

Trygga och inkluderande miljöer

Unga hbtq-personer om sina erfarenheter av skolan och fritiden

© Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällsfrågor
Projektledare: Sofia Brännström
Text och textredigering: Sofia Brännström och Zarah Melander
Underlag till texter: Policy in Practice
Grafisk form: Länge Leve kommunikation AB
Illustration: Rudy Loewe
Omslagsfoto: Cecilie Johnsen/Unsplash
Tryck: Tryckservice i Ängelholm AB

2021 MUCF
Liedbergsgatan 4, Box 206, 351 05 Växjö
Telefon: 010-60 10 00
E-post: info@mucf.se
Webbplats: www.mucf.se

Förord

Trygga och Inkluderande miljöer är en pocketversion av en intervjustudie med unga hbtq-personer. Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (MUCF) genomförde intervjustudien under hösten 2020.

MUCF verkar för att alla unga ska ha makt över sina egna liv och över samhällsutvecklingen. MUCF:s tidigare kunskap visar dock att unga hbtq-personer har sämre levnadsvillkor än andra unga. Det är också en grupp unga som möter särskilda hinder under sin fritid och i skolan. Tillgången till trygga platser är dessutom mer begränsad för unga hbtq-personer. Det är därför viktigt att du som möter unga hbtq-personer under fritiden eller i skolan kontinuerligt inhämtar kunskap för att du bättre ska kunna bidra till trygga och inkluderande miljöer för alla unga. Det är ingenting som uppnås per automatik, utan något som ständigt behöver arbetas med.

Den här pocketversionen har tagits fram inom avdelningen för kunskapsstöd av Sofia Brännström och Zarah Melander. Den är en del av myndighetens arbete för att förbättra ungas levnadsvillkor, att skapa mötesplatser för unga hbtq-personer, samt att främja insatser för en öppen och inkluderande miljö i skolan för unga hbtq-personer.

Vi vill rikta ett stort tack till dig som delade med dig av dina erfarenheter. Du har gjort den här pocketversionen möjlig!

Lena Nyberg
Generaldirektör
Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor

Innehåll

1. INLEDNING	6
2. TRYGGA OCH OTRYGGA PLATSER	12
3. ERFARENHETER AV SKOLAN	16
4. ERFARENHETER AV FRITIDEN	20
5. ERFARENHETER AV FRITIDSVERKSAMHETER OCH MÖTESPLATSER FÖR UNGA HBTQ-PERSONER	24
6. ERFARENHETER AV IDROTT	30
7. BETYDELSEN AV STÖDJANDE RELATIONER OCH FÖREBILDER	34

” Så länge jag är ärlig med vem jag är eller vad jag står för och accepterar folket omkring mig för deras olikheter som de också har, så skapar jag en trygghet med dem som jag är med. Jag är ganska tydlig med var jag står i viktiga frågor.”

Homosexuell man, 23 år, landsbygd.

INLEDNING

I DET HÄR KAPITLET PRESENTERAS STUDIENS SYFTE OCH METOD. EN ORDLISTA MED ORD DET ÄR VIKTIGT ATT KÄNNA TILL, SAMT UNDERSÖKNINGAR SOM VISAR VARFÖR DET ÄR VIKTIGT ATT ARBETA FÖR UNGA HBTQ-PERSONERS LIKA RÄTTIGHETER OCH MÖJLIGHETER.

SYFTE OCH METOD

Syftet med pocketversionen du håller i din hand är att synliggöra unga hbtq-personers erfarenheter av skolan och fritiden. Den innehåller sex kapitel med olika teman och varje kapitel avslutas med en sammanfattning. Den ger dig en inblick i vad unga hbtq-personer efterfrågar och kan på så vis stärka dig i ditt arbete med att skapa en trygg och inkluderande miljö för alla unga.

För intervjustudien har 22 unga hbtq-personer i åldrarna 13–25 år intervjuats om sina upplevelser och tankar om skolan och fritiden. De är intervjustudiens experter.

De är nämligen de som vet bäst hur det är att vara ung hbtq-person idag. Personerna som intervjuats har valts ut för att de kommer från olika delar av Sverige och har olika identiteter. Några av intervju-personerna har också erfarenheter av att utsättas för funkofofi eller rasism. Unga hbtq-personer är inte en homogen grupp. Det har varit en viktig aspekt för MUCF att ta hänsyn till när vi tagit fram denna intervjustudie. Studien visar på att olika erfarenheter och tankar förekommer, men kan inte säga något om hur vanligt det är att de förekommer.

Om du vill läsa intervjustudien i sin helhet finns den att ladda ner på www.mucf.se. Där kan du också läsa mer om studiens syfte och metod.



Ordlista – ord som är viktiga att känna till

Denna ordlista beskriver ord som förekommer i texterna. Unga har själva fått benämna sina identiteter i intervjustudien. Det innebär att hur begreppen beskrivs här inte nödvändigtvis speglar intervjupersonernas definitioner eller hur de själva skulle beskriva begreppen.

HBTQ/HBTQI – är samlingsnamn för homosexuella, bisexuella, transpersoner och personer som identifierar sig med queera uttryck och identiteter. Hbtqi används när intersexpersoner även inkluderas i samlingsnamnet. Ingen intersexperson har intervjuats i denna studie och därför används begreppet "hbtq" i denna rapport.

KÖN – begreppet består av olika delar: **Juridiskt kön** är det kön som står registrerat i folkbokföringen. **Biologiskt kön** kan definieras utifrån inre och yttre könsorgan, könskromosomer och hormonnivåer. **Könsidentitet** innebär det kön en person känner och definierar sig som. Det kan vara kvinna, man, både och, eller inget alls. **Könsuttryck** är hur en person uttrycker sitt kön, till exempel genom kläder, smink, kroppsspråk, frisyr, socialt beteende, röst med mera.

CISPERSON – används för att beskriva personer som inte är transpersoner. Det är en person vars juridiska kön, biologiska kön och könsidentitet hänger ihop och alltid har hängt ihop i enlighet med den rådande samhällsnormen.

TRANSPERSON – är personer vars könsidentitet och/eller könsuttryck alltid eller under perioder skiljer sig från det kön som registrerades för dem vid födseln.

ICKE-BINÄR – är ett paraplybegrepp som innehåller många olika definitioner av identiteter bortom de binära könen (tjej och kille). Vissa icke-binära kallar sig för transpersoner, andra gör inte det.

BINÄR TRANSPERSON – är ett begrepp som används för transpersoner som identifierar sig som antingen tjej eller kille. I texten används stundtals begreppet transtjej och transkille, vilket då betyder en binär transperson som identifierar sig som tjej eller kille.

SEXUELL LÄGGNING – är vem eller vilka en person blir förälskad i, attraheras av eller har sexuella relationer med. De sexuella läggningar som inkluderas i diskrimineringslagen är homosexuell, bisexuell och heterosexuell.

BISEXUELL – innebär att kunna bli kär i eller attraherad av människor oavsett kön.

