

»Lyssna på oss!«

En rapport om unga
transpersoners
erfarenheter & behov

TRANSAMMANS 

Rapporten är utgiven av Transammans – förbundet för transpersoner och närstående 2026 | Form: Zie | ISBN: 978-91-531-8008-1
Citera gärna ur denna publikation men ange källan.

Skriften är framtagen med stöd från Allmänna Arvsfonden.



Om rapporten	4
Bakgrund och enkätens respondenter	
Syfte	5
Spridning	5
Enkätens uppbyggnad	5
Antal svar och analysmetod	6
Vilka svarade på enkäten?	
Ålder	7
Kön	7
Öppenhet	8
Medlem i Transammans	9
Resultat utifrån teman	
Förebilder och offentliga personer	10
Hälsofrämjande faktorer, bekräftelse samt stöd från närstående	14
Kunskapsbehov och vägar till information	23
Avslutande diskussion	26
Bilaga: Enkätfrågor	28

Under augusti och september 2022 genomförde Transammans en digital enkät riktad till transpersoner och personer som funderar över sin könsidentitet i åldern 12–25 år. Enkäten besvarades av 279 personer. Här presenteras enkätens resultat kring vad som upplevs främja hälsa, tankar om och erfarenheter av stöd från närstående, behov av kunskap samt vilka förebilder unga har tillgång till. Rapporten riktar sig till alla som vill lära sig mer om unga transpersoners livsvillkor. Den är sammanställd av Edward Summanen, sakkunnig inom transpersoners hälsa och livsvillkor på Transammans och ansvarig för enkäten.

Transammans är förbundet för transpersoner och närstående. Föreningen arbetar för att förbättra transpersoners hälsa och livsvillkor genom att sprida kunskap, ge stöd och erbjuda mötesplatser för transpersoner och närstående. Läs mer om Transammans och bli medlem på transammans.se.

Bakgrund och enkätens respondenter

Syfte

Enkäten genomfördes inom ramen för Transammans projekt Starka Tillsammans, ett treårigt projekt finansierat av Allmänna Arvsfonden. Starka Tillsammans har som mål att främja psykisk hälsa och förebygga suicid (självmod) hos transpersoner och personer som funderar på sin könsidentitet i åldern 12–25 år.

Syftet med enkäten var dels att säkerställa målgruppsdelaktighet i projektet, dels att få fördjupad kunskap om erfarenheter och behov hos unga transpersoner och unga som funderar över sin könsidentitet. Enkäten var ett viktigt verktyg för att säkerställa att andra projektaktiviteter inom Starka Tillsammans når ut brett och känns relevanta för unga i Sverige idag. Bland de aktiviteter som enkäten bidragit till kan nämnas en handbok för närstående och en kampanj på sociala medier som synliggjorde transpersoners olika erfarenheter och lyfte fram olika personer att spegla sig i (genomfördes hösten 2023 på TikTok och Snapchat med temat **Jag finns**).

Spridning

Enkäten gick att besvara under drygt 50 dagar. Länken började spridas digitalt den 1 augusti 2022 i samband med Stockholm Pride och stängdes på morgonen den 19 september. Marknadsföring skedde på sociala medier (Facebook och Instagram) samt att andra organisationer som antogs nå målgruppen ombads dela information i sina kanaler. Enkäten marknadsfördes även via ett flygblad som delades ut under Stockholm Pride.

Enkätens uppbyggnad

Enkäten gick enbart att besvara digitalt. Enkätens startsida inleddes med orden: **Är du 12–25 år och transperson/funderar på om du är transperson? Då vill vi på Transammans ställa några frågor till dig! I den här enkäten vill vi veta vem du inspireras av, vad som får dig att må bra och hur närstående kan vara ett bra stöd.**

Vidare gavs information om hur enkätsvaren skulle användas och att man efter att ha skickat in enkäten skulle få information dels om hur man gör för att tycka till om projektet Starka Tillsammans längre fram, dels om vart man kan vända sig om man har behov av att prata med någon. Det senare ansågs relevant att inkludera eftersom frågorna skulle kunna väcka tankar eller påminna om erfarenheter man kunde ha behov att ventilera. Deltagare informerades även om att ens svar var anonyma samt vem på Transammans man kunde kontakta vid frågor om enkäten (projektledare Edward Summanen). Hänvisning gjordes även till Transammans hemsida om man ville läsa mer om Transammans.

Enkäten bestod av totalt 20 frågor samt ett avslutande godkännande att kryssa i för att samtycka till att låta Transammans använda svaren i sitt arbete. Den bestod av både kryssfrågor och frågor med fritextsvar. Ett fåtal frågor var obligatoriska då de bedömdes som nödvändiga för analysen: det gällde frågor om ålder, kön, transerfarenhet och det avslutande godkännandet om att låta Transammans använda svaren. I övrigt var alla frågor frivilliga att svara på.

men med en hög svarsfrekvens på nästan varje fråga, och några besvarades av exakt alla deltagare.

Enkäten hade fyra olika teman:

- ▶ Viss bakgrundsinformation om den svarande
- ▶ Förebilder/offentliga personer
- ▶ Hälsotransaktioner/faktorer/bekräftelse/stöd från närstående
- ▶ Kunskapsbehov/vägar till information

I enkäten ställdes inga frågor om bostadsort, civilstånd, sysselsättning, hälsa eller andra diskrimineringsgrunder (exempelvis sexualitet, funktionsnedsättning eller etnicitet). Skälet till detta var en önskan om att hålla enkäten så kort som möjligt för att möjliggöra för fler att fullfölja den. Istället valdes att avsluta enkäten med frågan **Innan du skickar in enkäten, finns det något mer du vill säga till oss på Transammans? Det kan vara något vi missat att fråga om eller tankar som kommit nu när du fyllt i enkäten.** Förhoppningen var att denna fråga skulle kunna fånga upp fler erfarenheter och berättelser. Vilka brister detta innebär för analysen berörs i den avslutande diskussionen.

Enkätfrågorna återfinns som bilaga till denna rapport.

Antal svar och analysmetod

Svar från personer som inte tillhörde målgruppen rensades bort.¹ Totalt 279 personer tillhörande målgruppen (transpersoner/personer osäkra på sin könsidentitet i

¹ Totalt 307 svar kom in. Av dessa rensades 28 svar bort från analysen då de inte matchade urvalskriterierna kring ålder och transerfarenhet. Som transerfarenhet räknades följande svar på frågan »Är du transperson eller har du transerfarenhet?«: Ja, Osäker/funderar på om jag är transperson, Annat svar. De 4 personer som valde »Annat svar« och fyllde i efterföljande fritextförklaring bedömdes alla kunna inkluderas i målgruppen, exempelvis att man kallat sig trans tidigare men inte längre.

åldern 12–25 år) fullföljde enkäten. Dessa 279 svar ligger till grund för denna analys.

Enkäten fanns tillgänglig på både svenska och engelska. 19 personer besvarade den på engelska, 260 på svenska. Även om andelen som besvarade den på engelska var liten har en jämförelse gjorts kring kryssfrågorna för att se om det gick att urskilja några tendenser, exempelvis skillnader kring kunskapsbehov.

Totalt lämnades 2065 fritextsvar och ytterligare 228 kommentarer när det fanns ett öppet fält som en del av kryssfrågorna (exempelvis »annan könsidentitet« eller vilka hemsidor man besöker för information om transfrågor).

Enkäten har först analyserats i sin helhet. Sedan jämfördes svaren på kryssfrågor utifrån kön och ålder. Vid jämförelser utifrån kön har grupperna som jämförts varit tjej, kille, ickebinär och osäker/funderar. Kategorin »annan könsidentitet« har inte ingått i analys utifrån kön då de sätt som personerna beskrev sin könsidentitet bedömdes vara för spretiga för att kunna slås samman och analyseras som en enda grupp. Däremot ingår kategorin »annan könsidentitet« när svaren analyserats i sin helhet eller utifrån ålder. Omkring hälften av de som angett »annan könsidentitet« har även kryssat ytterligare en könsidentitet.

De sammanlagt 2293 fritextsvaren och kommentarerna har kategoriserats utifrån teman men ingen jämförelse har gjorts utifrån kön eller ålder. De citat som återfinns i denna rapport kommer från enkäten. Vissa citat är med i sin helhet, andra är delar av längre svar. Stavfel har korrigerats för att underlätta läsvänlighet och ibland har punkter lagts till om det saknats. Svar på engelska har översatts till svenska.

Vilka svarade på enkäten?

Ålder

Ålder	n	Procent
12-14 år	44	15,8%
15-17 år	82	29,4%
18-20 år	57	20,4%
21-25 år	96	34,4%

Ålder angavs i intervaller för att underlätta analys. Den äldsta gruppen omfattar fem år, övriga tre år vardera. Att det äldsta segmentet täckte fler åldrar beror på att Transammans såg att det var särskilt relevant att kunna se eventuella skillnader inom gruppen omyndiga. Personer under 18 år inte har tillgång till samma rättigheter och vård som myndiga personer men det ökar ju närmare man kommer sin 18-årsdag. Det bedömdes även vara ett för stort spann att slå samman alla i åldern 18–25 år till en enda grupp: många i åldern 18–19 år går i gymnasiet och det är även mer troligt att bo kvar hemma i denna ålder, vilket kan innebära att man är mer beroende av vårdnadshavare och inte har tillgång till egen ekonomi. Det ansågs därför relevant att kunna urskilja skillnader även här och inte bara ha en enda kategori för alla myndiga.

Gruppen 21–25 år täcker in fler åldrar, och gruppen är därmed störst i antal. Men sett till andel svarande per födelseår är intervallet 15–17 år störst.

Enkäten besvarades dessutom av fem personer som var 26 år eller äldre. Dessa ingår inte i analysen i denna rapport. Ingen yngre än 12 år besvarade enkäten.

