



# Sexuell kommunikation och samtycke

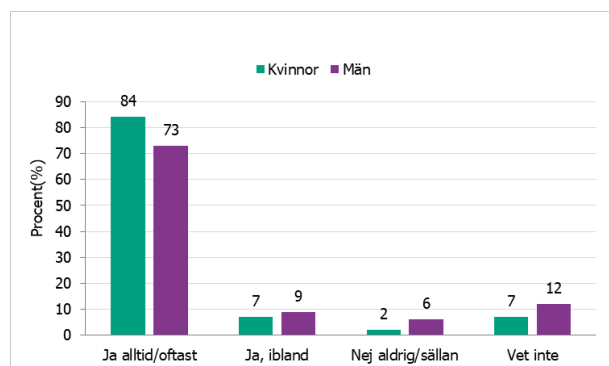
Det här faktabladet handlar om upplevelser av sexuell kommunikation och samtycke baserat på resultat från undersökningen *SRHR2017* och fördjupningsstudierna *Sexuell kommunikation, samtycke och hälsa* och *Ett spektrum av sexuella samtycken*.

Sexuell kommunikation beskriver sättet att kommunicera, tolka och förstå samtycke i sexuella relationer. Det kan innefatta tal, kroppsspråk och blickar. Förmågan att kommunicera i sexuella situationer kan ha betydelse för människors hälsa. Här redovisas upplevelser av sexuell kommunikation och samtycke. Svaren redovisas utifrån kön, utbildningsnivå och sexuell identitet.

## Att säga nej till sex

Majoriteten av befolkningen menar att de kan säga nej till sex, oavsett kön, ålder, sexuell identitet och utbildning. Det var dock vanligare att kvinnor oftast eller alltid kan säga nej, oavsett åldersgrupp, medan män i högre grad uppgav att de aldrig eller sällan kan säga nej till sex. Personer med lägre utbildningsnivå har också svårt att neka sex, liksom bisexuella män och transpersoner (1).

**Figur 1.** Andel som uppger att de kan säga nej till sex, per kön (1).



## Sammanfattning

*SRHR2017* visar att majoriteten av befolkningen kan säga nej till sex. Resultatet visade även att en högre andel bisexuella kvinnor och homo- och bisexuella män har gått med på att ha sex trots att de egentligen inte ville, jämfört med homo- och heterosexuella kvinnor och heterosexuella män.

Enligt studien *Sexuell kommunikation, samtycke och hälsa* kan de flesta förmedla om de vill ha sex, och hur de då vill eller inte vill ha sex. En tredjedel tror att de skulle må bättre om de fick hjälp att förbättra sin kommunikationsförmåga.

Resultatet från *Ett spektrum av sexuella samtycken* visar att samtycke ses som mångfacetterat och fullt av gråzoner som bland annat påverkas av situationen. Erfarenheter av sex utan ömsesidig lust kan bidra till skamkänslor och olust.

Sammanfattningsvis behövs mer kunskap om och forum för samtal och diskussioner om samtycke.

## Att ha sex trots att man egentligen inte vill

En högre andel kvinnor (63 procent) än män (34 procent) har gått med på att ha sex trots att de egentligen inte ville. Det är också vanligare bland bisexuella kvinnor och homo- och bisexuella män, i jämförelse med homo- och heterosexuella kvinnor och heterosexuella män. Bland anledningarna nämns att det var för partnrens eller för relationens skull (2).

## Att påverka andra att ha sex

Totalt 83 procent av kvinnorna har inte försökt påverka någon att ha sex med dem, medan motsvarande andel för män är 69 procent. Män har också i högre utsträckning försökt påverka någon att ha sex med dem flera gånger, 13 respektive kvinnor 5 procent (2).

## Att visa om och hur man vill ha sex

Totalt 56 procent menar att de kan förmedla om, när och hur de vill ha sex. För att visa att de vill ha sex, och hur,

används främst tal och/eller kroppsspråk och blickar. Kroppsspråk och blickar används i något högre grad av kvinnor än män, 55 respektive 49 procent (2).

Majoriteten kan oftast eller alltid föreslå hur de vill ha sex, och kan säga ifrån om deras sexpartner vill göra något som de inte vill. Andelen var dock något högre bland kvinnor än män, 69 respektive 62 procent (1). Skillnader syntes utifrån utbildningsnivå för både kvinnor och män: ju högre utbildningsnivå, desto fler som rapporterade att de kunde säga ifrån (1).

Bisexuella kvinnor rapporterar i högre utsträckning, 74 procent, att de alltid eller oftast kan föreslå för en partner hur de vill ha sex, jämfört med heterosexuella och homo-sexuella kvinnor, 66 respektive 69 procent. Andelen som aldrig eller sällan kan ge sådana förslag är högre bland transpersoner jämfört med cispersoner (1).

### Upplevd kommunikationsförmåga

Drygt hälften tycker sig ha god förmåga att kommunicera om sex, medan drygt en tiondel uppger att deras kommunikativa förmåga är dålig och att de blir osäkra och stressade i sexuella situationer på grund av kommunikationsbrister. En tredjedel tror att de skulle må bättre om de fick hjälp med att förbättra sin kommunikationsförmåga. Åtta av tio vet inte vart man kan vända sig för att få hjälp med att prata om sexualitet (2).

