

# ”Tryggt, välkomnande och mysigt”

*Fyra ungas perspektiv på UM*

Rapport 2015:2



Susanne Holmsten  
Utvecklings- och utredningsenheten



# ”Tryggt, välkomnande och mysigt”

*Fyra ungas perspektiv på UM*

Rapport 2015:2

Susanne Holmsten  
Utvecklings- och utredningsfunktionen

”Tryggt, välkomnande och mysigt” © Författaren och Västmanlands Kommuner och Landsting

FÖRFATTARE

Susanne Holmsten

KOPIERINGSFÖRBUD

Detta verk är skyddat av upphovsrättslagen. Kopiering är förbjuden utöver vad som avtalats mellan upphovsrättsorganisationer och högskolor enligt avtalslicensen i 13 § upphovsrättslagen.

# Tack!

Stort tack till er fyra unga som delade med er av synpunkter, kunskaper och erfarenheter! Många UM och UM-intresserade kan ha glädje av synpunkterna! Synpunkterna kan bidra till att utveckla UM-verksamheten ytterligare.

*Västmanlands Kommuner och Landsting den 28 september 2015*

*Susanne Holmsten*



# Innehåll

”Tryggt, välkomnande och mysigt” – Fyra ungas perspektiv på UM	9
<i>Fyra unga har blivit intervjuade</i>	9
<i>Vad man kan få hjälp med på UM</i>	9
<i>Första besöket</i>	10
Tillgänglighet	10
<i>”Fick veta om UM på olika sätt”</i>	10
Vissa svårigheter förknippade med att beställa tid	11
Ibland lång väntetid	11
UM är inte välkänt av alla	12
Önskvärda åldersgränser	12
Kön och genus	12
Läget är bra	13
Svårt att komma in	13
En välkomnande miljö	14
Kompetens	14
Genuint intresse och medkänsla	15
Goda fackkunskaper behövs	15
”Du får gärna komma hit om du vill”	16
Organisation	17
UM är bästa alternativet	17
Vad ungdomarna avslutningsvis lyfter fram som bra med UM	17
<i>Kontinuitet och att man kan komma med alla typer av problem</i>	17
<i>Bra lokaler, trevlig och kunnig personal. Viktigt att de som är här verkligen vill vara här (på UM)</i>	17
<i>Väldigt bra att UM finns, att de tänker på ungdomarna och deras sexliv och att det finns lättillgänglig information</i>	17
<i>Bra med ett ställe där man inte blir dömd. Bra med UM för att de är specialister på fysiska, psykiska och sexuella problem hos ungdomar och unga vuxna</i>	18
Förslag till förbättringar	18
Fyra ungas perspektiv i punktform	19





# ”Tryggt, välkomnande och mysigt” – Fyra ungas perspektiv på UM

## *Fyra unga har blivit intervjuade*

Fyra unga har blivit intervjuade. De är i åldern 16 - 22 år. Tre av dem är på UM för att besöka barnmorska. En av de tre har även haft kontakt med kurator. Den fjärde är på UM för att besöka kurator. För anonymitetens och enkelhetens skull kallas den intervjuade flickan och unga kvinnan för ”tjejer” och de intervjuade unga männen för ”killar”. Att kalla de ungdomar och unga vuxna som besöker UM för ”tjejer” och ”killar” är också vanligt bland dem som arbetar på UM.

Rapporten ”Tryggt, välkomnande och mysigt” - Fyra ungas perspektiv på UM ingår också, som en del, i den mer omfattande rapporten: ”Man gör det bästa möjlig” – Olika perspektiv på UM i Västmanland (Västmanlands Kommuner och Landsting, 2015)

**Tjej 16**, går i gymnasiet, men har drabbats av svårigheter och inte kunnat gå i skolan den senaste terminen. Hon har besökt barnmorskor på UM vid fyra eller fem tillfällen. Besöken har i första hand handlat om att pröva ut p-piller. Hon uppskattar möjligheten att få ”prata ur sig”, utan att barnmorskorna ”lägger några värderingar på det” hon säger. Första gången hon var på UM skulle hon strax fylla 15.

**Tjej 18**, har just slutat gymnasiet. Hon har besökt barnmorskor på UM vid fem eller sex tillfällen. Första gången hon kom till UM var det för att få en spruta Gardasil.<sup>1</sup> Sedan har hon fått p-piller utskrivna mot sin mensvärk. Hon uppskattar att all personal på UM är vänlig och kunnig. Hon tycker det är trevligt att mötas av en vänlig röst från receptionen när hon kommer till UM.

**Kille 21**, har slutat gymnasiet. Han har besökt UM vid fyra eller fem tillfällen. Han nämner den personal han träffat vid namn. (Ett av namnen är namnet på en barnmorska och det andra är namnet på en kurator). Det är ”inte lätt att veta vad de är”, konstaterar han, efter att jag frågat om han, förutom barnmorska, också har träffat kurator. Han lyfter fram att det är positivt och viktigt att det finns en verksamhet som UM, att de som arbetar där är trevliga och vänliga och att det går så bra att ställa frågor till dem om sådant som kan oroa.

**Kille 22**, studerar på högskolan. Han är nyinflyttad i Västerås. Han är på UM för att besöka kurator. Han sökte sig till UM för att ”få hjälp med sig själv”. Han har besökt UM vid sju tillfällen. På UM har han träffat en anställd som är både psykoterapeut och kurator, berättar han. Förhoppningsvis har han inte så många samtal kvar, säger han. Han tycker att UM är en bra verksamhet och han uppskattar den välkomnande miljön.

