



INSTITUTIONEN FÖR SOCIALT ARBETE

”Kan vi inte hjälpa folk med det, då går vi miste om nånting”

Terapeuters förhållningssätt till lust och intimitet

SW2237 Vetenskapligt arbete i socialt arbete, 15 hp
Scientific Work in Social Work, 15 higher education credits
Avancerad nivå
Höstterminen 2017
Författare: Hanna Möllås
Handledare: Staffan Höjer

Abstrakt

Titel Terapeuters förhållningssätt till lust och intimitet
Författare Hanna Möllås
Nyckelord Terapeuter, intimitet, lust, sexuella script

Studiens övergripande syfte var att beskriva och tolka terapeuters förhållningssätt till lust och intimitet och dessa fenomenens betydelse för kärleksrelationer. Syftet inkluderade även hur terapeuterna ansåg att deras klienter förhöll sig till dessa frågor. Utöver det fick terapeuterna berätta om olika klientfall i syfte att identifiera utmaningar och fallgropar för att dessa samtal ska bli bra. Studier har visat att klienter vill samtala om sexualitet, lust och intimitet men att terapeuter inte alltid är rustade för dessa samtal. Vidare har studier visat vikten av handledning samt att många utbildningar inte förbereder blivande terapeuter för sexologiska samtal. Urvalet för studien var familjerådgivare vilka ofta möter klienter med frågor kring lust och intimitet. Sveriges Familjerådgivningar är en samhällsinsats där kommunerna är ålagda att bistå dess invånare med medling och samtal kring samlevnadsfrågor. Sex kvalitativa intervjuer genomfördes; fem med familjerådgivare samt en med utbildare. Det empiriska materialet analyserades med kvalitativ innehållsanalys. Som teoretisk ram användes Simon och Gagnons sexuella scriptteori. Resultatet strukturerades utifrån samhälls-, interpersonellt- och intrapsykiskt angreppssätt. Resultaten visade att både terapeuter och klienter förhåller sig till lust och intimitet som att de är viktiga för kärleksrelationer. Genom utbildningar, år av erfarenhet samt träning har terapeuterna arbetat fram en förkroppsligad trygghet. En inkännande förmåga hjälpte dem att härbärgera klienternas olika frågor. I intervjuerna delgav även terapeuterna olika praktiska tips för att kunna samtala med klienter om lust och intimitet. Framtida forskning bör koncentrera sig på terapeuters gedigna kliniska erfarenhet och hur denna kompetens kan integreras i olika utbildningar för terapeuter.

Abstract

Title Therapist's approach to sexual desire and intimacy

Writer Hanna Möllås

Keywords Therapists, intimacy, sexual desire, sexual scripts

The aim of the study was to describe and interpret therapist's approach to sexual desire and intimacy and impact of these phenomena in intimate relations. The purpose also included how the therapists felt that their clients relied on these issues. In addition, the therapists were told about different client cases to identify challenges and pitfalls for these conversations to be good. Studies have shown that clients want to talk about sexuality, lust and intimacy, but therapists are not always equipped for these conversations. Furthermore, studies have shown the importance of supervision and that many courses do not prepare future therapists for sexological conversations. The selection for the study was family advisors who often meet clients with questions about lust and intimacy. Sweden's Family counselling is a community initiative where municipalities are required to assist its residents in mediation and conversation about social issues. Six qualitative interviews were conducted; five with family counsellors and one with educators. The empirical material was analysed with qualitative content analysis. As a theoretical framework, Simon and Gagnon's sexual scripting theory was used. The results were structured based on social, interpersonal and intrapsychic approaches. The results showed that both therapists and clients relate to happiness and intimacy as being important to love relationships. Through training, years of experience and training, the therapists have worked for a body-based safety. This incongruence ability helps them to accommodate clients' different issues. In the interviews, the therapists also provided various practical tips for communicating with clients about lust and intimacy. Future research should concentrate on the therapist's sound clinical experience and how this competence can be integrated into different therapies for therapists.

Innehållsförteckning

1. Introduktion	7
Syfte och frågeställningar	7
Avgränsningar.....	8
Ordförklaringar	8
Erfarenhet och förförståelse.....	8
Disposition	10
2. Kunskapsläge och tidigare forskning	10
Sexualitet	10
Lust	10
Intimitet.....	11
Samhällstrender	12
Att samtala om lust och intimitet.....	12
PLISSIT	14
Sammanfattning	14
3. Teoretiskt ramverk.....	14
Att angripa studiet av omvärlden.....	14
Sexuella script.....	15
4. Metod och genomförande av studien	16
Urvalet	16
Intervjuer.....	17
Transkribering.....	17
Studiens trovärdighet.....	17
Etiska överväganden.....	18
Val av analytiskt tillvägagångssätt	18
Analysdiskussion	20
Läsanvisningar till resultatkapitlen.....	21
5. Kulturella script	22
Terapeutens strukturella ramar	22
Parens strukturella ramar	25
Analys av kulturella script.....	27
Mina reflektioner	29
6. Interpersonella script	29
Parrelationen	29
Terapeutens relationella förhållningssätt.....	30
Analys av interpersonella script	33
Mina reflektioner	34

7.	Intrapsykiska script.....	35
	Klienternas individuella förutsättningar	35
	Terapeutens resa	36
	Analys av intrapsykiska script	38
	Mina reflektioner	39
8.	Sammanfattning och avslutande diskussion	40
9.	Referenslitteratur	42
10.	Bilagor	45

Förord

Som barnmorska kan jag inte undgå att se likheterna mellan uppsatsskrivande och barnafödande. Dessa skapande fenomen liknar varandra från tillkomst, graviditet till förlossningsarbete. Det kan kännas förmätet att jämföra målet av att få hålla sin examinerade uppsats i handen, med att amma sitt barn för första gången. Men efter månader av planering, studerande och brottningskamp med teorier, forskningsmetoder och etiska ramar, tillåter jag mig denna liknelse. Mot slutet har värkarna kommit ganska tätt. Pauserna har mest handlat om ångest inför nästa ansats, deadline och granskning. Stort tack till min älskade Jakob för att du stått ut med mig genom denna förlossning. Trots att du inte är barnafader har du tålmodigt och trofast hjälpt mig andas genom alla våndor.

Tack även till världens bästa barnmorska, min handledare professor Staffan Höijer. Du har med ditt lugn och din visdom gett mig hopp om att det ska gå vägen. Tack för värdefulla reflektioner och vägledning genom en snårig djungel av akademi och teorier.

Slutligen vill jag rikta mig till de viktigaste personerna i denna uppsats. Tack till alla intervjudeltagare för ert engagemang. Jag är berörd och ödmjuk inför era terapeutiska erfarenheter och kunskaper. Intervjuerna har fördjupat mina lärdomar kring lust och intimitet och dess viktiga funktion för kärleksrelationers kvaliteter.

1. Introduktion

Flertalet svenska uppsatser har skrivits kring temat om psykologers och psykoterapeuters upplevelser kring att samtala om sexualitet med sina klienter (Klüft 2006; Jablonski 2010; Erixon 2014; Zetréus 2015; Engelbrekt 2015). Klüft (2006) beskriver att psykologer menar att sexualiteten är viktig för klienterna även om den kan vara svår att definiera. Jablonski (2010) konstaterar att det är väsentligt att psykoterapeuter känner sig bekväma att samtala kring sexualitet. För detta krävs utbildning och handledning. Erixon (2014) beskrev att psykoterapeuterna i studien ansåg att sexualiteten var ett viktigt tema. De reflekterar dock kring vikten av att patienten tål att samtala om det som känns privat och intimt. Det är därför angeläget att terapeuten får tränas i att vara intuitiv och inkännande. Även Erixon betonar därför hur viktigt det är med handledning och fortbildning (Erixon 2014). Zetréus (2015) menar dock att dagens utbildningar inte förbereder psykologer för utmaningen att samtala med klienter om sexualitet. Det krävs också vidare forskning för att veta vilken kunskap psykologer och professionella behöver ha i ämnet (ibid).

Denna inledning visar på nyttan av studier kring fenomen som berör samlevnad och hur terapeuter ska hantera frågorna. Det kan ge fördjupade insikter till de yrkesutövare som arbetar med dessa frågor. Nyttan av liknande studier kommer inte bara terapeuterna till del. Kunskapen kan appliceras på utbildningar för terapeuter. Den kan även sprida viktiga insikter till de samhällsinstanser som har i uppdrag att hjälpa föräldrar och par.

Sveriges familjerådgivningar är en sådan samhällsinsats. För att stödja familjer har Sveriges riksdag beslutat att kommunerna är ålagda att erbjuda familjerådgivning. Arbetet omhuldas av lagar och förordningar som styrs av socialtjänstlagen. Familjerådgivning syftar till att bearbeta samlevnadskonflikter. Det är ett folkhälsoarbete som sker på individ, par och familjenivå. För att säkerställa uppdragen är det viktigt att familjerådgivare är väl insatta i klienternas sociala och kulturella förutsättningar. Människan lever i ett socialt sammanhang och påverkas av samhället förändringar. Det kan handla om ekonomi, juridik, lagstiftning, värderingar och normer. Villkoren för familjerelationer formas genom olika maktstrukturer och religiösa- och politiska strömningar (Policydokument KFR 2017).

Syfte och frågeställningar

Studiens övergripande syfte är att med en kvalitativ ansats beskriva och tolka terapeuters förhållningssätt till lust och intimitet och betydelsen av dessa fenomen i kärleksrelationer. Yin (2003) menar att i kvalitativ forskning sker arbetet parallellt och cirkulärt. Det går att börja med ett ämne och sedan upptäcka att den studien inte är genomförbar, eller att ämnet redan är tillräckligt studerat ur just den synvinkeln (ibid). Initialt var fokus för uppsatsen att utforska legitimerade familjeterapeuters upplevelser av att samtala med klienter om sexualitet. Då tidigare studier utrett vissa av de initiala frågorna om familjeterapeuters upplevelse av att samtala om sexualitet omarbetades fokus. Uppsatsen riktades istället mot terapeuters förhållningssätt till lust och intimitet. Enligt Yin (2003) ska syfte och frågeställningar ringa in vad studien handlar om och vara en ledstjärna för arbetet. De är dock preliminära och kan revideras under arbetets gång (ibid). För att tydliggöra syftet utformades följande frågeställningar.

1. Hur definierar terapeuter intimitet och lust? Vilken betydelse anser de att den har för kärleksrelationer?
2. Hur beskriver de att deras klienter förhåller sig till dessa fenomen?
3. Hur förhåller sig terapeuterna till lust och intimitet i samtal med klienterna?

För uppnå syftet kommer terapeuterna få berätta om klientfall där de kunnat möta personers frågor kring lust och intimitet. Utifrån detta fanns förhoppningen att kunna identifiera utmaningar, fallgropar och goda råd för hur terapeuter kan ta sig an dessa frågor. Undertecknad har försökt att svara på frågeställningarna genom att intervjua familjerådgivare. Detta empiriska material har sedan analyserats med hjälp av kvalitativ innehållsanalys.

Avgränsningar

Uppsatsen ingår som en del psykoterapeutprogrammet med inriktning familjeterapi. Initialt var fokus att utforska den framtida yrkesrollens utmaningar kring ämnet. Urvalet omarbetades då det visade sig vara svårt att finna informanter som uppfyllde legitimationskravet och samtidigt hade erfarenhet av att arbeta med dessa frågor. Urvalet justerades och deltagandet öppnades därför även upp till samtalsterapeuter som på något sätt möter klienter kring lust och intimitet. Det föll sig naturligt att rikta studien mot kommunernas familjerådgivningar då de har samlevnadsfrågor som sitt huvuduppdrag.