Kön

Frågan om kön formulerades som **Är du ...** och sedan följt av olika svarsalternativ. För Transammans är det självklart att det är ens könsidentitet som är styrande, och inte könet man tilldelades vid födseln. I efterhand är dock slutsatsen att det hade varit bra att förtydliga detta: i fritextsvaren framkommer att några svarande var osäkra på om Transammans eftersökte tilldelat kön vid födseln eller könsidentitet. Det går därför inte att utesluta att några svarande angett sitt juridiska kön, vilket inte behöver överensstämma med könsidentitet.

Kön	n	Procent
Tjej	53	19,0%
Kille	108	38,7%
Ickebinär	99	35,5%
Osäker/funderar på vilket kön jag känner mig som	38	13,6%
Annan könsidentitet	31	11,1%

De svarande var till största delen killar² och ickebinära. Detta går i linje med tidigare erfarenheter av enkäter riktade till åldersgruppen 12–25 år, och kan delvis förklaras med att transtjejer oftare kommer ut lite senare i livet jämfört med framför allt transkillar. Det gör att underlaget blir mindre när man riktar sig till personer som är max 25 år, och antalet svarande därmed

2| Transammans använder begreppet »transkillar« sparsamt i denna rapport, och istället används främst begreppet killar. Detsamma gäller tjejer, som oftast benämns som just tjejer och inte »transtjejer«. I andra rapporter kan det vara relevant att särskilja exempelvis transtjejer från cistjejer. Sådana behov ser Transammans inte i denna rapport, förutom vid enstaka tillfällen för tydlighetens skull eller i citat från svarande.

färre. Av tjejerna som besvarade enkäten var 40 procent i åldersgruppen 21–25 år, och 11 procent i åldern 12–14 år. I övrigt följer åldersfördelningen genomsnittet för enkäten.

För ickebinära fanns en betydande skillnad i antal svarande utifrån ålder jämfört med genomsnittet i den yngsta respektive äldsta åldersgruppen: 6 procent av ickebinära var 12–14 år, och 47 procent av ickebinära var 21–25 år.

Enkäten besvarades av 38 personer som är osäkra/funderar på sin könsidentitet, vilket är en grupp som det finns begränsad kunskap om och som därmed är viktig att nå. I denna grupp återfinns både personer som är osäkra på sin könsidentitet men säkra på att man är transperson (exempelvis osäker på om man är transkille eller ickebinär) och personer som funderar på om man är transperson eller cisperson. Den senare gruppen är störst (24 personer).

Alla de 31 personer som angett »annan könsidentitet« har fyllt i efterföljande fritextfält och där angett hur de beskriver sin könsidentitet. Det var vanligast att vara **genderqueer** (6 personer), **agender** (5 personer), **demiboy** (4 personer), **genderfluid** (4 personer) eller **transmaskulin** (3 personer). Det var procentuellt sett dubbelt så vanligt att kryssa i »annan könsidentitet« om man besvarat enkäten på engelska jämfört med på svenska, vilket skulle kunna vara en signal om att de föreslagna orden på engelska sämre motsvarade den bredd av erfarenheter och språk man bär med sig.

Eftersom det gick att ange fler än ett alternativ för kön blir den totala procenten mer än 100 procent och antalet svar fler än antalet svarande. **Totalt 329 könsidentiteter har angivits av 279 svarande**, vilket innebär 50 fler svar än svarande. När analys har gjorts av svar utifrån kön bör läsare därför ha i åtanke att kategorier kan överlappa. Av tekniska och tidsmässiga skäl har ingen detaljanalys gjorts för att reda ut

exakt hur många personer som angett fler än ett alternativ för kön och hur de korrelerar. En uppskattning efter en snabbanalys är att omkring 35 individer valt fler än ett alternativ, och att det i stor utsträckning är personer som valt antingen »osäker/funderar« eller »annan könsidentitet« som ett av könsalternativen, och sedan även kryssat i ett eller flera av alternativen tjej, kille eller ickebinär. Endast en person valde både »osäker/funderar« och »annan könsidentitet«.

»Jag vet att jag är en transperson, men alla detaljer och hur jag trivs som bäst vet jag inte riktigt ännu. Mycket vacklande, funderande och 'känna efter'.«

Öppenhet

278 personer (alla deltagare utom en) besvarade frågan **Är du öppen för andra med att du är transperson/att du funderar på din könsidentitet? Med »andra« menar vi till exempel vänner, i skola/på jobb, för familjemedlemmar och på din fritid.**

Öppenhet	n	Procent
Ja, alla/nästan alla vet	121	43,5%
Ja, jag är öppen för många (men för inte alla)	65	23,4%
Ja, några personer vet (men de flesta vet inte)	85	30,6%
Nej, inget vet	7	2,5%

Enkäten har besvarats av personer med hög grad av öppenhet. Samtidigt är det viktigt att komma ihåg att öppenhet inte alltid är ett val: personer vars namn eller könsuttryck inte överensstämmer med könet omgivningen tolkar en som kan ofrivilligt komma ut.

»Det är svårt att vara ickebinär i ett samhälle som detta. Nästan ingen kan relatera till mina besvär/tar mig på allvar, och det är som att jag 24/7 måste anstränga mig över hur jag ska rätta/förklara för folk som konstant felkänar mig, om jag ens vågar.«

»Jag är inte öppen med min transerfarenhet om det inte behövs för jag är mer än bara trans.«

Öppenhet kan också vara en förutsättning för att bli rättkönad: det är till exempel svårt att bli bekräftad som ickebinär när en del inte ens vet att ickebinära existerar. Som ickebinär krävs det ofta att man kommer ut för att andra ska börja använda rätt pronomen.

Öppenhet är dock inte alltid relevant. I fritextkommentarerna beskriver flertalet att man passerar i enlighet med sin könsidentitet och inte ser poängen med att komma ut med sin transbakgrund för varenda kollega eller kurskamrat.

Killar var oftare än övriga öppna för alla/nästan alla (56 procent) medan cirka 42 procent av alla ickebinära, tjejer och annan könsidentitet svarade att alla/nästan alla vet. Personer osäkra på sin könsidentitet var i lägst utsträckning öppna för andra med sina funderingar: 13 procent svarade att alla/nästan alla vet, 8 procent många men inte alla, 68 procent att några vet och 11 procent att ingen vet. Att välja att vara öppen för några få med sina tankar innan man känner sig säker är något som känns igen från Transammans kontakt med målgruppen.

Det var vanligare att vara öppen som myndig (18 år och uppåt): 48 procent av personerna i åldern 18–25 år svarade att alla/nästan alla vet att man är trans, att jämföra med 38 procent av personerna i åldern 12–17 år.

Frågor ställdes inte om hur länge man vetat/funderat på sin könsidentitet eller hur länge sedan man (om man gjort det) för första gången berättade för omgivningen att man är transperson/funderar på sin könsidentitet.

Medlem i Transammans

Alla svarande (279 personer) besvarade frågan om de är medlemmar i Transammans. Majoriteten av de svarande (65 procent) var inte medlemmar i Transammans när enkäten besvarades. Bara 20 procent svarade att de var medlemmar, och 15 procent svarade Vet ej. Merparten av de svarande följde heller inte Transammans på sociala medier vid denna tidpunkt. Det kunde konstateras att det var dubbelt så vanligt bland de som besvarat enkäten på engelska att vara medlem i Transammans (42 procent) jämfört med de som svarat på svenska.

Flera uppgav i fritextsvar (147 svar) att de inte visste att det gick att vara medlem eller att man inte har tid att vara medlem, vilket signalerar att det finns en missuppfattning om att det krävs engagemang av medlemmar (utöver att betala medlemsavgift). Flertalet skriver även att de inte visste att Transammans fanns innan de besvarade enkäten, andra att man inte förstår hur man gör för att bli medlem och ytterligare några skriver att de inte förstår varför de skulle vara medlem eller inte ser behov av medlemskap. En minderårig person undrar om föräldrar måste veta att man är medlem, och en annan att hens föräldrar inte gillar att hen är med i organisationer. De som redan är medlemmar anger bland annat att man är medlem för att man vill få ett sammanhang, lära känna andra transpersoner och stötta en organisation som kämpar för transpersoners rättigheter. Möjlighet till gemenskap är den vanligaste anledningen.

Resultat utifrån teman

Utöver frågor med bakgrundsinformation om den svarande utgick enkätens frågor från tre tydliga huvudspår:

1 | Förebilder och offentliga personer

2 | Hälsöfrämjande faktorer, bekräftelse samt stöd från närstående

3 | Kunskapsbehov och vägar till information

Förebilder och offentliga personer

I enkäten ställdes frågor både om vilka förebilder eller inspiration man redan har tillgång till, och vilka erfarenheter eller berättelser man saknar att få ta del av.

232 personer svarade på frågan: **Finns det offentliga transpersoner som du ser upp till, tycker säger kloka saker eller som på andra sätt är inspirerande? Skriv upp alla du kommer att tänka på. Det kan exempelvis vara skådespelare, YouTuber:s, författare, personer som är ordförande för transorganisationer, någon som levde för länge sedan eller politiker. Skriv också gärna vad du gillar/uppskattar med de olika personerna. Tänk på att vi här frågar om offentliga personer som du vet är transpersoner.**

De allra flesta har skrivit fler än en (1) person i sina svar. Allra vanligast var att lyfta sångerskan och influencern **Tone Sekelius** (51 av 232 personer, vilket motsvarar 22 procent), skådespelaren **Elliot Page** (49 personer) och YouTubern **Jamie Dodger** (44 personer). Andra återkommande namn var YouTubern **Noahfinnce** (32 personer), TikTok-profilen **Dylan Mulvaney** (16) och

aktivisten **Marsha P Johnson** (12). Med undantag för **Tone Sekelius** är ingen av personerna verksam i Sverige.

Ytterligare ett stort antal internationella profiler lyftes men av färre än 12 personer. Exempelvis performanceartisten och författaren **Alok Vaid-Menon**, YouTubers som **Natalie Wynn (ContraPoints)**, **Miles McKenna (MilesChronicles)**, **Sam Collins**, **Abigail Thorn (Philosophy Tube)** och **Nikkie de Jager (NikkieTutorials)**, samt skådespelerskorna **Hunter Schafer**, **Laverne Cox** och **Yasmin Finney**.

