



Kompetanseheving innen Seksuell helse for kollegiet ved NKI Høsten 2021

Velkommen til det første kurset om seksualitet og seksuell helse for lærere, veiledere og læreanalytikere på spesialistutdanningsnivå. Dette er tenkt som et bidrag til et kunnskapsløft for å bedre kollegiets kompetanse på seksuell helse, og dermed bedre kandidaters kompetanse til å yte adekvat og god seksuell helsehjelp til pasienter, jmf. ønske uttrykt i Helsedirektoratets Strategiplan for Seksuelle Helse “Snakke om det” (2017-2022).

Hensikten med kurset er å tilføre kollegiet oppdatert kunnskap om seksualitet og seksuell helse og bevisstgjøring av egne holdninger som kan påvirke hvordan vi arbeider med seksuelle temaer. De seks forelesningene vil tilføre teori, forskning, mens lærerseminaret i høst vil brukes til holdnings- og bevisstgjøringsarbeid og diskusjoner i grupper og plenum.

Målsettingen er at deltagere skal føle seg tryggere og mer komfortable til å ta opp og følge opp seksuelle temaer i sine terapier, så vel som sin undervisning, veiledning og i læreanalyser.

I tillegg håper vi at deltakerne etter kurset vil ta opp seksualitet også i sine kollega- veiledninger og faglige samtaler, både i form av kasusdiskusjoner, ift til forståelse av moderne sexologisk forskning og teori i lys av karakteranalytisk og annen psykologisk teori, diskusjoner om forhold i overføringsfeltet i terapier og veiledninger, samt generelt utvikle en integrert forståelse av seksualitet og seksuell helse som naturlig og relevant del av psykisk helse.

Hver forelesningsøkt vil vare i to timer på tirsdager med start kl 1800.

Selve forelesningene vil være på 90 min og så 30 min tid til spørsmål.

Spørsmål som handler om avklaring av begreper kan stilles underveis.

Spørsmål som handler om utdyping spares til den siste halvtimen.

Deltagere vil få tilsendt en litteraturliste med anbefalt litteratur før kursstart. Litteraturlisten er ikke endelig men vil kunne revideres underveis. Det forutsettes ikke at man har lest litteraturen før kursstart, men den er til informasjon og inspirasjon.

Mellom forelesningene vil det gis noen refleksjonsoppgaver som videre bearbeidelse av temaer i forelesningene og/eller til arbeidet som skal gjøres på lærerseminaret. Oppgavene er frivillige men de øker utbyttet av prosessen ved at de bidrar til å et utvidet ståsted og ikke kun en intellektuell endring.

Lærerseminaret vil som vanlig vare fra fredag morgen til lørdag lunsj. Arbeidet vil bestå av noen kortere foredrag/instruksjoner i plenum etterfulgt av gruppesamtaler, refleksjonsarbeid, øvelser og plenumsdiskusjoner.

Øvelsene vil handle om å bli kjent med egen seksuell historie og utfordre egen holdninger som relevant i arbeid med seksuell temaer, samt diskutere utfordringer i overføringsfeltet.

Det understrekes at selvavsløringer ikke er påkrevd.

NB: Mindre endringer i programmet vil kunne forekomme for å optimalisere innhold og formidling.



PROGRAM

Forelesninger:

1: Tirsdag 14. september kl 1800-2000

Introduksjon: Seksualitet, seksuell helse og seksuell utvikling og forståelse

Begreper, definisjoner, relevans, seksuelle rettigheter

Seksualitet i et utviklingsperspektiv

Sexologi som tverrfaglig vitenskap

Seksualitet som et bio-psyko-sosialt fenomen

Seksualitet i dag ift til psykologisk teori

Seksualitet som emosjoner: Panksepp

Seksualitet som vitalitet

Seksuelle helse i en moderne karakteranalytisk forståelse

Øvelser:

Refleksjon:

Hva opplever du som mest utfordrende i arbeid med seksualitet i terapier?

Hva opplever du som mest utfordrende i veiledning av kandidater vedrørende seksualitet?

