



Oslo

Skeive flyktninger

– et informasjonshefte for ansatte
i introduksjonsprogrammet og
voksenopplæringen



Innhold

Skeive flyktninger	4
Ordliste	5
Introduksjonsprogrammet - mer enn opplæring	7
Skeive flyktningers sårbarhet og risiko	8
Interseksjonalitet – flere identiteter kan skape flere barrierer ...	9
Minoritetsstress – hva betyr dette for skeive flyktninger?	10
Trygghet i læringsmiljøet.....	12
Helse	16
Oppfølging av transpersoner.....	18
Oppfølging av personer med intersex	19
Bruk av tolk.....	20
Slik kan du bidra som fagperson	22
Ressurser for videre læring	22
Avslutning	23

Skeive flyktninger

Skeive flyktninger er en mangfoldig gruppe mennesker med ulike historier, ressurser og behov. Mange har søkt beskyttelse i Norge fordi de har blitt utsatt for vold, diskriminering eller sosial utestengelse på grunn av sin seksuelle orientering, kjønnsidentitet eller sitt kjønnsuttrykk. De kommer med håp om å kunne leve fritt og trygt for første gang. Allikevel viser forskning¹ at flere skeive møter utfordringer i introduksjonsprogrammet.

Skeive flyktninger er personer med seksuell orientering eller kjønnsidentiteter som faller utenfor samfunnets dominerende normer. Dette inkluderer blant annet lesbiske, homofile, bifile, transpersoner, ikke-binære og andre som bryter med normer for kjønn og seksualitet.

Å møte skeive flyktninger handler ikke bare om å tilby bolig, språkopplæring eller arbeidstrening. Disse møtene handler ofte om å aktivt skape trygghet, tillit og mulighet til å bygge et nytt liv. Samtidig kan introduksjonsprogrammet være en arena der både skeive og ikke-skeive deltakere møter verdier, normer og livsformer som utfordrer og beriker dem.

I Oslo kommunes Handlingsplan for kjønns- og seksualitetsmangfold (2024–2028) slås det fast at kommunen skal ivareta behovet for oppfølging og beskyttelse av skeive migranter og flyktninger, samt prioritere kompetanseheving for ansatte som jobber med denne gruppen.

Du som ansatt spiller en nøkkelrolle i å sikre trygghet, tilhørighet og tilrettelegging av introduksjonsprogrammet for skeive flyktninger. For fagpersoner krever dette kunnskap, bevissthet og evne til å møte mennesker med åpenhet og respekt. Dette informasjonsheftet skal bidra til å styrke din trygghet i møtet med skeive flyktninger, og gi konkrete råd om hvordan du kan fremme inkludering, forebygge utenforskap og å sikre et læringsmiljø der alle kan oppleve tilhørighet.



Visste du:

Norge har siden 2020 har gitt skeive flyktninger prioritet når landet velger ut kvoteflyktninger gjennom FN?²

Ordliste

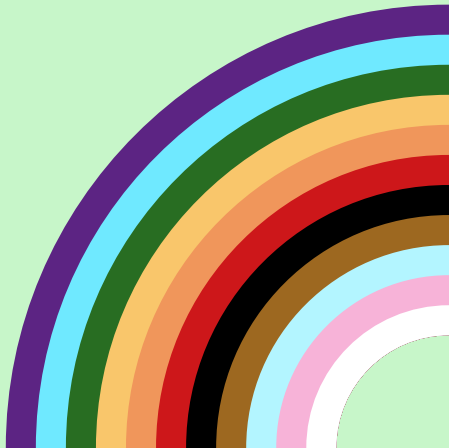
LHBT:
LHBT-akronymet er en betegnelse som tradisjonelt står for lesbiske, homofile, bifile og transpersoner³. Enkelte ganger henvises det også til LHBTI, LHBTIQ eller LHBTIQ+ for å også inkludere intersex, queer, questioning og andre som bryter med normer for kjønn og seksualitet i akronymet.

Skeiv:
Skeiv er den norske oversettelsen av det engelske begrepet queer. Begrepet er et paraplybegrep som benyttes av flere grupper som utfordrer normer for kjønn og seksualitet. Begrepet kan oppleves av noen som mer inkluderende enn for eksempel transperson, lesbisk eller homofil.⁴

Transperson:
En transperson er en person som ikke opplever samsvar mellom kjønnnet de ble tillagt ved fødselen, og kjønnnet de identifiserer seg som.

Ikke binær:
Noen mennesker opplever at kjønnsidentiteten deres ikke passer inn i kategoriene «mann» eller «kvinne». De kan derfor definere seg som ikke-binære. For ikke-binære personer kan kjønn føles som noe som ikke passer inn i en todeling, eller som noe mer flytende mellom eller utenfor disse kategoriene.⁵

Intersex:
Intersex er et begrep som brukes om mennesker som har kropp som skiller seg fra de medisinske definisjonene av «mannskropp» og «kvinneskropp» ved fødsel. Variasjoner kan også oppstå senere i forbindelse med puberteten. Intersex er i utgangspunktet ikke en beskrivelse av kjønnsidentitet. Det handler i større grad om kroppslig variasjon og er en del av mangfoldet vi finner i befolkningen⁶.



