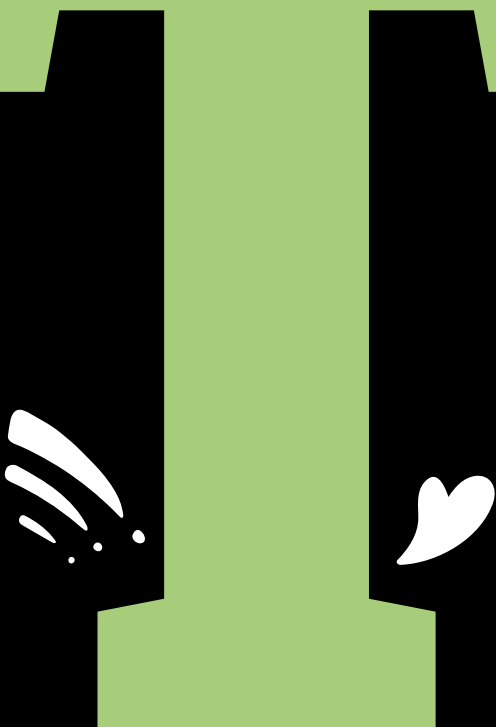
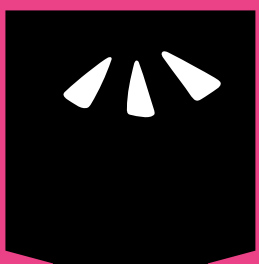
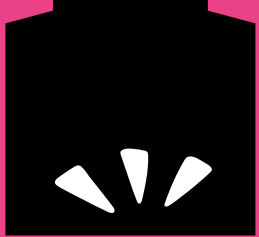


**FORTE:**

Forskningsrådet för  
hälsa, arbetsliv och välfärd



**UNG  
OCH  
HBTO**

A grayscale photograph of a hand holding a vibrant, multi-colored rainbow. The rainbow's colors are pink, orange, yellow, green, light blue, and purple. The rainbow is shaped like a speech bubble pointing upwards and to the right. Inside the speech bubble, the text "DET FINNS FLER PRONOMEN ÄN HON OCH HAN." is written in a serif font, with each word on a separate line. The text is white with a black outline. Surrounding the hand and rainbow are various colorful icons: a teal bird-like shape with three pink triangles above it, a black male symbol, a pink heart with two blue teardrops, and a black exclamation mark with three dots below it.

**”DET FINNS  
FLER  
PRONOMEN  
ÄN HON  
OCH HAN.”**

**Text** Ulla Tillgren, Rebecka Bråhner och Eli Hector

**Faktagranskad av** Richard Brånström och Emelie Mire Åsell

**Fakta är hämtad ur rapporten** *Hälsa och livsvillkor bland unga hbtq-personer*

- *Vad vet vi och vilka forskningsbehov finns?* av Richard Brånström för Forte.

**Illustrationer** Anna Baumgarten

**ISBN** 978-91-88561-32-9

# Ung och hbtq

Du har rätt att vara den du är och bli kär i och ha sex med vem du vill, så länge samtycke finns. I Sverige är normen att vara heterosexuell, men det är vanligare än någonsin tidigare att vara öppen med en annan sexuell läggning eller könsidentitet än vad som är normen. Det kallas att vara att vara hbtq – homo, bi, trans eller queer.

## **Varje människa ska ha lika rättigheter och möjligheter**

Hbtq är ett samlingsbegrepp för homosexuella, bisexuella, transpersoner och queer. Det handlar bland annat om vem man har förmåga att bli kär i och/eller hur man definierar och uttrycker sitt kön. Alla ska ha rätt att vara den man är och bli kär i och ha sex med vem man vill, förutsatt att samtycke finns.

Lagar som förbjuder diskriminering och ger alla medborgare samma rättigheter har skärpts. Sveriges regering har skrivit en hbtq-strategi som staten ska följa. I den står att varje människa ska ha lika rättigheter och möjligheter oavsett sexuell läggning eller könsidentitet.