HETEROSEXUELL – innebär att kunna bli kär i eller attraherad av människor av annat kön än en själv.

HOMOSEXUELL – innebär att kunna bli kär i eller attraherad av människor av samma kön som en själv.

PANSEXUELL – innebär att kunna bli kär i eller attraherad av människor av alla kön. Begreppet tydliggör att det finns fler kön än två men skiljer sig sällan från bisexuell.

QUEER – är ett begrepp som kan avse en teori som växt fram inom den akademiska sfären (queerteori), aktivism eller identitet. Queer som identitet innebär att på något sätt bryta mot heteronormen. Queer handlar om att ifrågasätta normer kring kön och sexualitet. Många ser sin

könsidentitet och/eller sin sexualitet som queer.

CISNORM – är den norm som förutsätter att alla människor är cispersoner, det vill säga definiera sig som det juridiska kön de tilldelades vid födseln. Cisnormen utgår också från att det endast finns två kön. Personer som följer denna norm ges ofta fördelar i fråga om lagstiftning, känsla av sammanhang och bekräftelse.

HETERONORM – är den norm som förutsätter att alla människor är heterosexuella cispersoner som har relationer och bildar familjer med personer av så kallat motsatt kön. Heteronormer handlar både om sexualitet och identitet. Personer som följer denna norm ges ofta fördelar i fråga om lagstiftning, känsla av sammanhang och bekräftelse.

INTERSEKTIONALITET – förklarar hur olika maktstrukturer och diskrimineringsgrunder samverkar och kan förstärka varandra. En intersektionell analys kan användas för att skapa bättre anpassade insatser och för att visa på den strukturella diskriminering som vissa individer som tillhör flera sociala kategorier möter.

MINORITETSSTRESS – benämner stressreaktioner som följd av en utsatthet för specifika stressrelaterade upplevelser som hbtq-personer (och andra minoritetsgrupper) bygger upp under uppväxten, kopplad till deras hbtq-identitet.

HBTQ-FOBI – är ett samlingsbegrepp för negativa attityder, ideologier, uppfattningar eller värderingar mot personer som tolkas som eller är hbtq-personer.

Ibland används exempelvis homo-, bi- eller transfobi då det handlar om särskilda grupper inom hbtq-gruppen.

FUNKOFOBI – är ett samlingsbegrepp för fördomar, särbehandling och utestängande av personer med funktionsnedsättning.

RASISM – innebär att människor ses som mindre värda och riskerar att utsättas för strukturellt förtryck eller diskriminering på grund av föreställningar om konstruerade raser och grupper baserat på exempelvis hudfärg, ursprung, kultur eller religion.

RASIFIERING – är en process som innebär att människor, medvetet eller omedvetet, tillskrivs olika stereotyper baserat på föreställningar kopplat till exempelvis hudfärg, ursprung, kultur eller religion.

VITHETSNORM – är den norm som innebär att personer som tolkas som vita ges fördelar och ses som mer självklara i olika sammanhang. Vithetsnormen hänger ihop med rasism och rasifiering. Personer som följer denna norm ges ofta fördelar i fråga om lagstiftning, känsla av sammanhang och bekräftelse.

SEPARATISM – syftar i praktiken på att separera en specifik grupp av människor från en större grupp baserat på gemensamma erfarenheter av exempelvis diskriminering och fördomar om den egna gruppen. Separatistiska mötesplatser för hbtq-personer riktar sig exempelvis specifikt till målgruppen hbtq-personer.

Varför är det viktigt att arbeta med unga hbtq-personers lika rättigheter och möjligheter?

Det är vanligare att unga hbtq-personer upplever olika inskränkningar och hinder som påverkar deras levnadsvillkor. Ungefär var fjärde ung hbtq-person har exempelvis avstått från en fritidsaktivitet av rädsla för att bli dåligt bemött. Det är dubbelt så många jämfört med unga heterosexuella cispersoner. I jämförelse med unga hetero-cispersoner är det också vanligare att unga hbtq-personer uppger att de haft svårare att klara av sina löpande uppgifter en eller fler gånger under det senaste halvåret. En större andel unga hbtq-personer svarar även att de har varit utsatta för mobbning, utfrysning, hot eller misshandel.

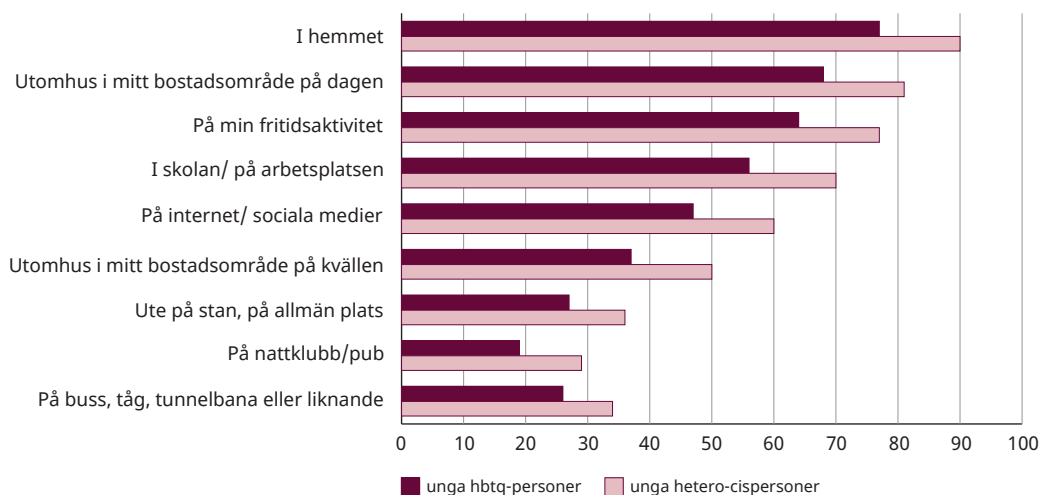
MUCF:s statistik pekar på att flera av dessa skillnader i unga hbtq-personers upplevelser jämfört med unga hetero-cispersoner kvarstår över tid. Det tyder på att vi inte ser någon positiv förändring. Vuxna som möter unga hbtq-personer i sitt arbete måste därmed göra mer för att säkerställa att unga hbtq-personers rättigheter tillgodoses. Myndighetens tidigare kunskap visar att det krävs riktade insatser, såväl som utbildning, metoder och verktyg för att förbättra unga hbtq-personers levnadsvillkor och för att realisera deras rättigheter.¹

¹ Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (2019). *Olika verkligheter – Unga hbtq-personer om sina levnadsvillkor*. Växjö: Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor; Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor (2012; 2015; 2018). *Nationell ungdomsenkät*. Växjö: Myndigheten för ungdoms- och civilsamhällesfrågor.

OTRYGGHET OCH UTSATTHET

KÄNNER DU DIG TRYGG PÅ FÖLJANDE STÄLLEN?