Introduksjonsprogrammet – mer enn opplæring

Introduksjonsprogrammet markerer starten på integreringsreisen for nyankomne flyktninger. Denne tiden er preget av store overganger, nye språk, normer og identiteter. I møtet med det norske samfunnet blir spørsmål om kjønn, seksualitet og aksept ofte aktualisert.

For mange er dette første gang de møter mennesker som åpent identifiserer seg som skeive (LHBTIQ+). Dette møtet kan vekke både nysgjerrighet og usikkerhet, særlig for deltakere fra land der homofili og kjønnsuttrykk ikke er akseptert, er sosialt uakseptabelt eller straffbart.

For skeive flyktninger betyr møtet med det norske samfunnet ofte et dobbelt utenforskap: som minoritet i storsamfunnet og som marginalisert blant andre med samme etniske utgangspunkt eller religiøse fellesskap.

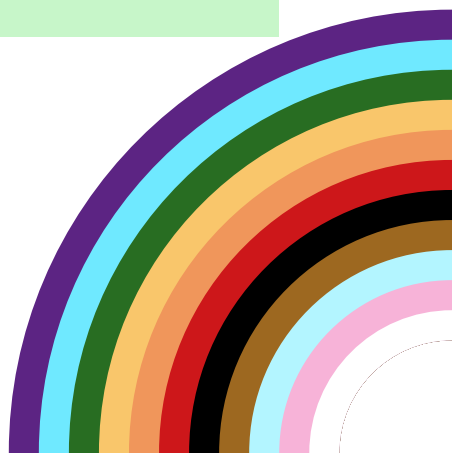
For øvrige deltakere kan møtet med skeive utfordre etablerte normer og verdier. Dette gir muligheter for læring og utvikling, men det tydeliggjør også et behov for trygg undervisning, veiledning og grensesetting. Derfor kreves det at fagpersoner som jobber med gruppen har en kultursensitiv tilnærming og en normkritisk forståelse. Vanskelige temaer bør ikke skyves bort, da det er nettopp gjennom relasjoner, åpenhet og gjensidig respekt at læring og ny innsikt kan oppstå.

Integrering handler ikke bare om å tilegne seg kunnskap, men også om verdier og holdninger. For å kunne jobbe med dette må det skapes rom for dialog, refleksjon og uenighet, samtidig som det også må settes tydelige grenser for diskriminerende språk, praksiser og handlinger.



Kultursensitivitet handler om evnen til å forstå, respektere og samhandle på tvers av kulturelle forskjeller. Å være kultursensitiv innebærer å være bevisst på at mennesker fra ulike kulturer kan tolke situasjoner, handlinger og budskap på forskjellige måter. Det betyr også å kunne tilpasse både handlinger og kommunikasjon til dem man møter, for å skape gode relasjoner og unngå misforståelser.

Et normkritisk perspektiv handler om å rette et kritisk blikk mot de normene, reglene og forventningene vi ofte tar for gitt i samfunnet. Det innebærer å undersøke hvem normene gagnar, hvem de kan begrense eller ekskludere, og hvordan de påvirker menneskers muligheter og handlingsrom. I mange sammenhenger tas det for gitt at alle er heterofile og lever i tradisjonelle kjernefamilier, såkalt «heteronormen». Dette viser seg for eksempel når lærere automatisk spør barn om de har mamma og pappa, eller når man antar at en kollegas partner er kone eller mann.



Skeive flyktningers sårbarhet og risiko

Skeive flyktninger er en spesielt utsatt gruppe flyktninger.

De kan bære med seg traumatiske opplevelser knyttet til:

- Forfølgelse, diskriminering og vold
- Avvisning fra familie og nettverk
- Langvarig undertrykkelse og/eller skjule sin egen identitet
- Negativ sosial kontroll, æresrelatert vold eller trusler

Også i Norge kan sårbarheten fortsette. Mange opplever negativ sosial kontroll eller utrygghet i møte med personer fra samme etniske miljø, spesielt i voksenopplæringen. Dette kan føre til isolasjon, psykiske plager og/eller frafall fra introduksjonsprogrammet.



«Som skeiv flyktning har jeg rett til likeverdige muligheter, likeverdige helsetjenester, et trygt skolemiljø og ikke diskriminering.»

Rett til trygghet og likebehandling

Skeive flyktninger er beskyttet både av norsk lov og av internasjonale avtaler. Likestillings- og diskrimineringsloven forbyr diskriminering på grunn av seksuell orientering, kjønnsidentitet og kjønnsuttrykk (§ 6), og den forbyr også trakassering (§ 13). Loven skiller mellom direkte forskjellsbehandling, der noen behandles dårligere enn andre, og indirekte forskjellsbehandling, der tilsynelatende nøytrale regler likevel setter enkelte grupper i en særlig ufordelaktig situasjon (§ 7–8). Både indirekte og direkte diskriminering er forbudt.

I tillegg forplikter FNs flyktningkonvensjon fra 1951 Norge til å sikre flyktninger grunnleggende rettigheter, blant annet ikke-diskriminering (artikkel 3), tilgang til velferdstjenester (artikkel 23) og like rettigheter i arbeidslivet (artikkel 24).

