



# LGBT+ personer og alkohol:

Forbrug, misbrug, og udfordringer i mødet med sundhedstilbud.

v. Mie Birk Jensen, Ph.d.

(Hun/hende eller de/dem)

Videns- og outreachmedarbejder, LGBT+ Danmark



# Oversigt

Hvem er LGBT+ Danmark?

Hvem dækker LGBT+ Personer over?

Hvorfor er LGBT+ området vigtigt for jer?

Særlige problematikker for LGBT+ personer:  
minoritetsstress og mødet med sundhedsvæsenet

3 gode råd til hverdagen





# Hvem er LGBT+ Danmark?

- ✿ En af verdens ældste LGBT+ organisationer.
- ✿ Vi kæmper for lige muligheder og bedre trivsel for alle uanset kønsidentitet og seksualitet.
- ✿ Demokratisk medlemsforening.

[Om](#)[Politik](#)[Sociale tilbud og rådgivning](#)[Vær med](#)[Biblioteket](#)[LGBT+ Historie](#)[Ordbog](#)[LGBT+ Sundhed](#)

## ORDBOG

På denne side kan du lære en række af de vigtigste begreber og betegnelser, som bruges om og af LGBTQIA+ personer. Vi mener, der er behov for en fælles forståelse af begreber inden for områderne seksuel orientering og kønsidentitet, og inden for de områder findes der begreber, som ikke er alment kendte og ofte bruges med forskellig eller med forkert betydning. For at imødekomme misforståelser, har vi udarbejdet denne ordbog.

### A

[Abroseksuel](#)[Akønnet](#)[Androgent  
insensitivitetssyndrom](#)[Aromantisk](#)[Ace](#)[Allieret](#)[Androgyn](#)[Aroseksuel](#)[Adoption](#)[Alloseksuel](#)[Androgyneseksuel](#)[Aseksuel](#)[Aegoseksuel](#)[Amibromantik](#)[At miskønne](#)

# Hvem dækker LGBT+ personer over?

✳️ Personer, der bryder med normerne for køn og seksualitet på forskellige måder.

✳️ Målgruppens mangfoldighed: LGBTQIAP+

✳️ ABC – LGBT...

# LGBTQIAP+..? Begrebsafklaring

	Køn	Seksualitet
Krop	Ciskønnet Transkønnet Interkønnet	Lesbisk Bøsse Biseksuel Panseksuel Aseksuel Heteroseksuel
Identitet	Kønsdivers Gender fluid Two-spirited	
Kønsudtryk	Binær Nonbinær  → Hvilket køn blev man tildelt ved fødsel?	→ Hvem er man tiltrukket af (romantisk, seksuelt)? Seksuelt adfærd?

Queer



# Hvorfor skal I forholde jer til LGBT+ området?

- \* I møder os allerede!
- \* LGBT+ personer drikker generelt mere og bruger flere rusmidler sammenlignet med majoritetsbefolkningen.
- \* MEN samtidig søger LGBT+ personer langt sjældnere rådgivning, støtte og behandling sammenlignet med majoritetsbefolkningen.



# Køn og seksualitet..

...Påvirker hvor meget, og hvordan vi drikker.

...Spiller en central rolle for, hvordan vi forstår alkoholforbrug og misbrug.

Desuden er alkohol er en integreret del af sociale, romantiske og seksuelle relationer for mange danskere.

# Det ser vi eksempelvis..

...Når unge på tværs af køn og seksuel orientering ”drikker sig mod til” at flirte, score og have sex.

...Når man prøver at drikke på bestemte måder for at passe ind og/eller leve op til forventninger til ens køn eller seksualitet (‘maskuline’ og ‘feminine’ måder at drikke på).

...Når der er forskel på, hvornår vi synes, at nogen drikker for meget.





# Særligt for LGBT+ personer er det dog, at...

....Det kan være sjovt, men også risikofyldt at bruge alkohol til at eksperimentere med køn og sex.

...Alkohol kan komme til at fylde for meget, fordi det præger de fællesskaber man rent faktisk har adgang til.

...Minoritetsstress og udfordringer i mødet med sundhedsvæsenet gør det svært at få hjælp og støtte, hvis man udvikler et misbrug.