Ordförklaringar

I uppsatsen används löpande några begrepp. Dessa används utifrån deras beskrivning i policydokument för familjerådgivning, utgiven av Föreningen Sveriges Kommunala Familjerådgivare (Policydokument KFR 2017). Med ordet *familjerådgivning* avses här den kommunala verksamhet som riksdagen beslutat om. Ordet *familjerådgivare* avser de som arbetar på familjerådgivningen. Deras grundkompetens är socionom eller liknande högskoleutbildning. De ska även ha läst grundläggande psykoterapiutbildning samt ha erfarenhet av familjeterapeutiskt arbete. Här uppmuntras fortbildningar inom det familjeterapeutiska fältet.Handledning ses som en nödvändighet för att upprätthålla kompetensen. Föreningen utfärdar auktorisation för de familjerådgivare som uppfyller särskilda krav. Från 2018-01-01 kommer denna auktorisation kräva att den sökande har läst minst 7,5 hp sexologi (ibid). I uppsatsen beskrivs ofta familjerådgivarna med ordet *terapeut*. Studiens implikationer gäller alla terapeuter som möter klienter kring frågor som berör intimitet och lust. Inte bara familjerådgivare. Ordet *klient* avser de som söker till familjerådgivningen. I syftet används även ordet *kärleksrelationer*. Dessa används för en inkluderande ansats. Vårt förhållningssätt till kärleksrelationer påverkar varje enskild människas liv och inställning till relationer. Majoriteten av de som söker familjerådgivningar lever i parrelationer. Men familjerådgivare måste som terapeuter kunna möta olika sorters familjebildningar.

Erfarenhet och förförståelse

I kvalitativ forskning är forskaren ett verktyg som skapar kunskap och tolkning. Därför är det viktigt att tydligt beskriva forskarens förförståelse. Detta inkluderar fördomar och förutfattade meningar. Uppsatsen blir transparent då läsaren får en inblick i forskarens livsvärld och referensramar. De påverkar forskarens val av metod och angreppssätt (Widerberg 2002).

För att läsaren ska förstå undertecknads erfarenheter och förförståelse ger jag här en personlig beskrivning om mig själv. En människa kan troligtvis inte vara hundra procent medveten om alla aspekter av sin tolkningsvärld. Här beskriver jag dock så ärligt jag kan om vem jag är. Jag är 43 år, gift sedan 22 år med Jakob och vi bor i Huskvarna. Jag är adopterad från Sri Lanka och är äldst av fyra syskon. Efter min sjuksköterskeutbildning arbetade jag inom psykiatri innan jag började läsa till barnmorska. Jag arbetade på kvinnokliniken i Jönköping mellan 2000–2010. Då avslutade jag min tjänst på grund av en svår kronisk smärtsjukdom. Sedan dess har jag arbetat som samtalsterapeut. Min psykoterapeutiska grundutbildning var på St Lukas med psykodynamisk inriktning. Efter det har jag studerat sexologi och 2016 blev jag en

av cirka fyrtio auktoriserade kliniska sexologer i Sverige via *Nordisk Förening för Sexologi*. Jag är även auktoriserad handledare i sexologi inom samma organisation. Nu går jag psykoterapeututbildningen med familjeinriktning vid Göteborgs universitet samt mastersprogrammet i sexologi vid Malmö universitet. Jag driver en privat mottagning i Huskvarna och möter par, individer och familjer kring relationer och sexualitet. De flesta av mina patienter söker för frågor som rör lust, kroppslighet och sexualitet. Samtalen kan handla om sexuella övergrepp (offer och förövare), sexuellt missbruk/destruktivitet, och familjeterapi. Jag har studerat religionsvetenskap och teologi och är engagerad i frågor som rör kopplingen mellan religion och sexualitet. Jag har skrivit en bok om dessa ämnen och föreläser ofta om sexualitet, religion och självbild. Dessutom har jag skrivit en bok om vikten av en god självbild.

Jag växte upp i en frikyrklig kontext och där formades flera av de värderingar som jag fortfarande lever efter idag. De mest tongivande handlar om vikten av att hjälpa och stötta den svage utifrån alla människors lika värde. Den kristna tron och tanken om goda relationer är mycket viktigt för mig och är en del av min livsvärld. Den psykoanalytiska traditionen har präglat min professionella tolkningsram. Personligen skulle jag beskriva intimitet som känslomässig närvaro. I ordet lust inkluderar jag allt från sexuell lust till allmän livsglädje. I det kliniska arbetet har det blivit tydligt för mig att intimitet och lust är viktiga parametrar i kärleksrelationer. Det för samman människor. I dessa ord finns närhet, anknytning, bejakande, förmåga att säga ja eller nej. I arbetet som barnmorska och sexolog har det varit en självklarhet att kroppslighet och sexualitet är en del av livet, därför också i terapi. Genom mina år av studier har jag gått i egenterapi och fått handledning. Jag tror och hoppas att detta förbättrat min förmåga till självreflexivitet. Enligt Kvale och Brinkman (2002) är detta viktigt att beakta då forskaren i kvalitativ forskning är sitt eget redskap. Denne måste då vara närvarande och reflexiv. Forskaren kan aldrig stå utanför sin livsvärld. Istället krävs en medvetenhet med vilka glasögon forskaren läser av och förstår världen (ibid). Jag är väl utbildad inom sexologi och har lång erfarenhet av att arbeta med klinisk sexologi. Johnsdotter (2012) påpekar att studiet av sexualitet står i en dragningskamp mellan essentiella eller konstruktivistiska synsätt. Essentialister menar att sexualiteten har en naturlig essens. Konstruktivister menar istället att sexualiteten konstrueras i sociala samspel. Jag ser det som en tillgång att mina olika utbildningar har haft olika perspektiv på sexualiteten: medicinska, biologiska, sociologiska, teologiska, psykologiska och kliniska. Min personliga hållning till sexualitet, lust och intimitet finns i spänningsfältet mellan ett essentiellt och ett konstruktivistiskt perspektiv. Jag menar att en essentiell faktor som starkt påverkar lust och intimitet är vår självkänsla. Här blir vi sårbara och kan känna oss nakna och ratade när vi inte blir sedda och inkluderade. Jag tror att sexualitet är en inneboende drivkraft i människan. Däremot så anser jag också att förhållningssätt och uttryckssätt vad gäller sexualitet är starkt förankrat i samhällets normer.

På grund av min egen kunskap kring sexologiska frågor är det av särskild vikt att jag reflekterar över min egen förförståelse. Kvale och Brinkman (2002) skriver att intervjuaren bör ha bakgrundskunskap om ämnet som ska studeras. Men forskarens tyckande får inte stå i fokus. Genom studien försökte jag uppnå detta genom att understryka för mig själv och informanterna att det var deras berättelse och beskrivningar som jag ville undersöka. Detta hjälpte mig att inte låta min kunskap eller förförståelse stå i vägen för nya beskrivningar och lärdomar som intervjuerna och tolkningsprocessen gav.

Disposition

Efter en kort beskrivning om familjerådgivningarna och deras uppdrag, redogjordes för uppsatsens syfte samt dess frågeställningar. Vidare beskrevs studiens avgränsning och några viktiga ord förklarades. Slutligen gavs en personlig reflektion över forskarens förståelse. I kapitel två presenteras tidigare forskning av de begrepp som studeras i denna uppsats. I kapitel tre beskrivs de teoretiska ramarna som använts för analysen. I kapitel fyra redogör jag för den metodologiska arbetsgången och de etiska överväganden som gjorts. Kapitel fem till sju består av resultat, slutsats och mina egna reflektioner av dessa. I kapitel 8 ges en avslutande diskussion.

2. Kunskapsläge och tidigare forskning

Här redogörs för kunskapsläget och forskning som berör sexualitet, lust och intimitet. Tidigare forskning söktes från Google Scholar samt databaser som fokuserat på psykologi, socialt arbete. Vidare beskrivs hur samhällets skiftningar påverkar synen på relationer. Sedan redovisas forskning som studerat det terapeutiska samtalet kring intima frågor. Avslutningsvis ges en sammanfattning kring relevansen av föreliggande studie.

Sexualitet

Världshälsoorganisationen (WHO) arbetar med en förbättrad hälsa för världens befolkning. I deras arbete inkluderas områden som rör sexuell och reproduktiv hälsa. De beskriver sexualitet som en mänsklig drivkraft som innesluter tankar, känslor och handlingar. Sexualiteten finns med oss genom hela livet oavsett om vi är sexuellt aktiva eller inte. Den sexuella hälsan är starkt kopplad till människans livsvillkor och påverkas av en rad olika faktorer såsom ekonomi, lagar, religion, kultur, politik, biologi, psykologi och sociologi. Det krävs därför ett mångfacetterat förhållningssätt för att hantera sexologiska frågor (WHO, 2006). Foucault (2002) anser i boken *Viljan att veta* att makt och sexualitet ständigt konstrueras i våra relationer. Vi socialiseras in i tankemönster och förhållningssätt där kroppen får vara slagfältet för olika diskurser. Foucault fascinerar över vår ambivalenta hållning till sexualiteten. Å ena sidan säger vi att vi är förtryckta sexuellt. Å andra sidan har vi skapat flertalet inriktningar där vår nyfikenhet om sexualiteten, där talat om kropparna är ständigt närvarande. Vi har till och med utvecklat expertis inom området sexualitet där människor ska få hjälp för att uttrycka den (ibid).

Lust

Elmerstig (2012) beskriver hur sexuell respons studerades av forskarparet Masters och Johnson under 1960-talet. Detta resulterade i en linjär modell för den mänskliga sexuella responsen som fortfarande ligger till grund för sexualdiagnoser och behandlingsmetoder (ibid). Tiefer (2004) kritiserar modellen bland annat för att vara för statisk, fysisk och att den inte beaktar att sexuell lust är komplex då den påverkas av många faktorer och är högst individuell. Författaren angriper det linjära synsättet med en feministisk ansats. Modellen fokuserar den fysiologiska responsen vid sexuell aktivitet. Detta räcker inte för att förstå lust och sexuell njutning. Tiefer anser att mannen blir måttstocken för när sexualiteten fungerar normalt. Istället efterlyses forskning som beaktar kvinnans lust, njutning, intimitet och respektfull kommunikation på ett mer övergripande sätt (ibid). Basson (2000) utvecklade en mer komplex beskrivning av lust. Denna modell beaktar inte bara den fysiologiska responsen vid sexuell aktivitet utan även motivation till lust. Sexuell lust och längtan är beroende av tidigare goda erfarenheter. Detta påverkas av en mängd olika faktorer som självkänsla, välbefinnande och kroppsuppfattning. För att må sexuellt bra i en parrelation krävs att

relationen har en fungerande kommunikation (ibid). Schwartz (2001) reflekterar kring att terapeuter behöver kunskap kring föreställningar och myter om hur en god sexuell relation ska fungera och se ut. Det formas ideal som människor inte känner sig bekväma med och de börjar då ofta tro att det är något fel på dem, fysiskt eller psykiskt. De kan även börja ifrågasätta förhållandet eller partnern. Terapeuten behöver hjälpa patienten och särskilt kvinnor att bli medvetna om de myter och ideal som läggs på dem. Då kan de på riktigt lära känna sin sexualitet och sin lust. Här behöver klienter bli medvetna om hur de uppfostrats och hur deras ursprungsfamilj kan ha påverkat deras synsätt på kroppslighet och njutning (ibid). Gehring (2003) beskriver hur Bassons (2000) modell kan användas i systemisk familjeterapi då en part i ett parförhållande beskrivs som låglustare. Ofta kommer dessa par med föreställningen om att den som har mindre sexuell lust behöver åtgärdas. Med hjälp av Bassons metod kan terapeuten istället hjälpa par att förhålla sig till lust och intimitet utifrån ett bredare perspektiv. De kan få hjälp att upptäcka olika strömningar och mönster som påverkar deras förhållande. På detta sätt blir det inte den ena parten som ska förändras utan istället hjälper terapeuten till att fördjupa den emotionella intimiteten så att paret förstår varandra bättre. Resultatet blir kanske inte alltid mer sex, men en djupare närhet dem emellan (ibid). Brezsnyak och Wishman (2010) studerade relationen mellan sexuell lust och tillfredsställelsen av parrelationen och maktförhållandet i denna. Den interpersonella relationen är av stor betydelse för den sexuella lusten. Det kan dock diskuteras om vad som kommer först, den minskade lusten eller otillfredsställelsen i relationen. Låg tillfredsställelse av parrelationen korrelerar med brist på jämställdhet. Om en person är dominerande påverkar det tillfredsställelsen negativt. Deras resultat pekar på att jämlika förhållanden har mer sexuell lust och beskriver sådana som mer respektfulla och intima. Par som vågade visa sig beroende av varandra hade högre sexuell tillfredsställelse (ibid). Även Waring, Schaefer och Fry (1984) understryker att par som vågade öppna sig för varandra i terapi fick fördjupad intimitet.