## *Vad man kan få hjälp med på UM*

Av samtliga intervjuer framgår att de intervjuade ser UM som en viktig verksamhet där den hjälp som erbjuds spänner över ett vitt fält. När de beskriver vad man kan få hjälp med på UM använder de uttryck som det mesta, det är stort, det är spritt. Tre av de intervjuade tar därefter upp att UM erbjuder hjälp inom området sex och samlevnad, möjligheter att få preventivmedel, möjligheten att kunna testa sig för olika könssjukdomar och möjligheter att få svar på frågor om sådant som oroar. En av de intervjuade beskriver hjälpen på följande sätt:

*– Det är stort. Det är sexuella relationer. Att man kan få komma hit och prata med dom om man är orolig. Sen kan man få testa sig i fall man känner sig orolig för nån sjukdom. Så det är bra att komma hit. Man får även gratis kondomer. Det är mycket bra. De kostar (så mycket som) 50–60 spänn (annars).*

När ungdomarna beskriver det stöd UM erbjuder, utöver stöd i frågor om sexualitet och preventivmedel, talar de om sådant som professionella skulle kunna sammanfatta i begreppet psykosocialt stöd.

<sup>1</sup> Gardasil skyddar mot livmoderhalscancer som orsakas av HPV-virus, världens vanligaste sexuellt överförbara virus (Stockholms läns landsting (uppdaterat 2015-06-09): Vårdguiden 1177 (hämtat 2015-06-27). Landstinget Västmanland erbjuder alla flickor, som är födda åren 1993 till och med 1998, att vaccinera sig gratis med Gardasil. Vaccinationerna görs hos familjeläkare eller ungdomsmottagning. Vid en del skolor görs vaccinationerna hos skolsköterskan. HPV står för – humant papillom virus. (Västmanlands läns landsting, Vårdguiden 1177, uppdaterat 2014-12-08, hämtat 2015-06-27).

Ingen av de intervjuade använder dock det begreppet. De använder i stället mer närliggande begrepp. En av dem säger: *Man kan prata om "livet och sånt", om man har frågor eller så.* En annan intervjuad säger: *Jag vet andra som har varit här för att de haft frågor om allt möjligt. På sista tiden har jag varit här och pratat ur mig för det har hänt en massa saker i mitt liv som varit jobbiga.* En av de intervjuade för ett resonemang kring frågan om vilket stöd kuratorn på UM kan erbjuda:

– *Det är väl rätt spritt, men handlar ofta om hur du själv mår. Kanske hur du ska behandla olika situationer. Reda ut saker. Det kan handla om relationer. Det kan handla om hur du ser på dig själv. Det skulle kunna handla om hur du ser på studier. Det kan handla om relationer till föräldrar och släktingar. Det är spritt, men generellt handlar det om att du inte mår toppen.*

*Det känns tryggt att ha ett ställe att gå till om man inte vill prata om allt med sina föräldrar,* säger en intervjuad. Tre av de intervjuade framhåller att det är viktigt att de professionella har tystnadsplikt. *Att kunna säga vad som helst och veta att det stannar här.*

En av de intervjuade som har kontakt med barnmorska har också erbjudits kontakt med kurator men tackat nej, då hon redan har en terapeutisk kontakt.

### Första besöket

Det kan vara lite nervöst vid första besöket, berättar två av de intervjuade. Man kan exempelvis undra *åt vilket håll man ska gå* när man kommer in genom porten, men, det är *bra skylttat*, säger en av de intervjuade.

En av de intervjuade kom första gången med sin mamma. En annan följde med sin kompis. En tredje kom på egen hand. I den fjärde intervjun berördes inte frågan.

### Tillgänglighet

#### "Fick veta om UM på olika sätt"

De intervjuade fick veta att UM finns, på olika sätt. En intervjuad berättar att det var i samband med att hon *skulle ta Gardasil. Jag tog den första sprutan i skolan, men sen stängde skolan för sommarlov och då blev jag skickad hit* (till UM).

En intervjuad lyfter fram sina vänners betydelse. Han säger:

– *Genom mina vänner först och främst...*

En annan intervjuad kommer från en större stad. Han lyfter fram att UM (som begrepp) är välkänt. Han summerar:

– *UM är väl rätt lika, i verksamhet och vilka åldrar man vänder sig till... Sexualupplysning, stöd, kuratorer, barnmorskor. Det är väl ungefär samma överallt. Även om det finns saker som skiljer, så är väl målgrupp och tjänster rätt likt.*

En tredje intervjuad lyfter fram besöket med sin skolklass på UM. Hon säger:

– *Vi var här med skolan och kollade.*

De övriga intervjuade har inte nåtts av UM:s information till skolklasser, men nämner ändå att någon typ av information givits i skolan. De lyfter dock inte fram det som avgörande viktigt, som den som varit på besök på UM med sin skolklass gör.

En intervjuad säger att information har getts *genom skola, skolsköterska, sexualkunskap*. En annan av de intervjuade säger:

– *Skolsyster på min högstadieskola hade ett informationsblad som vi fick. Hon gick ut i klasserna och berättade om UM.*

Den tredje intervjuade, berättar att han har fått information från någon organisation (på besök i skolan). Han säger:

– *I ettan och i trean (i gymnasiet) fick vi information. Det var en tjej som berättade om UM.*

Av det de intervjuade flickorna berättar framgår att deras mammors positiva inställning till UM har haft betydelse för dem när de tagit kontakt med UM.

## Vissa svårigheter förknippade med att beställa tid

Frågan om det är lätt eller svårt att beställa eller få tid ställs i tre av intervjuerna. Samtliga tre som får frågan anser det förknippat med vissa svårigheter. För två av dem var svårigheterna förknippade med den första kontakten. En av dem säger:

– *Första gången, tror jag att jag ringde hit. Det gick sådär ... jag fick lämna en massa uppgifter. Vi kanske missförstod varandra.*

En annan intervjuad möttes av beskedet att det inte fanns någon ledig tid just då på grund av personalbyte. Väntetiden blev så lång som tre veckor.

