

Samtal om sex och relationer

Utbildning instruktörer ABC
28 september 2025

Nathalie Simonsson och Ellen Nordlund



ALLMÄNNA
ARVSFONDEN



Unga och föräldrar vill prata - men det är svårt att få till det

- Så gott som alla vuxna tycker att samtal om kroppen, känslor, relationer och sexualitet är viktiga
- Hälften av föräldrarna har pratat med sina barn
- 83 % känner oro för vad barnet ska möta under tonåren

Verian 2024: Attityder till relationer, sex och samtycke

RFSU

Riksförbundet för sexuell upplysning

Elise Ottesen-Jensen grundade
RFSU 1933

Sexualupplysning, kliniskt arbete,
opinionsbildning




rfsu.se/foralder




För föräldrar och vårdnadshavare

Så har du världens viktigaste samtal

Därför ska du ta snacket

Frågor från föräldrar 

Skicka in din egen fråga

Lyssna på ungas röster 

Föräldrar, så har ni världens viktigaste samtal

Är du vuxen med barn i din närhet? Vill du att ditt barn eller din tonåring ska få kunskap om sin kropp, förstå sina känslor och kunna fatta beslut som känns bra i magen? Då är det dags att ni tar snacket om sex och relationer – världens viktigaste



<https://www.rfsu.se/sex-och-relationer/foralder/lyssna-pa-unga/film/>

NATHALIE SIMONSSON

**VÄRLDENS
VIKTIGASTE
SAMTAL**

ORDFRONT/RFSU

**EN HANDBOK TILL FÖRÄLDRAR
OM TONÅRINGAR OCH SEX**



Hur gör man om
det känns svårt?



Snabbis



Minska glappet

Vad kommer först?
Bekräfta svårigheter



Vad vet vi om
ungdomars
sexualitet?



Fyll på- principen

Mitt barn kollar på porr, vad ska jag göra?

Min 15-åring vill sova över hos sin flickvän, är det okej?

Jag oroar mig för att mitt barn som är trans kommer bli utsatt i skolan.

Jag hittade nakenbilder i mitt barns telefon. Vad gör jag nu?

Mitt barn skäms över sin kropp. Hur pratar man om sådant?



Poddar



Kan vi prata?


En podd för föräldrar om ungas sexualitet, identitet och relationer.

En podd för föräldrar om ungas sexualitet, identitet och relationer. Vi är sex ungdomar som diskuterar utifrån olika teman och ger tips om hur viktiga vuxna i våra liv kan prata med oss.



<https://shows.acast.com/kan-vi-prata>



A man and a woman are in a recording studio. The man, wearing a white beanie and a white t-shirt, is on the right, looking down at a large sheet of paper he is holding. The woman, with long dark hair, is on the left, also looking down at a sheet of paper. They are both smiling slightly. In front of them is a professional microphone on a stand. The background is a dark wall with a grid pattern, and there are some colored lights (yellow and red) visible at the top of the frame.

Efter att ha lyssnat på den här podden så hoppas jag att de känner sig...

Samarbete med oss!

- Ettårig utbildningssatsning
- Erbjuder föreläsningar för yrkesverksamma och föräldrar i hela landet
- Möjlighet att besöka 7 kommuner
- För mer info och kontakt maila elin.oberg@rfsu.se

Tack för idag!

ellen.nordlund@rfsu.se

nathalie.simonsson@rfsu.se

