



Autisme og kønsidentitet

Viden til ledere og
fagpersoner på
socialområdet

Udgivet: Januar 2026

Indhold: Udarbejdet af Specialområde Autisme, Region Midt samt
Metodecentret for VISO, Social- og Boligstyrelsen

Layout: Specialområde Autisme

Illustrationer: Marie Larsen

Denne publikation kan findes i tilgængeligt format på www.sbst.dk

ISBN: 97887-85475-03-9

Hvad kan du bruge denne pjece til?

Med denne pjece kan du som leder eller fagperson få et kortfattet indblik i temaet 'autisme og kønsidentitet' samt inspiration til, hvordan du kan arbejde med det i praksis.

På baggrund af en interviewundersøgelse, viden fra forskning samt sparring med eksperter og interesseorganisationer er der udviklet en materialepakke.

Foruden denne pjece består materialepakken af:

Refleksionskort: Visuelle kort til brug for dialog i medarbejdergrupper på socialområdet, som arbejder med personer med autisme.

Samtalekort: Kort til at understøtte en samtale mellem en socialfaglig medarbejder og et menneske med autisme, som har behov for støtte ift. kønsidentitet.

Autisme og kønsidentitet - Min refleksionsbog: En bog målrettet personer med autisme og behov for støtte ift. kønsidentitet.

Ønsker du mere dybdegående viden, kan du finde den samlede rapport 'Autisme og kønsidentitet - Interviewundersøgelse om socialfaglig forståelse og støtte' på www.sbst.dk.

Hvorfor er det vigtigt at have viden om kønsidentitet, når man som fagperson samarbejder med mennesker med autisme?



Kønsidentitet er den enkelte persons følelse og oplevelse af sit køn. Den enkeltes kønsidentitet kan være forskellig fra det køn, der konstateres og tildeles ved fødslen. Nogle lever fint med dette, og andre kan opleve ubehag og have brug for socialfaglig støtte og rådgivning eller sundhedsfaglig hjælp i forhold til deres kønsidentitet.

International forskning peger på, at der er højere forekomst af autisme blandt mennesker, hvis kønsidentitet er forskellig fra det køn, de blev tildelt ved fødslen.

I Danmark estimeres det, at cirka én ud af tre personer, der bliver udredt for kønsdysfori, også har en autismediagnose.

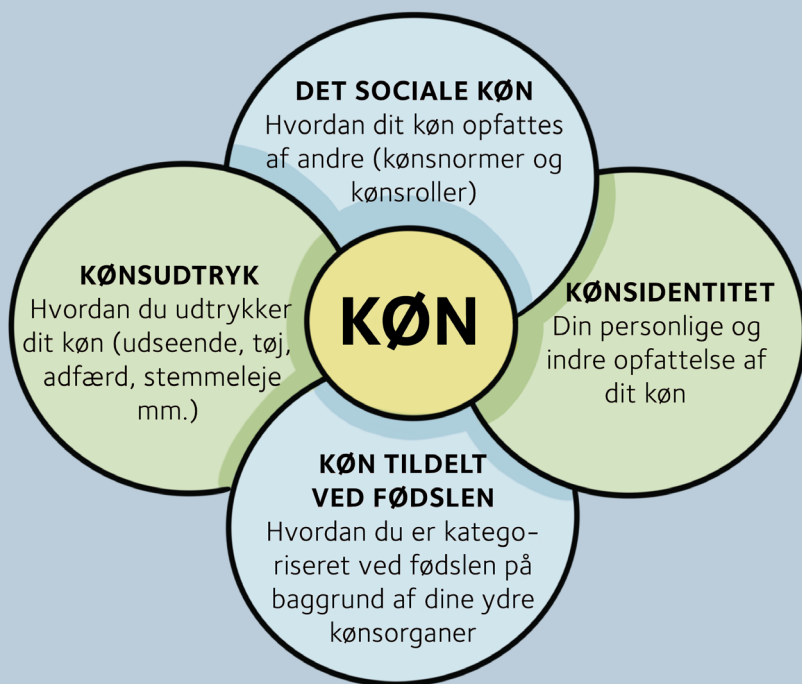
Det at have autisme og en divergerende kønsidentitet kan altså have en negativ betydning for trivsel og mental sundhed.