Sammen legger dette et tydelig grunnlag for at skeive flyktninger skal ha like muligheter, trygge omgivelser og et sterkt vern mot diskriminering.

Interseksjonalitet – flere identiteter kan skape flere barrierer

Interseksjonalitet handler om hvordan ulike sider ved en persons identitet som kjønn, seksualitet, etnisitet, religion, funksjonsevne, alder og sosial bakgrunn virker sammen og påvirker hvilke erfaringer man gjør seg i møte med samfunnet.

For skeive flyktninger betyr dette at diskriminering ikke bare skjer på ett grunnlag, men ofte i skjæringspunktet mellom flere: som skeiv, flyktning, person med annen hudfarge, språk eller religion.

Denne sammensatte sårbarheten kan føre til:

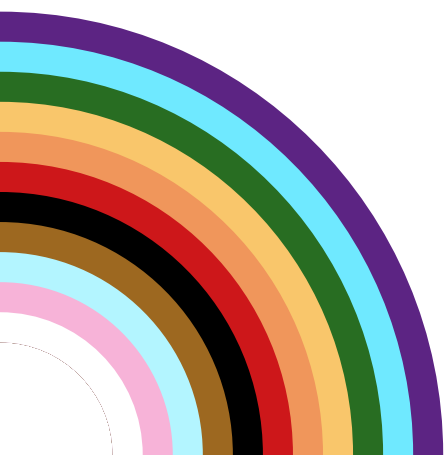
- **Dobbel eller trippel minoritetsstatus:** Å være både skeiv og flyktning, og samtidig tilhøre en religiøs eller etnisk minoritet.
- **Økt risiko for sosial isolasjon:** Hverken fullt ut akseptert i skeive miljøer eller i egne nasjonale/etniske nettverk.
- **Komplekse lojalitetskonflikter:** Mellom egne kulturelle verdier og egen identitet.
- **Barrierer i møte med tjenester:** Språk, manglende kulturell forståelse eller frykt for fordømmelse kan gjøre det vanskelig å søke hjelp.



Tips: Som fagperson er det viktig å møte mennesker helhetlig, ikke som «flyktning» eller «skeiv» alene. Forsøk å se hvordan ulike faktorer virker sammen, og hvordan de påvirker den enkeltes opplevelse av trygghet, tilhørighet og muligheter i introduksjonsløpet.



Husk: Lik behandling betyr ikke alltid lik praksis. Rettferdighet handler også om å tilpasse tiltakene slik at alle får like reelle muligheter til å delta og lykkes i introduksjonsprogrammet.



Minoritetsstress – hva betyr dette for skeive flyktninger?

Minoritetsstressteorien forklarer hvordan personer som tilhører en stigmatisert gruppe kan utvikle stressreaksjoner fordi de forventer eller frykter negative reaksjoner fra omgivelsene. Skeive flyktninger er særlig utsatt for dette, både på grunn av tidligere erfaringer og nye utfordringer i Norge.

Vanlige former for minoritetsstress:

- **Internalisert fobi:** Negative følelser og holdninger til egen identitet eller andre skeive.
- **Forventet stigmatisering:** En konstant frykt for negative reaksjoner, selv når avvisning ikke faktisk skjer.
- **Identitetsskjuling:** Opplevelsen av at man må skjule eller tone ned hvem man er for å være trygg.
- **Erfart diskriminering:** Alt fra små, sårende kommentarer til direkte trakassering eller vold.

Effekten av skjulte liv

Når en skeiv person føler at det ikke er trygt å være åpen om sin egen identitet eller legning, kan det føre til et liv preget av å skjule seg og konstant tilpasning til omgivelsene. Over tid skaper dette et betydelig emosjonelt og sosialt press; man må hele tiden vurdere hva man kan si, hvordan man fremstår, og hvem man kan stole på. Dette kan føre til stress, frykt, lav selvtillit, sosial isolasjon og utfordringer med psykisk helse. Å leve skjult gjør det også vanskeligere å søke støtte og å delta fullt ut i skole, arbeid eller sosiale aktiviteter. For mange blir det en ekstra belastning som kommer i tillegg til andre utfordringer.

Det er viktig å huske at reaksjonene du ser hos skeive deltakere er reelle opplevelser. De er ikke uttrykk for «overfølsomhet», men et resultat av langvarig utrygghet og tidligere erfaringer med diskriminering og kontroll. Når mennesker har levd i fare eller skjult sin identitet over tid, kan selv små hendelser i et nytt miljø utløse sterke reaksjoner