Den tredje intervjuade, anser det viktigt att påtala att när man ringer UM så kan man mötas av en datorröst som ger besked om när man ska bli uppringd. Det kan handla om så lång tid som en eller två dagar innan uppringningen sker. När hon själv blev uppringd befann hon sig i en mycket svår situation samtidigt som hon hade akut behov av en tid. Hon säger:

– *Det är det jag tycker är svårt. Man får ringa och så blir man uppringd. Det vore skönare att få prata med någon direkt och boka tid.*

Hon var på besök hos en döende släkting när hon blev uppringd. Det var stressande... Det hade varit skönt att få prata med någon redan omedelbart då hon ringde. Den intervjuade påpekar att när man ringer för att man har akuta problem vill man prata med någon genast. Inte vänta på att bli uppringd. När man blir uppringd kan det ha gått så lång tid att det känns jobbigt att prata om det som tidigare var akut. *Det vore bra att direkt få prata med någon eller direkt få boka en tid*, inte få lov att vänta en eller två dagar. Som tur var, säger den intervjuade löste det sig för henne genom att UM då de ringde upp direkt erbjöd en tid. Den intervjuade tycker dock att denna svårighet är viktig att påtala eftersom andra kanske inte har samma tur.

En av de intervjuade anser att webbokningen kunde göras mer tilltalande genom ”en steg-för-steg-instruktion”. En annan intervjuad har prövat webbokningen för första gången och har positiv erfarenhet av detta.

Av intervjuerna framgår att det är viktigt att det finns olika möjligheter att boka tid. Den som ansåg att det var svårt att kommunicera i telefonen, framhåller receptionens betydelse. Hon säger att när det blev svårt att kommunicera genom telefonen *då gick jag hit. Jag tycker det är smidigare när man kan gå till en plats och prata. De är supertrevliga i receptionen. Så det är inga problem.*

Den som anser att webbokningen inte var användarvänlig, framhåller möjligheten att ringa som viktig och säger:

– *Jag vet att de har något system för online-bokning men det är lättare att ringa... Online-bokning kräver någon inloggning...*

## Ibland lång väntetid

Av det en av de intervjuade berättar, framgår att väntan på kuratorssamtal var lång. När han fick frågan om det var ”bråttom”, jämförde han, i sina tankar, den egna situationen med hur situationen kan vara för en ung människa när det finns risk för självmord och kom fram till att det var ärligast att svara att det inte var bråttom.

## UM är inte välkänt av alla

Av det en intervjuad berättar framgår att UM inte är välkänt bland alla. Han säger att han fick veta att UM finns av vänner. Ytterligare en intervjuad (som tycker att åldersgränsen nedåt bör vara flexibel) tar upp att UM kanske inte är välkänt bland dem som är i 11–12-årsåldern. Ofta dröjer det till 13–14-årsåldern innan man börjar prata med varandra om kroppen och om UM.

De två övriga intervjuade menar att UM är välkänt. En av dem säger:

– Ja, UM är känt i Västerås och överhuvudtaget. Alla mina kompisar vet. Vi är öppna med att vi ska till UM. Det är bra att så många vet om det och att det är normalt, så att man kan vara öppen med det.

## Önskvärda åldersgränser

På frågan om vilken ålder de tycker att UM ska vara till för svarar de intervjuade lite olika. Ett par av dem inleder med att de *inte vet*, men lämnar sedan ändå en synpunkt på åldersgränserna. En anser att den nedre gränsen bör vara 13 år. Ytterligare en säger 13–14. Den tredje och fjärde intervjuade förespråkar en nedre gräns som är flexibel. En av dem tillägger att det inte är bra om någon som behöver hjälp nekas denna för att hon eller han är för ung. En utgångspunkt för en åldersgräns skulle kunna vara att ungdomen är *tillräckligt gammal för att ta beslutet* (att besöka UM) eftersom det är något man ofta gör på eget initiativ, säger han. Den andra som anser att åldersgränsen bör vara flexibel tänker på att flickor får sin första mens vid olika ålder. Hon säger att när hon fick sin första mens *visste* hon *inte vad det var*. *Jag trodde det var nåt fel*. Men eftersom hon har *väldigt bra kontakt med sin mamma* kunde hon prata med henne och också få förklarat vad det var. *Men om man inte har den kontakten med sin mamma är det viktigt att det finns nån annan*, säger hon.

När det gäller den övre åldersgränsen, säger en av de intervjuade att det är bra att få gå till UM *så länge man är ung*. *Man kan ha viktiga frågor att ställa* under hela den tid man är ung. En annan svarar att *upp till 23–24 är rimligt*, med tillägget att *de flesta som har fyllt 23 år har flyttat hemifrån och är tillräckligt mogna för att kunna be om hjälp någon annanstans*. En tredje intervjuad anser att *upp till 25–27 vore bra*. Den fjärde tycker att den övre gränsen, liksom den undre, ska vara flexibel.

## Kön och genus

I en av intervjuerna tillfrågades den intervjuade om vad han tycker om att en del UM har olika åldersgränser för kvinnor och män. Den intervjuade mannen uttrycker förståelse för detta. Han kan se flera förklaringar till att det förhåller sig så, exempelvis att *kvinnor mognar tidigare sexuellt och kan behöva komma tidigare*. Att det på vissa UM finns en högre åldersgräns för män skulle också kunna bero på *att kvinnor har större möjligheter att få annat stöd av samhället framför allt när det gäller psykiska besvär*. *Jag tror det är mer accepterat att kvinnor mår dåligt än att män gör det*. *Därmed blir det lättare för kvinnor att söka hjälp*. *Det kan bidra till att man har olika åldersgränser för flickor och pojkar*.