När det gäller svenska offentliga personer var det, efter **Tone Sekelius**, vanligast att ange handbollsspelaren **Loui Sand** (7 personer). Andra svenska profiler som oftast namngavs var poeten **Yolanda Bohm** (6), artisten **Aaron de Augiar** (5), YouTubern **Mia Mulder** (4) och skribenten **Edward Summanen** (4). Ytterligare några andra svenska offentliga personer angavs av 1–3 personer vardera.

Tiden mellan att enkäten besvarades och att denna rapport färdigställdes var omkring 1,5 år. Läsare bör därmed ta i beaktande att inspiration och förebilder är föränderligt, och att det är fullt möjligt att även andra namn skulle lyftas om enkäten genomfördes idag.

214 personer svarade på fritextfrågan: **Finns det några andra personer som varit särskilt viktiga för dig eller som du blir inspirerad av? Det måste inte vara offentliga personer utan kan exempelvis vara karaktärer i en bok eller någon du känner privat. Det måste inte heller vara personer som själva är transpersoner.**

Omkring var tredje person skriver att de inspireras av vänner. Ofta understryks

att vännerna själva är transpersoner och/ eller varit stöttande när den svarande kom ut. Att ta del av erfarenheter från enskilda privatpersoner som är trans lyfts också, exempelvis via sociala medier eller att veta att det finns fler transpersoner på ens skola även om man inte känner dem. Flera påtalar hur viktigt det är att ha tillgång till vuxna hbtq-personer i sin vardag, för att kunna få en bild av livet som vuxen bortom heterocisnormen. Flera lyfter offentliga (förmodade) cispersoner som brutit normer kring kön och/eller sexualitet eller på andra sätt gått sin egen väg (som **David Bowie**, **Tove Jansson** och **Alan Turing**) eller som stått upp för olika rättighetsfrågor (exempelvis **Greta Thunberg**). Flertalet lyfter även enskilda lärare, partners, syskon, föräldrar eller andra släktingar. Karaktärer i TV-serier, spel och böcker är också återkommande, exempelvis **Iris** i boken **Grim** av **Sara Bergmark Elfgren** och **Mulan** i Disneyfilmen med samma namn. Offentliga personer som skildrat transpersoners liv och/eller tagit ställning för allas lika värde är ett annat tema, som författaren **Jenny Jägerfeld** eller konstnären **Gerda Wegener**, som målade sin livspartner **Lili Elbe** (som genomgick könsbeträktande vård i Berlin på 1920-talet).

»Mina närmsta vänner som också är trans och världens bästa skyddsnet, samt en mentor jag haft som är trans och helt fantastisk. Att ha pluggat genusvetenskap och fått större inblick i queera personer genom historien har också varit otroligt inspirerande, bara att få se kärlek mot alla odds i alla dess former samt könsuttryck och identiteter som mycket möjligen hade verbaliserats annorlunda i dagens samhälle. Dvs kallats trans.«

»Karaktären Taylor Mason från tv-serien **Billions** kändes viktig för mig att se. Hen var den första ickebinära karaktären jag såg i media som jag tyckte kändes äkta och mångfacetterad, och som inte var del av en fantasy eller sci-fi-setting. Hen fick mig att känna som att jag faktiskt skulle kunna existera som mig själv i den riktiga världen.«

»Det finns flera transpersoner på min nuvarande skola, de inspirerar mig att vara mig själv och det känns bra att veta att man inte är ensam.«

»Jag har som mest inspirerats (i ett transsammanhang) av transpersoner jag sett online, speciellt YouTube. Inte nödvändigtvis att dom sagt speciella grejer utan bara faktumet att dom kan leva bekvämt och lyckligt som trans.«

»Allmänt andra transpersoner med liknande erfarenheter till mina. Varje dag stöter jag på transpersoner, främst på TikTok, med liknande tankar och erfarenheter. Det betyder ofantligt mycket för alla oss som ser det och relaterar och kan prata i kommentarsfälten och känna oss mindre ensamma. Bara att se flertalet privata personer yttra sig i det offentliga rummet och på så sätt bilda fler trygga platser för unga och äldre transpersoner.«

Flertalet lyfte att man saknar skildringar av transpersoner där fokus ligger på något annat än att vara trans. När transfrågor väl tas upp upplevs det oftast vara i form av en negativ rapportering. Transpersoners vardag upplevs inte vara synlig.

195 personer svarade på frågan: **Finns det förebilder/erfarenheter du saknar? Det kan vara berättelser som du tycker får synas alldeles för sällan, eller vissa sätt att vara transperson på. Det kan också handla om ålder, funktionalitet, hudfärg, religion eller andra delar av ens liv.**

Särskilt är det ickebinära erfarenheter (inklusive att inte passa in i en stereotyp bild av vad ickebinäritet kan innebära) och olika erfarenheter av att vara **rasifierad**³ transperson som efterfrågas (vissa skriver att icke-vita transpersoner syns alldeles för lite, andra efterfrågar erfarenheter från muslimska transpersoner eller transpersoner från en viss del av världen). Omkring 50 personer eftersökte minst en av dessa två erfarenheter, varav några uppgett båda i sina svar.

Andra erfarenheter som efterfrågas är att bryta könsnormer (bland annat är det flera som saknar förebilder i form av feminina transmän), olika sätt att vara transperson på (exempelvis hur eventuell könsdysfori tar sig uttryck, att passera/inte

3| Begreppet rasifiering används för att beskriva vad som sker när personer eller grupper tillskrivs egenskaper och beteenden utifrån föreställningar om hudfärg, etnicitet, religion, språk och/eller nationalitet, och som i sin tur kan leda till diskriminering eller annan negativ särbehandling. Ordet beskriver den process eller sociala konstruktion som placerar människor i fack, grundat i rasism.

passera, olika sexuella läggningar, att vara osäker på sin identitet, olika behov av könsbekräftande vård, att inte »alltid ha vetat« utan att ha kommit på att man är transperson som vuxen), transpersoner med funktionsvariationer, att vara trans och religiös samt transpersoner som mår bra eller där ens transerfarenhet inte framställs som ett problem. Även fler exempel på familjer som stöttar efterfrågas.

Flertalet lyfte även att man saknar skildringar av transpersoner där fokus ligger på något annat än att vara trans. Ett annat tema är medierapportering och att transpersoner sällan syns i media. När transfrågor väl tas upp upplevs det oftast vara i form av en negativ rapportering eller med fokus på personer som ångrat sin könsbekräftande vård, vilket inte står i proportion till att den stora majoriteten inte upplever ånger. Transpersoners vardag upplevs inte vara synlig.

»Jag önskar att jag hade sett fler transmäniskor när jag var yngre så att jag tidigare kunde inse att det var en väg som faktiskt kunde passa för mig.«

»Jag saknar en mer vardaglig typ av berättelse, där transpersoner bara får vara personer och inte en källa av tragedi och ångest.«

»Äldre ickebinära personer. Ickebinära som jobbar 'vanliga' jobb, har 'vanliga' liv, inte alltid behöver känna sig som en abnormalitet i vårt samhälle.«

»Majoriteten av kända transpersoner är vita, skulle vara skönt om att se fler trans people of colour i mainstream media.«

»Jag tycker att det fattas rent allmänt mycket information om hur det faktiskt är att leva som en hbtq+ person. Framförallt på nyheterna. Där har det enstaka gånger synts om transpersoner, men allt för ofta om personer som kommer ut som trans, påbörjar behandling och sedan ångrar sig. Vart finns vi i detta? Alla vi som INTE ångrat/ångrar oss? Det visas alldeles för lite om oss.«

»Transkillar som är feminina och som faktiskt hade klänning eller gillade rosa när de var yngre. Transpersoner som inte visste att de var trans vid 3 års ålder utan kanske upptäckte det lite senare i livet.«

»Tror vi behöver mer representation från alla perspektiv och intersektionella kategorier när det kommer till transpersoner. För egen del önskar jag mer berättelser från andra ickebinära, men det är ju för att det är relaterbart för just mig. Men tycker generellt att transnarrativet domineras av binära (ofta transkvinnor), vita transpersoners erfarenheter, och det är superviktigt, men skapar också ett hegemoniskt transnarrativ som begränsar.«

»Jag känner inte till någon offentlig person som funderar på sin könsidentitet. Ibland verkar det som om alla bara vet om de är trans eller inte. Alla transpersoner jag har sett i filmer, böcker och så vidare är helt säkra på att de är trans och alla cispersoner är helt säkra på att de är cis. Jag känner mig osynlig.«

»Det finns inte många förebilder för mig som är ickebinär och jag skulle gärna önska att se mer representation för människor som är det. Tror att många skulle känna sig trygga med att veta att det finns människor som är som de och att det finns människor som de kan se upp till och relatera till.«

Sammanfattning och reflektion förebilder och offentliga personer

Många unga upplever att transpersoner inte syns tillräckligt i det offentliga rummet, och att de berättelser som tar plats fokuserar på vita, heterosexuella binära transpersoner som vetat att de var trans från en ung ålder. Här kan Transammans spela en viktig roll i att bredda bilden av transpersoners liv och erfarenheter, genom att synliggöra transpersoners vardag, vuxna transpersoner, människor som funderar kring sin könsidentitet, stöttande närstående och transpersoner som bryter mot olika normer. Att kunna spegla sig i andra kan vara viktigt för att hitta sin identitet och känna sig bekräftad, men det är också viktigt att omgivningen får ta del av olika berättelser, för att motverka en snäv bild av vad det innebär att vara trans och som unga återkommande måste bemöta.

Ett stort antal av de förebilder som lyfts är engelsktalande personer verksamma i andra länder än Sverige, vilket innebär att den fakta man får ta del av via dessa personer inte alltid stämmer för Sverige. Det finns möjligen ett behov av fler svenska förebilder, för att få mer kunskap om hur det är att vara transperson i Sverige idag. Exempelvis när det gäller rättigheter eller hur könsbekräftande vård fungerar.

Vänskap och tillgång till ett transcommunity är en viktig del i att främja transpersoners välmående. Även sociala medier kan vara viktigt, eftersom det ger möjlighet att ta del av olika erfarenheter och gemenskap oavsett var man bor.