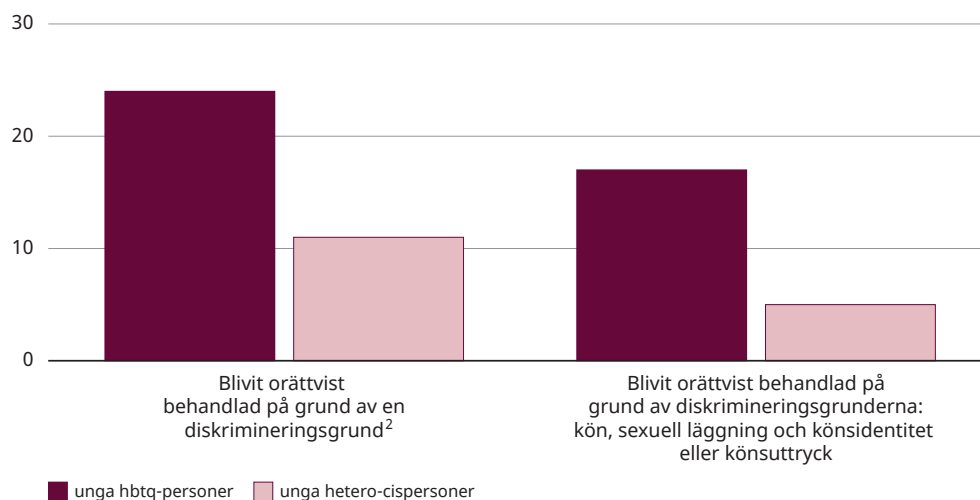
– JA, ALLTID



Källa: MUCF:s Nationella ungdomsenkät 2018.

Figur 1. Andel unga som alltid känner sig trygga på de specificerade platserna, efter unga hbtq-personer och andra unga, 16–25 år, 2018.

AV VILKEN ORSAK TROR DU ATT DU BLEV ORÄTTVIST BEHANDLAD?



Källa: MUCF:s Nationella ungdomsenkät 2018.

Figur 2. Andel unga utsatta för kränkning utifrån olika diskrimineringsgrunder under de senaste sex månaderna, efter unga hbtq-personer och andra unga, 16–25 år, 2018.

² Kön, ålder, utländsk bakgrund/hudfärg, sexuell läggning, könsidentitet/könsuttryck, funktionsnedsättning, religion eller annan trosuppfattning.

TRYGGA OCH OTRYGGA PLATSER

I DET HÄR KAPITLET PRESENTERAS UNGA HBTQ-PERSONERS ERFARENHETER OCH TANKAR KRING TRYGGA OCH OTRYGGA PLATSER, MINORITETSSTRESS, SAMT OLIKA STRATEGIER FÖR ATT SKAPA TRYGGHET.

TRYGGA PLATSER

Trygga platser har tydliga strukturer och är förutsägbara. Det betyder att det är platser där det på förhand är enkelt att förstå vad som kommer hända. På trygga platser är de unga hbtq-personerna som intervjuats inte oroliga för att bli utsatta för kränkningar eller trakasserier. Om något ändå skulle hända finns det en tillit till att någon annan på platsen kommer att hjälpa till och sätta stopp för det. På trygga platser råder det en nolltolerans mot nedsättande kommentarer och kränkningar.

Upplevelsen av trygga och otrygga platser hänger också ihop med en persons tidigare erfarenheter. Den särskilda utsatthet som många unga hbtq-personer upplever kan leda till olika stressreaktioner, så kallad minoritetstress. Det betyder att tidigare erfarenheter kan leda till att unga hbtq-personer upplever en ökad vaksamhet och oro att återigen utsättas för kränkningar. Det kan bidra till att personer med erfarenheter av att bryta mot flera exkluderande normer kan ha en mer begränsad tillgång till trygga platser än andra.

”

Det känns som att man inte kan säga någonting utan att det framstår som man bara är jättekänslig och man bara ska ta det. Det känns som att folk, om man inte är vit eller om man är hbtq-person, så måste man acceptera sådant. Det känns inte bra att någon måste acceptera sådana grejer.

Tjej, bisexuell, 16 år, landsbygd, som utsatts för både rasistiska och homofoba kommentarer.

Fritidsgård



OTRYGGA PLATSER

Det finns ett flertal olika platser som beskrivs som otrygga av de intervjuade. Ett tydligt exempel är platser som upplevs som ostrukturerade och platser där det finns en risk att bli utsatt för kränkningar och trakasserier. Om det skulle inträffa är det inte heller självklart att någon på platsen skulle kliva fram och skydda eller sätta stopp för det.

Otrygga platser kan vara alltifrån klassrum och toaletter till offentliga rum, kollektivtrafik och centrum. En stor del av intervjupersonerna upplever att platser utomhus i stadsområden är otrygga. Det kan handla om att känna sig utsatt för andras blickar eller osäker på hur omgivningen agerar i utomhusmiljön. Flera av de intervjuade har varit utsatta för sexuella trakasserier utomhus i stadsområden.

Risken för att bli dömd eller att känna sig utsatt är större på platser där det saknas en tydlig uppsikt av ansvarig personal. Även i sammanhang där det finns personal, uppfattas platsen som otrygg om personal inte ingriper snabbt och sätter stopp för kränkningar och diskriminering.

Omklädningsrum och andra platser där en har mycket lite kläder på sig eller är naken upplevs oftare som otrygga av transpersoner än cis-personer. Men det finns även exempel på cis-tjejer som upplever omklädningsrum i skolan som mycket otrygga och obehagliga på grund av olika utseendenormer.

STRATEGIER FÖR ATT SKAPA TRYGGHET

Unga hbtq-personer kan använda en rad olika strategier för att skapa trygghet.

Trygghetsskapande strategier kan vara undvikande strategier, som att inte besöka vissa platser eller välja att inte vara lika öppen med sin hbtq-identitet i vissa sammanhang. Unga hbtq-personer som blivit utsatta för mobbning, social isolering eller trakasserier kan undvika platser som upplevs som otrygga för att platsen förknippas med negativa händelser som skett tidigare. Trygghetsskapande strategier kan också vara mer främjande, som att ta stöd av personer i sin omgivning eller att ta med någon till den otrygga platsen.

”

Jag tror att jag snarare undviker att komma ut på platser, än att undvika platserna i sig. Och det är också en form av undvikande, tänker jag.

Icke-binär transperson, queer, 21 år, storstad

SAMMANFATTNING

- Trygga platser har tydliga strukturer och är förutsägbara. På trygga platser är det nolltolerans mot kränkningar.
- Otrygga platser kan vara ostrukturerade och oförutsägbara. Det är platser där det finns en risk att bli utsatt för kränkningar och trakasserier. Om det händer är det inte heller säkert att någon kommer att ingripa.
- Tidigare negativa erfarenheter kan leda till en ökad vaksamhet och oro att återigen utsättas för kränkningar. Det kan också påverka om platsen uppfattas som trygg eller inte.
- Strategier för att skapa trygghet kan innebära att undvika platser. Det kan också innebära att unga väljer att inte vara lika öppna med sin hbtq-identitet. En mer främjande trygghetsskapande strategi kan innebära att ta stöd av personer i sin omgivning.

