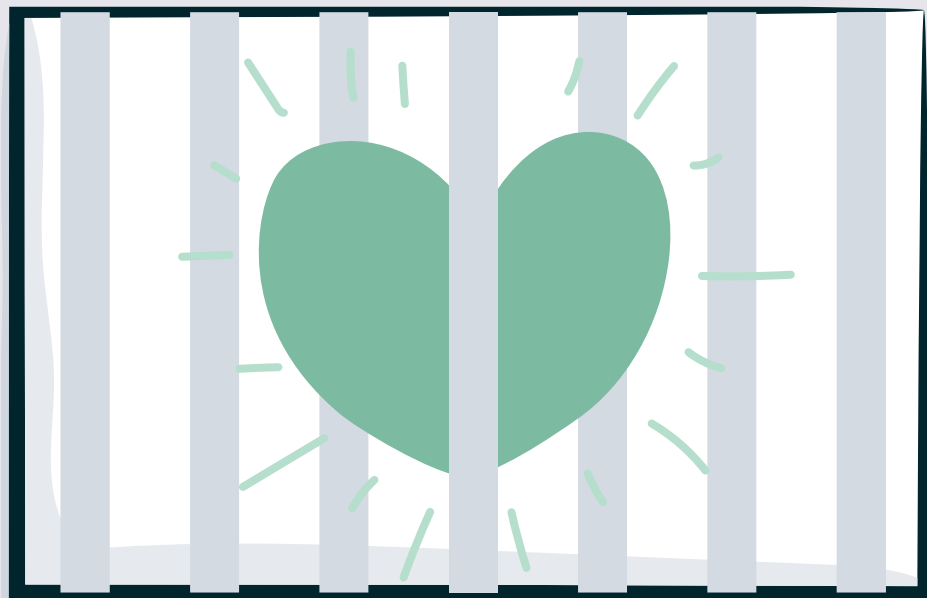




KRIMINALOMSORGEN



Seksuell helse

innenfor og utenfor murene

Forord

Seksuell helse er et glemt tema i norsk kriminalomsorg. Samtidig vet vi at fysisk og psykisk helse er viktig for rehabilitering, og vår seksuelle helse påvirker begge delene. I store deler av samfunnet er det tabuer og taushet knyttet til seksualitet. Vi må bryte denne tausheten, og integrere seksuell helse i arbeidet bak murene slik at det blir like naturlig som å snakke om fysisk helse, arbeid og relasjoner. Å ta vare på sin seksuelle helse når man er i fengsel kan være vanskelig. Vi vil se på hva som kan gjøres for at det skal bli lettere. Derfor har Oslo fengsel tatt initiativ til dette temaheftet, som ett av flere tiltak i prosjektet Seksualomsorg i kriminalomsorgen.

Nils Leyell Finstad

Nils Leyell Finstad fengselsleder

Innhold

1. Hva er seksualitet og seksuell helse?	4
Mannlige kjønnsorganer og erogene soner	5
Kjønnsidentitet	6
Seksuell legning	6
Seksuell opphisselse og tiltrekning	7
Helse og naturlige endringer gjennom livet	8
Funksjonsnedsettelse og kronisk sykdom.	8
Kjønns sykdom og prevensjon	9
2. Hvordan vår seksualitet skapes	10
Familie og oppvekst	11
Skole og faktakunnskap	11
Kultur, politikk og religion	12
Media og porno	13
Sosiale media	14
Rus og sex	14
Våre seksuelle erfaringer og traumer	16
Kjøp og salg av sex	18
Skyld og skam	19
3. Hvordan ta vare på sin seksuelle helse	20
Forholdet til egen kropp	20
Seksuelle tanker og fantasier	21
Seksuelle handlinger - sex	22
På cella	23
Besøk av partner	23
På permisjon	24
Etter løslatelsen	24
4. Det gode forhold	25
5. Hva kvinner vil ha	26
6. Myten om jomfruhinnen	28
7. Sex og lovverket	29
8. Hvem kan du snakke med?	31
9. Ressurser og referanser	31