Hälsofrämjande faktorer, bekräftelse samt stöd från närstående

Frågor om hur stöd från närstående kan ta sig uttryck är sammankopplade med frågor om vad som gör att man känner sig bekräftad i sin könsidentitet: stöd kan visas genom att bekräfta någon. Dessa frågor är i sin tur länkade till hälsofrämjande faktorer⁴ (saker man mår bra av), eftersom såväl stöd från närstående som att bli bekräftad i sin könsidentitet kan främja psykisk hälsa.⁵ Det finns dock ytterligare faktorer som spelar roll för att man ska må bra, utöver vad närstående gör och/eller att bli bekräftad i sin könsidentitet.

245 personer svarade på den öppna frågan: **Hur kan närstående vara ett bra stöd för transpersoner? Med »närstående« menar vi föräldrar, vänner, syskon, partners, barn, olika släktingar m.m.**

Mer än varannan person skrev om hur viktigt det är att använda rätt namn och rätt pronomen. Många lyfte även – i anslutning till detta – vikten av att som närstående rätta andra som säger fel samt att se till att andra könade ord blir rätt (exempelvis säga »syskon« istället för »bror« eller »syster«, eller »pojkvän« istället för »flickvän« eller »partner«).

Två andra tydliga teman kunde urskiljas i fritextsvaren: dels vikten av att lyssna som närstående, dels en önskan om att närstående ska läsa på och söka kunskap om transfrågor. När det gäller att lyssna framhölls vikten av att som närstående inte fastna i egna eller mediala föreställningar

4| I denna rapport används uttrycket »hälsofrämjande faktorer« om sådant som svarande uppger att de mår bra av eller tror att de skulle må bra av om de hade tillgång till. Uttrycket »må bra« kan tolkas olika och därmed omfatta både fysisk och psykisk hälsa. Många av faktorerna är dock associerade med psykisk hälsa.

5| Se exempelvis Folkhälsomyndigheten (2022) **Unga transpersoners erfarenheter av psykisk ohälsa, suicidalitet och självskada.**

om vad det innebär att vara transperson, utan att lyssna in hur det är för den enskilda personen ifråga. När det gäller att läsa på handlar det till stor del om att unga själva ska slippa utbilda närstående i transfrågor. Flera lyfter dock att de gärna berättar för närstående var de kan läsa mer, för att säkerställa att de får korrekt information.⁶

Andra återkommande förslag på hur närstående kan vara ett bra stöd är att inte dela gamla bilder och inte använda gamla förnamn. Likaså att visa intresse för ens liv, fråga hur man kan stötta, säga ifrån när andra uttrycker sig negativt om transpersoner, underlätta i (och acceptera) ett nytt könsuttryck, inte outa någon, inte pusha utan låta personen ta det i sin egen takt, det måste vara okej att tvivla (utan att det betyder att personen inte är trans) och att som närstående vara öppen för personen kan vilja genomgå könsbekräftande vård. Ett annat tema är att närstående kan stötta genom att inte ifrågasätta ens könsidentitet: flera skriver att det känns som att man behöver försvara sin existens inför närstående, och detta gäller särskilt ickebinära.

»Inte ifrågasätta, inte försöka 'debattera' ens könsidentitet (många verkar tro att att vara ickebinär är nån slags politisk handling? Jag försöker bara leva mitt liv :'))«

»Lyssna, vara nyfiken & vilja förstå. Ta oss i försvar när någon ifrågasätter oss, vår identitet eller pronomen. Fortsätta älska oss som förut. Var lyhörda på saker som kan trigga mycket dysfori, särskilt i början. Använd rätt namn & pronomen även när vi inte är med.«

⁶På en fråga längre fram i enkäten efterfrågas var unga själva söker information. En hemsida som återkommande nämns är transformering.se (fakta om trans och drivs av RFSL och RFSL Ungdom). Det kan antas att många rekommenderar denna hemsida till sina närstående.

»Att inte ifrågasätta och att låta unga utforska och vara osäkra, bombsäkra och allt däremellan tror jag är livsviktigt. Bara för att man är trans eller funderar på att vara trans betyder det inte att man är en expert på transfrågor i allmänhet, eller ett lämpligt uppslagsverk för sin familj. Unga transpersoner och queers förtjänar att få vara unga på samma villkor som alla andra.«

»När de använder rätt pronomen och namn kanske är lite basic men det gör mycket för den mentala hälsan. Att inte använda mig som ett translexikon.«

»Jag gillar när personer i min närhet gör egen research och frågar mig därefter, typ söker online om vad ickebinäritet innebär, och sedan frågar mig vad det innebär för mig. Då har de redan the basics och jag behöver inte gå igenom allt från ruta ett.«

221 personer svarade på fritextfrågan: **Finns det något som dina närstående gör/har gjort som varit särskilt bra eller viktigt för dig?** Syftet med frågan var att fånga upp ännu fler konkreta exempel på hur stöd kan ta sig uttryck.

Svaren omfattar i stor utsträckning samma teman som under föregående fråga, men kompletteras ofta med mer detaljerade berättelser. Det framkommer även några nya teman, som att det varit värdefullt när närstående pratat med andra närstående och kunnat få stöd där eller att närstående hjälpt till med att komma ut, till exempel informerat andra släktingar eller vänner till familj om nytt namn och nytt pronomen. Det senare bidrar till att avlasta den enskilda personen, särskilt om det handlar om att bemöta ifrågasättande släktingar.

Många av svaren handlar om vikten av rätt namn och rätt pronomen, och innehåller berättelser om hur viktigt det varit att närstående gett tillåtelse för att ändra juridiskt namn, hjälpt till att ordna ny mejladress, direkt ändrat personens förnamn i sin egen telefon, rättat andra som sagt fel eller konsekvent skickat mejl rätt, det vill säga till den nya mejladressen.

I många exempel framgår inte om det är någon speciell grupp av närstående som refereras till, men ibland kan man av exemplet förstå att det rör sig om vårdnadshavare/föräldrar, till exempel när det krävs vårdnadshavares underskrift för namnbyte för den som är omyndig. Föräldrar, följt av vänner, är de olika typer av närstående som oftast specificeras men i många svar tydliggörs inte om det är någon särskild kategori av närstående man syftar på. Några svar belyser vad partners gör/gjort, som lyhördhet vid sex (vad som känns bra/mindre bra i relation till könsdysfori) eller sambon som brukar erbjuda sig att köpa mensskydd, eftersom hen vet att personen ifråga tycker att det är jobbigt att inhandla det på grund av könsdysfori.

Andra konkreta exempel på stöd från närstående som upplevts som särskilt viktigt är att närstående varit delaktig i att se till att personen fått tillgång till könsbekräftande vård (även privat) eller haft dialog med ens skola. Oombedda initiativ, som att närstående gratulerar på ens nya namnsdag eller överraskar med ballonger i transflaggans färger, lyfts fram som viktigt eftersom det signalerar att närstående förstått och accepterar personen. Ytterligare exempel är att dela memes och positiva nyheter om trans, likaså att stötta transrättsorganisationer. Öppen och tydlig dialog är även det något som framhålls, samt att närstående betonat att de älskar personen och vill vara ett stöd. Flera skriver att det varit viktigt att närstående hjälpt till med att söka information om trans eller förmedla att

man inte är ensam om att ha tankar kring könsidentitet/att vara transperson.

Flertalet lyfter att det är viktigt att närstående (särskilt föräldrar) ventilerar sina tankar och sin oro med någon annan än den enskilda transpersonen.

Vissa lyfter att några personer varit ett bra stöd (exempelvis vänner och syskon) men att stöd inte getts av andra närstående. Oftast är det då föräldrar eller hela ens uppväxtfamilj som brustit i stöd. Ytterligare omkring 20 svarande lyfter en enda enskild person (exempelvis kompis, partner, mormor, syskon eller mamma) och skriver inget om hur det sett ut från stöd från andra. Det behöver inte innebära att man bara haft stöd från en enda person utan att just den gjort något som varit särskilt viktigt. Några lyfter även att det tagit tid för en del närstående (nästan alltid föräldrar) att acceptera att man är transperson men att det är bättre nu.

217 personer svarade på fritextfrågan:
Finns det något du önskar att dina närstående skulle göra/ha gjort annorlunda?

I de svar där det tydliggörs vilka typer av närstående det gäller är det framförallt föräldrar som nämns. Syskon och andra släktingar tas också upp av några svarande, medan ytterst få önskar att vänner eller partners skulle ha gjort något annorlunda.

I en del svar framträder en medvetenhet om att många unga transpersoner har det svårt i kontakten med närstående: vissa uttrycker att de haft tur som har stöttande närstående.

En hel del av svaren lyfter sådant som framkommit som viktigt under tidigare frågor. Exempelvis är det många som lyfter att man önskar att närstående skulle vara bättre på att säga rätt namn, pronomen och könade ord. Det handlar också om att närstående borde läsa på mer, inte gå i försvar när någon påpekar att de använt fel pronomen, säga ifrån när andra behandlar en illa,

lyssna mer, inte outa en, ta ställning för transpersoners rättigheter, stötta transorganisationer och släppa egna föreställningar om vad trans innebär. Flertalet önskar sig fler frågor och att närstående visar mer intresse för ens liv och det som är viktigt för en. Andra återkommande teman är att man önskar att närstående inte hade ifrågasatt ens könsidentitet när man kom ut eller inte hade sagt att man kommer ångra sig. Flera skriver också att man önskar att närstående skulle sluta skicka vidare debattartiklar som rör ifrågasättande av transpersoners rättigheter. Här framträder också berättelser om närstående som inte vill respektera ens pronomen innan man påbörjat könsbekräftande vård. Att påbörja vård eller få en könsdysforidiagnos blir därmed ett krav från närstående för att ta personen på allvar, vilket är problematiskt.