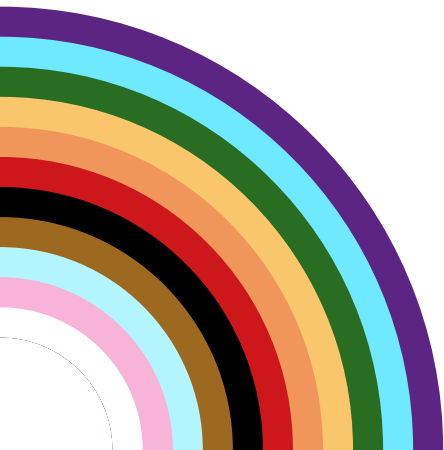


Foto: Uriel Mont/Pexels



Eksempel: Lesbiske Mara vokste opp i et sterkt religiøst miljø, der hun fra tidlig alder fikk høre at homofili var en synd, og at skeive fortjente dødsstraff. Hun giftet seg etter hvert med en mann og fikk flere barn, men opplevde gradvis et stadig vanskeligere selvbilde. Over tid begynte hun også å utvikle negative holdninger til andre skeive – holdninger som var et resultat av år med sosial og religiøs påvirkning. Da Mara til slutt brøt ut av ekteskapet, flyktet til Norge og fortalte programrådgiveren om identiteten sin, ble hun oppfordret til å ta kontakt med en skeiv organisasjon. Selv om intensjonen var god, opplevde hun dette som svært utfordrende. Hun likte ikke seg selv, og det var vanskelig for henne å se på andre skeive uten fordommer. For Mara var det et stort og krevende steg å søke støtte i et miljø hun hadde lært å ta avstand fra hele livet.

Husk: Noen skeive deltakere kan ha negative holdninger til seg selv eller andre skeive etter langvarig sosial påvirkning. Det krever tid og trygghet for å bygge tillit til seg selv og andre skeive. Støtt deltakerne i deres tempo og tilby hjelp uten å presse.



Trygghet i læringsmiljøet

Skeive flyktninger har samme rett til et trygt og inkluderende læringsmiljø som alle andre deltakere. Diskriminering og trakassering på grunn av seksuell orientering, kjønnsidentitet og kjønnsuttrykk er forbudt etter Likestillings- og diskrimineringsloven. Flere skeive deltakere i introduksjonsprogrammet forteller at de opplever negative holdninger og negativ sosial kontroll fra medelever. De kan oppleve alt fra blikk og latterliggjøring til sosial utestenging og direkte diskriminering. Preges man av minoritetsstress, kan selv små hendelser utløse sterke reaksjoner når de bekrefter tidligere erfaringer med utenforskap.

Det er viktig å vite at skeive deltakere kan møte en rekke sammensatte utfordringer. For noen kan disse være omfattende og skape særskilte behov for støtte og tilrettelegging av opplærings-situasjonen.

Som lærer eller veileder kan du bidra ved å:

- Skape trygge rammer for diskusjon og respektfull uenighet når temaet tas opp i undervisningen.
- Gripe raskt inn ved homo- eller transfobiske utsagn.
- Være tydelig på at diskriminering og trakassering er forbudt ved lov (Likestillings- og diskrimineringsloven §6 og §13).
- Være oppmerksom på at man må tilrettelegge undervisningen for deltakeres ulike behov (Likestillings- og diskrimineringsloven § 8)
- Legge til rette for undervisning i kjønns- og seksualitetsmangfold, selv om temaet kan vekke reaksjoner hos enkelte.
- Unngå å avsløre opplysninger om deltakeres legning eller kjønnsidentitet uten samtykke. Husk at kjønn og seksualitet er sårbart og sensitivt. Respekter personopplysninger og drøft saker anonymt med kollegaene dine.

§ 13. Forbud mot å trakassere Trakassering på grunn av forhold som nevnt i § 6 første ledd og seksuell trakassering, er forbudt. Med trakassering menes handlinger, unnlatelser eller ytringer som har som formål eller virkning å være krenkende, skremmende, fiendtlige, nedverdiggende eller ydmykende.

§ 6.Forbud mot å diskriminere Diskriminering på grunn av kjønn, graviditet, permisjon ved fødsel eller adopsjon, omsorgsoppgaver, etnisitet, religion, livssyn, funksjonsnedsettelse, seksuell orientering, kjønnsidentitet, kjønnsuttrykk, alder eller kombinasjoner av disse grunnlagene er forbudt. Med etnisitet menes blant annet nasjonal opprinnelse, avstamning, hudfarge og språk.

§ 8.Indirekte forskjellsbehandling Med indirekte forskjellsbehandling menes enhver tilsynelatende nøytral bestemmelse, betingelse, praksis, handling eller unnlåtelse som vil stille personer dårligere enn andre, på grunn av forhold som nevnt i § 6 første ledd.

Tips: Snakk med kollegaene dine om hvordan dere kan håndtere vanskelige situasjoner i klasserommet. Trygghet om temaet skapes aller best i fellesskap.



Eksempel: Allerede første skoledag opplevde Zainab, som er transkvinne, å bli møtt med et kaldt og avvisende blikk fra en kvinne fra samme hjemland. Ingen satte seg ved siden av henne i klasserommet. Disse små, men tydelige tegnene på sosial avvisning gjorde Zainab utrygg og engstelig for å komme tilbake på skolen. Hun begynte å tenke: «Hvis én ser ned på meg, gjør kanskje alle i klassen det. Jeg orker ikke mer diskriminering – jeg er allerede ved bristepunktet.»

Husk! Selv små gester eller handlinger fra andre kan utløse sterkt ubehag hos deltakere som har erfart diskriminering og opplever minoritetsstress. Trygghet skapes ved å være bevisst blikk og adferd, inkludere alle aktivt og ta avstand fra stigmatiserende oppførsel.