Som socialfaglig medarbejder på autismeområdet er det derfor godt at have viden om koblingen mellem autisme og kønsidentitet samt viden om, hvordan man kan støtte og indgå i samtale om emnet, når dette vurderes fagligt relevant.

Personer i målgruppen kan have behov for støtte på tværs af sektorer. Her kan du som socialfaglig medarbejder eller leder med den rette viden være med til at skabe broer til andre fagligheder samt understøtte refleksion, således den enkelte får hjælp til at udvikle strategier samt en positiv selvforståelse.

Forståelse af køn

Vi præsenterer her en forståelse af køn, som materialepakken tager udgangspunkt i. Modellen indeholder fire dimensioner og illustrerer, at køn ikke kun handler om den biologiske tildeling, men også om personlig identitet, social opfattelse, og hvordan vi udtrykker køn i vores daglige liv.

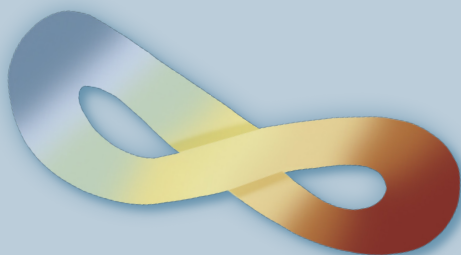


Der findes mange måder at forstå køn på

Forskning og praksiserfaring peger på, at personer med autisme og en divergerende kønsidentitet er i øget risiko for at opleve belastning, som opstår ved gentagne gange at blive mødt med manglende forståelse, eksklusion eller krav om at tilpasse sig normer, man ikke kan spejle sig i.

Man ved ikke, hvorfor der er en sammenhæng mellem autisme og kønsdivergens. Men overlappet kan i mødet med det omgivende samfund give anledning til forskellige former for udfordringer. Det kan både komme til udtryk som udfordringer ved at finde fællesskaber og usikkerhed om egen identitet. Samtidig med dette er der for personer med autisme og divergerende kønsidentitet en større risiko for fx depression, angst, selvskadende adfærd og selvmordsadfærd – også større risiko end hos mennesker med en divergerende kønsidentitet, som ikke har autisme.

Der er ikke en ensartet opfattelse af autisme og kønsidentitet, hvilket har betydning for tilgangen i det socialfaglige arbejde. Derfor er det vigtigt at tage udgangspunkt i den enkelte borgers ønsker, behov og udfordringer og tilrettelægge støtten efter dette.



Hvad kan du gøre som fagperson?

1. Skab rum til samtalen

Som fagperson på socialområdet kan du være en relevant og vigtigt samtalepartner for de mennesker med autisme, der har behov for støtte ift. kønsidentitet. Samtale kan være et vigtigt redskab ift. at forebygge eller mindske den belastning eller mistrivsel, der kan være forbundet med at have en divergerende kønsidentitet.

Bekymring hos både fagperson og borger, for at overskride den andens grænser, kan stå i vejen for en samtale om og støtte vedr. kønsidentitet.

På den ene side ses ofte den kønsdivergente persons frygt for at krænke egen og/eller den socialfaglige støttepersons blufærdighed, men også for at blive afvist eller møde holdninger, der ikke understøtter egen kønsidentitet.

På den anden side ses de socialfaglige støttepersoners frygt for at krænke borgerens og/eller egen blufærdighed samt en frygt for at overskride egen faglige kompetence.

At overkomme en evt. frygt for at overskride hinandens grænser kræver en kombination af forståelse, respektfuld kommunikation og mod til at være nysgerrig.