Han fortsätter:

– Det är ju av den anledningen man har killkvällar på ungdomsmottagningar. Det kan jag tycka är bra. På samma sätt som jag tycker det är bra med tjejkvällar. Men jag tror inte tjejkvällar behövs i samma utsträckning. De har generellt sett fler polare som de vågar dela med sig till.

I två intervjuer ställs frågan: *Tror du det spelar någon roll om man är flicka/kvinna, pojke/man eller har annan könsidentitet<sup>2</sup> när man kommer till UM?*

<sup>2</sup> Könsidentitet och könsuttryck

Vilket kön man själv känner sig som brukar kallas för könsidentitet. Den som trivs med det kön man upplever att man har kan kallas cisperson. Om man istället känner att något inte känns rätt, eller att man inte trivs med det kön andra säger att man har kan det innebära att man är transperson

Att känna att allt som handlar om ens kön stämmer kallas att vara en cisperson. Att vara en transperson innebär att man på något sätt känner att det kön man uppfattas som inte stämmer.

Vad är kön?

Vilket kön man själv känner sig som brukar kallas för könsidentitet. Det är inte kopplat till vilken kropp man har utan vilket kön man känner att man tillhör.

En av de intervjuade utgår i sitt svar från de egna observationerna och säger:

– *Jag vet inte riktigt hur det är. Men det jag har sett är ju att det är mest förmodade tjejer, kvinnor. Killar kanske inte bryr sig lika mycket. Jag tycker inte man ska göra skillnad, människa som människa. Det känns tråkigt att det är svårare för vissa att ta sig hit.*

Den andra svarar utifrån hur han upplever att ungdomarna som kommer till UM blir bemötta och säger:

– *Nej alla behandlas lika. Vare sig du är kille eller tjej så är du människa. Så funkar det här.*

## Läget är bra

Samtliga intervjuade anser att det geografiska läget för UM i Västerås är bra. En av dem säger:

– *Bra att det ligger mitt i stan. Verkligen!*

De tre övriga framhåller både det centrala läget och att läget är lite undanskymt. En av dem säger:

– *Bra. Det är inget att klaga på. Det är ju centrum, fast precis bakom, så det är väl jättebra. Det är lätt att ta sig hit och lätt att ta sig härifrån.*

En annan säger:

– *Det är såhär lite hemligt ställe. Det är inte mitt i stan, fast ändå centralt. Det är bra att inte träffa så många innan eller efter du kom hit.*

Den tredje som framhåller både det centrala läget och att läget är lite undanskymt förklarar varför det är så bra. Hon säger:

– *Det är skönt att det inte är mitt i stan. Det är lätt att ta sig, men ändå undangömt. Det känns skönt. Även om jag inte tror att nån bryr sig så är det skönt för en själv att kunna gå hit utan att alla ser att man går hit. Det är ”smidigt, utan att hela stan får reda på det.” Om man kommer hit för personliga saker kanske man inte vill att alla ska se. Eller det kanske finns nån man inte vill ska se.*

I en av intervjuerna ställs frågan om det skulle vara möjligt att ha UM på en vårdcentral. Den intervjuade svarar att i så fall är det *viktigt att ha separata väntrum Att ha samma väntrum skulle kunna vara jobbigt för de yngsta och leda till att de skiter i att gå. Det vore också bra med separata ingångar.* Den intervjuade tillägger:

– *Men jag skulle inte ha något emot att de finns i samma byggnad med en gemensam administration.*

## Svårt att komma in

Samtliga intervjuade anser att det skulle vara skönt att slippa den låsta porten. Till skillnad mot UM:s inre ombonade och välkomnande miljö signalerar den ”kontor eller kommun”. Porttelefonen som man behöver använda för att komma in genom porten kan vara svår att förstå sig på. Det kan också vara jobbigt att tvingas vänta på svar och jobbigt att riskera att bli iakttagen under tiden.

---

Ibland används kön bara som ett annat ord för könsorgan. Medan det i andra sammanhang med kön menas vad man känner sig som, en kvinna, man eller något annat. Då kan könet delas in i olika delar.

Kroppen (biologiskt kön).

Könet man själv känner sig som (könsidentitet).

Kläder och annat som har med utseende att göra (könsuttryck).

Könet man har enligt pass och andra myndighetsdokument (juridiskt kön).

Alla barn som föds registreras som män eller kvinnor, det går att se i de fyra sista siffrorna i ens personnummer. Om den nästa sista siffran är jämn är ens juridiska kön kvinna, och har man en ojämn siffra är ens juridiska kön man. Det finns idag ingen möjlighet att ha ett annat kön än man eller kvinna som juridiskt kön. I ens pass står det också en bokstav för ens juridiska kön. (1177, 2015)

Flera könsidentiteter på facebook. Nu kan man välja mellan 70 olika alternativ för att beskriva sitt kön (eller skriva in ett eget alternativ). Man kan också välja att omnämnas som hen i stället för han eller hon. Redan 2014 infördes detta på engelskspråkiga FB. (Hanna Fahl Dagens Nyheter 28 juli 2015)

En intervjuad säger:

– *Det är ganska jobbigt där nere; att plinga på och vänta. Det skulle vara bättre om man bara kunde gå in. Nu känns det lite som kontor eller kommun.*

En annan intervjuad blir lättad och glad om porten står öppen. Hon säger:

– *Det är svårt med porttelefonen. Jag har haft tur; dörren har varit öppen. Jag skulle öppna med den en gång, men det krånglade för mig. Så den kanske man skulle kunna göra bättre. Jag vet inte ens vilka knappar man ska trycka på. Och så sitter det ju 2 under varandra. Och så trycker man på den ena och inget svar: Nähä då trycker jag på den härnere... Jag blir alltid lika glad när dörren står öppen.*

En tredje intervjuad säger att han själv inte är på UM i något jättehemligt syfte, men han kan tänka sig att när porten är låst och man måste använda porttelefonen kan det innebära problem för dem som inte vill att någon ser dem... Det hade varit bättre med en öppen dörr och kunna gå direkt in i väntrummet...