Flertalet berättar om närstående (särskilt föräldrar) som uttryckt ilska eller sorg över ens namnbyte, vilket man önskar fått slippa. Några belyser också det faktum att den generellt låga kunskapen om trans påverkar många, inklusive närstående, och att man önskar att fler hade kännedom om transpersoners existens, eftersom det förenklar att komma ut som transperson. En del skriver att de växt upp med återkommande negativa uttalanden om transpersoner, och att det varit jobbigt och gjort det svårt att våga komma ut. Man önskar därför att närstående hållit tyst om sina åsikter om transpersoner. Några skriver att det är begripligt att det blir fel med pronomen ibland, och att man inte kan begära att närstående alltid säger rätt. Andra skriver att man inte längre förväntar sig något gott från sina närstående. Det är även flertalet som skriver att man önskar få prata av sig om sådant som är jobbigt utan att närstående direkt kommer med råd och lösningar, dessutom om områden de ofta kan väldigt lite om.

Fyra områden framträder ännu oftare i svaren på denna fråga jämfört med de tidigare:

- En önskan att närstående ska förstå att man inte har svar på allt, vare sig det gäller vad könsidentitet är, exakt vilka behov man har eller möjliga biverkningar med hormonbehandlingar.
- Man måste få vara osäker och tillåtas ändra sig (till exempel testa flera olika förnamn och pronomen) när man utforskar sin identitet. En del unga upplever att närstående inte varit öppna för detta.
- Utmaningar med närstående som uttrycker sorg över vad som upplevs som en förlust, där närstående verkar ha svårt att förstå att personen är samma – om än mer sig själv än tidigare.
- Vikten av att närstående kan erkänna när de gör fel, och vara öppna för att de inte kan allt utan behöva lära sig mer.

»Jag hade önskat att det fanns mer utrymme att utforska olika namn och pronomen inom familjen. Jag kände mig väldigt tvungen att stå kvar vid det första namnet jag provade och att ändra pronomen kändes väldigt i sten. Jag har löst det genom att bara använda ett pronomen och namn de gillar hemma och vara mer öppen med vänner och andra cirklar. Det är enklare för folk att förstå 'transman', än 'ickebinär' så det är lite som det är.«

»Att sluta hålla kvar i min gamla identitet, att inte sörja den jag var utan glädjas att jag insåg vem jag är.«

»Jag önskar att mina föräldrar kunde se mig som den jag är och inte som den de vill att jag ska vara.«

»Stått upp för mig mot andra som inte accepterade. Inte sitta och skratta med när en släkting drog skämt om hur omständligt och konstigt det där med trans är.«

231 personer svarade på fritext-frågan: **Vad får dig att känna dig bekräftad i din könsidentitet/dina funderingar kring könsidentitet? Att »känna sig bekräftad« betyder att du känner dig stärkt och sedd. Berätta vad andra kan göra för att du ska känna så!**

Frågan var en möjlighet dels att fördjupa förståelsen kring vad som kan fungera bekräftande från närstående, dels att lyfta in fler aspekter än enbart handlingar som närstående kan göra. Bekräftelse av könsidentitet är oftast en central aspekt för att må bra som transperson.

I svaren tar många upp närståendes agerande som ett sätt att bekräfta ens könsidentitet, ofta genom namn, pronomen och olika ordval. Ett exempel på bekräftande språk som återkommer är att säga »födande person« eller »gravid« om transkillar eller ickebinära som är med barn/har fött barn, istället för »kvinna« eller »mamma« om personen ifråga. Flera betonar vikten av att bli benämnd på rätt sätt trots att man inte genomgått könsbekräftande vård eller följer normer för hur man förväntas klä sig utifrån könsidentitet. Andra återkommande teman är att slippa tjata på att andra ska använda rätt pronomen, att veta att folk använder rätt pronomen även när man inte är med eller att andra rättar personer som säger fel.

Här framkommer också saker som personen kan göra själv, som att använda deodorant med maskulin doft eller klädesplagg som formar kroppen (exempelvis en binder). Även att aktivt ta del av andra transpersoners berättelser och kunna

spegla sig i dessa lyfts som ett sätt att känna sig bekräftad. Flera skriver att man känner sig bekräftad i kontakt med andra transpersoner och av att vistas i tryggare sammanhang, eller att ta del av filmer om transpersoner med lyckligt slut.

Framför allt transkillar och transtjejer berättar att bekräftelse kan komma av att passera som cisperson, i enlighet med sin könsidentitet. Flera transkillar skriver uttryckligen att man känner sig bekräftad när omgivningen tror att man är ciskille. För andra svarande handlar det inte om att passera som cisperson utan om att känna sig inkluderad och sedd som en i gänget, exempelvis att som transtjej bli inbjuden till tjejmiddag. Några skriver att man känner sig bekräftad när man gör eller antas vara bra på vissa saker som stereotyp förknippas med ens könsidentitet.

»Att få göra saker som kodas som manligt, till exempel byta däck på bilen eller måla om huset. Även om jag vet att det bara är stereotyper. Det andra kan göra i detta är att inte automatiskt tilldela mig kvinnligt kodade uppgifter eller tro att jag inte kan. Visa mig istället hur man gör.«

»Att bli tilltalad och behandlad som min könsidentitet. Känns bäst när det kommer från främlingar som inte vet att man är trans, då är bemötandet oftast genuint bekräftande.«

Några skriver att man känner sig bekräftad när cispersoner presenterar sig med pronomen, och därmed öppnar upp för att pronomen inte kan förutsättas.

	Procent
Träffa andra transpersoner/personer med funderingar kring könsidentitet	83%
Tillgång till könsbekräftande vård	85%
Samtal med en kurator/psykolog med transkompetens	74%
Transpersoner synliggörs i undervisningen i skolan	86%
Att andra människor använder mitt rätta namn och pronomen	94%
Att andra säger ifrån när någon uttalar sig negativt om transpersoner	93%
Att andra säger ifrån när någon ställer privata frågor till mig som jag inte vill svara på	71%
Att andra rättar personer som säger fel namn eller fel pronomen om mig	89%
Se film/läsa om transpersoner som haft det svårt/mått dåligt men som mår bättre idag	59%
Träning/vara fysiskt aktiv	48%
Annat:	10%

Under nästa fråga presenterades deltagarna för 11 olika alternativ och uppmaningen **Kryssa i allt som du mår bra av eller tror att du skulle må bra av om du hade tillgång till**. Alternativen bestod av förslag som visat sig vara hälsofrämjande för transpersoner i tidigare studier och/eller genom erfarenhet av arbete med målgruppen. Deltagarna kunde välja hur många alternativ de ville. Frågan var inte obligatorisk men alla 279 deltagare besvarade denna fråga. Totalt har 2208 val gjorts, vilket blir ett genomsnitt på närmare 8 val per person.

262 personer (94 procent) kryssade i »Att andra människor använder mitt rätta namn och pronomen«. 260 personer (93 procent) valde »Att andra säger ifrån när någon uttalar sig negativt om transpersoner«. 247 personer (89 procent) svarade att det är viktigt att andra rättar personer som säger fel namn/fel pronomen och nästan lika många (239 personer) angav att man mår bra av att transpersoner synliggörs i skolundervisning. Att 85 procent (238 personer) lyfter könsbekräftande vård som viktigt för att må bra signalerar att många svarande upplever könsdysfori. 83 procent (231 personer) svarade att man mår bra av

att träffa andra transpersoner/personer med funderingar kring könsidentitet.

Minst vanligt av de färdigformulerade alternativen var »Träning/vara fysiskt aktiv«, även om nästan varannan person kryssat i även detta: 48 procent (135 personer). I åldersgruppen 21–25 år var det fler än varannan som valde detta alternativ: 56 procent.

28 personer (10 procent) svarade »Annat:« och fyllde på med egna alternativ. Här återfinns exempelvis svar som en trygg arbetsplats, lagförändringar, att slippa förväntas prata för alla transpersoner, använda en binder, vara ute i naturen, kontakt med sin kyrka, hjälp att navigera i hälso- och sjukvården, minskad transfobi i samhället och att ha en partner som älskar en som man är.

Vissa könsskillnader framträdde gällande hälsofrämjande faktorer. Det ska dock understrykas att 8 av de 11 alternativen valts av mer än 70 procent av de svarande, och därmed kan anses vara hälsofrämjande för ett stort antal transpersoner/unga som funderar kring sin könsidentitet. Även vid analys utifrån kön är dessa åtta alternativ nästan alltid aktuella för en majoritet av de svarande, oavsett kön.

Ickebinära var den grupp som i högst utsträckning uppgav att man mår bra av/ tror att man skulle må bra av att transpersoner synliggörs i skolundervisningen (95 procent jämfört med 77–84 procent av övriga grupper). Här återfanns också allra högst siffror för att må bra av att träffa andra transpersoner (92 procent) och att andra säger ifrån när någon uttrycker sig negativt om transpersoner (98 procent).

Tjejer uppgav oftare än övriga att man mår bra av samtal med kurator/psykolog med transkompetens (79 procent). 99 procent av killar (det vill säga alla killar utom en) uppgav att man mår bra av att andra använder rätt pronomen, följt av ickebinära (97 procent) och sedan tjejer (91 procent). Personer osäkra på sin könsidentitet var den grupp som i minst utsträckning svarade att man mår bra av att andra använder rätt pronomen (79 procent) eller att andra rättar den som säger fel (76 procent). En möjlig tolkning är att det kan ha att göra med att man inte är säker på vilket pronomen som är rätt.

Ickebinära och personer osäkra på sin könsidentitet uppgav i lite lägre utsträckning än tjejer och killar att man tror att man skulle må bra av könsbekräftande vård: 95 procent av killar, 85 procent av tjejer, 78 procent ickebinära och 74 procent osäkra/funderar. Samtidigt är det en stor andel inom alla grupper som uttrycker behov av denna vård.