Din egen seksuelle historie

Hva lærte du om seksuelle følelser hjemme?

Vedr. holdninger og atferd: hva var sett på som riktig, galt, fint eller stygt

Hvordan kom seksuelle følelser til uttrykk i din familie da du var barn/ungdom?

(f.eks. Humor, lyden av sex, kjærlighetserklæringer, flørting, berøringer, kyssing)

Hva har du lært om kropp, følelser og nærhet hjemme?

Hvor tidlig kan du huske å selv ha kjent seksuelle /erotiske følelse

Hva var situasjonen? Hvordan var opplevelsen?

Hvordan fant du ut av hvordan du fungerte seksuelt?

Når du tenker tilbake på det i dag, hva tenker du om den erfaringen og hva du hadde lært dengang om kropp og følelser?

Når vil du si at du "oppdaget" seksualiteten?

Hvordan og når ble du introdusert for voksen seksualitet?

Har dine tidlige erfaringer hatt noen innvirkning på din seksualitet som ungdom og/eller voksen?

Er det noe du skulle ønske du hadde visst eller lært tidligere i livet som du tenker hadde vært viktig eller nyttig å visst om seksualitet?



2: Tirsdag 28.september kl 1800-2000:

Tenningsmønstre, fantasier, og seksuell aktivitet og livsstiler

Utvikling av tenningsmønstre

Seksuell fantasier

Hva er vanlig? Hva er normalt?

Hvilke motiver har folk for å ha sex?

Seksuell aktivitet

Seksuelle livsstiler

Øvelser:

Refleksjon:

Har du noen favorittfantasier?

Hva pleier å skje og hvilke karakterer er som regel med i dine fantasier?

Hvilke/n rolle/r pleier du å ha i dine fantasier?

Hvor langt tilbake kan du huske elementer fra dine nåtidige favorittfantasier?

Har du noen gang tenkt på dine egne fantasier som annerledes enn andres?

Hvor komfortabel er du med å si noe om dine egen fantasier til din/e partner/e?

Hvor mye vet du om din/e partners fantasier?

Har du prøvd ut en del av det som har foregått i dine fantasier?

I hvor stor grad er det overlapp mellom dine egne fantasier og hva du har gjort seksuelt med din/e partner/e?

På hvilken måte vil våre egne seksuelle preferanse eller livsstil påvirke vårt arbeid med pasienter som identifiserer seg eller lever på annet vis?

3: Tirsdag 5. oktober kl 1800-2000

Seksuell identitet, seksuell orientering, seksuelle uttrykk

Begreper og avklaringer

Prevalens

Forklaringsmodeller

Implikasjoner av tradisjonelle normer ift. seksualitet og identitet

Psykologiske og sosiale utfordringer

Psykiske og fysisk helse hos seksuelle minoritetsgrupper

Seksualitet i et flerkulturelt perspektiv

Øvelse:

Refleksjon:

Hvordan er dine egne seksuelle preferanser?

Hvem har du kjent tiltrekning til?

Hvor tidlig kan du huske at du var betatt av eller forelsket i noen?

Hva slags seksuelle erfaringer og forhold har du selv hatt?

Hva har du tenkt om andres seksuelle forhold og relasjoner?



*Hva lærte du om seksuelt mangfold i oppveksten din?
På hvilken måte kan egen seksuell identitet og/eller legning/orientering påvirke vårt arbeid med våre pasienter?*

4: Tirsdag 12. oktober kl 1800 - 2000

Seksualitet og psykisk helse, seksuelle problemer:

Forståelse og behandling

Psykisk sykdom som påvirker/påvirkes
Somatisk sykdom som påvirker/påvirkes
Medisiners innvirkning på seksualitet
Utviklingsforstyrrelser og seksualitet
Seksualitet og rus
Når blir seksualitet problematisk?
Seksuelle problemer
Prevalens
Behandlingsformer

Øvelser:

Refleksjon:

Hvordan har din egen eller din/e partner/es seksualitet variert ift til helsetilstand, medisiner eller rus?