# Minoritetsstress

En kronisk stresstilstand som er unik for minoriteter.

- ✱ **YDRE STRESSFAKTORER:** Diskrimination, mobning, vold eller trusler om vold, afvisning på jobmarkedet, oplevelser med diskrimination i sundhedsvæsenet, brud med eller afvisning fra familie og venner.
- ✱ **INDRE STRESSFAKTORER:** Frygt for afvisning, rumination af tidligere oplevelser med diskrimination og afvisning, skam og skyldfølelse. Internaliseret homofobi eller transfobi.



# Mødet med sundhedsvæsenet

- \* Manglende viden.
- \* (Manglende) tillid til sundhedsvæsenet.
- \* Oplevelser med krænkelser og diskrimination.
- \* Bliver jeg mødt som den jeg er?

# Tovejstabu

- ✿ Gensidig berøringsangst eller tilbageholdenhed mellem læge/behandler og patient/klient
- ✿ Det kan skyldes, at lægen/behandleren/andre:
  - ✿ Frygter at sige noget forkert
  - ✿ Ikke kan se, hvorfor det er relevant
  - ✿ Tror det kræver specialviden
- ✿ Patient kan være:
  - ✿ Bange for at blive dømt
  - ✿ Pinligt berørt
  - ✿ Ikke bevidst om relevansen
- ✿ "Det du ikke ved, får patienten ondt af"



# Normkritik: Hvem føler sig tilpas i stolen?



Hvilke erfaringer har du/I med LGBT+ personer og alkohol i dit arbejde?

Hvilken erfaringer med at være i verden har I opbygget jeres behandlingstilbud/rådgivning/mm ud fra?



# 3 gode råd

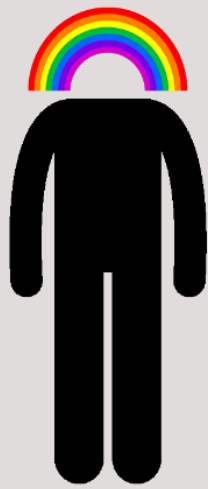
Overvej om der skal skabes et tryggere rum:

Hvordan bliver man mødt i venteværelset? Skal der læres nye pronominer? Kan man kun krydse af i m/k?



# 3 gode råd

Find balancen mellem usynlighed og over-eksponering.





# 3 gode råd

Fokuser på normerne – ikke normbryderen.

Hvilke normer er der på din arbejdsplads? Hvad muliggør og begrænser de?