Hvad kan du gøre som fagperson?

Det vil ofte være den professionelles ansvar at tage hul på et emne som kønsidentitet, hvis borger viser tegn på mistriksel, der kan relateres til kønsidentiteten.

Som fagperson kan du fx skabe rum til samtalen ved at:

Skaffe dig grundlæggende viden

Du behøver ikke mestre alle kønsbegreber eller vide alt om kønsidentitet, men en minimumsviden hjælper dig med at føre en respektfuld dialog. Vær nysgerrig og omsorgsfuld og husk, at kønsidentitet kan opleves meget individuelt.

Reflektere fagligt sammen med kollegaer

Tal åbent om kønsidentitet i teamet, vær bevidst om egne fordomme, og skab en neutral, ikke-stigmatiserende tilgang. Det er vigtigt, at organisationen understøtter arbejdet, så det ikke afhænger af den enkelte medarbejders holdninger.

Vælg den rette samtalepartner

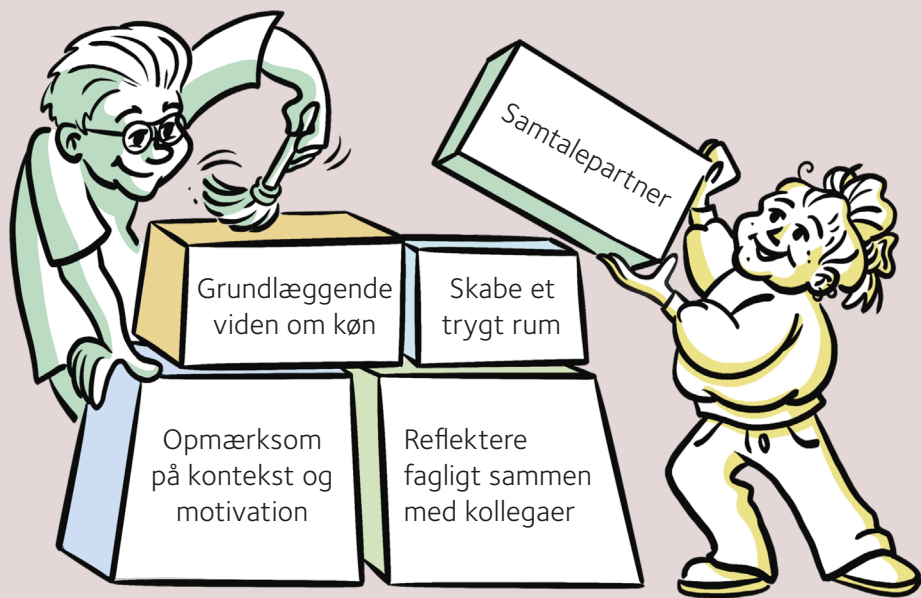
Hvis du ikke føler dig tryk ved at tale om kønsidentitet, kan du med fordel henvise til en kollega eller seksualvejleder, der har de rette kompetencer. Respekter borgerens præferencer for, hvem de vil tale med.

Spørge respektfuldt og skabe et trykt rum

Som fagperson kan du godt spørge ind til kønsidentitet, men respekter altid, hvis personen ikke ønsker at tale om det. Vær åben, ærlig og vis, at du gerne vil støtte uden at presse.

Være opmærksom på kontekst og motivation

Indled samtaler på et passende tidspunkt og vær åben for, at dialogen foregår på den måde, personen ønsker. Spørg om lov, og vær tydelig omkring, hvem du evt. deler viden fra samtaler om køn med.



Hvad kan du gøre som fagperson?

2. Tilrettelæg helhedsorienteret individuel støtte

Som fagperson kan du gøre dig følgende overvejelser, når du samarbejder med en person med autisme, som har behov for støtte ift. kønsidentitet:

Ro-baseret tilgang og psykoedukation

Det er vigtigt at skabe ro og tryghed, når du skal støtte en person med autisme. Det gælder også i forhold til kønsidentitet, hvor viden gennem psykoedukation om både autisme og kønsidentitet kan bidrage til både en nuanceret selvforståelse og mestring.