Att vara homosexuell innebär att man blir kär i och har sex med personer som har samma kön som en själv och att vara bisexuell innebär att man bli kär i och har sex med personer oavsett kön. Att vara queer kan betyda många olika saker. Exempelvis kan det handla om att personen inte vill bestämma sitt kön eller sin sexuella läggning, eller så kan queer vara ett sätt att beskriva sin könsidentitet och/eller relationsform. Gemensamt för queera är att man inte känner sig som en del av majoriteten och den rådande normen, och ifrågasätter samhällets föreställningar om vad kön, sexualitet och/eller relationsformer är.

Transperson är ett paraplybegrepp som innefattar en mängd olika identiteter, grupper och personer som identifierar sig med begreppet →

**1944**

Homosexualitet blir lagligt i Sverige.

**1979**

Homosexualitet slutar betraktas som psykisk störning.

**2006**

Det blir förbjudet att diskriminera någon i skolan på grund av sexuell läggning och kön.

**2009**

Äktenskapslagen blir könsneutral. Man har rätt att gifta sig oavsett vilket kön en själv och ens partner har.

**2013**

Steriliseringskravet för att få byta juridiskt kön avskaffas i lagen.

**2014**

Regeringen presenterar en nationell strategi för lika rättigheter och möjligheter oavsett sexuell läggning, könsidentitet eller könsuttryck.

trans. Trans är latin och betyder *överskridande*. Det handlar om att bryta mot samhällets normer om könsidentitet och könsuttryck. Med könsuttryck menas att man uttrycker sin könsidentitet med exempelvis kläder, röstläge, kroppsspråk, kroppsbe håring och frisyr för att definiera och identifiera sig. Att vara transperson har ingenting med sexuell läggning att göra.

## Att vara öppen med vem man är

Som ung hbtq-person kan man behöva komma ut med till exempel sin sexuella läggning och könsidentitet när omgivningen tar för givet att man är heterosexuell eller att man identifierar sig med det kön man tilldelades vid födseln. I sammanhang där det inte antas, behöver man inte komma ut. En heterosexuell person

behöver inte göra det eftersom hen är en del av själva normen och majoriteten. Cisperson är ett begrepp som kom till för att beskriva normen för könsidentitet. Det är latin och betyder *på samma sida*. En cisperson identifierar sig med och uttrycker det kön hen tilldelades vid födseln.

I dag är det vanligare än någonsin tidigare att vara öppen med en annan sexuell läggning eller könsidentitet än vad som är normen. I Sverige säger sig drygt 80 procent av homosexuella och lite mer än hälften av bisexuella kunna vara öppna med sin läggning, i alla fall inför några människor. Danmark, Nederländerna och Belgien har högre siffror än Sverige, medan andra länder har lägre.



## Könsbekräftande vård

De senaste åren har det blivit allt vanligare att unga personer söker sig till det som kallas könsbekräftande vård. Könsbekräftande vård ges i dag till den som fått diagnosen könsdysfori. Med könsdysfori menas att ens könsidentitet inte stämmer överens med det kön man tilldelades vid födseln. För att få en sådan diagnos behöver man göra en könsidentitetsutredning. Under utredningen och behandlingen möter man team som kan bestå av många olika professioner, exempelvis psykiatriker, psykolog, socionom, endokrinolog, logoped och plastikkirurg. Troligen kommer en ny term, könsinkongruens, att börja användas i vården istället för könsdysfori.

Det finns studier som visar att den psykiska hälsan hos transpersoner som genomgått

könsbekräftande vård förbättras, och i en studie framkommer att risken för depression och ångest minskar ju längre tiden går efter att man genomgått en sådan behandling.