Intimitet

Johnson (2012) skriver om emotionell fokuserad terapi (EFT) som försöker öka intimiteten mellan personer i en kärleksrelation. Författaren utgår från att svårigheter med närhet handlar om våra rädslor och sätt att hantera känslan och upplevelsen av att vara sårbar och utsatt i en relation. Här finns kopplingen till att anknytningen i barndomen spelar roll för hur vi mår i relationer i vuxen ålder. Intimitet kräver att vi är respektfulla och varsamma med varandra. Forskning har visat att svek i intima relationer ökar riskerna för fysisk och psykisk ohälsa (ibid). Johnson och Talitman (1997) studerade inslag som kunde förutspå att EFT fungerade i parterapi. Den terapeutiska arbetsalliansen visade sig vara viktig för att nå framgång. Det kräver god kunskap, insikt och följsamhet. Terapeuten måste kunna förmedla en trygghet och erfarenhet till paret för att de ska kunna känna förtroende. Detta blir särskilt tydligt i terapi med par där det finns tillitsproblem i förhållandet (ibid). Broberg et al. (2006) beskriver hur våra anknytningsmönster från barndomen återanvänds i våra kärleksrelationer som vuxna. Precis som barnet söker den vuxnes blick blir blickarnas möte viktig i förälskelsen. Likaså idealiserar barnet den vuxnes förmågor och egenskaper. Detta blir tydligt i förälskelsefasen då den andre ofta ses som perfekt. Initialt tar förälskelsefasen en stor del av energin och fokus för de inblandande. Om relationen fortsätter avtar ofta den känslomässiga intensiteten. Istället infinner sig en trygghet som kanske inte är lika passionerad. Men för många par är denna del lika viktig eftersom den erbjuder stabilitet. Riskerna finns dock att människor tar varandra för givna i en långvarig relation och detta kan väcka rädslor och separationsångest (ibid). Perel (2006) anser att passion och trygghet är två viktiga faktorer för långvariga förhållanden. Men då vi tar varandra för givet och livet rullar på, kan lågan börja slockna.

Samhällstrender

1984 skrev Gayle Rubin artikeln "Thinking Sex". Rubin delade upp sexuella praktiker utifrån ett hierarkiskt perspektiv och analyserade detta med hjälp av queerteoretiska perspektiv. I den inre cirkeln finns det "välsignade sexet" som accepteras i samhället. Där ingår monogama parrelationer, sex för fortplantning, sex hemma, utan betalning eller pornografi. I den yttre cirkeln finns de sexuella praktiker som samhället behandlat med nedvärderande blickar. Här finns sex med flera aktörer, sex enbart för njutning, egensex eller sex med hjälpmedel. Samhället socialiserar in individerna i hur de bör hantera lust och sexuell utövning. Vad som anses vara fint sex respektive avvikande sex blir därför olika i olika samhällen, kulturer och tider (ibid).

Giddens (1992) menar att för att förstå familjers villkor behöver vi studera vilka normer som samhället speglar. I det förmoderna Europa ingicks äktenskap av enbart ekonomiska orsaker. Äktenskapet var ett tvingande band med löften för livet. I takt med sekulariseringen och individens frigörelse, beskrevs relationer allt mer med den romantiska kärleken. Intimiteten och mötet med den andre blev viktigare. I det romantiska idealet skulle partnern fylla jagets brister och den trasiga individen skulle bli hel. Giddens myntar begreppet *rena relationer* för att beskriva det senmoderna samhället. Efter den sexuella frigörelsen har relationer utkristalliserats som är fria från krav eller yttre tvingande band. Giddens beskriver rena relationer som en social relation. Självreflexivitet blir kärnan i då relationen baseras på vad var och en kan få ut av en långvarig relation. Därför sker det ett ständigt förhandlande som kräver en maktbalans mellan parterna. Sexualiteten är en del av de delar som förhandlas. Det blir en balans mellan att å ena sidan behålla sin individualitet och samtidigt leva i relation till en annan. I detta spänningsfält skapas enligt Giddens intimiteten som ett kommunikativt fenomen. Relationen hålls både samman och levande av känslor och en gemensam historia (ibid).

Bauman (2000) menar att tidigare levde människor med tydligare gränser vad gäller tid, rum, identiteter, normer, roller och traditioner. Allt detta är mer flytande i det postmoderna samhället. Även Perel (2006) menar att relationer tidigare bands av andra strukturer. Idag lever i vad hon kallar för njutningens tidsålder. Våra kroppar blir platsen för samhälleliga, relationella och individuella regler och värderingar. Vi hyllar att vara fria och få förverkliga våra individuella drömmar. Perel reflekterar dock om inte denna frihet gör oss mer ensamma (ibid). Vi försöker bota denna ensamhet med olika former av nätverk. Dessa används som en kompass för att hitta rätt sätt att leva (ibid). Det beskrivs som nätverkande individualism som sker inte minst via internet (Wellman 2001). När ett par ska leva tillsammans måste de omorganisera sina liv. Det kräver samarbete och kan upplevas konfliktfyllt. Förhållandet ska tåla förhandling kring hushållssysslor, barnuppfostran, fördelning av tiden i hemmet och på arbetet, sexualitet och intimitet. Det handlar ytterst om en förhandling av hur dynamiken ska se ut mellan individen och det kollektiva. Förutsättningen för hur förhandlingen lyckas beror på parets individuella och gemensamma resurser samt på sociala strukturer i samhället (Duerte 2003).

Att samtala om lust och intimitet

Kahr (2009) menar att den som betytt mest för sexualitet i psykoterapeutiska sammanhang är Sigmund Freud. Carlberg (1994) beskriver hur Sigmund Freud utvecklade driftteorin och att sexualiteten tidigt blev ett självklart inslag i psykoanalysen. Green (1997) menar att Freuds teorier gjorde det naturligt att samtala med patienter kring sexualiteten och dess betydelse. I takt med att fokus lades på objektrelationsteorin skedde en teoriförskjutning där sexualiteten inte tog samma plats. Green påpekar att sexualitet har en given plats hos alla människor

oberoende av problematik (Green 1997). Även Target (2007) diskuterar frågan varför sexualitet inte alltid är ett naturligt tema i psykoterapi. Författaren tror precis som Green att det till viss del handlar om att sexualiteten inte är lika central i objektrelationsteorin. Target tar också upp frågan om överföring som blivit allt mer viktig i psykoterapier. Det kanske var lättare att fokusera på sexualiteten då terapeuten hade ett större neutralt avstånd till patienten. Idag då det läggs stor fokus på att underlätta arbetsalliansen sker en annan interaktion mellan patient och terapeut. Target frågar sig om detta har gjort att sexualitet som ett känsligt tema då blir för privat att tala om i terapin (Target 2007). Engelbrekt (2015) intervjuade psykoterapeuter med familjeinriktning kring deras erfarenheter av att arbeta med sexualitet i familjeterapi. Även här blir det tydligt att terapeuten behöver god utbildning och handledning för att bli trygg med frågorna om sexualitet. Familjeterapeuterna som intervjuades i studien menade att klienter ofta tog upp temat sexualitet, särskilt i parsamtal. Terapeuterna kunde dock beskriva att många klienter kamouflerade frågor om gällde sexualitet. Sexualitet kunde därför finnas under andra teman i samtalet. Familjeterapeuterna ansåg därför att det var deras ansvar att hantera frågor kring sexualitet. Men familjeterapeutens egna förhållningssätt till sexualiteten spelade stor roll för hur trygg terapeuten kände sig i samtalet. Familjeterapeutens egna erfarenheter av intimitet och närhet genom livet formade alltså terapeuten inställning. Engelbrekt identifierar hinder och undvikanden av sexualitet i samtalen. Det kan bli ett hinder eftersom ämnet sexualitet är så intimt och privat. Terapeuten behöver därför vara inkännande och följsam för klienters känslighet i samtalet. Terapeuterna undvek frågor om sexualitet då det var uppenbart att klienterna behövde tala om andra saker såsom till exempel separation. De såg heller inte någon anledning att ta upp dessa frågor om barn var med i familjesamtalen (Engelbrekt 2015). Harris och Hays (2008) undersökte 175 medlemmar av *American Association for Marriage and Family Therapy*. De studerade deras utbildning och kunskap kring sexualitet och hur bekväma familjeterapeuterna kände sig att samtala om klienters sexualitet. Även här visade resultaten att grundstommen för att terapeuten ska känna sig trygg med att samtala om sexualitet är utbildning och handledning. Ju tryggare terapeuten känner sig desto mer sannolikt är det att den tar upp ämnet om sexualitet med klienterna (Harris och Hays, 2008). Kahr (2009) beskriver att det är uppenbart att alla terapeuter som möter människor i samtal om kärleksrelationer behöver bli bra på att våga tala om sexualitet. Han beskriver sex som en av de viktigaste faktorerna för att hålla samman kärleksrelationer. Då kan inte terapeuter negligera detta ämne. Det kan vara frestande att alltid hänvisa patienter till sexologer eller andra med särskild spetskompetens. Kahr menar dock att människor som vill prata om parförhållanden måste få möta en terapeut som klarar av att hantera sexologiska samtal (ibid). Enligt Löfgren-Mårtensson (2012) är sexologi ett tvärvetenskapligt ämne som kräver en bred ansats. Kahr (2009) skriver att terapeuten därför måste fundera över vad som menas med sexualitet och sex. Terapeuten och klienten kan ha helt olika åsikter kring detta. Terapeutens obearbetade förutfattade meningar kommer att präglade samtalet och kan försvåra för klienten att få hjälp (Kahr 2009). Young, Negash och Long (2009) beskriver hur det kan vara så att patienten söker för sexuella besvär, men använder sig av metaforer för att kunna tala om dessa. I sin artikel tar de ett exempel från familjeterapi. Ett par kommer tillsammans med sin son för att tala om sonens arga beteende. I samtalet önskar de få bättre kommunikation med barnet. Men familjeterapeuterna ser det som en möjlighet att paret genom att tala om dessa svårigheter samtidigt talar om svårigheterna i deras parrelation. I detta möte menar terapeuterna att de får tillfälle att samtala kring föräldrarnas intimitet och sexuella lust. I strukturell familjeterapi betonas vikten av gränser i relationer. Gränserna definieras som regler som organiserar hur familjen interagerar. När föräldraskapet behandlas kommer även dyaden mellan föräldrarna påverkas. Inte bara i deras föräldraskap utan i deras kärleksrelation och intimitet. Här blottläggs grunden för tanken med systemterapi. Om en del kan förändras så förändras alla andra delar också. Många par kan tycka att det är känsligt och

svårt att samtala om intimitet, lust och sexualitet. Därför är det viktigt att terapeuten kan läsa av när par använder sig av metaforer för att ta kunna upp detta i terapi (ibid).