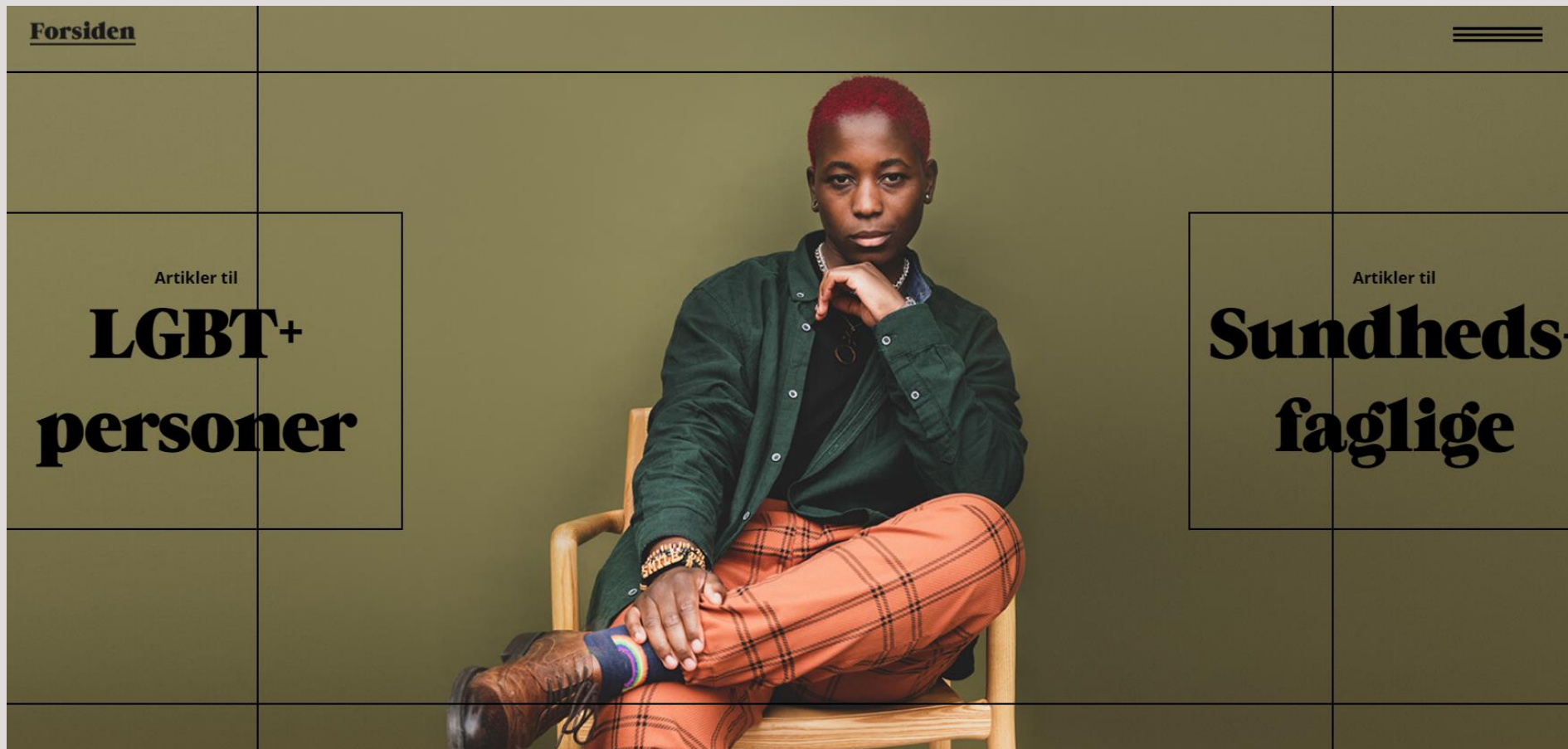




# Ressourcer hos LGBT+ Danmark

- ✱ Rådgivning, Ungetilbud, samtalegrupper mm.
- ✱ Kurser, oplæg, og workshops.
- ✱ Ordbog, den lille guide til pronominer, mm.
- ✱ Viden for fagpersoner..

www.lgbtsundhed.dk



Tak for at lytte med!

Mie Birk Jensen  
mbj@lgbt.dk



**LGBT+**  
DANMARK

# Undersøgelser og andre kilder

## ✿ PROJEKT SEXUS (2019)

- ✿ Statens Serum Institut og Aalborg Universitet
- ✿ Morten Frisch, Ellen Moseholm, Mikael Andersson, Josefine Bernhard Andresen & Christian Graugaard

## ✿ LGBT-PERSONERS MØDE MED ALMEN (2019)

- ✿ Sexologisk Forskningscenter, Klinisk Institut, Aalborg Universitet
- ✿ Siri Jonina Egede, Jan Fouchard, Morten Frisch & Christian Graugaard

## ✿ KØN OG RUSMIDLER: BRUG BEHANDLING OG KONTROL

- ✿ Aarhus Universitetsforlag, 2017.
- ✿ Vibeke Frank, Thomas Friis Søgaard og Jeanett Bjønness (eds).

## ✿ PLAYING WITH GENDER BORDERS: FLIRTING AND ALCOHOL CONSUMPTION AMONG YOUNG ADULTS IN DENMARK.

- ✿ Nordic Studies on Alcohol and Drugs, 2019.
- ✿ Mie Birk Jensen, Maria Herold, Vibeke Frank & Geoffrey Hunt.

## ✿ LGBT-SUNDHED: HELBRED OG TRIVSEL BLANDT LESBISKE, BØSSER, BISEKSUELLE OG TRANSPERSONER.

- ✿ Statens Institut for Folkesundhed, Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet, Syddansk Universitet.
- ✿ Katrine Bindsbøl Holm Johansen, Bjarne Laursen og Knud Juel.