## Det behövs mer forskning kring hbtq

Den mesta hbtq-forskningen har gjorts i USA, men på senare år har det börjat komma fler studier och forskningsrapporter om hur det är att vara hbtq-person i Sverige.

Majoriteten av unga hbtq-personer är både fysiskt och psykiskt friska. Homo- och bisexuella är till exempel oftare fysiskt aktiva än heterosexuella. Homosexuella är i genomsnitt mer högutbildade än heterosexuella. Hbtq-personer väljer ofta, medvetet eller omedvetet, en särskild utbildning eller yrkeskarriär utifrån →



# *VARJE MÄNNISKA SKA HA LIKA RÄTTIGHETER OCH MÖJLIGHETER.*

var man själv känner eller upplever att det är okej att vara hbtq och där man inte riskerar att utsättas för fördomar eller trakasserier.

Det behövs mycket mer forskning för att förstå hur det är att växa upp, utbilda sig, kanske bilda familj och leva som hbtq-person i det svenska samhället.

## **Att bryta mot normer är jobbigt - men kan ge styrka**

För hbtq-personer kan det vara viktigt att få dela erfarenheter, som till exempel att komma ut inför familj, vänner, i skolan eller på jobbet. Här fungerar sociala medier ofta bra för att knyta kontakter och hitta stöd och hjälp.

Att bryta mot normer och traditioner kan inge en känsla av styrka och mod. Men att tillhöra en minoritet kan innebära att man möts av fördomar, mobbning och trakasserier. Det kan vara en anledning till varför man inte vill tala öppet om sin sexualitet eller könsidentitet.

Heterosexuella och cispersoner behöver inte hela tiden läsa av och lära sig hantera omgivningens reaktioner då de tillhör majoriteten. Det måste hbtq-personer ofta göra.

Statistiken visar att hbtq-personer riskerar att bli utsatta för diskriminering, trakasserier och våld i större utsträckning än heterosexuella och cispersoner. Det finns fortfarande många fördomar och en stark stigmatisering kring hbtq-personer. Med stigmatisering menas att minoritetsgrupper utsätts för diskriminering av samhällets majoritetsgrupper.

Minoriteter är mer utsatta än majoriteten i ett samhälle. Om man ständigt oroar sig för vad andra tycker kan man må både psykiskt och fysiskt dåligt. En person som hela tiden måste dölja sin sexuella läggning eller könsidentitet mår inte heller bra. Då kan det vara extra skönt att befinna sig i sammanhang där man känner att man kan vara precis som man är och bli respekterad, utan att behöva tänka på vad någon annan ska tänka, tycka eller göra.



**”Innan hade jag inte tänkt så mycket på det. Men det jag inte tänkte på, som kanske är det allra jobbigaste, är alla man kommer ut inför till vardags.**

**Det blir ett litet ställningstagande varje gång jag träffar en ny person när man kommer in på ämnet. Typ på ett nytt jobb när de undrar var jag bor och jag då måste förklara att jag bor hos min tjej.**

**Ingen har någonsin reagerat negativt på det, men jag gör liksom automatiskt en kort avvägning innan jag säger något.”**

## *DISKUTERA*



**Vad händer med dig om du inte får vara öppen med den du är?**

**Vad betyder det att bryta mot en norm?**

**Är det en frihet att bryta mot normen i samhället?**

**På vilket sätt i så fall?**

# Ordlista

## **ATT KOMMA UT**

När en hbtq-person antas tillhöra majoritets-samhället och normen, men väljer/behöver/ tvingas att berätta att hen inte gör det.

Att vara i sammanhang med andra hbtq-perso- ner kan innebära att man inte behöver komma ut, då man inte förutsätts vara hetero eller cis.

## **BISEXUELL**

Att bli kär i eller attraherad av någon oavsett vilket kön personen har.

## **BÖG**

Att vara kille och bli kär i eller attraherad av andra killar.