Visualisering

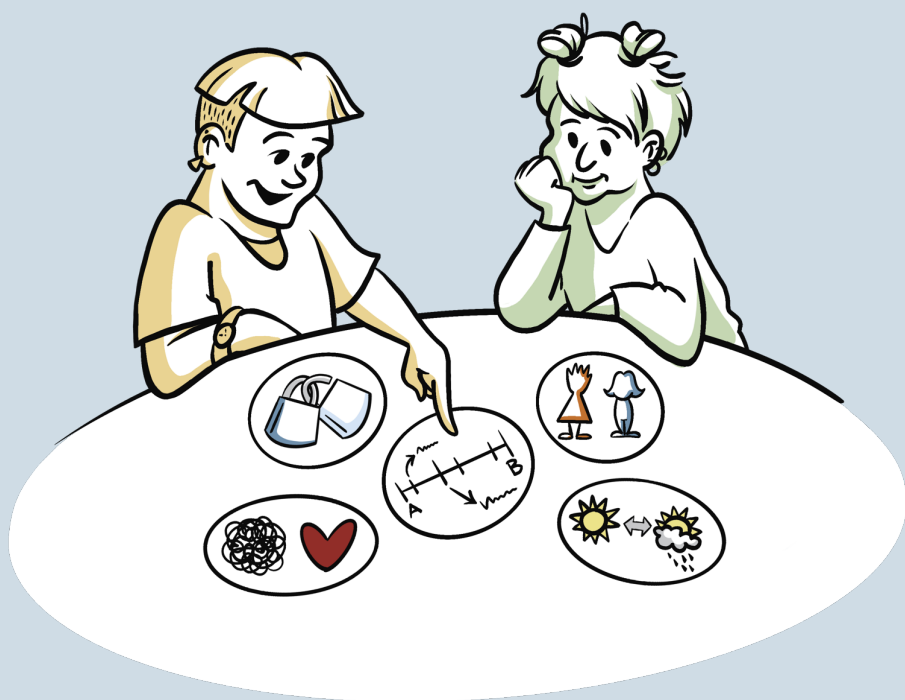
Mange mennesker med autisme har i hverdagen og under samtale gavn af visuelle redskaber som fx billeder, tidslinjer og samtalekort. Nogle kan også have gavn af billeder til inspiration eller konkret at afprøve nye kønsudtryk.

Kropsubehag og kønsdysfori

Vær opmærksom på, at nogle i målgruppen oplever et stærkt kropsligt ubehag, som kan have sensoriske, identitetsmæssige eller sociale årsager. Det er vigtigt at hjælpe personen med at adskille om ubehaget handler om køn, krop eller autisme.

Kønskategorier, sprog og stereotyper

Nogle mennesker med autisme kan have et særligt behov for klare definitioner og kategorier. Nogle finder tryghed i faste betegnelser, mens andre har en mere flydende kønsforståelse. Det er vigtigt, at fagpersonen tør tale både konkret og åbent om køn på en måde, der respekterer den enkeltes præferencer.



Hvad kan du gøre som fagperson?

3. Understøt dialog mellem borger og pårørende

De pårørendes reaktioner ift. en persons brud med kønsnormer, kan have stor indflydelse på personens trivsel.

Som socialfaglig medarbejder kan du spille en betydningsfuld rolle ift. at understøtte dialog mellem personen med autisme og de pårørende. I den forbindelse kan det være gavnligt:

At tilbyde at hjælpe borgeren med at tale med pårørende om sin kønsidentitet

For nogle kan det være hjælpsomt at forberede samtalen i trygge rammer – fx gennem samtaler med en fagperson. Nogle borgere har glæde af, at støttepersonen deltager i en samtale med de pårørende.