223 personer besvarade fritextfrågan **Vad tycker du att alla närstående till transpersoner/personer som funderar kring sin könsidentitet borde veta och tänka på?**

Även här återkommer liknande teman som under övriga frågor. Det handlar framförallt om att lyssna, läsa på och vara varsam med vilka frågor man ställer. Även fler exempel på språk tas upp, som att inte säga att någon »vill vara en tjej« utan att helt enkelt säga att någon »är en tjej«

Flera svarande understryker vikten av att

När närstående exempelvis uttrycker sorg över att ha förlorat en dotter kan det uppstå en krock, där sorgen närstående känner inte alls överensstämmer med den lättnad och glädje den som nu kommit ut som transkille eller ickebinär kan känna.

som närstående förstå att man är samma person som tidigare, och att man alltså inte försvunnit utan bara berättat vem man faktiskt är. När närstående exempelvis uttrycker sorg över att ha förlorat en dotter kan det uppstå en krock, där sorgen närstående känner inte alls överensstämmer med den lättnad och glädje den som nu kommit ut som transkille eller ickebinär kan känna.

Svarande skriver också att det är viktigt att närstående lägger band på sina känslor inför den som är transperson, och till exempel inte visar sin besvikelse över att personen kommit ut eller återkommande pratar om hur svårt det är att behöva lära sig ett nytt namn. Flera skriver att det är bra om närstående söker professionellt samtalsstöd för att bearbeta sina känslor.

Det framgår att närstående kan känna oro för biverkningar av hormonbehandling och ha många frågor om det till den som är transperson. Svarande betonar dock att de flesta transpersoner inte har svar på alla medicinska frågor. Överlag önskar många svarande att närstående sökte svar på egen hand, exempelvis genom att googla. Flertalet betonar också att närstående som är cis inte behöver förstå exakt vad det innebär att vara transperson eller hur man känner för att kunna stötta. Andra skriver att man önskar att närstående förstod hur viktigt det kan vara med könsbekräftande vård.

Flera betonar att olika transpersoner har olika behov, och att man inte kan utgå från att alla transpersoner vill samma sak. Detta tydliggörs även i att svarande ibland lyfter motsatta behov. En del framhäver att man önskar att närstående lät bli att utgå från att det är kämpigt eller svårt att vara transperson medan andra skriver tvärtom: att man önskar att närstående visste hur jobbigt och förvirrande det är att vara trans eller fundera över sin könsidentitet. Några svarande skriver att man önskar att närstående inte gjorde någon stor grej av att man är trans utan behandlar en precis som innan, medan andra efterlyser fler frågor och en förståelse för att man kan vilja behandlas annorlunda. En del skriver att det är viktigt att få höra att man är modig och stark, i kontrast till andra som absolut inte vill benämnas så.

En del efterlyser en större förståelse för att man inte alltid är bekväm med vissa saker och önskar att folk omkring en inte blev irriterade för att man inte vill följa med. Just att åka och bada återkommer som exempel, vilket kan antas hänga ihop med att enkäten genomfördes under sommaren. Dessa exempel kan ha legat nära till hands.

Slutligen är det flera som betonar att den som är trans antagligen känner sig själv bäst och att det är utmanande när närstående tror sig ha bättre förståelse för ens behov eller identitet än vad man själv har.

»De måste inte förstå eller kunna sätta sig i transpersonens position för att kunna älska och stötta.«

»Mina föräldrar förstod inte alls, men hittade en anhöriggrupp. Jag vet inte vad de gjorde där, men efter det så verkade de fatta mer och var schysstare. Jag är väldigt glad att de hittade det sammanhanget att ventilera i så att jag inte behövde ta deras processer.«

»Att varje upplevelse är unik: har du träffat en transperson så har du träffat EN transperson. Att inte anta hur jag känner, eller att jag har mycket könsdysfori eller mår dåligt på grund av min könsidentitet. För även om det är så ibland så är det också det vackraste jag vet att vara ickebinär, och det hade jag velat att närstående förstod. Att det inte är en sorg utan något vackert.«

Sammanfattning och reflektion om hälsofrämjande faktorer, bekräftelse samt stöd från närstående

Av enkäten framgår att stöd och bekräftelse främjar välmående hos många unga transpersoner. Den är därmed i linje med tidigare forskning på området. Dock framträder genom enkätsvaren ännu fler konkreta exempel, vilket ger fördjupad förståelse för uttryck som »att känna sig bekräftad i sin könsidentitet« eller »stöd från närstående«.

Det ska understrykas att transpersoner inte är en enhetlig grupp, och alla har inte samma behov. I det enskilda mötet är det därför viktigt att undersöka vad individen upplever som stöttande och stärkande. Däremot går det att urskilja tydliga tendenser, och faktorer som kan antas vara hälsofrämjande och bekräftande för en klar majoritet av de svarande. Dessa kan vara vägledande i att utforma stöd eller vid insatser på gruppnivå. Det är i första hand att bli omnämnd med rätt namn och rätt pronomen, att bli lyssnad på och ökad kunskap hos omgivningen. Dessa teman återkommer även i ungas svar på hur närstående kan stötta.

I de fritextsvar som lämnats återkommer vissa teman som en röd tråd genom enkäten. På så sätt framträder en tydlig bild av hur närstående kan vara ett bra stöd till unga transpersoner:

1 | Använd rätt namn och rätt pronomen. Gör ingen stor sak av det om det blir fel utan be om ursäkt, rätta dig och gå vidare med samtalet.

2 | Lyssna. Berättelser och erfarenheter varierar. Lyssna in hur det är för den enskilda individen.

3 | Läs på – men hos betrodda källor. Många unga känner sig som levande uppslagsverk som förväntas kunna svara på alla möjliga frågor eller bemöta felaktig information.

4 | Använd språk som bekräftar personens könsidentitet, exempelvis dotter eller barn istället för son. Reflektera även över andra ordval och vad de signalerar, som stilig/vacker/snygg eller tjejmiddag.

5 | Rätta andra som säger fel namn och pronomen. OBS! Detta förutsätter att personen är öppen med sitt pronomen. Det är därför viktigt att först stämna av med personen om det är okej att rätta andra.

6 | Ta ställning. Exempelvis genom att säga ifrån när andra uttrycker sig negativt om transpersoner, stötta transrättsorganisationer eller att dela artiklar i sociala medier som väger upp den ofta ensidiga medierapporteringen.

7 | Använd inte ett tidigare förnamn. Detta gäller även om ett minne från förr återberättas, och någon hade ett annat namn då. Använd alltid namnet som gäller i nutid. Berätta heller inte för andra vad personen hette tidigare. Dela inte äldre foton utan att först stämna av att det är okej.

8 | Ställ frågor och intressera dig för hur det går, till exempel om man funderat mer på vilket namn man vill testa eller hur man blir bemött i skolan.

9 | Underlätta nytt könsuttryck, exempelvis genom att följa med och handla kläder eller visa hur man sminkar sig. Tillåt namnbyte. För en del minderåriga kan det (utöver namnbyte) även vara upp till vårdnadshavare vilka kläder som köps in eller vilken frisyra man får ha.

10 | Var öppen för att det ibland kan ta tid att komma på vem man är. Man kan vilja pröva olika namn och olika pronomen, vilket underlättas av en tillåtande miljö där man får utforska sin identitet.

11 | Oombedda initiativ. När närstående tar egna initiativ utan att personen bitt om det. Exempelvis att gratulera på den nya namnsdagen, ändra namn i gamla fotoalbum eller ge en present i transflaggens färger.

12 | Fråga vilka som får veta och om det finns någon du kan berätta för. Avlasta i att ta samtal med släktingar eller vänner, till exempel om det uppstår många frågor i samband med en släktträff.

13 | Outa inte någon. Det vill säga: berätta inte för andra att någon är transperson om du inte helt säkert vet att hen är okej med det.

14 | Bearbeta gärna känslor och tankar med andra men var varsam med vad du säger till den som kommit ut som transperson. Vänd dig gärna till en närstående-grupp med dina tankar.

Kunskapsbehov och vägar till information

I den avslutande delen av enkäten ställdes frågor om vilka områden man önskar få mer kunskap om, vart man vänder sig för att få information om transfrågor och vilken relation svarande hade till Transammans. Relationen till Transammans berörs i avsnittet **Vilka svarade på enkäten**.

277 personer svarade på frågan **När du söker information om transfrågor, vart vänder du dig då? Fyll i alla svar som passar**. Totalt valdes 1125 alternativ.

När man söker information om trans använder man främst Google (86 procent), YouTube (60 procent), Instagram (37 procent) eller frågar en kompis (37 procent). 20 procent besöker olika hemsidor direkt, och främst Transformering som drivs av RFSL och RFSL Ungdom. Även UMO och 1177 nämns av flera. TikTok lyfts återkommande under »annat«. Vissa mindre könsskillnader kan noteras: fler killar använder YouTube medan tjejer använder Reddit. Tjejer är den grupp som i mindre utsträckning än övriga använder Instagram. Personer som osäkra/funderar över sin identitet söker information i böcker och på Discord oftare än övriga grupper. Ickebinära är den grupp som mer sällan än övriga vänder sig till kurator/psykolog med sina frågor. Dessa tendenser kan vara värdefulla att ta i beaktande när informationsinsatser görs, särskilt om man vill nå specifika delar av målgruppen.

När du söker information om transfrågor, vart vänder du dig då?

	n	Procent
Google	237	85,6%
Olika hemsidor (ange vilka)	55	19,9%
Instagram	103	37,2%
Facebook-grupper	52	18,8%
Discord	70	25,3%
Reddit	76	27,4%
YouTube	166	59,9%
Frågar en kompis	103	37,2%
Frågar en kurator/psykolog	33	11,9%
Frågar en förälder	9	3,2%
Kontaktar Transammans	7	2,5%
Kontaktar en annan transorganisation	14	5,1%
Går på en föreläsning, t.ex. under en Pridefestival	39	14,1%
Tidningar	22	7,9%
Böcker	74	26,7%
Annat:	40	14,4%
Jag brukar inte söka information	25	9,0%

Svarande fick också ta ställning till frågan **Vilka transfrågor vill du ha mer kunskap om? Fyll i allt som passar**.

De föreslagna alternativen utgick från de områden Transammans ofta får frågor om. Det fanns även möjlighet att ange ytterligare frågor man ville veta mer om, under alternativet »annat«.

274 personer besvarade frågan, och totalt gjordes 1678 val, vilket innebär ett genomsnitt på 6 val per person. 14 olika alternativ presenterades, varav ett (1) var »Det finns inget jag undrar/behöver mer kunskap om«. Endast 10 personer angav att det inte finns något man behöver mer information om.