## **CISPERSON**

Ett begrepp som kom till för att beskriva normen för könsidentitet. Det är latin och betyder *på samma sida*. En cisperson identifierar sig med och uttrycker det kön hen tilldelades vid födseln.

## **GENDER QUEER**

Att ha en könsidentitet som är mellan eller bortom tjej och kille. Gender queer betyder inte samma sak för alla som identifierar sig som det.

## **GENDERFLUID**

En flytande könsidentitet som varierar över tid. Könsidentiteten kan skifta från dag till dag eller skifta vid olika tider i livet. Exempelvis kan man känna sig som kille en tid och senare som icke-binär.

## **HBTQ**

Ett samlingsbegrepp för homosexuell, bisexuell, transperson och queer.

## **HEN/DEN**

Könsneutrala pronomen som kan användas om kön inte är relevant, känt eller för personer som har detta som pronomen.

## **HETERONORMATIVITET**

Ett system av normer som säger att det bara finns två kön och alla är antingen tjej eller kille. En tjej är feminin, en kille maskulin och alla i samhället förväntas vara heterosexuella.

## **HETEROSEXUELL**

Att bli kär i eller attraherad av personer av ett annat kön än det egna.

## **HOMOFOBI**

En värdering eller uppfattning som ger uttryck för en mycket negativ syn på homo- sexualitet och/eller homo- och bisexuella.

## **HOMOSEXUELL**

Att bli kär i eller attraherad av personer av samma kön som det egna.

## **ICKE-BINÄR**

En person som identifierar sig som någon- stans mellan eller bortom kategorierna tjej och kille. Hen kan känna sig som både tjej och kille eller som något däremellan. Andra identifierar sig inte som något kön alls.

## **INTERGENDER**

Någon som identifierar sig som mellan eller bortom kategorierna tjej eller kille. Intergender betyder inte samma sak för alla som identifierar sig som det.

## **JURIDISKT KÖN**

Det kön som registreras i folkbokföringen och som står i passet och legitimationen.



# ATT VARA TRANSPERSON HAR INGENTING MED SEXUELL LÄGGNING ATT GÖRA.

## **KÖNSBEKRÄFTANDE BEHANDLING**

Olika behandlingar för att ändra kroppen så att den stämmer mer överens med personens könsidentitet.

## **KÖNSIDENTITET**

Det kön som en person känner sig som, exempelvis tjej, kille, icke-binär, queer, transtjej, transkille, intergender med flera.

## **KÖNSKONGRUENS/KÖNSDYSFORI**

När ens könsidentitet inte stämmer överens med det kön man tilldelades vid födseln. En psykiater behöver göra en könsidentitetsutredning för att det ska gå att ställa en könskongruensdiagnos. Personer med en sådan diagnos kan få könsbekräftande vård och behandling.

## **KÖNSUTTRYCK**

Att uttrycka sitt kön genom till exempel kläder, röstläge, kroppsspråk, kroppsbehandling och frisyr.

## **LESBISK**

En tjej som är eller blir kär i eller attraheras av andra tjejer.

## **PANSEXUELL**

Att bli kär i eller attraheras av personer av alla kön. Begreppet gör det tydligt att det finns fler kön än två (man och kvinna).

## **PRONOMEN**

Hon, han, hen och den – det som en person vill bli kallad när någon pratar om hen i tredje person (till exempel "hen är fin"). Det går inte

att se på en person vilket pronomen hen har. Är man osäker på en persons pronomen kan man fråga det i ett enskilt sammanhang.

## **QUEER**

Kan vara en person som inte vill bestämma sitt kön eller sin sexuella läggning. Andra använder queer som ett sätt att beskriva sin könsidentitet, sexualitet och/eller relationsform. Queer är ett begrepp som vill ifrågasätta heterosexualitet som norm.

## **SEXUELL LÄGGNING**

Handlar om vem en person blir kär i eller attraherad av. En sexuell läggning kan exempelvis vara heterosexuell, bisexuell eller homosexuell.