När samma person i slutet av intervjun får frågan om vad som kan göras bättre blir svaret:

– *Jag förstår inte varför den inte är öppen under arbetstid. Jag förstår att den kan behöva vara låst kvällstid, men inte under dagtid. Det skulle kunna göras bättre.*

Även den fjärde intervjuade anser att porttelefonen är besvärlig.

## En välkomnande miljö

När en av de intervjuade svarar på frågan om vad hon tycker om lokalerna säger hon:

– *De är rätt så bra. Inget är dåligt som jag kommer på.*

De övriga intervjuade använder ord som *mysigt*, *trevligt* och *tryggt*. En av dem säger:

– *Det är trevligt. Det är många fina tavlor. Det är tryggt.*

När samma person förklarar vikten av trygghet, säger han:

– *Det är viktigt att det är tryggt då kan man prata om sånt man inte kan prata med vänner om... Man känner sig trygg och får ut allt.*

De övriga två beskriver UM som *en välkomnande miljö*. En av de intervjuade utvecklar svaret till att också gälla dem som arbetar i lokalerna. Hon säger:

– *Lokalerna är mysiga. Det är mysigt när man kommer in och den i receptionen säger: Hej, hej! Har du bokat tid? Ja. Då kan du sätta dig ner och så sitter man och väntar. Och det finns lite att bläddra, i alla fall sist jag var här, och sen kommer de och alltid med ett glatt leende och säger; Hej! Och det är ett mysigt rum man sitter i. Jag tycker det är bra.*

Den andra av de två gör en jämförelse med sjukhus och vårdcentraler. Jämförelsen utfaller till UM:s fördel. Det finns mycket som övrig sjukvård kan lära av UM, menar han. Han säger:

– *Jag tycker det är intressant hur mycket UM-miljöer skiljer sig från sjukhusmiljöer. UM är alltid rätt mysiga. De har inte större budget för att göra det, men lyckas med att göra det mysigt. Det lyckas inte sjukhus och vårdcentraler med. De har ändå samma krav på sig vad gäller hygien och så. Där skulle sjukhus kunna lära av UM. UM skapar välkomnande miljöer. Du **vill** ju komma hit. Det gör inget att komma fem minuter för tidigt. Men du går ju inte till vårdcentralen fem minuter för tidigt för att sitta i väntrummet.*

## Kompetens

Tre intervjuade framhåller som viktigt att de professionella inte lägger några värderingar på det de säger.

*Det är skönt att bara komma hit och prata. Ingen lägger några värderingar. Man får kasta ur sig. Även om de inte kan hjälpa mig utan det är saker jag måste ta itu med själv så är det skönt att bara få slänga ur sig. En intervjuad liknar de professionella vid storasyskon som vill en väl, är vänliga och inte alls främmande. När en av de intervjuade jämför hur det är att prata med kurator med hur det är att prata med barnmorska, konstaterar den intervjuade att *båda är trevliga. Det är roligt att prata med dom.* Den ena är *lite mer personlig* och den andra mer inriktad på själva ärendet. Den som är *lite mer personlig* är också *lite mer pratsam och frågar mer* även om hon också är inriktad på själva ärendet.*

## Genuint intresse och medkänsla

När ungdomarna beskriver hur de önskar att en barnmorska på UM ska vara, talar de om vikten av att kunna *känna sig trygg* och av att *kunna lita på barnmorskan*. Barnmorskan ska vara *snäll, trevlig, medkännande* och *stabil*. Hon ska *veta hur man möter ungdomar*. Hon ska *kunna dämpa oro*. Hon ska *ta sig tid*. Hon ska vara *genuint intresserad* av de unga som *individer*. Det behövs *för att man ska kunna öppna sig* för henne. En intervjuad som lyfter fram vikten av att kunna känna sig trygg och lita på den barnmorska hon möter, tillägger att *många kommer hit med ganska tunga saker*. Då är det viktigt att barnmorskorna på UM har medkänsla och samtidigt är stabila som personer. Hon säger:

– *Viktigt ... att de känner med en, men ändå är stabila. Om man kommer hit och berättar vill man ... inte att det är någon som sitter och störtböljar själv...*

En annan intervjuad lyfter fram vikten av *engagemang*, att *se varje ung person som en individ*, att *vara genuint intresserad, snäll* och att *ta sig tid*. Hon säger:

– *Jag tycker hon ska vara engagerad, verkligen gå in för varje person hon träffar. Det tycker jag dom gör... De tar sig tid, det tycker jag är bra. Man ska bry sig. Genuint liksom, och snäll.* Hon tillägger:

– *Det ska ju vara en person som man vågar öppna upp sig för. Det är olika för olika personer. Men det är viktigt!*

En tredje intervjuad säger att en barnmorska på UM ska veta hur man betar sig mot ungdomar.

