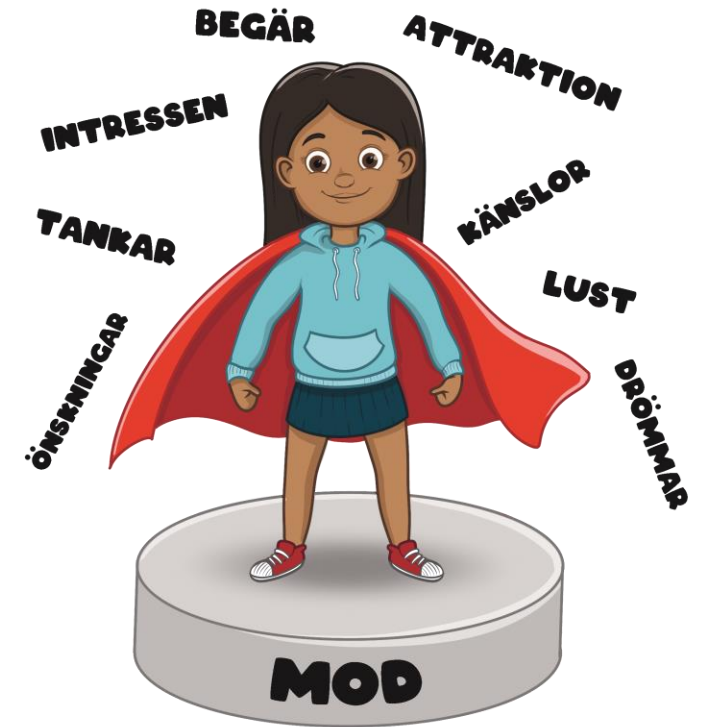
# EXPEDITION HÄLSA

- Metodbok: Kropp, känslor och relationer
- Utbildar på skolor, inom vård och socialtjänst
- Digital lärplattform
- Expeditionhalsa.se
- Aktivitetsböcker för barn HBTQI



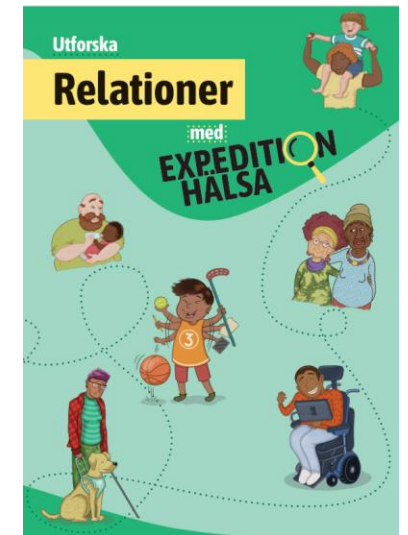
# DEFINITIONER & BEGREPP

- Sexualitet
- Homorelationer
- Bi- och pansexuella
- Transpersoner
- Intersexvariation
- Heteronormen
- CIS
- Intersektionellt perspektiv
- Minoritetsstress
- Minoritetsglädje



# AKTIVITETSböCKER

- Frågebatteri i lågstadiet
- Levande enkät, före- och eftermätning
- Undersökande workshops om relationer, identitet och kärlek
- Ung HBTQ-referensgrupp åldrar 14-18



byr



Formgivning:

# ALLA BARNNS RÄTTIGHETER

---

## **Homo- bi- och transfobi hämmar en sund sexualitetsutveckling**

- Homo- bi och transfobi är livsfarligt
- Dessa förtryck påverkar alla barn
- Hat och hot, osynliggörande, begränsa sitt liv, psykisk ohälsa
- Förtrycket ser olika ut för de olika hbtqi-grupperna
- Minoritetsstress



# HEDER OCH HBTQ+

---

- Begränsande hedersnormer för de yngsta barnen:  
Val av kläder, aktiviteter och relationer.
- Istället för ökad självständighet = ökad kontroll över barnets liv
- Hbtqi-barn särskilt sårbara.
- Förebyggande arbete ger kunskap och ökar självbestämmande



# ATT MÖTA BARN OM HBTQ+

---



## **Barn behöver**

- Generell kunskap och specifika exempel
- Åldersanpassad undervisning
- Utrymme för samtal
- En självklar plats i utvecklingen av övningar och metoder
- Delaktighet för att stärka elevgruppens förståelse för rättigheter, respekt och representation



# FRÄMJANDE OCH FÖREBYGGANDE METODER FÖR ALLA BARN

Barn behöver

- testa och leka med könsuttryck
- trygga vuxna som lyssnar och förstår
- bli bekräftade, speglade och accepterade
- vuxna som förstår homo- bi- och transfobi

Skapa  
minoritets-  
glädje!