## **TRANSFOBI**

En värdering eller uppfattning som ger uttryck för en mycket negativ syn på transsexualitet, transpersoner och/eller personer vars könsuttryck går emot normen.

## **TRANSPERSON**

Ett paraplybegrepp som innefattar en mängd olika identiteter, grupper och personer som identifierar sig med begreppet trans. Trans är latin och betyder *överskridande*. Det handlar om att bryta mot samhällets normer om könsidentitet och könsuttryck. Att vara transperson har ingenting med sexuell läggning att göra.

**Källor** Rapporten *Hälsa och livsvillkor bland unga hbtq-personer* och RFSL

**RICHARD BRÄNSTRÖM ÄR PSYKOLOG OCH FORSKARE.**  
Han har skrivit rapporten *Hälsa och livsvillkor bland unga hbtq-personer* för Forte, som denna broschyr baseras på.



## Vad är det viktigaste som visas i din rapport?

”Att Sverige är ett bra land att vara hbtq-person i. Det har hänt mycket som är bra de senaste åren. Vi har lagar som innebär att det är förbjudet att diskriminera någon på grund av vem hen är kär i. Det påverkar attityderna i samhället positivt.”

## Hur har unga hbtq-personer det i dag?

”Det kan vara tufft att alltid vara i minoritet, att alltid vara den som bryter normen eftersom de flesta omkring en inte är som en själv. Men att bryta mot normen kan också ge en viss frihet. Ungdomar prövar sig fram för att hitta sin identitet. Det är sunt att inte vilja tillhöra normen och ifrågasätta det mesta, även sin könsidentitet. Det är också positivt att många unga hbtq-personer kämpar för lika rättigheter och mot förtryck.”

## Är allt bara positivt?

”Nej, risken för att råka ut för mobbning, trakasserier och våld är större för hbtq-personer än för heterosexuella. Därför är det viktigt att skolan och hela samhället tydligt arbetar för att bekämpa fördomar och se till att alla behandlas lika.”

## Vad visar rapporten mer?

”Att det är viktigt att få vara den man är!”



Hela rapporten finns att läsa på  
[www.forte.se/publikation/unga-hbtq](http://www.forte.se/publikation/unga-hbtq)

***DU HAR RÄTT ATT VARA***

***DEN DU ÄR OCH BLI***

***KÄR I VEM DU VILL.***

## **Hit kan du vända dig för att få veta mer:**

**FORUM FÖR LEVANDE HISTORIA**  
[www.levandehistoria.se/hbtq](http://www.levandehistoria.se/hbtq)

**MUCF, ÖPPNA SKOLAN**  
[www.mucf.se](http://www.mucf.se)  
(Under: Publikationer  
> Öppna Skolan)

**UMO.SE**  
[www.umo.se](http://www.umo.se)  
(Under: Jag > Sexuell läggning  
och könsidentitet)

**YOU.MO.SE**  
[www.youmo.se](http://www.youmo.se)  
(Under: Kärlek & vänskap  
> Sexuell läggning och hbtq)

**VÅRDGUIDEN**  
[www.1177.se](http://www.1177.se)  
(Under: Liv & hälsa  
> Könsidentitet och sexuell  
läggning)

**RFSL**  
[www.rfsl.se](http://www.rfsl.se)

**RFSL UNGDOM**  
[www.rfslungdom.se](http://www.rfslungdom.se)



Forte är en av Sveriges myndigheter, som bland annat ansvarar för att samordna forskning som fokuserar på barn och ungdomar.

Forte - Forskningsrådet för hälsa, arbetsliv och välfärd  
Box 380 84, 100 64 Stockholm  
Telefon: 08-775 40 70, e-post: [forte@forte.se](mailto:forte@forte.se)  
[www.forte.se](http://www.forte.se)



[www.forte.se](http://www.forte.se)