Eksempel: Det er første skoledag på voksenopplæringen, og lærer Anne Marit står foran en helt ny klasse. Hun kjenner et lite sug i magen da hun aldri har møtt deltakerne før, og vet at de kommer med svært ulike erfaringer og forventninger.

For å legge grunnlaget for et inkluderende læringsmiljø, starter hun med noe enkelt, men viktig: Hun introduserer seg selv med navn og pronomenet hun bruker «hun». Deretter inviterer hun klassen til å være med på å lage egne klasseregler. Sammen diskuterer de hva som skal til for at alle skal føle seg trygge, respekterte og sett. Stemningen i rommet endrer seg, og ansikter mykner. Flere tør å dele tanker enn hun hadde forventet. Da timen er over, kommer en av deltakerne forsiktig bort til henne. Han smiler litt sjenert og sier:

«Takk for at du gjorde det du gjorde i dag. Det betyr mer enn du tror. Jeg er selv skeiv og setter sånn pris på det du gjorde.»

I det øyeblikket forstår Anne Marit at de små valgene man tar som lærer, som å være tydelig med pronomen og å gi rom for fellesskap, kan ha stor betydning for deltakerne hun møter.



Ressurser:

Skeiv Verden

www.skeivverden.no

Tilbyr trygge møteplasser, kompetanseheving, kurs og lavterskel psykisk helsehjelp.

Oslo voksenopplæring Servicesenter

servicesenter.oslovo.no

Er et byomfattende inntaks- og kompetansesenter, og innehar spesialkompetanse på skeive flyktninger og integrering. Senteret var det første voksenopplæringssenteret i Norge som ble tilkjent kvalitetsmerket «Regnbuefyrtårn».

Oslo Voksenopplæring Nydalen

Oslo VO Nydalen

Nydalen tilbyr et særskilt norskopplæringstilbud for ekstra sårbare skeive flyktninger som har behov for et tilrettelagt og trygt læringsmiljø, og som av ulike årsaker, ikke kan delta i det ordinære norskopplæringstilbudet i introduksjonsprogrammet. Tilbudet skal gi norskopplæring til ekstra sårbare, skeive og normbrytende flyktninger, og samtidig sikre trygge rammer og forutsigbarhet som legger til rette for læring. Henvisning skjer via NAV til Nydalen voksenopplæring.

Skeiv kunnskap

<https://skeivkunnskap.no/>

Skeiv Kunnskap er FRI Oslo og Vikens fagavdeling. De tilbyr kurs om normer, kjønns- og seksualitetsmangfold. De tilbyr også en mer omfattende kompetansepakke som fører frem til kvalitetsmerket «Regnbuefyrtårn»

Rosa Kompetanse

<https://foreningenfri.no/rosa-kompetanse/>

Rosa kompetanse tilbyr kurs om seksuell orientering, kjønnsidentitet og inkluderende praksis til mennesker som jobber med mennesker.

«Kjønnsmangfold i skolen»

En brosjyre utarbeidet av Skeiv Kunnskap.

<https://skeivkunnskap.no/wp-content/uploads/2021/03/Kjonnsmanfold-i-skolen-versjon-til-nett-1.pdf>

Kompetansepakken for kjønns og seksualitetsmangfold

– Utviklet for ansatte i voksenopplæringen av HK-dir og IMDi

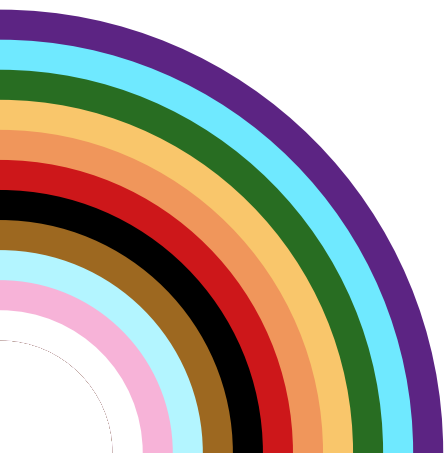
[Kompetansepakke for kjønns- og seksualitetsmangfold | HK-dir](#)

Seema og Likestillingssenteret

Seema og Likestillingssenteret er pr. 2025 Oslo kommunens leverandør av kurs som skal gi grunnleggende kompetanse innen mangfold og inkludering.



Foto: Shvetsa/Pexels



Helse

Skeive personer rapporterer i større grad om psykiske- og i noen grad fysiske helseplager. Dette henger ofte sammen med minoritetsstress, diskriminering og begrenset tilgang til trygge helsetjenester. Som ansatt i introduksjonsprogrammet skal du ikke gi medisinske råd, men det er viktig å kjenne til disse utfordringene slik at du kan henvise videre ved behov.

Seksuell helse

Enkelte skeive grupper, særlig menn som har sex med menn og transpersoner, kan være mer utsatt for enkelte somatiske helseutfordringer, som seksuelt overførbare infeksjoner. Økt risiko handler ikke om den skeive identiteten i seg selv, men henger sammen med både strukturelle forhold (som manglende tilgang til trygge helsetjenester i hjemlandet) og sosialt stigma som gjør det vanskelig å søke hjelp.

Derfor er det ekstra viktig å sikre god informasjon til alle deltakere om seksuell helse, muligheter for gratis og anonym testing, og likeverdig tilgang til helsetjenester, uten fordommer eller antakelser.