Vær opmærksom på, at borgeren kan have brug for hjælp til:

- At finde ord for egen identitet
- At forstå og acceptere pårørendes reaktioner
- At vælge hvordan og hvornår de vil dele deres overvejelser om deres kønsidentitet med deres pårørende

At udvise forståelse og anerkendelse for de pårørendes reaktioner og eventuelle sorg

Pårørende og særligt forældre kan opleve en form for sorg, når deres barns kønsidentitet ændrer sig, både når de støtter og bakker op, og når de ikke gør. Nogle holder deres følelser tilbage af hensyn til deres barn, hvilket kan skabe tavshed og afstand.

Det er vigtigt at hjælpe forældre med at skelne mellem personen og identiteten (de mister ikke vedkommende, selvom de har en anden kønsidentitet) samt at turde tale om deres følelser.

At understøtte begge parter i at forstå hinandens perspektiv

Der opstår i nogle tilfælde en dobbelt sårbarhed, hvor begge parter vil skåne hinanden og derfor undlader at tale sammen, eller der kan opstå en konflikt. For at understøtte en meningsfuld og respektfuld samtale, kan du som socialfaglig medarbejder hjælpe ved at skabe forståelse for, at forandringer kan være svære og tilbyde viden om autisme og kønsidentitet til både borger og pårørende.



Hvad kan du gøre som fagperson?

4. Tilbyd støtte til mødet med omverden

Som socialfaglig støtteperson er det vigtigt at huske, at mange i målgruppen har oplevet gentagne negative møder med omverden, som kan præge deres generelle trivsel og adfærd. Belastende erfaringer påvirker de strategier, borgeren bruger i mødet med omverden. Vær opmærksom på, at mange oplever en dobbelt belastning som følge af både autisme og kønsdivergens, hvilket kan føre til angst, stress og dårlig trivsel.

Det kan derfor være gavnligt, at du som fagperson:

Støtter selvforståelse og mestring

Hjælp borgeren med at udvikle strategier til at håndtere omverdenens reaktioner og styrke deres selvaccept.

Er vejleder og oversætter

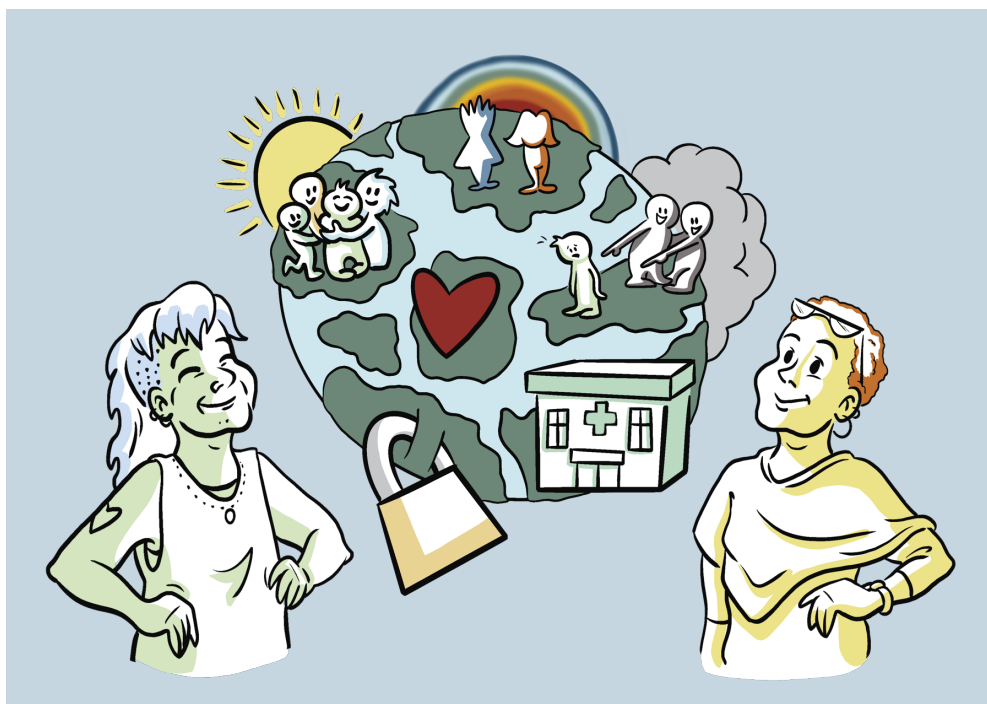
Hjælp borgeren med at navigere i hverdagslivet, sundhedssystemet, sociale sammenhænge og samarbejdet med andre fagpersoner og pårørende.