ERFARENHETER AV SKOLAN

I DET HÄR KAPITLET PRESENTERAS UNGA HBTQ-PERSONERS ERFARENHETER OCH TANKAR KRING TRYGGA OCH OTRYGGA SKOLMILJÖER, SAMT STRATEGIER FÖR ATT UPPLEVA EN ÖKAD TRYGGHET.

TRYGGA SKOLMILJÖER

Skolan är en plats där unga spenderar en stor del av sin tid, därför är det viktigt att den är trygg för alla. För att skolan ska uppfattas som trygg är det avgörande att det finns skolpersonal som agerar snabbt, säger ifrån och sätter stopp för situationer där elever utsätts för kränkningar eller trakasserier.

För att uppfattas som trygg räcker det inte med att skolan kommunicerar en inkluderande värdegrund, exempelvis genom hbtq-certifiering eller genom att lärarna pratar om värdegrunden. Det räcker inte heller att hbtq-frågor är synliga i den fysiska miljön genom affischer, regnbågsflaggor och liknande, även om detta också har betydelse. För att skolan ska uppfattas som trygg krävs det att skolpersonal visar att det råder nolltolerans mot kränkningar och trakasserier.

Skolor som arbetar aktivt för att elever med olika erfarenheter och bakgrunder ska känna sig välkomna och inkluderade upplevs ofta som trygga. Det är skolor där det är okej att vara annorlunda och där det finns flera som bryter mot olika normer.

Att lärarna tar ansvar för att skapa ordning och förutsägbarhet på platsen är en annan viktig del i att skapa en trygg skolmiljö. En god ämneskunskap bland lärarna bidrar även till känslan av ordning och förutsägbarhet, vilket också bidrar till att miljö uppfattas som trygg.

Viktiga faktorer som påverkar huruvida skolan uppfattas som trygg är också lärarens kompetens i hbtq-frågor och ett könsbekräftande bemötande. Lärarens kompetens kan bidra till att hbtq-frågor blir synliga i undervisningen och till att öka elevernas kunskap och förståelse för elever som är hbtq. Ett könsbekräftande bemötande går ut på exempelvis att använda rätt pronomen och namn.

”

Det var en hbtq-certifierad skola. Men även om det var det [hbtq-certifierad] upplevde jag inte det som en välkomnande plats för mig som hbtq-person. För att, även om vi pratade om hbtq-saker och kollade på videos och så, så kände jag att lärarna... de ingrep inte när det hände saker, när folk sa saker som var homofobiska eller rent av kränkande. De bara ignorerade när sådana saker pågick. När folk liksom 'åh, gud vad han är böigig' eller du vet, så reagerade inte lärarna. Medan lärarna säger till och reagerar när det händer på min nya skola.

Transkille, bög, 17 år, bor i landsbygd men går i skolan i en mellanstor stad.

STÖDJANDE RELATIONER

Stödjande relationer är viktiga för att platser ska upplevas som trygga. I skolan är tillgången till stödjande relationer med både kompisar och skolpersonal viktigt. I en stödjande relation blir unga synliggjorda, lyssnade på och respekterade. Det kan till exempel handla om att en lärare använder rätt pronomen och namn. Det kan också handla om att en lärare skapar en god lärandemiljö där unga känner sig delaktiga och bekräftade i skolarbetet.

OTRYGGA SKOLMILJÖER

Otrygga skolmiljöer kan exempelvis vara platser som är ostrukturerade och platser där den sociala interaktionen uppfattas som oförutsägbar. Det betyder att det kan vara svårt att förutse vad som kommer att hända på platsen, vilka som kommer att vara där och hur personer på platsen kommer att bete sig.

Otrygga skolmiljöer är vanligen miljöer där det saknas tillsyn av skolpersonal. Det kan till exempel handla om korridorer, toaletter, omklädningsrum och matsalar, men också om klassrum i praktiska ämnen som idrott och matlagning. Skolmiljöer som uppfattas som kaotiska och stökiga med en hög ljudvolym kan också upplevas som otrygga.

Klassrum kan även upplevas som otrygga om den närvarande läraren inte ingriper vid kränkningar eller trakasserier under lektionstid. Klassrum kan också upplevas som otrygga om det uppstår diskussioner som innehåller ett stereotypt eller nedsättande språk om hbtq-personer och läraren inte agerar vid dessa tillfällen. Att hbtq-perspektivet är osynligt i undervisning och diskussioner kan också bidra till en upplevelse av otrygghet.

STRATEGIER FÖR ATT SKAPA TRYGGHET I SKOLAN

Unga hbtq-personer använder olika strategier för att skapa trygghet i skolan. En trygghetsskapande strategi kan vara på egen hand försöka skapa ordning och förutsägbarhet. Det kan också handla om att aktivt omge sig med stödjande relationer i skolan. Kompisar och skolpersonal, men även kuratorer och annan resurspersonal, kan vara stödjande personer för unga. Strategier för att skapa en ökad trygghet i skolan kan också innebära att driva på strukturell förändring och tillsammans med andra sätta stopp för eventuella kränkande och nedsättande beteenden.

Att byta till en skola som upplevs som tryggare och mer inkluderande kan också vara en strategi för att skapa en ökad trygghet. På en mer inkluderande skola kan unga vara en del av normen och på så vis mer skyddade från olika former av utsatthet och kränkande behandling.



När jag gick i gymnasiet och lärarna faktiskt började använda rätt pronomen och rätt namn – det fick mig att känna mig trygg. Också när jag hade vänner omkring mig som var stöttande och när jag såg de som faktiskt förstod och kunde respektera min identitet.

Transmaskulin, icke-binär, bisexuell, 24 år, mellanstor stad, när hen ombeds att beskriva ett tillfälle när hen kände sig särskilt trygg i skolan.



Grundskolan var verkligen otrygg typ hela tiden [...] För jag sa till någon gång att några killar i min klass hade mött mig i korridoren och började säga massa saker till mig. Och då sa jag till min mentor, fast jag var ganska säker på att det inte skulle hjälpa så ville jag ändå försöka. Och då sa hon: 'Men du kanske inte behöver vara så himla öppen med vem du är', eller hon sa typ: 'Jag vet inte om det är sant det de säger men om det är det, så kan du bara inte prata om det'. Eller [...]: 'Men det är ju inte deras fel att du är som du är' eller något sådant. Hon tog deras sida och det var väldigt jobbigt för att man tycker att lärarna ska vara de som står upp för de som är utsatta. [...] Jag bröt ihop på toan men jag gjorde inget mer för att jag kände att det var hopplöst. Det spelar ingen roll hur mycket jag försöker få lärarna att lyssna för att alla lärare var ju typ likadana. Så jag gav upp till slut.