PLISSIT

Jack S. Annon (1976) formade redan under 1970-talet en modell för hur arbetet inom människovårdanden yrken kunde hantera frågan om sexualitet. Han såg behovet av att beskriva en struktur som kunde ge en ansvarsfördelning utifrån olika professioners kunskap. Modellen heter PLISSIT och står för *Permission, Limited Information, Specific Suggestion och Intensive Therapy*. I den svenska kontexten kallas fortfarande modellen PLISSIT men översätts med Tillåtande hållning, Sexualupplysning, Sexualrådgivning och Psykoterapi/Sexualterapi. Modellen försökte matcha patientens frågor och problem med olika människovårdande professioner, deras kunskaps- och ansvarsnivå, samt utifrån vårdinrättningens uppdrag. De tre första stegen innebär ofta kortare kontakter eller terapier till skillnad från den sista som innefattar längre tids psykoterapi eller sexualterapi. Modellens första steg innebär att alla som arbetar inom människovårdande yrken ska ha en tillåtande hållning till frågor som rör sexualiteten. Personalen behöver inte kunna svara på alla frågor men ska ha en öppen attityd till sexualiteten (ibid).

Sammanfattning

Sammanfattningsvis finns det flera studier kring sexualitet, lust och intimitet samt deras betydelse för relationer. Det har även studerats vilka svårigheter som finns i det terapeutiska samtalet kring sexualitet. Föreliggande studie vill fördjupa beskrivningen av hur terapeuter själva beskriver sitt förhållningssätt till lust och intimitet. Studien syftar också till att låta dem berätta om fallgropar och utmaningar som finns för ett gott terapeutiskt samtal. Detta syfte har stor relevans för att bredda kunskaper om terapeuternas förhållningssätt kring intimitet och lust. Forskningen kan bidra till fördjupad kunskap om vad som är viktigt för att samtal om intimitet och lust ska falla väl ut för både terapeut och klient.

3. Teoretiskt ramverk

I föreliggande studie är fokus terapeuters förhållningssätt till lust och intimitet och dessa fenomenens betydelse för kärleksrelationer. För att uppnå syfte har kvalitativa intervjuer valts som insamlingsmetod. Här beskrivs det teoretiska ramverket som omgärdar föreliggande uppsats. Simon och Gagnons (1986) teori om sexuella script har använts som modell för att uppnå syfte. Teorin används för att tolka och beskriva intervjun.

Att angripa studiet av omvärlden

Widerberg (2002) skriver att ontologi och epistemologi lägger grunden för vår människosyn och påverkar därför vår forskning. Justesen och Mik-Meyer (2013) beskriver det som att vårt sätt att angripa studiet av omvärlden speglar vår uppfattning om kunskap och tolkning av denna. I den realistiska traditionen ses världen som objektivt konstant. I en fenomenologisk ansats anses världen istället behöva tolkas i sitt sociala sammanhang (ibid).

Kvale och Brinkman (2009) menar att kvalitativ ansats är bästa angreppssättet när fokus är meningstolkning och innebörd. Denna tolkning är mångfaldig och omfattar flera nivåer. Den sker kontinuerligt och varje del relateras till en större helhet. Delarna och helheten ska inte motsäga utan förstärka varandra. Det innebär inte att det endast finns *en* sanning. Här kan olika perspektiv samsas i ljuset av välgrundade tolkningar. Reflexiv tolkning underlättar de svårigheter det innebär att spegla sociala komplexa verkligheter. Det gäller både när forskaren studerar sammanhang som liknar eller skiljer sig från dess egen livsvärld (ibid). För at

möjliggöra Kvale och Brinkmans (2009) beskrivning av god tolkning, har den sexuella scriptteorin använts som teoretisk ram.

Sexuella script

1986 skrev Sociologerna Simon och Gagnon artikeln ”Sexual scripts: Permanence and change”. Sexuella scriptteorin hjälper oss att förstå hur alla parter som tas upp i studien förhåller sig till sexualitet, intimitet, lust. Med hjälp av dessa sexuella script läser vi av oss själva, varandra och vår omgivning. De blir manus eller kartor för hur vi tolkar vår inre och yttre värld (ibid). Månsson (2012) beskriver sexologins framväxt. Han menar att Simon och Gagnons arbete redan före artikeln 1986, hade varit banbrytande för det sexologiska fältet. De hade sin teoretiska förankring i sociologin och symbolisk interaktionism och menade att våra handlingar tillskrivs mening. De var påverkade av Erving Goffman. Han liknade livet vid en teater som konstrueras på en scen där vår omgivning är publik. Simon och Gagnons forskning kritiserade starkt synen på att sex är något biologiskt beständigt och naturligt. De menade istället att sexualiteten ständigt konstrueras i det sociala samspelet. Hur vi förhåller oss till sexualiteten förändras i varje ny tid, i varje ny individ och i alla relationer. Från detta utvecklades teorin om sexuella script. Scripten hjälper oss att organisera inre och yttre stimuli (ibid). Simon och Gagnon (1986) delar in teorin i tre delar som redovisas nedan.

Kulturella script handlar om samhällets värderingar, lagar och åsikter kring sexualitet. Dessa formas i olika instanser och institutioner som skola, politik, religion, familj, media och föreningar. Här görs distinktioner om vad som anses vara friskt, sjukt, syndigt eller rent. Författarna skiljer mellan paradigmatiska och postparadigmatiska samhällen. I paradigmatiska samhällen följer majoriteten av människorna en inriktning eller sanning om hur livet ska levas. De följer traditionella värderingar som urskiljs i vissa övergripande meningar. I postparadigmatiska samhällen får istället flera olika reflexiva tankar och synsätt finnas. De kulturella värderingarna speglas ofta i synen på erotiska relationer. Hur de ska ingås och hur de förhandlas fram och hur många som får vara med i relationerna är kopplat till olika traditioner (ibid).

Interpersonella script handlar om mellanmänniskliga relationer. Här läser vi av varandra och försöker förstå varandras intentioner och önskningar. I dessa interpersonella möten kan det uppstå många olika typer av konflikter. Det stämmer inte minst när det gäller parrelationer. Deltagarna kommer från olika familjer med olika script. I den nya parrelationen kan dessa krocka och ritningarna behöver därför förhandlas om i den nya relationen (ibid).

Intrapsykiska script handlar om individens inre processer. Detta script blir en viktig del i självtillblivelsen. Här för vi en inre dialog med oss själva i vårt varande som är relaterat till andra människor och till samhällets värderingar. Inom oss ska vi hantera lust, begär, fantasier, önskan och längtan (ibid).

Det finns människor i alla samhällen som protesterar, provocerar och går emot ramarna. Men deras beteenden kommer alltid tolkas och läsas av utifrån den givna samhälleliga ramen för vad som anses socialt accepterat eller politiskt korrekt. Simon och Gagnon talar om vikten av kongruens mellan alla dessa olika scriptnivåer. Vid oenighet eller motsättningar mellan eller inom de olika nivåerna uppstår en konflikt som vi måste hantera på något sätt. Det kan leda fram till nya normer, trender eller värderingar både för samhället som för den enskilde individen (ibid).

Den sexuella scriptteorin blev användbar för att beskriva, förstå och tolka terapeuternas förhållningssätt till intimitet och lust. Scripten kan variera men ingen står utanför denna ram. I ett samtalsrum med ett par klienter och en terapeut, finns alltså tre olika sexuella script. Teorin

hjälper oss att innesluta det som påverkar våra upplevelser och uppfattningar om sexuella dimensioner. Detta angreppssätt visade sig hjälpsamt för att sortera intervjuernas innehåll. Teorin kan även hjälpa forskaren att strukturera och förstå sin egen förförståelse. I berättelsen om mina egen erfarenhet och förförståelse finns inslag av alla tre scriptnivåerna. Det kulturella, interpersonella och det intrapsykiska.

4. Metod och genomförande av studien

I detta kapitel beskrivs hur studien praktiskt genomfördes. Detta inkluderar även en reflektion över studiens trovärdighet samt etiska överväganden. Avslutningsvis beskrivs tillvägagångssätt av analysen, diskussion av analysen och sist ges en läsbeskrivning för resultatkapitlen.

Urvalet

Studiens syfte är att beskriva och tolka terapeuters förhållningssätt till lust och intimitet och dessa fenomenens betydelse för kärleksrelationer. Jag arbetar dagligen med dessa frågor på en privat samtalsmottagning. Det gör att jag är väl insatt i fältet och hade tidigt uppfattning om vilka jag kunde kontakta. Med tanke på familjerådgivningarnas uppdrag ansågs de som arbetar där ha goda möjligheter till att kunna svara på frågeställningarna för att uppnå syftet. Enligt Yin (2003) kan en pilotintervju genomföras. Den kan ge insikt om intervjufrågorna svarar. En pilotintervju genomfördes som en första intervju. Den inkluderades således i materialet. Personen som intervjuades först var känd för undertecknad från professionella sammanhang och har gedigen erfarenhet av socialt arbete, familjerådgivning och handledning. Personen tillfrågades via mail och svarade jakande. Efter intervjun fick alla informanterna frågan om de kände någon ytterligare person som skulle kunna tillfrågas. Dessa kontaktades personligen via mail. Alla deltagarna fick i detta mail ett brev med information om studien, dess syfte, vad intervjun och deltagande innebar (Bilaga 1). De fick även ett utdrag av de frågor som intervjun skulle handla om (Bilaga 2).

Sammanlagt intervjuades sex personer. Kontakten med fem av dessa skedde genom rekommendation från annan deltagare. En sjätte person kontaktades och intervjuades. Personen är involverad i den sexologikurs som familjerådgivare i Sverige måste studera om de vill söka auktorisation som familjerådgivare. Utbildning bidrar till att skapa sexuella script för familjerådgivarna. Utbildaren har både klinisk och forskarerfarenhet och ansågs kunna ge viktig information om hur terapeuternas kunskap formats. De fem personer som arbetar kliniskt var alla anställda på kommunal familjerådgivning och har läst mellan 7,5 hp - 45 hp sexologi. Ingen som personligen tillfrågades nekade till deltagande i studien. Däremot sändes flera mail om förfrågan angående deltagande till olika familjerådgivningar i Sverige. Några mottagningar skrev att de skulle höra sig för om det fanns personer som var intresserade av att delta. Men ingen av informanterna rekryterades på detta sätt.

De sex deltagarna arbetade på fyra olika arbetsplatser spridda över Götaland. Deltagarna var mellan åldrarna 47 och 65 år. Alla var socionomer i grunden. De som var anställda på familjerådgivning hade vidareutbildat sig inom psykoterapi och sexologi. De har en mångårig erfarenhet av socialt arbete, samtalsterapi och familjerådgivning.