Vilka transfrågor vill du ha mer kunskap om?	n	Procent
Olika ord och begrepp	63	23,0%
Rättigheter i skolan	173	63,1%
Rättigheter på arbetsplatsen	169	61,7%
Rättigheter i hemmet	128	46,7%
Vad som gäller när man är omyndig (under 18 år)	142	51,8%
Könsbekräftande vård	192	70,1%
Hur vet jag om jag är transperson?	68	24,8%
Transpersoner genom historien	184	67,2%
Sätt att ta hand om sig själv för att må bra	177	64,6%
Hur kan jag stötta andra transpersoner?	129	47,1%
Hur mina närstående kan stötta mig	108	39,4%
Hur berättar jag för närstående att jag är trans?	112	40,9%
Annat:	23	8,4%
Det finns inget jag undrar/behöver mer info om	10	3,6%

Av de angivna alternativen önskar sig de svarande främst mer kunskap om könsbekräftande vård (70 procent), transpersoner genom historien (67 procent), sätt att ta hand om sig själv för att må bra (65 procent), rättigheter i skola (63 procent) och rättigheter på arbetsplatsen (62 procent).

En mindre andel (23 personer) har svarat »Annat« och fyllt i fritextsvar. Här återfinns bland annat detaljfrågor kring ens egen situation, rättigheter inom vården eller hur man kan hantera psykisk ohälsa.

Vid en närmare titt på skillnader utifrån ålder och kön framkommer att ickebinära är den grupp som i störst utsträckning vill veta mer om rättigheter. Detta gäller alla områden: i skolan, på arbetsplatsen och i hemmet. Ickebinära är även den grupp som i högst utsträckning vill ha mer kunskap om transpersoner genom historien.

Personer osäkra på sin könsidentitet har i mycket högre utsträckning än övriga svarande behov av mer kunskap om hur man vet om man är transperson (65 procent) och hur man berättar för andra att man är transperson (70 procent). Detta var relativt

Ickebinära är den grupp som i störst utsträckning vill veta mer om rättigheter. Ickebinära är även den grupp som i högst utsträckning vill ha mer kunskap om transpersoner genom historien.

väntat, då många i denna grupp troligen befinner sig i en process av att fundera på just detta. Mindre väntat var att denna grupp i störst utsträckning ville ha kunskap om sätt att ta hand om sig själv för att må bra (78 procent). Detta kan vara en signal om att denna grupp i ännu högre utsträckning än övriga saknar dessa verktyg. Det ska dock understrykas att även övriga könsgrupper angav detta i stor utsträckning (över 60 procent i alla grupper), vilket innebär att många svarande upplever sig sakna kunskap om att värna sitt mående.

Tjejer är den grupp som i minst utsträckning vill ha mer kunskap om rättigheter (färre än varannan) samt om olika ord och begrepp. Det fanns inget alternativ där killar särskilde sig 10 procent eller mer från övriga svarande. För övriga alternativ är könsfördelningen relativt jämn, inklusive att vilja ha kunskap om könsbekräftande vård.

När det gäller skillnader i ålder är det främst personer i åldern 12–17 år som vill ha mer kunskap om vad som gäller om man är omyndig: cirka 80 procent av de svarande i dessa åldrar har angett detta behov. Skillnaden var väntad: frågan är oftast mer relevant för den som är omyndig. I takt med stigande ålder blir det allt vanligare att vilja veta mer om rättigheter på arbetsplatsen. På samma sätt minskar intresset för att veta mer om rättigheter i skolan. Troligen beror detta på att färre går i skolan, men att desto fler jobbar ju äldre de blir. Personer i åldern 12–17 år vill i högre utsträckning än övriga ha kunskap om olika ord och begrepp, hur man berättar för närstående att man är transperson och hur närstående kan stötta. I övrigt framträdde inga stora skillnader utifrån ålder.

Vid en jämförelse mellan språk framträder att personer som besvarat enkäten på engelska i ännu högre utsträckning än de som besvarat den på svenska vill ha kunskap om könsbekräftande vård samt om rättigheter i skolan och på arbetsplatsen. Däremot ville personer som besvarat enkäten på engelska i mycket mindre utsträckning än de som svarat på den på svenska ha kunskap om olika ord och begrepp, eller hur man vet om man är transperson. I övrigt kunde inga stora skillnader urskiljas mellan gruppernas kunskapsbehov beroende på vilket språk man besvarat enkäten.

Sammanfattning och reflektion om kunskapsbehov och vägar till information

Majoriteten av de svarande var inte medlemmar i Transammans eller följde Transammans på sociala medier när enkäten fylldes i. Även om många kan komma att hamna på Transammans hemsida när de söker information var Transammans långt ifrån en självklar aktör att vända sig till för mer kunskap för de svarande i denna enkät.

Istället använder man främst Google, YouTube, Instagram eller frågar en kompis. De som besöker olika hemsidor direkt vänder sig i första hand till RFSL och RFSL Ungdoms hemsida **Transformering.se**. Vissa könskillnader framkom kring vägar till information, och dessa tendenser kan vara värdefulla att ta i beaktande när informations-satsningar görs, särskilt om man vill nå specifika delar av målgruppen.

Många av de svarande har behov av kunskap inom flertalet områden. Det gäller särskilt könsbekräftande vård, transpersoner genom historien, sätt att ta hand om sig själv för att må bra och rättigheter i skolan/på arbetsplatsen. Endast tio personer uppger att det inte finns något man önskar mer kunskap om.

Avslutande diskussion

Genom fritextsvar har de svarande delat med sig av mängder av tankar och erfarenheter, och ibland om fler områden än de som enkäten specifikt frågade om. Enkäten blev på så sätt ett forum att föra fram åsikter och behov som sällan får komma till tals.

De resultat som framkommer i denna rapport går i linje med såväl befintlig forskning som erfarenheter hos personer som arbetar med unga transpersoners hälsa.

Tre teman är genomgående i enkäten: det ena är **vikten av att omgivningen använder rätt namn och rätt pronomen**. Detta återkommer i fråga efter fråga och det är tydligt att det gör stor skillnad för ens välmående och trygghet. Det andra temat är att **unga transpersoner måste få komma till tals på sina egna villkor**. Många unga transpersoner upplever att det finns föreställningar om unga transpersoner, men att man själv inte blir lyssnad på eller tagen på allvar. Samtidigt förväntas man fungera som ett uppslagsverk kring transfrågor eller vilja dela med sig av privat information om sin kropp till alla möjliga. Men man får inte äga sin egen berättelse eller ha rätt till integritet. Det tredje temat är **bristen på bredd i berättelser kring att vara transperson**, och det gäller särskilt ickebinära och/eller personer som rasifieras. Här framkommer kritik mot en snäv medial bild i nyhetsreportage men också i populärkultur. Istället lyfts sociala medier och sammanhang för transpersoner, där fler berättelser har möjlighet att synas och höras, som en befrielse.

Enskilda personer lyfter i fritextsvaren utsatthet i skolan, att inte kunna bo kvar hemma, att behöva bryta kontakten med närstående som inte accepterar ens könsidentitet (särskilt föräldrar) eller att sakna tillgång till frizoner.

Tre genomgående teman i enkätsvaren är vikten av att omgivningen använder rätt namn och pronomen, att unga transpersoner får komma till tals på egna villkor och bristen på bredd i berättelser kring att vara transperson. Det senare gäller särskilt ickebinära och/eller personer som rasifieras.

Utöver utsatthet framkommer även positiva berättelser, ofta kopplade till andra människor i ens närhet eller att få ta del av andra transpersoners berättelser genom sociala medier eller kultur. Flertalet betonar även vikten av att få vara sig själv, och inte minst frihet eller glädje som kommer av att kunna leva som den man är.

Det är även tydligt att många personer har en bredd av erfarenheter: det är exempelvis sällan som alla ens närstående är stöttande (eller tvärtom: icke-stöttande) utan oftast finns båda erfarenheterna hos en och samma person.

För att hålla antalet frågor till max 20 (för att underlätta för fler att orka/hinna fullfölja enkäten) behövde flertalet frågor strykas eller omformuleras till bredare frågor, med en förhoppning om att dessa skulle kunna fånga in olika erfarenheter. Det medförde framför allt att det inte

ställdes några konkreta frågor om bostads-ort, civilstånd, sysselsättning, hälsa eller andra diskrimineringsgrunder (exempelvis sexualitet, funktionsnedsättning eller etnicitet). Det hade dock varit önskvärt att ha möjlighet att tydligare undersöka eventuella skillnader i erfarenheter och behov utifrån ännu fler aspekter utöver kön, ålder och språk. Skillnader i hälsa i Sverige beroende på ekonomi och sysselsättning är något det redan finns viss kunskap om, bland annat genom MUCF och Folkhälso-myndigheten. Däremot hade det varit relevant att tydligt fråga om svarande har erfarenhet av att tillhöra andra minoritets-grupper och gärna komplettera det med frågor om hälsa, då det sällan görs inter-sektionella analyser av detta slag.

Intresset för att fullfölja enkäten kan anses vara relativt stort, vilket möjligen kan bero på att Transammans dels har tillgång till kanaler för att nå målgruppen, dels skapade en enkät med frågor som kändes relevanta att svara på. Det senare bekräftas av att flera tackar för en bra enkät i den avslutande frågan.

Mot bakgrund av det som framkommer i enkäten ser Transammans behov av följande åtgärder:

1| Kunskap om könsidentitet och köns-uttryck bör inkluderas på alla relevanta universitets- och högskoleutbildningar. Ökad kunskap hos skolpersonal, arbets-givare och hälso- och sjukvårdspersonal är fundamentalt för att främja ungas hälsa. Alla behöver förstå vikten av rätt namn och rätt pronomen. Skolor måste även ha förmåga att säkerställa att ungas könsidentitet respekteras av andra elever.