– *Det är inte himla lätt. Det är svårt.* Han tillägger: *De ska vara trevliga och det är de. De är jättestrevliga.*

Ytterligare en sak som den intervjuade lyfter fram är att en barnmorska som arbetar på UM behöver kunna dämpa den oro man kan känna som ung. Han säger:

– *... och sen ska man försöka ifall man är orolig för nånting så ska de kunna dämpa oroligheten på något sätt.*

Att dämpa oro handlar dels om kunskap, säger han, men också om *hur, på vilket sätt*, man talar. *En barnmorska som talar bra, pratar snällt och är trevlig. Att bemöta en kund eller en person på ett bra sätt. Då är man en bra barnmorska.*

## Goda fackkunskaper behövs

När de intervjuade talar om vad barnmorskorna behöver för fackkunskaper framhåller de att det är viktigt att de har kunskaper i *psykologi* eller hur psykologiska faktorer påverkar människor. De behöver också ha mycket goda kunskaper om *preventivmedel* och *könssjukdomar* och hur de påverkar människor. *Det är superviktigt. Det är a och o*, att de verkligen vet vad de talar om, säger en intervjuad. En annan intervjuad framhåller att det är mycket viktigt att barnmorskorna har *mycket goda kunskaper om kroppen, olika kön, olika sexuella läggningar och olika könsidentiteter*. Samma person fortsätter och säger att det är väldigt bra om *de som inte vet vad de vill identifiera sig som* kan få hjälp på UM.

Av båda intervjuerna med de unga männen framgår att det är en främmande tanke att de som män

skulle ha kontakt med barnmorska för egen del. En av dem tänker så, trots att han haft kontakt med en av barnmorskorna. Han uppskattar kontakten, men har inte tänkt på eller vetat om att det är just en barnmorska han haft kontakt med. Han funderar på om det skulle kunna vara bra om arbetsuppgifterna vore mer uppdelade mellan olika yrkesgrupper. Den andre intervjuade mannen tänker att det kan finnas situationer då en pojke/man besöker barnmorska, men det är i situationer då en pojke/man följer med sin flickvän.

## ”Du får gärna komma hit om du vill”

Av intervjuerna framgår att de egenskaper som de intervjuade beskriver att en barnmorska behöver ha också gäller en kurator.

En av dem säger:

– *Jag ser faktiskt ingen skillnad.*

En annan intervjuad säger att kuratorerna precis som barnmorskorna behöver vara *stabila* som personer. Det ska vara tryggt att prata med dem och man ska kunna känna tillit. En av de intervjuade jämför ett besök hos kurator på UM med besök hos en skolkurator. Jämförelsen utfaller till UM-kurators fördel. *Skolkuratorer brukar inte vara jättepulära att söka hjälp hos.* Det brukar vara så att *nånting har hänt; man har bråkat med nån i skolan och då ska man träffa skolkurator. Det är nåt man måste och inte nåt man vill eller väljer själv. När man går till en skolkurator; det känns ganska påtvingat.*

Samma intervjuade fortsätter med att understryka att det är jätteviktigt att kuratorn på UM utstrålar: *Du får gärna komma hit om du vill. Jag vill gärna hjälpa dig. Det ska inte vara något påtvingat.* Det är också viktigt att kuratorn har kunskaper om *vart man* som ung *kan vända sig om man behöver mer hjälp.* Ytterligare en viktig sak är att man ska kunna prata med kuratorn om man har *frågor om kroppen och sin könsidentitet.*

En annan intervjuad säger att kuratorn behöver kunna *lite mer psykologi.* Hon säger att det är viktigt att det finns flera kuratorer för *det är inte säkert man klickar med den första.* Det är viktigt att få en bra relation. Det innebär att den som söker hjälp inte ska *bli stämplad* som en person med ett visst problem utan betraktas som en hel person som det kan vara intressant att prata med också om annat. Den intervjuade säger att det är viktigt *att man connectar på ett annat plan än det man tycker är jobbigt.* Hon berättar om sina erfarenheter av skolkuratorer:

– *En kurator kan ta upp saker på olika sätt. Alla öppnar inte upp sig via samma kanaler eller hur man ska säga. Det är viktigt att det finns olika kuratorer för det är inte säkert att man klickar med den första. Då kan det vara viktigt att få en annan... Det gäller att få en bra kontakt. Det tycker jag verkligen!*

När hon beskriver den skolkurator som var bra, säger hon:

– *Den kurator som var bra var spontan. Det kanske inte är rätt ord, men hon var glad mot alla. Hon sa: Hej, hej, hur är det idag? Hon satt inte bara på sitt rum... Jag gillar sociala människor som frågar andra saker inte bara om det som är mitt problem. Att man får en fin relation och kan prata om allt. Inte den här stämpeln: Du har ett problem det är därför du går till mig.*

Den fjärde intervjuade lyfter också fram att kuratorn behöver *vara positiv* och *se saker från den ljusa sidan hela tiden för du kommer inte att få de roligaste samtalen.* Han lyfter också fram att kuratorn behöver *vara lyssnande och omhändertagande.* Hon behöver fråga om hon uppfattat rätt *för det är väldigt mycket tolkning hela tiden.* Han tänker att kuratorn för att klara detta *nog måste kunna lämna jobbet på jobbet och sen vara sig själv hemma.* När han beskriver vad det innebär att kuratorn hela tiden ser saker från den ljusa sidan, säger han:

– *OK det här gick dåligt, men vad har du lärt dig under tiden? OK den här relationen är inget bra, hur kan vi göra den bättre? OK du vill inte träffa den här människan vad kan vi göra åt det?*



Den intervjuade tillägger att kuratorn behöver vara *speciell* som person, men också ha en utbildning som psykologutbildning då mycket av arbetet förmodligen handlar om psykiska problem. Förutom detta behövs en del juridiska kunskaper om vad som gäller exempelvis då barn och unga blir illa behandlade eller inte får sina behov tillgodosedda av sina föräldrar.

## Organisation

### UM är bästa alternativet

En intervjuad menar att vårdcentralen kan ersätta en stor del av den hjälp som ges av UM till UM:s lite äldre besökare. Han framhåller dock UM:s fördelar vad gäller både kompetens och lokaler. Han är osäker på om vårdcentralerna erbjuder psykologisk hjälp.