Krippendorff (2004) menar att antalet intervjuer bestäms av om forskaren känner att ämnet blivit tillräckligt utforskat. Det hade säkert kunnat tillkomma ytterligare kunskap om fler intervjuer hade genomfördes. Men med tanke på studiens omfattning och tidsramar blev detta omöjligt.

Intervjuer

Inledningsvis var tanken att genomföra fokusgrupper med terapeuter utifrån frågorna. Det visade sig vara svårt att genomföra av praktiska skäl. Därför valdes istället enskilda intervjuer med terapeuter som datainsamlingsmetod för denna uppsats. Kvale och Brinkman (2009) delar in kvalitativa intervjustudier i sju stadier: Tematisering av intervjuprojekt, planering, själva intervjun, utskrift, analys, verifiering och rapportering. Processen har en viss ordningsföljd men kan alltid revideras och omarbetas (ibid). Intervjuguiden ger struktur åt samtalet så att det senare går att jämföra intervjuerna med varandra. Men varje intervju blir unik utifrån den person forskaren möter (Widerberg, 2002). Utifrån syftet utarbetades en intervjuguide (Bilaga 3). Vid pilotintervjun konstaterades att guiden var till god hjälp för att få svar på studiens frågeställningar.

Jag följde Yin (2003) samt Kvale och Brinkman (2009) och deras förslag till goda forskningsintervjuer. Tid och plats för intervjun bestämdes därför av deltagarna. Träffarna började med att deltagarna visade runt undertecknad på sina arbetsplatser. Alla berättade för sina arbetskamrater om studien och deras eget deltagande. Efter detta satte vi oss i det rum som deltagaren valt. Därefter frågade jag om det gick bra att starta inspelningen. Då inspelningen startat beskrev jag återigen syftet med studien, att intervjuerna skulle spelas in och att de sedan skulle transkriberas. Jag informerade om vad deltagandet innebar och att de när som helst kunde dra tillbaka sitt deltagande utan att berätta varför. De fick ett skrivna underpapper om informerat samtycke (Bilaga 1). Ett behöll jag och deltagarna fick en kopia. Originalen förvaras i ett kassaskåp.

Sedan började intervjun genom att de fick svara på frågor om vilket personligt pronomen de önskade tillskrivas om detta skulle bli aktuellt i studien. De fick även berätta om utbildningsbakgrund och arbetslivserfarenhet. Intervjuerna tog mellan 60–90 minuter. De avslutades med frågan om det var något ytterligare som informanten önskade berätta. Jag försökte lyssna engagerat och endast ställa följdfrågor när det var något jag önskade veta mer om.

Transkribering

Samma dag som intervjuerna genomförts, transkriberades de ord för ord. Efter detta lyssnade jag igenom materialet igen och läste samtidigt transkriptionerna. Detta gjorde att jag kunde identifiera passager som var särskilt intressanta för studiens syfte. Jag har inte dokumenterat känsloläge, uttryckssätt eller tonfall i intervjuerna. Fokus var inte på hur de förmedlade sina kunskaper utan på deras svar på frågorna. Ljudkvaliteten på inspelningarna var genomgående god. Innan avsnittet om analysens tillvägagångssätt, diskuterar jag först studiens trovärdighet samt etiska överväganden.

Studiens trovärdighet

Yin (2003) menar att kvalitativ forskning uppnår tillförlitlighet och trovärdighet genom transparens. Forskningen får dessutom en etisk ton då forskaren utförligt beskriver arbetets olika steg. Widerberg (2002) menar att forskningen då blir begriplig för läsaren. Kvalitativ forskning kan inte återskapas på nytt av en annan forskare eller en annan tid. Resultaten är kontextuella (ibid). Kvale och Brinkman (2009) anser att trovärdighet handlar om att forskaren tydligt beskriver sin livsvärld. Forskaren måste aktivt träna sig att medvetandegöra sina fördomar, attityder och värderingar som kan påverka studien. Jag valde att tidigt i uppsatsen delge läsaren min livsvärld genom att beskriva mina erfarenheter och min förförståelse. På detta sätt kan läsaren dra sina egna slutsatser om hur mina sexuella script har formats. Dessa kan förklara de tolkningar som jag gör i studien. Slutsatserna från denna

uppsats går inte att generalisera på det sätt att det är en sanning för alla terapeuters förhållningssätt till lust och intimitet. Det innebär att studien i sig med sina resultat är unik. Den skulle inte kunna återskapas på exakt samma sätt av en annan forskare i en annan tid. Däremot bidrar studien till ny reflexiv kunskap och insikter som kan appliceras i många sammanhang.

Tillförlitlighet uppnås genom att läsaren även kan följa de avvägningar, avgränsningar och val jag gjort genom studiens gång. Jag har även försökt att på ett tydligt och strukturerat sätt beskriva arbetsgången för uppsatsens olika steg. I analysdiskussioner förs ett resonemang kring olika svårigheter och utmaningar som framkommit genom arbetets gång. Detta är ytterligare ett försök för att göra studien transparent. Enligt Kvale och Brinkman (2009) är en annan viktig aspekt för tillförlitlighet och trovärdighet redogörelsen av resultatet. Jag har därför valt att delge stora delar av citaten. Det kan upplevas mastigt att läsa. Men det ger en tyngd åt studien då läsaren själv kan ta del av de citat som format resultatdelen. I analysdiskussionen diskuteras också val av scriptteori som teoretisk ram. På detta sätt får läsaren en insikt i arbetsgången som ledde fram till detta val. Studiens trovärdighet styrks också genom att arbetet genomsyras av en etisk reflektion. Här nedan reflekteras kring olika etiska överväganden som varit viktiga för studiens etiska trovärdighet.

Etiska överväganden

Kvalitativ forskning konstrueras i ett relationellt samspel. Ett etiskt förhållningssätt kräver därför en reflektion kring vad gäller olika maktaspekter (Kvale och Brinkman 2009). I kvalitativ forskning är forskaren redskapet som samlar in och tolkar materialet. Det är viktigt att forskaren inte manipulerar eller styr deltagare eller resultat. Det blir särskilt viktigt då informanterna står i en tydlig beroendeställning eller då det finns en maktbalans att ta hänsyn till (Wideberg 2002). I föreliggande studie har yrkesverksamma personer med gedigen erfarenhet och kompetens som intervjuats. Maktbalansen mellan mig och deltagarna var troligen mer jämn än om deltagarna varit klienter. Men det är alltid viktigt reflektera kring etiska ramar för att upprätthålla god forskningstradition.

På hemsidan www.codex.vr.se beskrivs hur människor inte ska utnyttjas eller kränkas i forskning. Fyra allmänna riktlinjer poängteras som alla har beaktats i föreliggande studie. Det första kallas för *öppenhetskravet* där deltagarna muntligt och skriftligt informeras om studiens syfte och tillvägagångssätt. Efter detta ska deltagarna få möjlighet att ge sitt muntliga och skriftliga medgivande till att delta i studien. Den andra riktlinjen är kravet om *självbestämmande*. Deltagarna ska delta av egen önskan och få information om att de kan välja att delta eller inte att delta och att de även kan avbryta sitt deltagande när som helst under studiens gång, utan att ange varför. Det tredje kravet handlar om *konfidentialitet*. Detta innebär en försäkran om att personuppgifter ska hanteras med största möjliga anonymitet. Det sista och fjärde kravet innebär *autonomi*. Det innefattar att uppgifterna som samlas in från informanterna endast ska användas till den föreliggande studien som de fått information om. Deras berättelser eller deltagande ska inte exploateras i kommersiella eller andra syften (ibid).

För att säkerställa ovanstående krav blev deltagarna informerade redan vid första kontakten om studiens etiska ramar. Vid intervjuerna beskrevs ramarna muntligt och skriftligt. I redovisningen av resultatet har jag avkodat deltagarna på långt det är möjligt. Informationen om dem är allmänt given för att inte deras integritet eller identitet ska röjas.

Val av analytiskt tillvägagångssätt

Enligt Kvale & Brinkman (2009) kan vara eklektisk och pragmatisk i val av analysmetod. Jag upplevde det förtjänstfullt och utvecklande att följa en metod som var så reflexiv. Det hjälpte

mig att börja analysera och sedan gå tillbaka till intervjuerna och läsa dem igen för att se att inget material förbigicks. Tillvägagångssättet måste dock redovisas metodiskt så att läsaren kan följa forskarens arbetsgång.

Som tolkningsredskap valdes kvalitativ innehållsanalys. Enligt Krippendorff (2004) används den ofta inom social forskning. Jag använde mig av Bengtssons (2016) beskrivning av arbetsgången. Efter att ha läst igenom alla intervjuerna flera gånger, identifierades *meningsbärande enheter* i intervjuerna. Dessa består av citat i intervjuerna och svarar upp mot syftet. De markerades med olika färgpennor. Viktiga ord i de meningsbärande enheterna utkristalliserades som *kategorier*. Dessa sammanfördes till olika *teman*. Nedan beskrivs arbetsgången från vänster till höger i kolumnerna.

Meningsbärande enheter (Utdrag från citaten)	Kategorier (Ord från citaten)	Tema (Sammanfogning av kategorier)
...samhället lägger grund för familjeterapeuters roll och förutsättningar. Strukturerna förändras över tid. Det påverkar parterapiarbetet....	Samhället Familjeterapeuters roll Strukturer Förutsättningar Förändras över tid Parterapiarbetet	Terapeutens strukturella ramar

Analysdiskussion

Enligt Bengtsson (2016) ska forskaren sedan tolka temana och jämföra dessa med tidigare forskning. I föreliggande studie lästes tidigare forskning och teorier parallellt med att datainsamlingen genomfördes. Detta empiriska förhållningssätt medförde att deltagarnas berättelser kontinuerligt kunde förstås och tolkas utifrån tidigare studier. Det kan dock uppstå svårigheter att hantera materialet om detta inte upplevs överensstämma med övrig kunskap inom ämnet. Den sexuella scriptteorin blev här hjälpsam. Den gav en övergripande struktur åt temana. Det upplevdes naturligt och följsamt med denna uppbyggnad. De tre olika scriptnivåerna: Kulturella script, interpersonella script samt intrapersonella script används som rubriker då resultat och analys redovisas.

Jag är psykodynamiskt skolad vilket gör att jag är förtrogen med analytisk tolkning som arbetsmetod. Det finns dock alltid en risk i den analytiska processen att tolkningen sker för instinktivt och för snabbt. Då finns risken att viktiga delar av berättelserna förbises. Därför lästes materialet om igen, även efter det att de meningsbärande enheterna hade markerats. Alla intervjuerna gav ett relevant material som svarade upp mot uppsatsens frågor. Informanterna berättade ingående, förklarande och utvecklande om sitt arbete och sitt terapeutiska förhållningssätt. En svårighet med intervjuerna var att undertecknad inte skulle bli för engagerad och lägga sig i samtalet för mycket. Deras berättelser var så givande så att jag fick anstränga mig för att fortsätta ha fokus på deras beskrivningar.

I resultatet gör jag en överskridande beskrivning och tolkning av intervjuerna. Jag visar ingen jämförelse mellan de olika terapeuterna. Om berättelserna hade motsagts i viktiga frågor hade detta redovisats men så var inte fallet. Hade det funnits mer tid för analys, skulle det ha varit spännande att göra en individuell bedömning av de olika citaten och studera dessa utifrån den specifika familjerådgivaren. Men istället gjorde en översiktlig analys av de olika citaten.