Kvinna, pansexuell, 18 år, mellanstor stad.

SAMMANFATTNING

- För att skolmiljön ska uppfattas som trygg är det avgörande att skolpersonal tydligt agerar mot och sätter stopp för kränkningar. Det är också viktigt att skolpersonal skapar ordning och förutsägbarhet i skolmiljön. Därtill är lärarens kompetens i hbtq-frågor och ett könsbekräftande bemötande centralt.
- Skolor som aktivt arbetar för att elever med olika erfarenheter ska känna sig välkomna upplevs som tryggare. Tillgång till stödjande relationer är också viktigt för att skapa trygghet på en skola. Stödjande relationer kan vara kompisar, lärare eller resurspersoner såsom kuratorer.
- Trygghetsskapande strategier kan gå ut på att tillsammans med andra försöka förändra strukturer och sätta stopp för nedsättande beteenden. Det kan också innebära att byta skola till en skola som upplevs som trygg och inkluderande.

ERFARENHETER AV FRITIDEN

I DET HÄR KAPITLET PRESENTERAS UNGA HBTQ-PERSONERS ERFARENHETER OCH TANKAR OM VAD SOM GÖR FRITIDEN MENINGSFULL.

MENINGSFULL, TRYGG OCH INKLUDERANDE FRITID

Det som gör att fritiden uppfattas som meningsfull av unga hbtq-personer är att göra sådant som unga är intresserad av, umgås med vänner, lära sig nya saker, uttrycka sig, uppleva kärleksrelationer och ingå i gemenskaper. Aktiviteter på fritiden kan ske både i organiserad och icke-organiserad form.

Fritidsaktiviteter upplevs däremot inte alltid som trygga och inkluderande av unga hbtq-personer. Olika strategier för att skapa trygghet kan dock möjliggöra att unga hbtq-personer kan delta ändå. En sådan strategi kan vara att ta med en kompis eller en annan stödjande person till aktiviteten.

FRITIDEN I DEN BÄSTA AV VÄRLDAR

Det finns unga hbtq-personer som intervjuats i denna studie som är nöjda med sin fritid. Det finns också unga hbtq-personer som uttrycker att fritiden ”i den bästa av världar” skiljer sig från den befintliga fritiden. Att ha möjlighet att träffa flera hbtq-personer, att träna mer och att hinna eller orka göra fler saker, är sådant unga hbtq-personer kan önska. Unga hbtq-personer som är

missnöjda med sin fritid kan också önska att de skulle hitta något nytt intresse eller att de skulle engagera sig i något som kan påverka samhället i en positiv riktning.

DIGITAL FRITID

Den digitala fritiden spelar en stor roll i intervjupersonernas liv och kan användas för att söka kunskap om hbtq-frågor eller för att få kontakt med andra hbtq-personer. Digitala plattformar, forum och sociala medier kan användas både som en fritidsaktivitet i sig och som en strategi för att hantera en i övrigt otrygg fritid.

Det är viktigt att som ung hbtq-person ha möjlighet att kunna följa, träffa och umgås med andra unga online på olika digitala plattformar. Det är också viktigt att få vara i sammanhang där en kan dela upplevelser, svårigheter och ta stöd av andra med liknande erfarenheter. Det finns också unga som har sina enda kompisar på nätet. Den digitala fritiden är en viktig del av ens sociala interaktioner. Genom den digitala fritiden kan unga hitta forum där de kan känna tillhörighet baserat på hbtq-identitet men också baserat på exempelvis gemensamma fritidsintressen.

**DIGITAL DEMO
FÖR
TRANSRÄTTIGHETER**

#transrättigheterna

#skrivunder

Engagera dig lokalt
och starta en
hbtqi-mötesplats
där du bor

•Följ det här kontot för
tips och trix

Jag kör en instalive ikväll med
temat "Allt du vill veta om
sexuell och reproduktiv hälsa ur
ett hbtqi-perspektiv".
Så peppad på att få snacka
med er!

Skicka dina frågor i dm!!



” På sådana här små ställen när det inte är Stockholm, [namn på mellanstor stad], blir det att man träffar personer man känner och då kanske det inte är så kul att gå dit och känna att 'Usch, nu kanske jag måste prata om min könsidentitet med en person som känner alla andra jag känner'. I Facebook-grupper har jag aldrig träffat en person jag känner och jag kan vara öppen på ett annat sätt med mina tankar och funderingar. ”

Transkille, 20 år, uppväxt i landsbygd, nyss flyttat till mellanstor stad, om att inte vilja besöka mötesplatser för unga hbtq-personer när en bor på en liten ort.

Tillgången till digitala mötesplatser kan vara särskilt viktigt för unga som av olika anledningar inte har tillgång till fysiska mötesplatser. Det kan till exempel handla om att det inte finns en mötesplats där den unga bor eller att den unga inte vill eller kan vara öppen med sin hbtq-identitet i närområdet.

Det kan även vara viktigt med tillgång till digitala mötesplatser för unga som

bryter mot flera exkluderande normer och som önskar att få träffa andra unga med liknande erfarenheter. Till exempel att vara hbtq-person och även utsättas för rasism eller funkofobi.

Digitala plattformar och sociala medier kan även upplevas som otrygga platser där unga kan utsättas för hot och hat.



Det är negativt för att folk kan mobba varandra. Absolut, det blir enklare att mobbas i cyberspace. Alltså, det finns folk som är homosexuella på appen [TikTok] men också i verkligheten som ändå är transfober, och så finns det också folk som tror att de är bättre än andra homosexuella för att de betar sig mer eller mindre än stereotypen. Det finns mycket tryck på hur man ska vara som hbtq-person på appen och hur man ska bete sig, vad man ska tycka.

Tjej, bisexuell, 16 år, landsbygd, om intressekonflikter mellan olika grupper av hbtq-personer.

SAMMANFATTNING

- Fritiden blir meningsfull av att göra sådant som unga är intresserade av, umgås med vänner eller lära sig nya saker.
- Om fritidsaktiviteten inte upplevs som trygg och inkluderande kan olika trygghetsskapande strategier ändå möjliggöra ett deltagande. Exempelvis att ta med sig en stödjande person till aktiviteten.
- Vissa unga hbtq-personer som är missnöjda med sin fritid skulle vilja ha möjlighet att träffa fler hbtq-personer under fritiden.
- Den digitala fritiden är viktig och kan användas för att söka kunskap om hbtq-frågor eller för att få kontakt med andra hbtq-personer. Digitala miljöer kan också vara otrygga på grund av risken att utsättas för hot och hat.
- Tillgången till digitala mötesplatser kan vara särskilt viktig för unga som av olika anledningar inte har tillgång till fysiska mötesplatser.

ERFARENHETER AV FRITIDSVERKSAMHETER OCH MÖTESPLATSER FÖR UNGA HBTQ-PERSONER

I DET HÄR KAPITLET PRESENTERAS UNGA HBTQ-PERSONERS ERFARENHETER AV ÖPPNA FRITIDSVERKSAMHETER OCH MÖTESPLATSER FÖR UNGA HBTQ-PERSONER.