Hvordan er din egen (og din partners) seksualitet i dag?

Har du/dere støtt på noen former for seksuell problemer?

Hvordan opplevde du det?

Hva kunne du ønsket deg annerledes?

Hvordan snakket dere om problemene?

Hvordan løste du/dere det?

Er du noe du gjerne skulle ha visst om før du støtte på problemene?

Eller for å kunne få løst problemet?

5. Tirsdag 19. oktober kl 1800-2000

Seksuelle traumer og grenseoverskridelser

Hvordan seksualitet påvirkes av traumer
Forskjellige seksuell overgrep og seksuelle grenseoverskridelser
Symptomer på skader etter seksuell overgrep på hvordan det kan se ut i terapier
Terapeutiske tilnærminger i arbeid med traumatisert seksualitet
Hvordan snakke om og arbeide med seksualitet etter seksuelle overgrep/grenseoverskridelser

I denne sammenhengen fokuserer vi på de som har vært utsatt, og indirekte på de som har begått, da en viss andel (ca +/- 30%) av de som har begått, selv har vært utsatt.

Øvelser:

Refleksjon:



Hva opplever du som mest utfordrende i arbeid men mennesker som har opplevd seksuell overgrep?

Hva føler du at du trenger å vite/kunne for å kunne jobbe med denne gruppen pasienter?

Har du selv opplevd seksuell overskridelser i ditt liv?

I hvilken grad har du opplevd at det du selv har opplevd har virket inn på ditt arbeid med pasienter?

Hvordan opplever du at ditt arbeid med en pasient med traumatisert seksualitet påvirker dine egen seksualitet eller dine holdninger til seksualitet?

6: Tirsdag 26. oktober kl 1800 - 2000

Seksualitet som tema i terapirummet og etikk

Egenskaper ved den terapeutiske situasjonen som kan fremkalle seksuell følelser

Hvordan seksuell temaer kan sette seksuelle følelser i spill

Erotisk overføring

Forelskelser, idealisering og tiltrekninger i terapier

Tolkning av seksuelle følelser

Motoverføring: Våre egen ubevisst følelser, holdninger, redsel, og andre uavklarte forhold.

Hvor går grensen for adekvat, terapeutisk relevant utforskning av seksuelle temaer med pasienten?

Hva kan pas oppfatte som invaderende?

Faktorer som gjør oss sårbare for overskridelser

Øvelser:

Refleksjon:

Har du selv opplevd at pasienten uttrykker kjærlige, idealiserende og eller seksuell følelser i terapier?

Hvordan opplevde du det?

Hvordan håndterte du det?

Snakket du med noen om opplevelsen?

Har du selv opplevd å kjenne kjærlige, idealiserende og eller seksuell følelser i terapier?

Hvordan opplevde du det?

Hvordan håndterte du det?

Snakket du med noen om opplevelsen?

Lærerseminaret:

Program for lærerseminar er under utarbeidelse og vil sendes til dere i løpet av september.

Anbefalt grunnlitteratur:

Graugaard, C., Giraldi, A., & Møhl, B. (2019). Sexologi : Faglige perspektiver på seksualitet (1. udgave. ed.). København: Munksgaard.

Almås, E., & Benestad, E. (2017). Sexologi i praksis (3. utg. ed.). Oslo: Universitetsforlaget.

Vildalen, S. (2014) Seksualitetens betydning for utvikling og relasjoner. Oslo: Gyldendals Akademiske.

Hertlein, K., Gambescia, N., & Weeks, G. (2020). Systemic sex therapy (Third ed.). New York, NY: Routledge.



Spørsmål angående innhold kan stilles til kursansvarlig.

Spørsmål av administrativ karakter kan stilles til Gaute Gulliksen.

Kursansvarlig :

Sidsel Schaller: Spes. i klinisk psykologi, Spes. i klinisk sexologi, Karakteranalytiker, Stipendiat UiO

Mob. + 47 91838518, E-post: sidsel.schaller@psykologi.uio.no / sidsel.schaller@gmail.com