# SAMTYCKE



# SAMTYCKE



KÄRLEK

## Känslor

VAD HÄNDER FÖRST?



Numrera bilderna från 1-5



EXPEDITION  
HALSA



# AVSLUTNINGSVIS



- Börja tidigt!
- Främjande och förebyggande
- Åldersanpassade metoder
- HBTQI-kunskap baserat på forskning
- Stöd och kunskap: Minoritetsglädje
- Maila gärna frågor!

Marty Repka [marty.repka@jamlikt.se](mailto:marty.repka@jamlikt.se)  
Johanna Ivarsson [johanna.ivarsson@jamlikt.se](mailto:johanna.ivarsson@jamlikt.se)



# TACK!



# FORSKNING OCH RAPPORTER OM BARN OCH HOMO- BI- OCH TRANSFOBI KOPPLAT TILL UTANFÖRSKAP OCH PSYKISK OHÄLSA

**Ökad kunskap och förståelse kring HBTQ+frågor är ett fungerande sätt för att förebygga utanförskap, minska psykisk ohälsa**

- RFSU rapport 2025 Undervisning om hbtqi-frågor i årskurserna 1-6
- Similarity in transgender and cisgender childrens development, Gülgös et al 2019  
[Similarity in transgender and cisgender children's gender development - PubMed](#)
- Stolt och trygg - Handlingsplan för hbtqi-personers lika rättigheter och möjligheter  
[Stolt och trygg: Handlingsplan för hbtqi-personers lika rättigheter och möjligheter - Regeringen.se](#)
- Kunskap om hälsa, livsvillkor och levnadsvanor bland personer med intersexvariation  
[Kunskap om hälsa, livsvillkor och levnadsvanor bland personer med intersexvariation — Folkhälsomyndigheten](#)
- Alla tiders föräldraskap [Alla tiders föräldraskap – ett stärkt skydd för barns familjeliv - Regeringen.se](#)
- Suicidförsök vanligare bland unga hbtq-personer 2019  
[Suicidförsök vanligare bland unga hbtq-personer](#)



# FORSKNING OCH RAPPORTER OM BARNNS HÄLSOSAMMA SEXUALITETSUTVECKLING



## Ökad kunskap och förståelse kring HBTQ+frågor gynnar alla barns rättigheter och friskfaktorer

- UNESCO  
[International technical guidance on sexuality education: An](#)
- WHO  
[International technical guidance on sexuality education: an evidence-informed approach; 2018](#)
- FN Barnkonventionen  
60. Undervisning om sexuell och reproduktiv hälsa bör handla om självmedvetenhet och kunskap om kroppen, både anatomiska, fysiologiska och känslomässiga aspekter, och ska vara tillgänglig för alla barn, flickor som pojkar. Den bör innehålla fakta kring sexuell hälsa och välbefinnande, till exempel om kroppsförändringar och mognadsprocesser, och bör vara utformad på ett sådant sätt att barn kan få kunskap om reproduktiv hälsa och förebyggandet av könsrelaterat våld, och anta ett ansvarsfullt sexuellt beteende.  
[Lag \(2018:1197\) om Förenta nationernas konvention om barnets rättigheter | Sveriges riksdag](#)
- Metoder för att främja en god hälsa bland hbtq-personer 2018  
[Metoder för att främja en god hälsa bland hbtq-personer — Folkhälsomyndigheten](#)
- Kristiina Tyni [Full article: Existential dimensions of the lived experiences of transgender youths 13-16 years in a cisnormative Swedish context](#)