DRIVKRAFTER ATT BESÖKA OLIKA VERKSAMHETER

Drivkrafter att besöka öppna fritidsverksamheter och mötesplatser för unga hbtq-personer kan vara möjligheten att få dela erfarenheter, spegla sig i andra, samt att få nya vänner. En strukturerad verksamhet med organiserade aktiviteter upplevs som lättare att närma sig som ny.

En strukturerad verksamhet kan till exempel innebära att det erbjuds särskilda gruppaktiviteter eller att ledarna tydligare kommunicerar ramarna och förutsättningarna för platsen. Att verksamheten är strukturerad kan även bidra till att unga vågar besöka platsen trots att de inte känner någon av de andra besökarna.

”

När man vet att det är en hbtq-miljö, så känner man ju sig väldigt trygg jämfört med om det är en väldigt hetero miljö. Till exempel vanliga ungdomsgårdar och sånt har jag varit lite rädd för nästan, för att... ja, det känns som att väldigt många ungdomar är väldigt fördomsfulla när det kommer till hbtq-personer, och vuxna kring gör ingenting åt det.

Transkille, bög, 17 år, bor i landsbygd men går i skolan i en mellanstor stad.



FÖRBUD
MOT
NÖTTER

10:-



DEFINITION AV ÖPPEN FRITIDSVERKSAMHET

Med öppen fritidsverksamhet avses fritidsgårdar, ungdomsverksamhet, ungdomens hus eller liknande som unga kan besöka kostnadsfritt och till stora delar själva välja vad de vill göra. Den öppna fritidsverksamheten kan även ske utanför dessa lokaler i form av exempelvis uppsökande eller mobil verksamhet. Verksamheten kan drivas offentligt, ideellt eller privat.

DEFINITION AV MÖTESPLATS FÖR UNGA HBTQ-PERSONER

En mötesplats är en strukturerad gruppverksamhet för unga som utgår från ett främjande perspektiv. Den kan erbjudas som en helt egen verksamhet eller som en riktad verksamhet i en allmän öppen fritidsverksamhet. Den kan också finnas i andra former och på andra platser, som till exempel ett "häng" eller särskilda träffar som anordnas av exempelvis en civilsamhällesorganisation, ett bibliotek eller studieförbund.

En mötesplats för unga hbtq-personer kan till exempel vara ett hbtq-häng på en fritidsgård, ett regnbågscafé eller annan ledarledd verksamhet för unga som identifierar sig som eller tror sig tillhöra hbtq-gruppen. Mötesplatsen är också en frivillig och öppen verksamhet som sker på ungas fritid och som erbjuder olika typer av aktiviteter.

FÖRDELAR MED EGNA MÖTESPLATSER

Det kan finnas särskilda fördelar och drivkrafter att besöka separatistiska mötesplatser som är till för unga hbtq-personer. Tillgången till rum där unga kan få kontakt med andra hbtq-personer och få utgöra normen är viktigt. När mötesplatsen är en uttalad hbtq-mötesplats uppfattas det också som ett kvitto på att miljön är inkluderande för unga hbtq-personer. Likt

ungas upplevelser av skolan är nolltolerans mot kränkningar och att vuxna agerar den viktigaste faktorn för att mötesplatsen ska uppfattas som trygg.

På flera separatistiska mötesplatser för unga hbtq-personer finns det hbtq-personer bland personalen, vilket upplevs positivt. Det är viktigt att få tillgång till trygga relationer med vuxna som unga kan prata med om saker som de inte kan eller vill prata med sina föräldrar om. Personalen i

separatistiska mötesplatser kan därmed få flera viktiga roller. De kan både vara äldre förebilder, samt ge stöd, lyssna och förstå den ungas situation.

En annan fördel med mötesplatser för unga hbtq-personer är att de riktar sig till färre personer. Det gör att deltagarna kan träffas i mindre grupper, vilket kan bidra till en lugnare och mer hanterbar social situation. Personalen kan också vara mer närvarande i dessa verksamheter och har mer tid att möta besökarna på individnivå.

ATT MÖTA EN BREDD AV UNGA

Unga hbtq-personer är en heterogen grupp som består av en mångfald individer med olika behov, förutsättningar och intressen – precis som alla unga. Det är därmed inte självklart att alla unga känner sig välkomna varken på allmänna fritidsverksamheter eller på separatistiska mötesplatser för unga hbtq-personer.

Några av intervjupersonerna beskriver att separatistiska mötesplatser som de besökt har utvecklat egna normer som de

uppfattar som exkluderande för vissa unga hbtq-personer, det vill säga för minoriteter i minoriteten. Detta gäller både fysiska mötesplatser och digitala mötesplatser. Det kan till exempel handla om att mötesplatsen har en vithetsnorm och uppfattas främst vara till för personer som är vita. Det bidrar till att icke-vita hbtq-personer känner sig mindre välkomna.

Andra exempel är personer som uppfattar att deras transidentiteter ses som mindre "rätt" i vissa sammanhang än andra transidentiteter. Det finns även exempel där homosexuella cispersoner känner sig exkluderade i miljöer som vänder sig till personer som är icke-binära och pansexuella.

Normer i olika grupper skiftar, likaså vilka identiteter som är i minoritet i olika sammanhang. Det visar också på komplexiteten och att det stundtals finns olika upplevelser och motsättningar mellan personer baserat på identitet, sexualitet, etnicitet, kön, funktionsvariation och social bakgrund.

”

Många av de här rummen har varit vita, väldigt vita, på det viset att det inte har funnits någon öppen dialog om hur det kan vara att vara en person som rasifieras i samhället, inom de här grupperna. Men också, att jag faktiskt var med i en väldigt fint utgjord grupp där vi alla var personer som rasifierades och icke-män, men jag var den enda som var icke-binär i den gruppen, vilket slutligen var det som fick mig att inte heller vilja vara där, för att det kändes som att det var ett så stort gap mellan dom och mig.

Icke-binär/queer, pansexuell, 23 år, storstad, med erfarenhet av att bli utsatt för funkofoji och rasism, om att delta på en separatistisk mötesplats för icke-män som rasifieras.

” Bara det faktum att jag har möjlighet att få komma hit och att prata med vuxna som antingen är hbtq eller är väldigt stöttande i hbtq-frågor. Det tycker jag har känts väldigt säkert. ”

Tjej, 14 år, har kommit ut som bi, men är ännu osäker, storstad.

UNGA SOM BRYTER MOT FLERA NORMER

För unga hbtq-personer som har erfarenhet av att även utsättas för rasism eller funkofobi kan tillgång till förebilder vara särskilt betydelsefullt. Det kan också vara betydelsefullt att ha tillgång till separatistiska sammanhang och till rum där unga får uppleva hur det är att själv vara en del av normen.