Informanterna hade fått frågorna i förväg. Det skulle kunna ses som ett styrande av deras berättelser. Det upplevdes dock som positivt att de hade kunnat reflektera och fundera över frågorna i god tid innan intervjun. Inte minst vad det gällde att komma ihåg och kunna berätta om patientfall som de hade lärt sig mycket av. Jag är välutbildad i sexologiska frågor och arbetar med detta varje dag. Det var viktigt att informanterna inte skulle känna sig hotade eller ifrågasatta av min kompetens. Jag påpekade därför både i första mailkontakten och i det fysiska mötet att jag var intresserad av att själv lära mig av deras berättelser och kunskaper. Detta upplevdes inte som ett hinder i mötet med deltagarna.

Resultatet kommer att redovisas med hjälp av Simon och Gagnons (1986) sexuella scriptteori. Den blir samtidigt ett analytiskt verktyg för att kunna svara på syftet. En kritik mot detta tillvägagångssätt skulle kunna vara risken för att resultatet *tvingas* in i de olika scriptnivåerna. Jag var dock medveten om detta. Det var hela tiden en möjlighet att kunna lägga till

ytterligare ett resultatkapitel med innehåll som inte riktigt skulle ha passat in i Simon och Gagnons (1986) teoretiska ram. Teorin omsluter dock alla möjliga mänskliga dimensioner, från de övergripande till de individuella perspektiven. Scriptteorin ska inte fragmentera mänskligt varande i olika fack. Alla nivåerna påverkar ständigt varandra och bildare en helhet. Sammanfattningsvis upplevdes aldrig detta tolkningsförfarande forcerat eller tillgjort. Istället gav det en struktur och stadga som var hjälpsam för att sortera i ett stort material.

Läsanvisningar till resultatkapitlen

För att underlätta läsningen av resultatdelen (kapitel 5–7) ges här läsanvisningar. Kapitel fem redogör för rubriken Kulturella script, kapitel sex redogör för Interpersonella script och kapitel sju redogör för intrapsykiska script. De tre scriptnivåerna ger en inramning för att strukturera resultatet.

I varje kapitel redovisas först resultatet för respektive scriptnivå. Viktiga inslag i de olika temana beskrivs med hjälp av citatutdrag från intervjuerna. För att de ska bli lättare att läsa citaten har de omarbetats. Fokus är inte på *hur* de berättat sina berättelser utan på *vad* de berättat. Därför har ord som upprepats många gånger, långa pauser och grymtningar eller suckar tagits bort. När det står...//...så betyder det att någon del i citatet har tagits bort för att det inte handlade om det aktuella temat. När det enbart står tre punkter (...) betyder det att informanten tog en längre paus. Jag har även lagt till kommatecken i citaten. Dessa underlättar för läsaren att läsa citat som är talspråk. De fem intervjuerna med de kliniskt verksamma terapeuterna markeras med A, B, C, D, E. Utbildaren kallas för Utbildaren. På detta sätt kan läsaren koppla samman olika uttalande med den specifika terapeuten. Jag har valt att inte redogöra deras personliga pronomina.

Varje kapitel består förutom resultatdelen av ytterligare två delar. Först *analys* där jämförs resultaten från föreliggande studie med tidigare forskning. Kapitlen avslutas sedan med *mina reflektioner* där jag gör en personlig reflekterande tolkning av resultatet och analysen.

Varje scriptnivå innehåller två teman. I Kulturella är temana: *Terapeuternas strukturella ramar* och *parens strukturella ramar*. Interpersonella script består av teman: *Parrelationer* och *terapeutens relationella förhållningssätt*. Intrapsykiska script består av teman: *Klienternas individuella förutsättningar* och *terapeutens resa*. Här nedan ges ett längre citat som ett smakprov hur beskrivande citaten kunde vara. I resultatkapitlen visas inte alltid så långa citat. Nedanstående citat har inslag av alla de tre scriptnivåerna.

D Jag har också ett par, ett frireligiöst par...//...det uppdagades att mannen tittat på porr, det blir en otroligt kraftfull reaktion. Hon nästa kräktes i rummet och det blir oerhört jobbigt. Där jag tror att jag hjälpte med min hållning, jag ramlar inte av stolen eller nockas inte av det här. Det var en sån kraft i det här paret, det var en sån vilja att hitta tillbaka till varandra...// Att se varandra, att krisen kan öppna nya dörrar. Det var som att öppna en ny dörr till en ny äng men dom ville erövra det ihop...Det var häftigt. Riktigt häftigt och kul och när jag avslutade...så hade det hänt jättemycket i relationen, från att ha varit total katastrof, till att dom kunde hitta lust. Att vara trygg i det att vi ska ha lust och kunna ta oss igenom detta tillsammans. Jag tänker också på det här paret med flera partners de var här ett par omgångar och kom tillbaka, där också båda skattade efteråt, att de mådde så väl och så bra...//...Det är också ett sätt att dela glädjen av att det gick vägen och att det gick bra för dom. Men jag känner också att i djupet av mitt hjärta, att det inte är dom spelregler som jag personligen skulle ha i mitt intima li, men jag kan verkligen känna en respekt för dom. Det

var två vuxna personer, och tillsammans sökte dom spelregler vad som är ok och vara respektfulla mot varandra...Det känns bra...

5. Kulturella script

De kulturella scripten handlar om de övergripande ramar lagar och institutioner som ingår i samhällets diskurser. Härifrån styrs lagar och inriktning för hur skola, vård, omsorg, sjukvård, familjerådgivning ska hantera olika fenomen. Alla medborgare i samhället omsluts av kulturella script. I detta tema finns två kategorier, terapeutens strukturella ramar och parens strukturella ramar. Orden strukturella ramar avser här de övergripande förutsättningar som terapeuten och paren måste förhålla sig till.

Terapeutens strukturella ramar

Det svenska samhället vilar på vissa värderingar som påverkar terapeuten och dess förhållningssätt till professionen, och synen på parrelationer och familjebildning. Diskurserna och ansatserna sprids via utbildningar, genom media och via nätet. Här lär sig människor hur livet ska levas. Detta förändras över tid. I ett postparadigmatiskt samhälle omkonstrueras förhållningssättet, åsikterna, värderingar i en ständigt pågående process. Samhället påverkar tydligt familjerådgivarnas roll och funktion. Det finns tankar och trender som bestämmer vad en god samhällsmedborgare är. I sin tur påverkar detta terapiarbetet och mötet med enskilda par och individer. Att ha utbildning för att kunna hantera samtalen är viktigt enligt terapeuterna.

- A ...samhället lägger grund för familjeterapeuters roll och förutsättningar. Strukturerna förändras över tid. Det påverkar parterapiarbetet.
- B ...Därför att det finns som en fråga i varenda söndagsbilaga i en kvällstidning och på nätsajter och diskussionsajter, så att det finns hela tiden föreställningar nån form av normalitet om intensitet och antal gånger i veckan eller månaden och det finns förföreställningar om hur det ska se ut...//...Jag tänker mig som parterapeut så tycker jag det ska ingå att man har någon form av utbildning kring sexologi...Jag tycker jag har haft jättestor nytta av min utbildning
- C ...så jag tänker det är så komplext och i allt detta ska människan göra sina val. Samhället har också sina förväntningar på det. Det ska bli fler samhällsmedborgare, det ska gynna KRAUTA, du ska gynna SEB banken och göra karriär, och vara lyckad, och lycklig samhällsmedborgare samtidigt...hur lätt är det, man kan ju bli lätt ödmjuk när man tänker på det...//...Ja sex och intimitet ska helst vara kärnfamilj...det är inte lätt att vara människa, samhällets värderingar, det är ju ett tryck i det...

Både terapeuterna och utbildaren anser att samhället ger auktoritet åt familjerådgivningens uppdrag. Det är ett kommunalt ansvar som styrs av lagar och förordningar. Dessa har i sin tur format utbildningar och riktlinjer för vad som krävs av en familjerådgivare. Det ger legitimitet åt yrket och terapeuterna beskriver en stolthet över detta. Känslan av stolthet byggs upp av flera års utbildning, fördjupning och erfarenhet.

- E Jag är så stolt för jag får jobba med detta. Inte bara för det är viktigt för mig, utan för samhället. Vi hjälper relationer och barn att må bra. Det är ett regeringsuppdrag att göra detta. Det är inget som jag bara kommit på. Det gör mig trygg att jag vet att jag får gå utbildningar i detta och lära mig vad som ...vad jag behöver veta.

Utbildaren beskriver vikten av att se sexualitet och relationer som en samhällsrörelse med ett historiskt perspektiv. Tidigare var äktenskapet och dess former i fokus. Idag blir sexualiteten det kitt som binder samman människor. Då sätts sexualitetens kvalitet o centrum. Det är utbildningens uppgift att bredda familjerådgivarnas syn på intimitet, lust och sexualitet.

Utbildaren Alltså det är en bredare del av en samhällsrörelse och en historia kring lust och sexualiteten. De är så viktiga i dag i relationer kanske jämfört med tidigare då var formen i äktenskapet...men just tidigt så tänkte jag att det ska vara min uppgift att faktiskt bredda bilden för familjerådgivarna lite...//...De allra flesta har tyckt att det är fascinerande, för de har känt igen det här, när vi sätter fingret på lust och intimitet och sexualiteten är så viktig idag för paren, varför det kittar samman, varför just sexualiteten är kvalitet i relationer idag, så tycker de allra flesta att det här är ju verkligen spännande och det här känner jag igen.

Dagens trender påverkar vår syn på både arbetsliv och familjeliv. Terapeuten måste känna till samhällets strömningar och trender. Utbildningen ska hjälpa terapeuterna att knyta samman olika strukturella teorier till den enskilda personen och familjen. Detta ger en fördjupad förståelse för parrelationen och dessa premisser utifrån vårt samhälle. Det måste hela tiden finnas en reflektion mellan de stora teorierna och pararbetet med specifika klienter. En av de terapeuter som läst utbildningen hade önskat en ännu starkare koppling mellan de stora teorierna och klinisk sexologi.

Utbildaren ...Mycket familjeforskning har skilt på arbetsliv och familjeliv, familjen är där man har känslor och intimitet. Jobbet är instrumentellt...//...men det är på jobbet vi pratar familj, det är här vi pratar barn, det är här man är ledsna och glada. Det är inte så instrumentellt...så därför har jag tyckt att den kursen är så himla rolig för man måste förhålla sig till den analytiska parnivån hela tiden. Så när jag pratar om de här stora trenderna så måste ja hela tiden trappa ned det till paret så det blir förankrat där på nåt sätt.

D Det som jag hade velat ha mer av var just klinisk sexologi. Vi läste ju jättemycket sociologi och det var oerhört intressant och kul och nyttigt och just det här att se på världen.

Terapeuterna önskade bredda definitionerna på både lust och intimitet. Lust sågs som något mer än sex. Alla terapeuterna nämnde ordet närhet när de talade om intimitet. Genom erfarenhet och utbildning följer de scripten om att dessa fenomen är viktiga för mötet i parrelationer. Lusten och intimiteten omfamnar flera dimensioner av människan. Det handlar om sex, längtan, önskningar och trygghet. Terapeuterna anser att känslaspekterna är centrala för närhet, intimitet och lust. det handlar om drift, längtan och begär.