2| Säkerställ finansiering från det offentliga till organisationer för unga trans-personer och unga som funderar över sin könsidentitet. Civilsamhället fyller en viktig funktion i att nå ut med information

och skapa tryggare mötesplatser. Det är även genom civilsamhället som unga till stora delar för fram sin talan. Samtidigt är civilsamhällets verksamhet kraftigt underfinansierad. Detta måste förändras. Möjligheten att träffa andra med liknande erfarenheter och att slippa bli ifrågasatt utifrån sin könsidentitet är viktig för ungas välmående. Det är även viktigt för unga att få kunskap om områden som rättigheter, könsbekräftande vård, transpersoner genom historien och hur man kan ta hand om sig själv för att må bra. Här kan civilsamhället göra stor skillnad för ungas hälsa.

Transammans vill även uppmana journalister, media och verksamma inom kulturområdet att säkerställa att man framöver lyfter en större bredd i erfarenheter och röster från transpersoner. Låt unga transpersoner få komma till tals. Se till att fler får lyssna på vad unga transpersoner har att säga.

Enkät från Transammans för dig som är 12–25 år

Är du 12–25 år och transperson/funderar på om du är transperson? Då vill vi på Transammans ställa några frågor till dig!

I den här enkäten vill vi veta vem du inspireras av, vad som får dig att må bra och hur närstående kan vara ett bra stöd.

Enkäten tar ungefär 20 minuter att svara på. Du är helt anonym. Enkätsvaren används av oss på Transammans i vårt projekt Starka Tillsammans. Enkäten är viktig för att forma flera av aktiviteterna i projektet, till exempel en handbok för närstående. Citat från enkäten kan därför komma att användas i vårt arbete.

När du skickat in enkäten får du information om hur du gör för att tycka till om projektet längre fram men också vart du kan vända dig om du vill prata med någon om dina tankar och känslor.

Transammans är förbundet för transpersoner och närstående. Ansvarig för enkäten är Edward Summanen, projektledare på Transammans. Du kan läsa mer om Transammans och projektet Starka Tillsammans på www.transammans.se.

Frågor om enkäten? Kontakta edward@transammans.se

Obligatoriska frågor är markerade med en stjärna (*)

Del 1: Bakgrundsfrågor

Först några bakgrundsfrågor om dig.

1| Hur gammal är du?*

- 11 år eller yngre
- 12–14 år
- 15–17 år
- 18–20 år
- 21–25 år
- 26 år eller äldre

2| Är du...*

- Tjej
- Kille
- Ickebinär
- Osäker/funderar på vilket kön jag känner mig som
- Annan könsidentitet:

3| Är du transperson eller har du transerfarenhet?*

Med transperson menar vi till exempel att du är kille men när du föddes blev du registrerad som »flicka«, eller att du är tjej men när du föddes blev du registrerad som »pojke«, eller att du är ickebinär, alltså känner att du är varken tjej eller kille. Transerfarenhet kan bland annat betyda att du tidigare såg dig som transperson men inte längre.

- Ja
- Nej
- Osäker/funderar på om jag är transperson
- Annat svar:

4| Är du öppen för andra med att du är transperson/att du funderar på din könsidentitet?

■ Med »andra« menar vi till exempel vänner, i skola/på jobb, för familje-medlemmar och på din fritid.

■ Ja, alla/nästan alla vet.

■ Ja, jag är öppen för många (men för inte alla).

■ Ja, några personer vet (men de flesta vet inte).

■ Nej, inget vet.

5| Kommentar till dina svar:

Del 2: Förebilder

I den här delen av enkäten ställer vi frågor om vilka du inspireras av eller har som förebilder. Här använder vi orden »offentliga personer«. En offentlig person är någon som är en kändis eller någon som många vet vem den är, vare sig det är på TikTok eller på TV. Det kan vara en person som är känd för många eller bara är känd för en viss grupp.

6| Finns det offentliga transpersoner som du ser upp till, tycker säger kloka saker eller som på andra sätt är inspirerande? Skriv upp alla du kommer att tänka på.

Det kan exempelvis vara skådespelare, YouTuber:s, författare, personer som är ordförande för transorganisationer, någon som levde för länge sedan eller politiker. Skriv också gärna vad du gillar/uppskattar med de olika personerna. Tänk på att vi här frågar om offentliga personer som du vet är transpersoner.

7| Finns det några andra personer som varit särskilt viktiga för dig eller som du blir inspirerad av?

Det måste inte vara offentliga personer utan kan exempelvis vara karaktärer i en bok eller någon du känner privat. Det måste inte heller vara personer som själva är transpersoner.

8| Finns det förebilder/erfarenheter du saknar?

Det kan vara berättelser som du tycker får synas alldeles för sällan, eller vissa sätt att vara transperson på. Det kan också handla om ålder, funktionalitet, hudfärg, religion eller andra delar av ens liv.

Del 3: Saker som får dig att må bra

I den här delen av enkäten ställer vi frågor om vad som får dig att må bra. Det du berättar här är viktigt för Transammans arbete kring att få fler att må bra. Om vi använder citat (alltså plockar ut delar av svaren och använder i vårt arbete) kommer vi se till att det inte går att förstå att det är just du som skrivit det.

9| Hur kan närstående vara ett bra stöd för transpersoner?

Med »närstående« menar vi föräldrar, vänner, syskon, partners, barn, olika släktingar m.m.

10| Finns det något som dina närstående gör/har gjort som varit särskilt bra eller viktigt för dig?

11| Finns det något du önskar att dina närstående skulle göra/ha gjort annorlunda?

12| Vad får dig att känna dig bekräftad i din könsidentitet/dina funderingar kring könsidentitet?

Att »känna sig bekräftad« betyder att du känner dig stärkt och sedd. Berätta vad andra kan göra för att du ska känna så!

13. Kryssa i allt som du mår bra av eller tror att du skulle må bra av om du hade tillgång till.

- Träffa andra transpersoner/personer med funderingar kring könsidentitet
- Tillgång till könsbekräftande vård
- Samtal med en kurator/psykolog med transkompetens
- Transpersoner synliggörs i undervisningen i skolan
- Att andra människor använder mitt rätta namn och pronomen
- Att andra säger ifrån när någon uttalar sig negativt om transpersoner
- Att andra säger ifrån när någon ställer privata frågor till mig som jag inte vill svara på
- Att andra rättar personer som säger fel namn eller fel pronomen om mig
- Se film/läsa om transpersoner som haft det svårt/mått dåligt men som mår bättre idag
- Träning/vara fysiskt aktiv
- Annat:

14| Vad tycker du att alla närstående till transpersoner/personer som funderar kring sin könsidentitet borde veta och tänka på?

Del 4: Information

Det här är den sista delen av enkäten. Här ställer vi frågor om var du bäst tar till dig information och vad för information du söker.

15| Är du medlem i Transammans?

- Ja
- Nej
- Vet ej

16. Tankar om medlemskap?

Berätta gärna vad som fick dig att bli medlem eller (om du inte är medlem) varför du inte är det. Eller om du har andra tankar om att vara medlem i Transammans!

17. Följer du Transammans på sociala medier? Fyll i alla svar som passar.

- Ja, på Instagram
- Ja, på Facebook
- Nej
- Vet ej

18. När du söker information om transfrågor, vart vänder du dig då? Fyll i alla som passar.

- Google
- Olika hemsidor (ange vilka):
- Instagram
- Facebook-grupper
- Discord
- Reddit
- YouTube
- Frågar en kompis
- Frågar en kurator/psykolog
- Frågar en förälder
- Kontaktar Transammans
- Kontaktar en annan transorganisation
- Går på en föreläsning, t.ex. under en Pridefestival
- Tidningar
- Böcker
- Annat:
- Jag brukar inte söka information

19| Vilka transfrågor vill du ha mer kunskap om? Fyll i allt som passar.

- Olika ord och begrepp
- Rättigheter i skolan
- Rättigheter på arbetsplatsen
- Rättigheter i hemmet
- Vad som gäller när man är omyndig (under 18 år)
- Könsbekräftande vård
- Hur vet jag om jag är transperson?
- Transpersoner genom historien
- Sätt att ta hand om sig själv för att må bra
- Hur kan jag stötta andra transpersoner?
- Hur mina närstående kan stötta mig
- Hur berättar jag för närstående att jag är trans?
- Annat:
- Det finns inget jag undrar/behöver mer info om

20| Innan du skickar in enkäten, finns det något mer du vill säga till oss på Transammans?

Det kan vara något vi missat att fråga om eller tankar som kommit nu när du fyllt i enkäten.

GDPR (dataskyddsförordningen)

När du skickar in enkäten ger du Transammans rätt att registrera ditt svar och använda i vårt arbete. Transammans kan inte se vem som skickat in svaret, om du inte själv skrivit ditt namn eller liknande i något fritextsvar. Sådan information delar vi inte med andra. Det är bara behörig personal (dvs personer som arbetar i Transammans projekt) som har tillgång till svaren i sin helhet. Citat från enkäten kan komma att användas i vårt arbete, till exempel handboken för närstående. Citaten är i så fall anonymiserade. Det betyder att andra inte kommer kunna förstå att citatet kommer från just dig.

21| För att skicka in enkäten, kryssa i rutan här och tryck sedan på »skicka« längst ner på sidan.*

När du skickat in enkäten får du information om hur du gör för att tycka till om projektet längre fram men också vart du kan vända dig om du vill prata med någon om dina tankar och känslor.

Jag väljer att delta i enkäten och godkänner att Transammans använder mina svar i sitt arbete.

Rapporten **Lyssna på oss!** riktar sig till alla som vill lära sig mer om unga transpersoners livsvillkor, exempelvis yrkesverksamma som arbetar med unga. Den ger en unik inblick i unga transpersoners erfarenheter och visar vad unga behöver för att må bra. Här presenteras vad unga transpersoner upplever främjar den egna hälsan, hur man upplevt stöd från närstående, vad man vill ha mer kunskap om samt vilka förebilder man har tillgång till.

Lyssna på oss! bygger på en enkät besvarad av 279 transpersoner och personer med funderingar om sin könsidentitet i åldern 12–25 år. Rapporten är sammanställd av Transammans – förbundet för transpersoner och närstående.