Forebygger stigmatisering og mobning

Hjælp borgeren med at skabe forståelse i miljøer, som borgeren indgår i som fx botilbud og specialklasse, og vær klar til at hjælpe med at håndtere konflikter.

Tilbyder støtte før, under og efter evt. behandling

Mange har brug for opfølgende støtte før, under og efter et evt. afklarende forløb i sundhedsvæsenet og evt. kønsbekræftende behandling. Rollen kan være som bisidder, oversætter eller hukommelseshjælper.



Bruger brugerrelevante informationsmaterialer

Hvis det er relevant kan du hjælpe borgeren med at skaffe informationsmaterialer om kønsbekræftende behandling og tale om de mulige fysiske og sociale konsekvenser på en måde, der er let at forstå.

Styrker modstandskraften

Forbered borgeren på potentielle negative møder med systemet som fx afslag.

Fremmer deltagelse i fællesskaber

Hjælp med at finde meningsfulde fællesskaber, hvor borgeren kan møde ligesindede. Sociale medier kan være en vigtig platform for viden og fællesskab, men også indeholde udfordringer. Vær opmærksom og støttende.

Hvordan kan du bruge materialerne?

Refleksionskort om autisme og kønsidentitet - til personalegrupper giver dig som fagperson eller leder mulighed for at undersøge egen viden, holdninger og forforståelser og reflektere over forskellige situationer, du kan møde. Kortene er delt op i fem temaer, som understøtter fælles kollegial refleksion.

Samtalekort om autisme og kønsidentitet - til borger og fagperson giver dig mulighed for at have visuelt understøttede samtaler med et fælles fokuspunkt. Samtalekortene kommer omkring syv forskellige temaer relateret til autisme og kønsidentitet.

Autisme og kønsidentitet - Min refleksionsbog er til personer med autisme, som har behov for støtte ift. kønsidentitet. Bogen kan både være et helt privat og personligt redskab til refleksion, en forberedelse til en samtale eller en samtalestarter.

Du finder materialerne på www.sbst.dk



A series of horizontal lines for writing, spanning the width of the page. There are 18 lines in total, evenly spaced, providing a template for handwriting practice.



A series of horizontal lines for writing, spanning the width of the page. There are 18 lines in total, evenly spaced, providing a template for handwriting practice.



A series of horizontal lines for writing, spanning the width of the page. There are 18 lines in total, evenly spaced, providing a template for handwriting practice.

Baggrund

Denne pjece er blevet til som ét af flere materialer og som en del af et projekt omhandlende socialfaglig støtte ift. autisme og kønsidentitet.

Via en afdækning af eksisterende international forskning på området og en interviewundersøgelse er der stillet skarpt på både overlappet mellem autisme og kønsdivergens samt støttepersoners, pårørendes og målgruppens eget perspektiv på støttebehov.

Interviewundersøgelsen er baseret på:

- Ti individuelle interviews med mennesker med autisme, der er kønsdivergente eller har oplevet kønsuhbehag/kropsuhbehag
- To fokusgruppeinterviews med støttepersoner, der samarbejder med målgruppen
- Et fokusgruppeinterview med pårørende til målgruppen

Vil du vide mere?

Du finder undersøgelsens rapport og de øvrige materialer her: www.sbst.dk.