Visste du:

Det finnes gratis hiv-forebyggende behandling (PrEP), som tilbys gjennom spesialisthelsetjenesten?

Kjønnsbekreftende behandling

For noen transpersoner kan det være aktuelt å søke kjønnsbekreftende behandling. Dette kan innebære samtaler, hormonbehandling, hårfjerning og eventuelt kirurgi.

Ikke alle transpersoner ønsker medisinsk behandling, da behovet og ønsket varierer fra person til person. Men for de som gjør det, er det viktig at fagpersoner kjenner til hvordan de kan få støtte i prosessen.

Henvisning til kjønnsbekreftende behandling går vanligvis via fastlege til Nasjonal behandlings-tjeneste for kjønnsinkongruens (NBTK) ved Rikshospitalet, eller til Helsestasjonen for kjønn og seksualitet (HKS) for personer under 30 år.



Merk: Modellen for kjønnsbekreftende behandling kan endre seg, så det kan være nyttig for ansatte å holde seg oppdatert gjennom fastlege eller helsenorge.no når deltakere har spørsmål knyttet til dette.

Effekten av manglende hormonbehandling

For transpersoner som har behov for hormonbehandling, kan manglende tilgang ha store konsekvenser både fysisk og psykisk. Uten behandling kan mange oppleve økt kjønnsdysfori, depresjon, angst og redusert livskvalitet. Ventetid eller avslag kan også føre til sosial tilbaketrekning og lavere deltakelse i arbeid, utdanning eller integreringsløp. For enkelte kan manglende hormonbehandling påvirke søvn, konsentrasjon og evnen til å fungere i hverdagen.

Vær oppmerksom på:

- Tegn på uro, tilbaketrekking eller økt fravær.
- Behov for henvisning til helsetjenester.
- Transpersoners ønske og behov for kjønnsbekreftende behandling.



Husk: Ikke alle ønsker å snakke om kjønn eller seksualitet. Spør bare når det er relevant, og bruk personens egne ord, foretrukket navn og pronomen. Snakk med deltakeren om muligheten for åpenhet i møte med helsetjenesten dersom det er klinisk relevant.

Ressurser:

Olafiaklinikken

<https://www.oslo-universitetssykehus.no/olafia/>
Gratis og anonym testing og rådgivning om seksuell helse.

Helsestasjonen for kjønn og seksualitet (HKS)

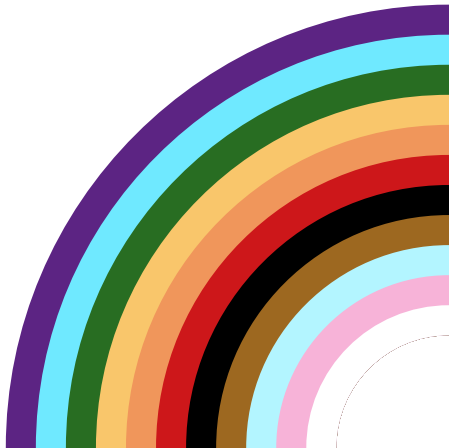
[HKS Oslo - Kunnskapsbasert helsetjeneste](#)
Gratis tilbud for personer 0-30 år. Spesialkompetanse på kjønnsidentitet og seksualitet.

Sex og samfunn

[Sex og samfunn - FRIHET FRA SKAM - FRIHET TIL Å VELGE](#)
Sex og samfunn er Norges største fagsenter for seksuell og reproduktiv helse og rettigheter.

Helseutvalget

<https://www.helseutvalget.no/>
Tilbyr testing av seksuelt overførbare infeksjoner, rådgivning, psykologtjeneste og chat for LHBTIQ+-personer



Oppfølging av transpersoner

For mange transpersoner er det viktig å kunne endre navn og juridisk kjønn, slik at identitetspapirene samsvarer med kjønnsidentiteten. Mange kjenner ikke til at de har rett til å endre juridisk kjønn og navn i Norge, og dette kan ha stor betydning for den enkeltes opplevelse av trygghet, psykisk helse og integrering.

I Norge kan alle som opplever at de tilhører et annet kjønn enn det som er registrert i Folkeregisteret, søke om å endre juridisk kjønn. Dette gjøres gjennom Skatteetaten, og krever ikke medisinsk dokumentasjon eller behandling.

Navneendring kan også gjøres hos Skatteetaten. For flyktninger kan det noen ganger være behov for bistand til å fylle ut skjemaer, forstå prosessen eller håndtere praktiske konsekvenser.

Uavhengig av offisiell endring, kan den enkelte ha et ønske om å omtales med et annet navn eller pronomen enn det de er registrert med. Som fagperson bør du respektere dette ønsket, og omtale personen slik vedkommende ønsker.

Som fagperson kan du støtte ved å:

- informere om rettigheten til å endre navn og juridisk kjønn.
- hjelpe med å finne riktig søknadsskjema.
- bistå med utfylling.
- overholde bruken av ønsket navn og pronomen.
- informere skolen og andre tjenester, i samråd med deltakeren, slik at endringen blir registrert korrekt i fagsystemer.