– *Nej, faktiskt inte*, svarar en annan intervjuad, på frågan: *Känner du till andra verksamheter eller personer som kan ge ungdomar samma hjälp som UM?* Ytterligare två säger att de *inte vet*. En av dem tillägger att *kvinnomottagningen* kanske är möjlig, i alla fall om man är lite äldre. Den andra tillägger *familjeläkare- kanske? eller skolsyster?* Innan det slår henne att hon inte längre går i skolan. Hon framhåller att det i vilket fall som helst är bättre att gå till UM. Hon förklarar:

*... skolan, det är så internt liksom även om hon (skolsköterskan) också har tystnadsplikt så kan det kännas – det är ett litet rum på skolan och vem som helst kan råka höra. Här är det bättre.*

### Vad ungdomarna avslutningsvis lyfter fram som bra med UM

#### *Kontinuitet och att man kan komma med alla typer av problem*

En intervjuad lyfter fram att det går bra att komma till UM vad man än har för problem. Hon tillägger att det är skönt att det (UM) finns. Hon lyfter fram vikten av kontinuitet genom att säga:

– *Bra att det går att ordna så att man får träffa samma barnmorska vid flera tillfällen. Man vill inte berätta allt om igen för en ny. Även om de inte kommer ihåg allt så vet de på ett ungefär. Det tror jag är viktigt. Och om man får förtroende för en så är det viktigt att komma till samma igen.*

#### *Bra lokaler, trevlig och kunnig personal. Viktigt att de som är här verkligen vill vara här (på UM)*

En annan intervjuad lyfter fram att *lokalerna är bra och att de anställda är trevliga*. Det är *superviktigt*, säger hon. Den som arbetar i receptionen känner hon igen sedan tidigare. Men några av de andra anställda är nya. *Det kanske måste vara viss ruljungs*, säger hon eftersom *det är viktigt att de som är här verkligen vill vara här...* Hon för sedan ett resonemang kring när det är viktigt med kontinuitet: *Om man connectar med nån och den slutar är det förstås inte så bra. Jag går här ganska sällan, med långa mellanrum, då gör det inget att det är olika barnmorskor. Jag skulle ändå inte connecta. Så för mig spelar det ingen roll, och alla är lika trevliga. De frågar: Vad gör du? Jag har just tagit studenten: Åh vad trevligt! Från vad då? Det är jättebra!* Den intervjuade avslutar med att anknyta till vad hon har sagt tidigare om att hon uppskattar att de anställda är kunniga. Hon säger:

– *Och så upplever jag att de kan vad de säger, som vi var inne på tidigare.*

#### *Väldigt bra att UM finns, att de tänker på ungdomarna och deras sexliv och att det finns lättillgänglig information*

En tredje intervjuad lyfter fram att det är viktigt och bra att det finns en verksamhet som har fokus på ungdomar och deras sexliv. Han säger:

– *Det är väldigt bra att de tänker på ungdomarna och deras sexliv, vilket är väldigt, väldigt viktigt, och tar hand om det. De har även böcker och små broschyrer... De är väldigt bra skrivna. De ser ut som faktaböcker, men är roliga att läsa... De skriver exempelvis "kukfakta" och "fittafakta".*

*–Det gör att ungdomar läser. Det är mycket roligare än en faktabok i skolan. Det är bra att de gör så, och det är viktigt att få information om sjukdomar.*

**Bra med ett ställe där man inte blir dömd. Bra med UM för att de är specialister på fysiska, psykiska och sexuella problem hos ungdomar och unga vuxna**

Den fjärde intervjuade säger att *det är bra att kunna gå till ett ställe där du inte blir dömd*. Anonymiteten är bättre på UM än på en vårdcentral. *Man pratar exempelvis inte med okända i ett väntrum på (UM), vilket kan hända på en vårdcentral.*

*De som arbetar på UM är också vana vid det mesta som rör din ålder (sen kanske de inte är jättebra på sånt som inte är så vanligt) men de är specialister på fysiska, psykiska och sexuella problem i din ålder. De har ju hört det mesta förut.*

Han tillägger:

*– Jag tror att Sverige skulle må bättre om fler gick till ungdomsmottagningar.*

Den intervjuade anser det inte alls konstigt att det inte är fler som kommer till UM. *Det är svårt att få hit folk eftersom det är unga människor det är frågan om. Du är här för att du mår dåligt eller så är du här för att du funderar på att skydda dig mot graviditet eller sexuellt överförbara sjukdomar eller så är du här för att du tror att du har en STD<sup>3</sup> och inget av de fallen är ju ”jippi”.*

Att vara ung och att behöva testa sig är nog mera nervöst på en UM än på andra liknande mottagningar (mottagningar för vuxna), tror han, eftersom den som gör det på UM förmodligen oftare gör det för första gången.

Den intervjuade tar också upp hur snabbt en ungdoms negativa erfarenheter sprids. Om en enda ungdom uppfattar kontakten med UM som negativ kan detta lätt spridas bland en stor mängd ungdomar eftersom ungdomars kontaktnät kan omfatta ett par hundra personer, vilket är många gånger större än föräldragenerationens. Om de andra ungdomarna inte har egna erfarenheter så kan en enda ungdoms negativa erfarenheter få fäste bland en stor grupp. Den intervjuade är noga med att klargöra att han själv inte har någon sådan erfarenhet från UM. *Generellt är det rätt bra på UM i Västerås*, avslutar han.

