

# SAMTALSUNDERLAG TILL "RFSU INFORMERAR OM NÄR SAMLAG GÖR ONT"

1. Berätta att ni nu ska prata om när samlag gör ont och att ni ska börja med att titta på en film med information om det. Berätta att det förekommer teckningar på nakna kroppar i filmen.

2. Titta på filmen tillsammans.

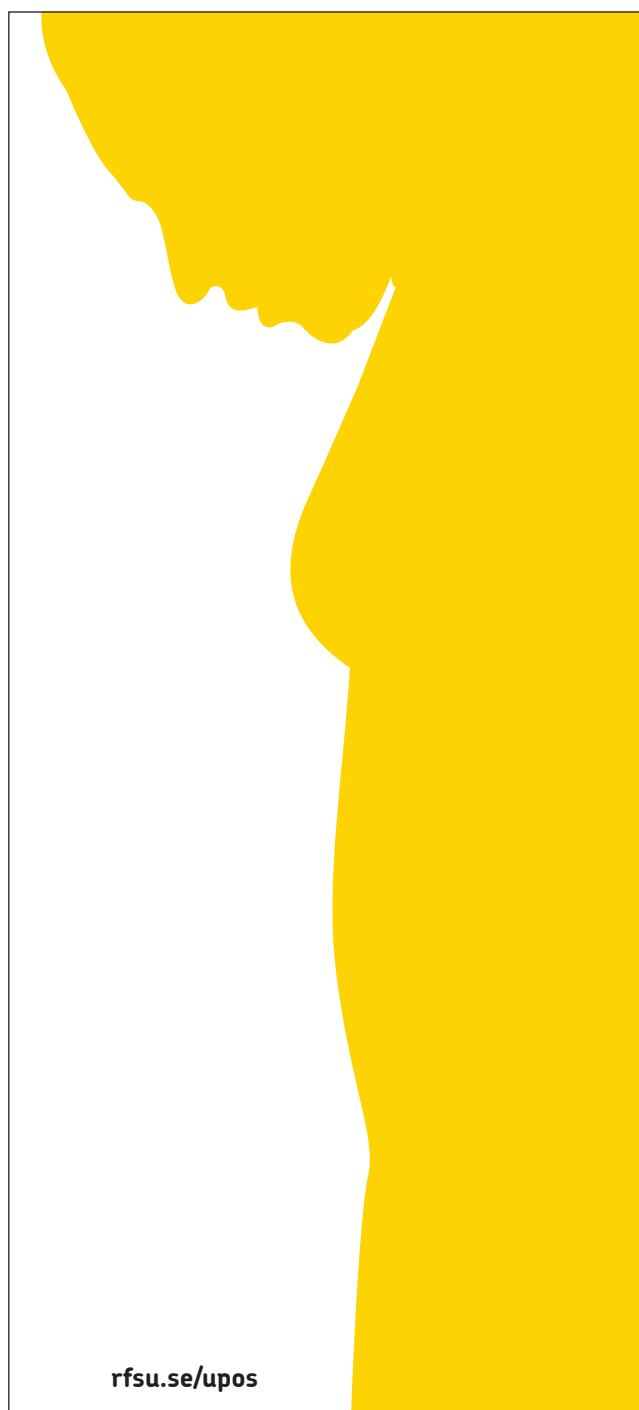
3. Berätta att ni nu ska diskutera ämnet tillsammans, och att deltagarna kan ställa frågor. Låt gärna deltagarna själva styra vad samtalet fokuserar på. Nedan finns exempel på diskussionsfrågor som ni kan utgå ifrån.

## DISKUSSIONSFRÅGOR

- Be deltagarna sammanfatta vad de tyckte att filmen handlade om – var det något som var oväntat, nytt eller intressant?
- Sammanfatta tillsammans:
  - Varför kan samlag göra ont? Vilka skäl nämns i filmen?
  - Vilka skäl nämns i filmen till att samlag kan göra ont?
  - Hur kan smärtan kännas?
  - Varför minskar risken att få ont om personen med en slida är upphetsad?
- Hur vet man om man vill ha sex eller inte? Hur känns det i kroppen?
- Hur kan man prata med sin partner om ifall man vill ha sex eller inte? Vad kan göra det lättare eller svårare?
- Ofta är det just samlag som gör ont. Vilka andra sätt att ha sex på finns det?
- Måste man ha samlag med den man är gift med?
- Hur kan det kännas om ens partner säger att den får ont av samlag? Vad kan man göra som partner till den som får ont?
- Vad finns det för hjälp att få om man har ont vid samlag? Varför är det bra att söka hjälp?

## VIKTIGT ATT TA UPP:

- Smärta är kroppens sätt att säga att något är fel. Om man fortsätter ha sex fast det gör ont kan det bli värre. Det är alltså viktigt att sluta göra det som gör ont, och att försöka ta reda på vad som är fel.
- Man har rätt att själv välja om man vill ha sex och hur man vill ha sex. Ingen har rätt att tvinga eller pressa en att sex om man inte vill. Det är olagligt.
- Sex är mycket mer än bara samlag. Om samlag gör ont kan man t.ex. kyssas, smeka varandra eller ha oralsex.
- För den som har varit med om sexuellt våld, eller lever i en relation den inte har valt själv kan sex bli förknippat med tvång och smärta. Då finns stöd och hjälp att få – vänd dig till vården, eller till en kvinno-/tjejjour. Man kan t.ex. ringa till Kvinnofridslinjen på nummer 020-50 50 50. De har öppet dygnet runt och man kan få hjälp av en tolk.



FIGHTING FOR BODY RIGHTS SINCE 1933

[rfsu.se/upos](https://rfsu.se/upos)

- Det finns hjälp att få för den som har ont vid samlag. Det är bra att söka hjälp så tidigt som möjligt.