För att komma till rätta med exkluderande strukturer och för att bättre kunna möta unga hbtq-personer med olika erfarenheter, efterfrågas kunskap och större medvetenhet hos personalen.

Personal behöver känna till olika sociala strukturer som finns i gruppen och olika eventuella konflikter som kan uppstå eller finnas inom hbtq-gruppen. Personal behöver även ha kunskap om gruppdynamik samt mod och förmåga att hantera detta i det praktiska arbetet.

Förståelse för intersektionalitet är en annan viktig faktor som intervjupersonerna lyfter. Det kan också finnas behov av att kunna erbjuda olika separatistiska forum för att fånga in och ge plats till unga med olika levda erfarenheter.

SAMMANFATTNING

- Drivkrafter att besöka öppna fritidsverksamheter och separatistiska mötesplatser för unga hbtq-personer kan vara att få dela med sig av erfarenheter och få nya vänner.
- Det kan finnas särskilda drivkrafter och fördelar med att besöka separatistiska mötesplatser. Bland annat möjligheten att få träffa andra hbtq-personer samt personal som är hbtq. Men även att få träffas i mindre grupper där personalen kan vara mer närvarande.
- Öppna fritidsverksamheter och separatistiska mötesplatser kan utveckla egna normer som uppfattas som exkluderande för vissa unga i gruppen.
- Det är viktigt med tillgång till separatistiska sammanhang, förebilder och ett synliggörande av hbtq-personer med olika erfarenheter.
- Hos personal efterfrågas bland annat kunskap om sociala strukturer och intersektionalitet, samt förmåga att hantera detta i det praktiska arbetet.

ERFARENHETER AV IDROTT

I DET HÄR KAPITLET PRESENTERAS UNGA HBTQ-PERSONERS ERFARENHETER OCH TANKAR KRING IDROTT, OTRYGGA OMKLÄDNINGSRUM OCH TRYGGHETSSKAPANDE STRATEGIER.

HINDER FÖR IDROTT

Unga hbtq-personer som idrottar på sin fritid beskriver att träningen både är rolig och meningsfull. Det finns också unga hbtq-personer som uttrycker blandade känslor inför idrotten. Unga hbtq-personer som tränar idag kan exempelvis önska att förutsättningarna för idrotten såg annorlunda ut. Det kan också handla om att de skulle vilja träna mer än i nuläget men inte gör det av olika anledningar. Ett hinder för idrott kan vara en känsla av

otrygghet. Att unga hbtq-personer känner sig otrygga kan ha att göra med att den sociala miljön i lagsporter de testat inte upplevts som välkomnande. Andra hinder för idrott och träning kan vara att de är i en ålder då den organiserade idrotten blir mer krävande med fler obligatoriska träningstillfällen.

För unga transpersoner kan bristen på könsneutrala omklädningsrum bidra till en upplevelse av otrygghet. Att inte få delta i könsuppdelade lag som stämmer överens med den egna könsidentiteten kan utgöra

”

Jag har aldrig riktigt fastnat för det här med lagsporter. Jag har provat på men ofta kan det bli ganska mycket jargong och så där och att tränarna inte har koll på vad som sägs. Att det blir uppdelat. Jag har testat spela handboll ett tag och tränarna var jättehärliga men det är svårare att kontrollera vad folk säger och hur de är. Jag har aldrig känt mig 100 procent trygg i sådana sammanhang. Sedan kan jag inte ge någon särskild anledning. Jag tycker ofta det blir jargong, kanske att några blir kompis med några och man utesluter någon eller man ser att någon är utanför.

Queer/Kvinna, pansexuell, 18 år, mellanstor stad, med erfarenhet av att bli utsatt för junkofobi.

”

Då har jag bett min mamma komma ut åt mig, eftersom de felkönade mig i början, eftersom det bara är tjejer i stallet nästan. Men då bad jag min mamma att komma ut åt mig och berätta för andra, eftersom jag inte vill sitta där och försvara mig själv och behöva förklara min identitet och varför jag är som jag är. Utan då kunde min mamma bara: 'Ja, men [namn] är trans och använder han-pronomen, och ni får respektera det.' Och inte att jag ska behöva sitta där och försöka försvara mig.

Transkille, bög, 17 år, landsbygd.

ytterligare ett hinder. Det finns även unga transpersoner, både binära och icke-binära, som inte känner sig inkluderade eller bekväma i könsuppdelade lag, oavsett vilket kön laget består av.

OTRYGGA OMKLÄDNINGSRUM

Omklädningsrum kan upplevas som en otrygg plats där normer om kropp och utseende blir extra framträdande. I omklädningsrum kan det skapas ett

ytterligare tryck att följa normer och en extra utsatthet för de som inte gör det.

Unga hbtq-personer kan exempelvis uppleva att det är obekvämt att byta om i gemensamma omklädningsrum på grund av omgivningens föreställningar om samkönad attraktion som gränslös och riktad mot alla av samma kön. För unga transpersoner kan bristen på könsneutrala omklädningsrum också bidra till upplevelsen av otrygghet.

” Så jag blev väldigt självmedveten och i omklädningsrummet så var det mycket. Jag kommer bara ihåg mellanstadiet när det börjar pratas om alltså rakning och vaxning och utseende och smal och tjock och allt sådant där. Så jag, slutligen var jag så obekväm så jag behövde byta om på toaletten, för jag klarade inte av att någon skulle kolla på mig.”

Icke-binär/queer, pansexuell, 23 år, storstad, med erfarenhet av att bli utsatt för funkofobi och rasism. Vid tiden citatet handlar om hade hen ännu inte börjat reflektera över sin könsidentitet.

TRYGGHETSSKAPANDE STRATEGIER

Unga transpersoner kan möta särskilda hinder inom idrotten kopplat till exempelvis omklädningsrum och diskriminering. Trygghetsskapande strategier kan handla om att ta hjälp av anhöriga som informerar ledarna på idrottsaktiviteten om vilket pronomen som ska användas. Det kan också handla om att klä på sig en viss typ av kläder för att minska risken för diskriminering

och att en otrygg situation uppstår i ett omklädningsrum. Exempelvis kan unga klä sig på ett sätt som gör att en lättare passerar i omklädningsrummet. Passera betyder i sammanhanget att inte bli ”upptäckt” som trans. För unga transpersoner kan det handla om ett kontinuerligt arbete att skapa trygghet i situationer där det finns högre risk att transidentiteten blir ”upptäckt”, exempelvis i situationer som en förväntas vara helt eller delvis avklädd.

SAMMANFATTNING

- Unga hbtq-personer som idrottar på sin fritid kan beskriva att träningen är rolig men också att de skulle vilja att förutsättningarna för idrotten såg annorlunda ut.
- Ett hinder för idrott kan vara otrygghet kopplat till att den sociala miljön inte upplevs som välkomnande eller inkluderande.
- Omklädningsrum kan upplevas som en otrygg plats där trycket att följa normer ökar tillsammans med en extra utsatthet för de som inte gör det.
- Unga transpersoner kan möta särskilda hinder inom träning exempelvis kopplat till otryggheten i omklädningsrum.
- Trygghetsskapande strategier kan både handla om att ta hjälp av stödjande relationer och om att klä sig på ett sätt som minskar risken för diskriminering.