## Förslag till förbättringar

När de intervjuade får frågan om *vad som inte är bra eller vad som kan göras bättre* tar en av dem upp att man kan råka möta människor man inte vill möta i väntrummet och att det därför vore bra om det fanns möjlighet att vänta i avskildhet. Att få prata med någon direkt när man är i akut behov av kontakt är viktigt, framhåller den intervjuade som påtalat vikten av detta en gång tidigare, under intervjun. Att slippa den låsta porten och porttelefonen är viktigt framhåller ett par av de intervjuade ytterligare en gång. *Mer reklam* behöver göras för verksamheten, säger en intervjuad, exempelvis är det mycket viktigt att samtliga elever får tillfälle att besöka UM. *Det är stor skillnad att få besöka ett ställe och se med egna ögon och höra om det* (i jämförelse med att bara höra om det), framhåller den intervjuade.

*Smidigare bokningssystem* behövs, bland annat förbättrad information om hur man bokar genom exempelvis en steg-för-stegguide.

En undersökning om huruvida UM har för små resurser behöver göras. *De var rätt belastade i våras*, säger en intervjuad och fortsätter:

*– Det är väl en sak som bör kollas på. Det är ju tråkigt om det finns en massa personal och inget jobb att utföra. Å andra sidan är det tråkigt om det finns en massa människor som söker hjälp och ingen som tar emot dem.*

Samma intervjuade tar upp att det finns behov av möjligheter för unga i Västerås att få tillgång till terapi för tyngre problem. Idag saknas den möjligheten.

<sup>3</sup> Könssjukdomar kallas också för STI eller STD. STI och STD står för ”Sexually Transmitted Infections/Diseases” och betyder sexuellt överförbara infektioner eller sjukdomar. UMO.se hämtat 2015-07-06

## Fyra ungas perspektiv i punktform

### Om UM:s verksamhet

- UM uppskattas av de intervjuade ungdomarna
- UM kan ge hjälp inom ett brett område
- UM kan erbjuda hjälp med preventivmedel, testning och frågor kring sex
- UM kan ge stöd när man har svårigheter av olika slag

### Första besöket

- Till första besöket kom de unga på egen hand, hade sällskap med sin mamma eller var själva med som sällskap till en vän.

### Tillgänglighet

- Kännedom om UM har de unga fått på olika sätt, genom skolans hänvisning (för att få en spruta Gardasil), genom UM:s information till skolklasser, genom vänner eller genom att UM är ett välkänt begrepp
- UM är välkänt bland många, men inte bland alla
- Den nedre åldersgränsen bör vara 13, 13-14 eller flexibel
- Den övre åldersgränsen bör vara 23-24, 25-27 eller vara flexibel
- Det är förståeligt att vissa UM har en högre åldersgräns för män
- UM:s läge är väldigt bra i Västerås; både centralt och lite undanskymt
- Lokalerna är trevliga, mysiga och trygga.
- Miljön är välkomnande - så välkomnande att man verkligen vill komma till UM
- Att beställa tid första gången innebar svårigheter av olika slag
- Man behöver få tala med någon direkt man ringer
- Webbbokningen skulle behöva göras mer användarvänlig
- Den låsta porten och porttelefonen skulle vara skönt att slippa

### Kompetens

- De professionella lägger inga värderingar på det ungdomarna säger, vilket uppskattas mycket
- Barnmorskor och kuratorer ska vara så att man kan lita på dem och känna sig trygg
- De ska ha medkänsla och vara stabila
- De ska veta hur man möter ungdomar
- De ska kunna dämpa oro, vilket handlar både om vad de säger och på vilket sätt de säger det
- De ska vara engagerade och genuint intresserade
- De ska se varje ungdom som en individ
- De ska vara trevliga och snälla
- De ska ta sig tid
- När en av de intervjuade jämför en UM-kurator med en skolkurator utfaller jämförelsen till UM-kuratorns fördel. Att besöka en skolkurator är ofta något *påtvingat*.
- En UM-kurator behöver utstråla: *Du får komma hit om du vill. Jag vill gärna hjälpa dig.*
- En av de intervjuade framhåller att det är viktigt att kunna få en god kontakt med kuratorn
- Samma intervjuade framhåller att det är viktigt att det finns flera kuratorer om man inte connectar med den första man möter
- Barnmorskor och kuratorer behöver kunskaper i psykologi, kuratorn ännu mer än barnmorskan
- Barnmorskorna behöver ha mycket goda kunskaper om kroppen, olika kön, olika könsidentiteter
- Det är viktigt att kunna prata med kuratorn om kroppen och om sin könsidentitet
- Kuratorer behöver juridiska kunskaper om vad som gäller när barn och unga blir illa behandlade eller inte får sina behov tillgodosedda av sina föräldrar

- Kuratorer behöver se saker från den ljusa sidan, se sådant som inträffar som lärdomar, inte som negativa händelser och öppna för samtal om vad man kan göra för att förbättra situationen
- Kuratorer behöver ha goda kunskaper om var man kan söka hjälp om man behöver mer hjälp än vad som kan ges på UM

### **Organisation**

- UM spelar en unik roll. Det är svårt att få samma hjälp inom andra verksamheter

### **Vad de unga avslutningsvis lyfter fram som bra med UM (varje uttalande representerar en person)**

- Att det finns möjligheter till kontinuitet (träffa samma barnmorska) och att man kan komma till UM med alla typer av problem
- Att det är bra lokaler, trevlig och kunnig personal och att de som arbetar där verkligen vill det
- Att det är viktigt och bra med en verksamhet som har fokus på ungdomar och deras sexliv och att UM erbjuder lättillgänglig information
- Att det är bra med ett ställe där man inte blir dömd, att det är bra med UM som är specialiserade på fysiska, psykiska och sexuella problem hos unga människor

### **Förslag till förbättringar**

- Möjligheter att kunna vänta i avskildhet
- Att få prata med en människa direkt när man ringer
- Att slippa den låsta porten och porttelefonen
- Mer reklam för verksamheten
- Samtliga elever ges tillfälle att besöka UM
- Smidigare bokningssystem
- Se över om resurserna stämmer överens med behoven