Ressurser:

- **Skatteetaten**
[Endre juridisk kjønn - Skatteetaten](#)
Endring av juridisk kjønn kan gjøres hos Skatteetaten.
- [Endre navn - Skatteetaten](#)
Endring av navn gjøres via Skatteetaten.
- Råd om møter med kjønns mangfold for offentlige ansatte | Bufdir
<https://www.bufdir.no/fagstotte/produkter/kjonns mangfold--faglige-rad-for-offentlig-ansatte/>

Oppfølging av personer med intersex

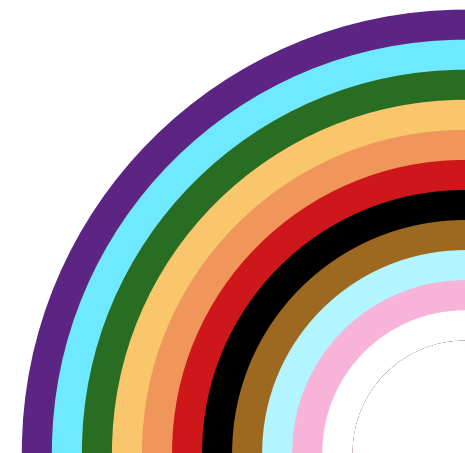
Enkelte flyktninger med intersex-tilstander kan ha blitt prioritert for opphold i Norge helt eller delvis på bakgrunn av tilstanden. Intersexpersoner kan ha opplevd diskriminering og forfølgelse, men også at kroppen kan ha utviklet seg annerledes enn antatt etter pubertet og krever behandling som ikke tilbys i hjemlandet.

Som programrådgiver i introduksjonsprogrammet er det viktig at du er oppmerksom på denne gruppens behov. Flere kan oppleve utfordringer knyttet til selvbilde, kroppsbilde, seksualitet og reproduksjon. Enkelte kan ha behov for rask kontakt med helsetjenesten for utredning og eventuell behandling. Det kan også være betydningsfullt å få kontakt med andre i lignende situasjon eller tilbud som gir sosial støtte.



Husk:

- *Intersex er en variasjon i kroppslig kjønnsutvikling som kan være synlig ved fødsel, eventuelt oppdages tilstanden senere ved pubertet eller i voksen alder.*
- *Intersextilstander er medfødte variasjoner i kroppslig kjønns karakteristika og er ikke nødvendigvis knyttet til identitet.*
- *Noen kan likevel oppleve intersex som del av egen identitet.*
- *Vis sensitivitet. Ikke gjør antakelser om identitet, kropp eller behandlingsønsker.*
- *Sikre at personen får hjelp til å kontakte helsetjenester raskt ved behov.*
- *Sørg for trygg kommunikasjon, og respekter personens ønske om hva de vil dele.*
- *Vær oppmerksom på at noen kan ha traumatiske erfaringer knyttet til diskriminering eller tidligere medisinsk behandling.*
- *Nedstemthet og fravær fra opplæring kan f.eks. oppstå dersom behandlingstilbud ikke oppleves som optimalt eller reproduksjonsevnen er redusert.*





Gode rutiner for trygg tolkebruk

- **Imøtekom deltakernes ønsker om tolk** så langt det lar seg gjøre.
- **Informér om tolkens taushetsplikt.** Når du selv formidler dette tydelig, kan det bidra til å skjerpe tolkens bevissthet om ansvaret sitt.
- **Tilby alternativ tolk ved behov,** som for eksempel en telefontolk eller en tolk med annen etnisk bakgrunn, dersom deltakeren ønsker det.
- **Ta hensyn til deltakerens preferanser for tolkens kjønn,** da dette kan være avgjørende for opplevelsen av en trygg samtale.
- **Vær oppmerksom på språkferdigheter og temakunnskap.** Ikke alle tolker er kjent med begreper knyttet til kjønn og seksualitet.
- **Rapporter uprofesjonell atferd.** Gi beskjed til tolketjenesten dersom tolken ikke opptrer profesjonelt eller viser manglende respekt.
- **Velg gjerne tolker du har positive erfaringer med.** Kontinuitet skaper trygghet for alle parter.
- **Forbered tolken på sensitive temaer** og bruk kjønnsnøytrale uttrykk for å sikre en respektfull og trygg samtale.
- **Bruk kvalifisert tolk,** slik at du sikrer grunnleggende kompetanse.



Husk: En deltaker med høyt fravær i introduksjonsprogrammet kan unnlate å fortelle om homofobisk trakassering i voksenopplæringen dersom tilliten til tolken er lav. Trygghet i tolkingen er derfor avgjørende for god oppfølging i programmet.