### Samtycke som ett spektrum

Analyserna av den kvalitativa intervjustudien *Ett spektrum av sexuella samtycken* resulterade i huvudtemat: Ett spektrum av samtycken: kontextuella och kontinuerliga sexuella praktiker. Huvudtemat belyser hur samtycke är mångfacetterat och uttrycks olika beroende av situation, relation och föreställningar om sexualitet och sexuell praktik. Huvudtemat byggs upp av fem underteman (3):

- Kommunikation – så tydligt, så svårt
- Sex och samspel i samförstånd
- Samtyckets gråzoner
- Avsaknad av samtycke
- Att navigera och utmana föreställningar och praktiker för sexualitet

### Kommunikation – så tydligt, så svårt

Tydlig och lyhörd kommunikation beskrivs som en nyckel till ett fungerande sexuellt samtycke och samspel. Samtidigt upplevs kommunikation om sex och samtycke som svårt att prata om och det behövs forum för att förbättra dessa färdigheter. Vidare beskriver intervjupersonerna att typen av kommunikation skiljer sig åt mellan

### Definition av samtycke

Det finns ingen vedertagen definition av sexuellt samtycke, men grundar sig i frivillighet, ömsesidighet, egenmakt och respekt. Samtycke kan beskrivas som ett svar på en sexuell inbjudan och något som personer ber om eller ger. Ordet samtycke kan syfta på olika saker:

- en inre vilja att ha sex
- en handling eller ett fysiskt beteende som uttryckligen visar att man går med på något

olika slags sexuella situationer och praktiker. Det som upplevs som tabubelagt kan också försvåra en god kommunikation (3).

### Sex och samspel i samförstånd

Sexuellt samtycke förstås som självklart och ömsesidigt när den sexuella relationen upplevs som positiv eller fungerande. Samtycken kan förändras och fungera olika beroende på situation och utifrån individuella och relationella faktorer. Samtycket är även någonting pågående som sker hela tiden och inte enbart vid ett tillfälle under sex.

### Samtyckets gråzoner

I kontrast till de samförstådda sexuella samtyckena lyfter intervjupersonerna fram erfarenheter av samtyckets gråzoner. Temat speglar erfarenheter längs den glidande skalan från svärfångade nyanser av samtycke till förhandling eller obehag. Vidare beskrivs upplevelser där intervjupersonerna varit osäkra på sitt eget eller andras samtycke, och erfarenheter av bristande lust som har omvandlats till samtycke efter hand (3).

### Avsaknad av samtycke

I intervjupersonernas berättelser finns också erfarenheter av avsaknad av samtycke. De reflekterar över att de har fått sina egna gränser överträdna eller själva trätt över någon annans gräns. Temat speglar erfarenheter av avsaknad av samtycke i form av sexuella trakasserier, överträdelser och uttalat sexuellt våld (3).

### Att navigera och utmana föreställningar och praktiker för sexualitet

Olika föreställningar om och förväntningar på sexuellt beteende utifrån kön påverkar hur intervjupersonerna och deras omgivning förstår, kommunicerar och praktiserar sexuellt samtycke. Normerna som lyfts fram och även utmanas berör kvinnlig och manlig sexualitet samt tvåsamhet. #Metoo-rörelsen och debatten om den

så kallade samtyckeslagen beskrivs av många deltagare som en ”ögonöppnare” och en anledning till att de börjat reflektera och diskutera frågor om sexuellt samtycke (3).

### Vad säger lagen?

År 2018 kom ny lagstiftning för sexualbrott som betonar att sex ska vara frivilligt och att det är olagligt att ha sex med någon som inte deltar av fri vilja. Frivillighet och samtycke är också en förutsättning både för en god sexuell hälsa och för människors generella välmående, självkänsla och förmåga till återhämtning.

### Sexuell kommunikation, samtycke och jämlikhet

Intervjustudien visar att det i stor utsträckning saknas forum och konkreta verktyg för att samtala om sex och samtycke, särskilt för män. Det behövs mer kunskap om hur den sexuella kommunikationen påverkas av maskulinitets- och femininitetsnormer och andra maktstrukturer, till exempel heteronormativitet, som rör kön och sexualitet. Dessutom behövs kunskap om konsekvenserna av bristande kommunikation.

### Fortsatt förebyggande insatser

Det fortsatta arbetet för att förbättra sexuell kommunikation behöver bestå av både förebyggande och direkta insatser. Studiernas resultat visar behovet av mer kunskap och fortsatt arbete med sexuell kommunikation och samtycke, där förståelsen av samtycke behöver undersökas och problematiseras. I ett hälsofrämjande arbete bör det ges möjlighet att samtala om hur normstrukturer och förväntningar på sexuella beteenden kan påverka möjligheten att kommunicera. Det är viktigt att aktörer som arbetar hälsofrämjande stärker möjligheterna till samtal om sexuell kommunikation, samtycke och sexuell hälsa. Med fler forum för samtal kan även fler aktörer fånga upp människor med erfarenheter av våld eller övergrepp och hjälpa dem vidare till rätt insatser.

### Referenser

- 1.Folkhälsomyndigheten. Sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter i Sverige 2017 [Elektronisk resurs]2019.
- 2.Folkhälsomyndigheten. Sexuell kommunikation, samtycke och hälsa [Elektronisk resurs]2019.
- 3.Folkhälsomyndigheten. Ett spektrum av sexuella samtycken [Elektronisk resurs] 2020.

### Läs hela rapporten SRHR2017

[www.folkhalsomyndigheten.se/srhr2017-rapport](http://www.folkhalsomyndigheten.se/srhr2017-rapport)



### En serie av kunskap

Faktabladet *Sexuell kommunikation och samtycke* är ett av sju faktablad om sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter som bygger på resultat från undersökningen SRHR2017. Övriga faktablad hittar du på [www.folkhalsomyndigheten.se/srhr2017](http://www.folkhalsomyndigheten.se/srhr2017)