B ...intimitet...tänker jag är nån form av känslomässigt möte i en relation...pratar vi intimitet om jag har besökare som nämner ordet intimitet så syftar de nästan uteslutande på sex...//...Det borde kanske handla om kroppslig och känslomässig o kanske andlig...ett möte där det är känslor inkopplade.

D ...jag tänker att intimitet är så stort. Det rymmer så mycket. Det tänker jag att paren beskriver också. De flesta lyfter det också från en mer sexuell ton på det så tycker jag att de flesta paren lyfter det till närhet, förtrolighet, att vara trygg i relationen att veta att det är du och jag på något sätt att kunna se varandra i olika roller.

C Ja hur definierar man lust, lust att vara nära. Intimitet...det kan vara allt ifrån ...kramar, vad är möjligt, eller att ta på varann eller att ha en önskan till...ambition av...allt ifrån psykologisk närhet, till upplevelsenärheten, till fysisk närhet...när är man intim med varandra? Det kan man ju vara på många sätt. Det är ju ett brett spektra, när är man nära? vad är upplevelsen av att vara nära...Lust att ha lust...begär kanske...önskan...aptit kanske. Nu är jag allt bra sugen på...

De lyfter att värderingar påverkar arbetet som påverkar hur de tänker kring vad som är viktigt i parrelationer. Genom intervjuerna visar terapeuterna tecken på ett pågående reflektionsarbete kring värderingar, åsikter och uppfattningar.

E ...även om vi möter många par där det inte fungerar så har jag genom åren förstått men också på alla utbildningar fattat vikten för sex och lust som tejen i parrelationer. Utan den intimiteten som finns där så kan människor lika väl ”bara vara kompisar. Å ja...det är väl en värdering som jag fått med mig när jag säger ordet bara...varför skulle det vara fel liksom...

Terapeuterna ser det som sitt ansvar att lyfta frågan om sexualitet och då är PLISSIT modellen bra för detta. Det hjälper dem att strukturera samtalen med klienterna. Terapeuten ska vara tillåtande, kunna lyssna men också ge råd och vägledning för paren. Flera klienter som söker familjerådgivningen förväntar sig att familjerådgivaren är en expert på relationer. I intervjuerna lyfts spänningsfältet mellan ett individualiserat samhälle men rena relationer, men där människor samtidigt söker experthjälp. För att hjälpa paren måste terapeuten kunna ha ett övergripande systemiskt perspektiv där klienternas olika nätverk adresseras.

A Jag återvände till PLISSIT modellen. Jobbet som familjerådgivare är ju jättesvårt. Det finns hur många områden som helst som du kan jobba inom.

C ...jag tar upp det så det var en grej jag fick lära mig på sexologiutbildningen. Ni ska ta ansvar för att lyfta frågan sen är det ju enligt PLISSIT modellen jobbar man ju mycket med tillåtande tillåtelse snackar man om då i rummet...

B ...jag använder mig av terapeutiska systemiska teorier för att möta människor där de är i de nätverk påverkan från olika system där de är.

E Det är ju intressant att vi säger att vi är postmoderna, du vet med rena relationer och allt det där...haha fria och kan göra som vi vill samtidigt som alla vill ha konkreta expertråd. Då får jag nästan panik ibland som att jag bär hela familjen på mina axlar.

Utbildaren reflekterar kring att framtidens utmaningar ligger i att inte helt förlita sig på nischade områden där en mottagning endast kan ta emot vissa typer av patienter. Istället ska varje mottagning och varje familjerådgivare kunna möta alla sorters människor.

Utbildaren ...jag tror ju att det blir en ökad mångfald av frågorna...i det här postmoderna så ställs det hela tiden nya krav och nya frågor som vi måste förhålla oss till...trenden går mot att vi blir mer och mer specialiserade men jag skulle önska att det går åt andra hållet. Trenden just nu är att vi nischer, ja du är sån, då får du gå dit...jag tänker att dom skulle vinna på att ha en bredare mer allmänmänsklig ansats...

Parens strukturella ramar

Denna kategori handlar om att de klienter som söker till familjerådgivningen alla påverkas av det samhälle de lever i. Enligt Simon och Gagnons teori skulle Sverige kallas för ett postparadigmatiskt samhälle. Här försöker olika synsätt samsas. Inom alla dessa olika synsätt finns dock angreppsperspektiv som kan beskrivas som paradigmatiska. I paradigmatiska samhällen följer majoriteten *en* sanning. Flera klienter som terapeuterna mött följer tydliga religiösa regler. Dessa kan vara hämmande för samtalet kring lust och intimitet. Men det kan även öppna upp samtalet. Det ställer krav på terapeuten att förstå dessa spelregler som paren lever med. Ålder och klasstillhörighet kan också spela roll för människors samtal kring lust och intimitet.

D ...sen har jag nog märkt att mina frireligiösa eller personer som säger att de har en frireligiös bakgrund, kan uppleva att det har varit lite bekymmersamt lite svårt...//...Ja...det är väl sen vissa par vill ju ha väldigt tydliga liksom vad ska vi säga spelregler...men jag hade ett par som också var ett frireligiöst par. Som kände sig lite hon kände sig väldigt hämmad hon bar på mycket skuld hon hade svårt att släppa kontrollen...

B ...tänker vi religion så kan det vara öppnande för samtalsämnet, men samtidigt kan det vara tabubelagt och lite slutet, så det blir förenklat att säga. Om jag märker om det är någon som är stark i sin tro att temat skulle bli tabubelagt, det kan lika gärna bli tvärtom men...//...jag kan märka skillnader i ålder jag kanske kan ha en ide om att man utifrån arbetarklass perspektiv skulle vara lite friare än i medelklassperspektiv, men det går inte att generalisera.

Individen påverkas av de olika system och nätverk som den ingår i. Här kan det finnas konflikter mellan olika system. Familj, religiösa institutioner eller skola. När människor söker familjerådgivningen så önskar de få hjälp med dessa diskongruenser mellan subsystemen.

E ...en del är ju jätterigida och har formats av nån sträng förälder eller kyrka eller nåt annat. Men de som kommer hit går det ju oftast prata med om det. hur de format sina åsikter och tankar om sex och sånt. För många blir det nog svårt när kyrkan, moskén eller familjen säger en sak och skolan säger något annat. Är sex fult eller fint, syndigt eller bra? Å vem fan ska bestämma vad folk ska tycka...haha inte jag i alla fall.

Både utbildaren och terapeuterna reflekterar de olika förhållningssätt som påverkar dagens relationer. I det postmoderna samhället blir sexualiteten och relationens kvaliteteter särskilt viktiga. I sociala medier och på nätdiskussioner formas berättar deltagarna för varandra hur relationer bör vara. Diskursen att sex alltid ska vara spännande lägger stor press på långvariga relationer, där den sexuella aktiviteten och intensiteten kan variera. Terapeuterna beskriver att det är vanligt att individerna i paren inte vill ha sex lika ofta. Detta hindrar dem även i deras närhet och intimitet.

Utbildaren: En av de mest centrala aspekterna är att förstå varför alla talar om sexualitet idag, och varför sexualiteten är så viktigt för parrelationen. Det säger Esther Perel efter fyrtio år som terapeut i USA: Den stora diskursen är att folk tror att man måste ha mycket sex, man måste ha äventyrligt sex, sex i långvariga relationer är skittråkigt, sexualboredom är liksom bottenappet, det måste vara kul hela tiden. Så att när sexualiteten inte fungerar så innebär det nästan per automatik att det blir skilsmässa...Tittar man på sexualiteten över livstid så är ju

sexuella aktiviteter låga, alltså i långa perioder har man lite sex och ibland mer det finns massa tusen förklaringar till det.

- E Det där med låg- och höglustare...att vilja olika ofta är ju så vanligt. Men det blir ett problem när paren har en massa föreställningar om hur det borde vara. Sen blir det inte bättre av alla sociala medier där vi jämför oss...Det blir som pseudosamhällen...falskt på något sätt. Sex verkar vara något som båda måste gilla lika mycket, annars är det något fel. Det blir ett stort hinder. För en del blir det så jobbigt så de inte orkar prata med varandra ens. Då blir det ingen närhet alls...

Hos de par som terapeuterna möter sker det en ständig förhandling om villkoren och ramarna för relationen. En terapeut menar att det västerländska samhället kan lära sig av andra kulturer som är mer konkreta och direkta i sitt förhandlande. Familjen bidrar till det övergripande kulturella scriptet som människor får med sig. I parförhållanden har parterna med sig olika script och traditioner från sina ursprungsfamiljer.

- C Det ser så olika ut, jag har varit med vissa invandrare som sagt: det här vill jag prata om det. Det här vill jag omförhandla om...//...så jag tänker det handlar nog om mer vilken kultur man har i familjen. Jag brukar uttrycka det så man behöver inte åka till andra sidan av världen för att möta andra kulturer man kan två helt olika ursvenska familjer...//...Människor måste ju omförhandla när två kulturer eller familjer möts eller slås ihop. Eller de får försöka omförhandla...o det kan ju vara ett roligt jobb att bilda. Eller skapa ett förhandlingsunderlag eller beslutsunderlag hur ska vi besluta hur vi ska ha det i den nya framtiden brukar jag prata om...

I denna förhandlingskultur ska olika delar av livet hanteras. Familjelivet liknas vid ett familjeföretag som ska hantera olika delar. Barnuppfostran, ekonomi och hushåll. Utöver det ska relationerna av vänskap, lust och intimitet hanteras.

- B ...alltså jag brukar tänka så här att det finns tre band som binder ihop ett par: där ett band handlar om ett gemensamt föräldraskap över barn, ett annat band handlar om aktiebolaget hus och hem. Vi driver nästan vår familj, vår relation som en firma. Det är en ekonomisk förening, vi ska bo i ett hus det ska städas och lagas mat, vi ska bjuda hem vänner förhoppningsvis nån gång och vi ska umgås med varandras släkter och alltså det är mer någon form av bolagsform som man bedriver. Sen finns det ett tredje band som handlar om känslor, det handlar ju inte bara om sex och lust och intimitet, utan om andra saker som vänskap och vårt sätt att mötas överhuvudtaget, det bygger mycket på det som skapar känslor.

Terapeuterna reflekterar kring dagens småbarnsfamiljer och den stress som de lever under. I reflektionen finns ett analyserande över hur familjerådgivaren kan hjälpa paret att nå varandra i samtalet. Terapeuterna ser det som deras ansvar att hjälpa stressade nutidsmänniskor att slappna av. Tidsbristen för dagens föräldrar är ett vanligt samtalsämne på familjerådgivningarna.

- C Dom som hinder som de upplever...jag menar mest träffar vi ju barnfamiljer. Jag tänker barn och den chokade familjesituationen som uppstår, det är ju att inte har tid för nånting annat. Många säger ju det, vi har inte tid att prata med varandra, för efter barnen lagt sig, så ska man plocka iordning allting. Sen är man ju bara jättetrött själv eller man vill bara lägga sig för återhämtning...så det

finns inga marginaler, det finns inte något överskott. Det försöker vi ju hjälpa folk med och vad är det för överskott och förväntningar som behövs för att uppnå detta...

Samtidigt som terapeuterna menar att yngre lever i en stressad tillvaro så tycker flera av dem också att den yngre generationen har lättare för att söka hjälp. Yngre generationer vågar också samtala om svåra och intima saker.