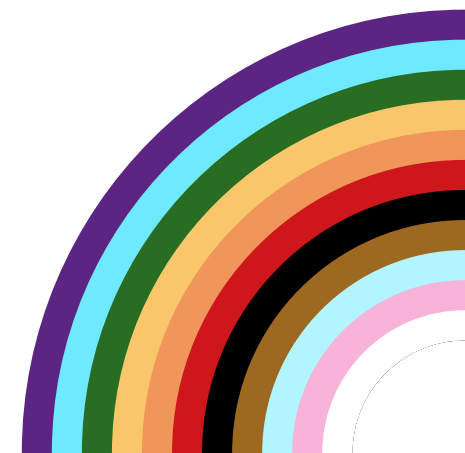
Ressurser:

Skeiv Verdens oversikt over inkluderende begrepsbruk på arabisk og somali:
<https://arkiv.imdi.no/nora/skeive-begreper/>

Nasjonalt tolkeregister: Nasjonalt tolkeregister
<https://www.tolkeregisteret.no/>

Bruk av tolk

Mange skeive flyktninger kan føle seg utrygge når de må bruke tolk fra eget hjemland. Noen frykter at personlig informasjon kan bli delt videre, eller at tolken har negative holdninger til skeive. Dette kan begrense samtalene og skape utrygghet. Mange tolker mangler også ord og begreper på sitt språk for å snakke om kjønn og seksualitet.



Slik kan du bidra som fagperson

- **Identifiser tegn på minoritetsstress** og ta dem på alvor.
- **Vis støtte.** Selv små symboler som regnbueflagg, plakater eller nøkkelbånd kan signalisere trygghet for skeive.
- **Bygg tillit** ved å både respektere ønsker om åpenhet og anonymitet.
- **Samarbeid på tvers av fagfelt.** For noen skeive kan samhandling mellom helsevesen, NAV, voksenopplæring og frivillige organisasjoner være avgjørende.
- **Henvis til støtteorganisasjoner ved behov og ønske.** Fellesskapsarenaer kan være viktig for den enkelte. Tilby gjerne å følge deltakeren til første møte.
- **Arbeid aktivt mot diskriminering**, også det som ikke sies høyt.
- **Hev egen kompetanse.** Sørg for kunnskap om kjønns- og seksualitetsmangfold, og ta initiativ til opplæring ved behov.
- **Bruk inkluderende språk.** Snakk om skeive som en naturlig del av samfunnet, og skap fellesskap gjennom inkluderende termer som «de av oss». Bruk kjønnsnøytrale uttrykk som «kjæreste» eller «partner». Tenk på hvordan du ville omtalt en skeiv person hvis det var ditt eget barn.

Ressurser for videre læring

- **«På leting etter trygghet»** [pa-leting-etter-trygghet.pdf](#)
- **HAILI-prosjektets statusrapport** <https://servicesenter.oslovo.no/om-voksenopplaringen/prosjekter/haili/>
- **Nettskolen · Likestillingssenteret** [Kurs og verktøy · Likestillingssenteret](#)
- **Skeiv kunnskaps læringsressurser:** [Arkiv for Læringsressurser - Fri Oslo og Viken](#)

Avslutning

Å jobbe med skeive flyktninger handler om mer enn å sørge for opplæring, kvalifisering og følge rutiner. Dette arbeidet viser tydelig hvor viktig holdninger, språk og evnen til å se hele mennesket er. Mange skeive flyktninger bærer med seg erfaringer med mistillit, utenforskap og undertrykkelse av sin identitet, men også et sterkt ønske om å skape et nytt liv i Norge.

Som fagperson kan du spille en avgjørende rolle i denne prosessen. Gjennom små, bevisste handlinger kan du skape trygghet, vise respekt og fremme likeverd.

Bruke riktig pronomen. Stoppe en sårende kommentar. Informere om rettigheter. Ta opp tematikken i klasserommet. Lytte uten fordommer.

Disse øyeblikkene bygger tillit. For skeive flyktninger er tillit selve fundamentet i integreringsarbeidet. Mange har erfart at åpenhet kan ha en høy personlig pris. Først når de opplever trygghet, kan de delta fullt ut, lære og bygge et nytt liv i frihet.

Når vi møter mennesker med åpenhet, inkludering og respekt, blir introduksjonsprogrammet mer enn en arena for opplæring – det kan bli et sted for gjenoppbygging og håp.

Sluttnoter

- ¹ Akin (2022) På leting etter trygghet. Østlandsforskning
- ² Justis- og beredskapsdepartementet. (2020). Retningslinjer for arbeidet med overføringsflyktninger jf. Utlendingsloven § 35 (G-15/2020). [Rundskriv] Justis- og beredskapsdepartementet. Rundskriv G-15/2020: Retningslinjer for arbeidet med overføringsflyktninger jf. utlendingsloven § 35 - regjeringen.no
- ³ Grasmø, H. (2023). LHBT. I Store medisinske leksikon. <http://sml.snl.no/LHBT>
- ⁴ Kristiansen, H. W og Jessen, R. S. (2024) Skeiv. I Store medisinske leksikon. <https://sml.snl.no/skeiv>
- ⁵ Jessen, R. S. (2024). Ikke-binær. I Store medisinske leksikon.
- ⁶ Skeiv kunnskap. [3.1 Hva er intersex? - Fri Oslo og Viken](#)



Dette informasjonsheftet er utviklet i samarbeid mellom HAILI-prosjektet ved Oslo voksenopplæring Servicesenter og Skeiv Verden. Innholdet er utviklet i samråd med en referansegruppe bestående av representanter fra Rosenhof Voksenopplæring, IMDi, NAV Grünerløkka og NAV Nordre Aker, samt deltakerrepresentanter fra introduksjonsprogrammet i Oslo kommune.



Oslo

**skeiv
verden**