BETYDELSEN AV STÖDJANDE RELATIONER OCH FÖREBILDER

I DET HÄR KAPITLET PRESENTERAS UNGA HBTQ-PERSONERS ERFARENHETER OCH TANKAR KRING BETYDELSEN AV STÖDJANDE RELATIONER OCH FÖREBILDER, VARE SIG DET HANDLAR OM MILJÖER PÅ FRITIDEN ELLER I SKOLAN.

BETYDELSEN AV STÖDJANDE RELATIONER

Unga i studien beskriver att det stöd de behöver och söker vanligtvis är relationellt. Det gäller oavsett om det handlar om situationer på fritiden, i hemmet eller skolmiljön. En stödjande relation präglas av tillit, trygghet och att den unga känner sig sedd och bekräftad i sin hbtq-identitet.

I en stödjande relation är det okej som ung att vara på olika sätt, förändras, vara osäker och känna efter. I en stödjande relation blir unga aktivt lyssnade på, respekterade och förstådda. Stödjande relationer kan bidra till att platser upplevs som mer trygga och inkluderande. Det gäller även platser som annars uppfattas som otrygga.

STÖDJANDE RELATIONER INOM OCH UTANFÖR FAMILJEN

Det är särskilt viktigt att som ung hbtq-person få stöd av familjen och de närmsta relationerna. Stödjande relationer utanför familjen kan vara särskilt viktiga för unga som inte upplever sig få stöd hemifrån.

Det finns olika anledningar till varför unga söker sig till sammanhang där det finns andra öppna hbtq-personer. En anledning är att få relationellt stöd. Andra hbtq-personer kan ha en särskild förståelse för ungas olika upplevelser och tankar. Det kan kännas stärkande att inte behöva förklara sig själv eller hur ens identitet på olika sätt präglar vardagliga upplevelser.

HUR VAR DET
FÖR DIG I MIN
ÅLDER?

DET VAR
JOBBIGT IBLAND MEN
NU NÄR JAG TÄNKER
TILLBAKA ÄR JAG GLAD ATT
JAG VÅGADE VARA MIG SJÄLV.
DET HAR STÄRKT MIG OCH
GJORT MIG TRYGGARE.

RÄTTIG
ALLT
O
H
E
R



BETYDELSEN AV FÖREBILDER

Unga hbtq-personer önskar mer kontakt med äldre öppna hbtq-personer. Kontakt med äldre öppna hbtq-personer kan bidra till att unga får nya perspektiv, erfarenheter och strategier. Det kan handla om att dela upplevelser och dra lärdom av någon annans erfarenheter. Äldres egna erfarenheter av att ha varit en ung hbtq-person kan göra att de bemöter yngre med en bredare och djupare förståelse. Det kan också bidra till att unga blir stärkta, får en starkare självbild och får tillgång till

strategier för att bättre kunna navigera i svåra och utsatta situationer.

Unga hbtq-personer kan önska förebilder som har samma kön eller sexuella läggning som de själva eller tycka att det är tillräckligt att det är en hbtq-person. Vissa av intervjupersonerna önskar få kontakt med personer som är nära i ålder medan andra önskar få kontakt med betydligt äldre personer. Genomgående bland önskemålen är just möjligheten att få spegla sig själv i någon med liknande erfarenheter och upplevelser.



Det hade varit jätteskönt att ha någon som förstår en i allting. 'Jag kan förstå dig att du mår dåligt', men samtidigt är det någon som kan förstå, 'Jag har varit med om liknande'. Det är väl alltid skönt, och det hade varit jätteskönt att ha någon man bara kan få prata med om det ämnet. Det är som jag och mina kompisar brukar säga, att vi önskar att det alltid fanns en hbtq-vuxen i olika grejer, som hos läkare eller sådana grejer.

Icke-binär transkille, pansexuell, 15 år, storstad.

ÖNSKAR BREDARE SYNLIGHET

Unga hbtq-personer som har intervjuats lyfter också en önskan om en bredare synlighet av äldre öppna hbtq-personer med olika identiteter och erfarenheter i samhället i stort. Det gäller också i de digitala kanaler dit många unga hbtq-personer vänder sig för att hitta inspiration, kunskap, gemenskap och förebilder.

Att få kontakt med äldre hbtq-personer och att få se att det finns äldre hbtq-personer i olika delar av samhället, kan bidra till att stärka ungas hopp och framtidstro. Det är viktigt för att se att det är möjligt att leva ett långt och meningsfullt liv som hbtq-person.



Jag tror det är väldigt givande för unga transpersoner att se äldre transpersoner som kanske är över 50, som börjar bli gamla och har levt ett långt liv. Och att se att det har gått bra för dem, de har familj, de har barn, de har ett jobb, de är en del av samhället, de är lyckliga. Det är viktigt att se att det går bra för många, tror jag.

Icke-binär, transmaskulin, bisexuell, 24 år, mellanstor stad.

SAMMANFATTNING

- Det stöd unga hbtq-personer behöver och söker är ofta relationellt oavsett om det handlar om situationer på fritiden eller i skolmiljön. En stödjande relation präglas av tillit och att unga känner sig bekräftade i sin hbtq-identitet.
- Det är viktigt att som ung hbtq-person få stöd av de närmsta relationerna. Stödjande relationer utanför familjen kan vara särskilt viktigt för unga som inte upplever sig få stöd hemifrån.
- Unga hbtq-personer kan önska mer kontakt med andra hbtq-personer då det kan finnas en särskild förståelse för varandras erfarenheter. Många önskar också kontakt med äldre förebilder.
- Unga hbtq-personer efterfrågar en bredare synlighet i samhället och på digitala plattformar av hbtq-personer med olika identiteter och åldrar.
- Att äldre öppna hbtq-personer syns i olika delar av samhället, kan bidra till att stärka ungas hopp och framtidstro. Det är viktigt för att se att det är möjligt att leva ett långt och meningsfullt liv som hbtq-person.

” Det är lättare att hitta unga hbtq-personer än vad det är äldre. Alltså, det är min upplevelse. För att det är fler unga som har kommit ut med det. Men sen är det otroligt många unga som dör också av självmord. Så att det är därför det känns så viktigt att se att folk som är äldre än mig, ändå har klarat sig igenom den perioden och lever ett bra liv. För då vet jag att jag också kan klara det liksom. ”

Transman, 19 år, mellanstor stad, med erfarenhet av att bli utsatt för funkofobi.

Ett stort tack till alla er som på olika sätt bidragit till denna pocketversion! På mucf.se finns mer information och material som kan användas för en mer trygg och inkluderande skola och fritid för unga hbtq-personer.