- A ...det är också mycket lättare för de här nya generationerna av människor som kommer till familjerådgivning.
- D ...så tror jag att yngre personer har lite lättare för att prata om det. Alltså jag har haft par som har varit väldigt öppenhjärtliga, där en part haft preferenser åt ett visst håll, där den andra inte har känt sig helt trygg med, fast relationen i sig har varit stabil så...men de har inte kunnat möta varandra i det. Men pratat oerhört öppenhjärtligt, där man har kunnat hjälpa och sätta spelregler hur långt får du gå och vad kan vi tillåta och vad är okej vad är jag trygg i och såna saker. Det är fler yngre personer som kan vara så specifika...

Här beskriver även terapeuterna hur de kan se vissa genusskillnader. Men de vill heller inte överdriva dessa skillnader. De tolkar inte detta med biologiska förklaringsmodeller utan använder sig av social konstruktivistiska modeller för att förstå olikheterna.

- C ...min personliga uppfattning att tjejer har lite lättare för att prata om det här rent generellt, för jag tror det är lite mer relationsinriktat för tjejer de förstår att det här är viktigt att prata om...det kanske inte är så självklart för männen. Du vet bra karl reder sig själv...sen blir det så viktigt att nej en bra karl reder sig inte alltid själv...ja det är rent generellt som jag tror att tjejer har lite mer lättare att prata om intimitet och lust...och relationer de har större förståelse för att det är så brett spektra...
- E Alltså kanske kan man se att...kvinnor pratar mer relation och killarna mer rakt på. Men jag vet inte om det är sant...jag kanske bara ser det när det är så. Men det kanske inte alltid är så. Det har ju inte med biologi att göra. Människor uppfostras och lär sig vad som är okej att säga eller göra. Du vet det där med fina flickor och pojkar får pillar på snoppen. Det är ju bara för att omgivningen visat hur det ska vara.

Analys av kulturella script

Resultatet visar att både terapeuter och klienter måste förhålla sig till strukturella ramar. Här finns flera olika synsätt som ska ingå i ett mångkulturellt postparadigmatiskt samhälle. Klienterna söker för att få hjälp med frågor som rör intimitet och lust. Så både terapeuter och klienter anser att detta är viktigt för parrelationens mående. Simon och Gagnon (1986) menar att samhället formar institutioner som påverkar vår syn på lust och intimitet. Terapeuterna i studien känner en stolthet i att det svenska samhället ger dem auktoritet att arbeta med dessa frågor. Terapeuterna kan se att kvinnor ibland kan ha lättare för att tala om lust och intimitet. Men tror att detta beror på inläring, föreställningar och förväntningar om hur vi ska bete oss. Terapeuterna beskriver att de ser det som sin uppgift att hjälpa par att förhandla kring parrelationen. Det kan hjälpa människor att kommunicera bättre och då lyssnar de mer till varandras behov. Breznsnyk och Wishman (2010) menar att sexuell tillfredsställelse går att koppla till jämställdheten och maktbalansen hos ett par. Foucault (2002) har hanterat

samhällets påverkan på sexualitet och makt och relationen dem emellan. Samhället socialiserar oss in i tankemönster som styr våra handlingar. Vi socialiserar varandra och lär varandra hur det ska gå till (ibid). Terapeuterna beskriver hur detta går till på nätsajter och på olika hemsidor. Här finns en motsägelse i att vi ska vara fria och öppna men samtidigt söker mer expertråd om hur sexet ska fungera. I det postmoderna samhället tillskrivs sexualitetens och dess domäner en särskild kvalitet. Giddens (1992) menar att kärleksrelationer idag kräver ständig förhandling. Individerna söker hela tiden efter en bättre tillvaro, ett bättre sätt att leva på. Vi tvingas ständigt reflektera och utvärdera oss själva. Bauman (2000) skriver att samhället tidigare hade fler tydliga gränser vad gäller olika former av relationer. Idag är dessa mer flytande. Då måste vi ta ansvar för alla valen vi gör. Då söker vi också nya nätverk för att få stöd och kunna spegla oss mot någon. Wellman (2001) kallar det för att idag interagerar individer med andra individer. Perel (2006) skriver att relationer tidigare knöts samman av andra strukturer. Idag hyllar vi njutningen och den ska manifesteras i våra kroppar och möjliggöras i våra sexuella relationer. Perel menar att vi tror att det gör oss fria, men kanske bara mer ensamma. Hon reflekterar kring att vi lever med föreställningen om att sexet måste vara passionerat eller intensivt, annars är det något som är fel. Samtidigt menar hon att den sexuella glöden alltid kommer variera i långvariga relationer. Utbildaren har märkt dessa reflektioner hos familjerådgivarna på sexologikursen.

Terapeuterna beskriver hur det kan uppstå diskongruens mellan olika script som människor får med sig. Det kan till exempel gälla när skolan undervisar på annat sätt än kyrkan. Skillnader i scripten kan även formars av klasstillhörighet. Det kan också handla om köns eller genustillhörighet. Terapeuterna försöker förstå människors livsvillkor och nätverk genom olika systemiska teorier. Terapeuterna bedriver sin verksamhet i spänningsfältet mellan det flytande, postmoderna och sökandet efter någon att spegla sig i. Klienterna som söker, förväntar sig att möta en expert på frågor om lust och intimitet. Paret beskriver också en stressad situation där många olika delar ska samsas. Barn, hushåll och arbetsliv. Basson (2000) menar att kvinnor fått stå tillbaka när det gäller forskningen kring lust. Hon försöker bredda synen på lust och intimitet (ibid). Det visar på en liknande syn med terapeuterna i föreliggande studie. De breddar definitionerna av lust och intimitet att handla om mer än sex. De handlar om längtan efter något. Det handlar om känslomässiga möten. Känslorna spelar en stor roll för parrelationens kvalitet. Giddens (2002) påpekar att när inte de juridiska och ekonomiska äktenskapliga banden är i centrum längre, blir istället parrelationens kvalitet och känslorna det centrala. Terapeuterna menar att deras klienter brottas mycket med tidsbrist inte minst i relation till småbarnsåren. Det kräver ett stort engagemang att få ihop alla delarna i familjeprojektet. Duarte (2003) menar att redan när par ska börja leva tillsammans startar en omorganisering för deras liv. Det kräver en god förhandlingsförmåga mellan paret för att de ska kunna samarbeta och motarbeta konflikter.

Det har påtalats att psykoterapeuter behöver känna sig bekväma i samtalet om sexualitet. För att detta ska ske krävs utbildning (Jablonski 2010). I föreliggande studie understryker alla terapeuterna vikten av utbildning inom sexologiska frågor och metoder. Utbildaren såg det som sitt ansvar att hjälpa familjerådgivarna med detta. En av terapeuterna eftersöker en fördjupad koppling mellan övergripande sociologiska teorier och den kliniska sexologin. Löfgren-Mårtensson (2012) poängterar just att sexologi är ett tvärvetenskapligt ämne. Kahr (2009) skriver att terapeuter behöver fördjupade kunskaper för att kunna arbeta med sexologiska frågor i parterapi. Som enskild metod använde sig alla terapeuterna av PLISSIT-modellen. Den hjälpte terapeuterna att känna att de fick mandat att samtala om intimitet och lust. Annon (1976) skapade modellen just för att rådgivare skulle kunna anpassa kunskapsnivån och terapin till de som de mötte.

Mina reflektioner

Det finns vissa strömningar, inriktningar eller diskurser som är givna i varje tid. Individer och grupper kommer alltid utmana dessa. Men dessa provokationer kommer alltid ses gentemot den vanligast förekommande trenden. Det kan då uppstå diskongruens som kan leda till att samhället förändras. Det är viktigt att terapeuterna är medvetna om samhällets riktningar för att kunna möta klienter. I det postparadigmatiska samhället får flera olika sanningar samsas. Terapeuterna behöver ha insikt i de stora penseldragen som samhället följer, men även vara öppen för olika syner på relationer som finns i vår kultur. I bondesamhället rådfrågades och förfogade föräldrarna över nästa generations livsval. Idag är individen fri att göra egna val, men har samtidigt få konkreta ramar att följa. Kanske är priset för det självständiga individualiserade samhället en ensamhet. I denna vilshenhet har internet vuxit fram som en interaktiv instruktionsbok. Tidigare skedde det med människor vi kände. Idag kan det ske anonymt på nätet med människor från hela världen. Terapeuterna behöver ha kunskap om nätsocialisering som pågår på hemsidor, bloggar och sajter. Människor verkar dessutom ha en önskan att söka experthjälp och rådgivning kring lust och intimitet. Idag vänder människor sig utöver internet till experter för att utforska sina handlingsalternativ. Men det är ändå individen som måste ta ansvar för sina egna beslut. Kanske bidrar detta till existentiell ångest med psykisk ohälsa som följd? Terapeuterna behöver ha en förförståelse kring de olika förhållanden, script, traditioner och livsvillkor som deras klienter lever med. Denna förförståelse innebär inte alltid faktisk kunskap och expertis utan en inkännande och öppen relation till människors situationer.

6. Interpersonella script

Detta handlar om mellanmännsliga relationer. Temat har två kategorier, parrelationen och terapeutens relationella förhållningssätt.

Parrelationen

De flesta klienter som söker familjerådgivningen vill tala om parrelationen och tvåsamhet. Men terapeuterna möter flera klienter som beskriver relationer som inte följer bilden av den traditionella kärnfamiljen. Här återkommer ordet förhandling om hur relationen ska se ut. Förhandlingen sker i den kommunikation som paret har med varandra. Det handlar om krav och förväntningar från de olika parterna. Personerna i en parrelation har olika script kring hur viktig intimitet och lust är. Det blir därför viktigt att finna vägar för paret att nå varandra i en överenskommelse. Det blir här viktigt med spelregler och förhandling. Flera familjerådgivare vittnar om hur svek, otrohet eller andra konflikter kan förstöra för relationen.

Gränsöverskridningar ger konflikter med brusten intimitet och möjlighet till lust som följd.

- B ...dom allra flesta paren jag möter har en ide om att i den mån sexualitet ska utövas med nån annan än sig själv, så ska det göras i denna parrelationen. Förmågan att känna sexuell lust förväntas man rikta till den andre. Det finns de som har andra överenskommelser men då är det upp till dom men dom allra flesta jag möter tänker så.
- C ...O har man förhandlat kan man pröva sig fram och sen kan man omförhandla...även det här med intimitet för vi förhandlar i så många andra områden. Lön eller arbetsvillkor etcetera...
- D Jag haft ett antal par med trekanter...när en part på något sätt går lite över gränsen, alltså blir mer personlig eller mer kamratligt...så blir katastrofen lika stor som när det är par som lever som par i tvåsamhet. Katastrofen blir lika stor,

men hur man hanterat sveket, det är ju så otroligt olika beroende på personen. För en och samma företeelse på nåt sätt kan få så otroligt olika följdverkningar beroende på vem personen är men att vi fortfarande i dessa tider är så känsliga för det här med svek i en relation, otrolig känsla. Och sveket kan ju ta sig det kan ju ta sig olika uttryck. Det kan vara svek på sociala medier att man haft kontakter där. Till exempel det kan ju vara att man har upptäckt en otrohet eller du verkar mer intresserad av någon annan än mig...då går alltså det gör människor så illa...så att bli sviken att bli åsidosatt på något sätt, är bland det tuffaste som kan hända i en relation.

En vanlig reflektion hos terapeuterna var de svårigheter som följer att parterna i ett par vill olika saker. När det gäller lust talar de ofta om höglustare och låglustare. Klienterna söker upp familjerådgivningen när det är smärtsamt i relationen.

D ...o just den här obalansen, höglustare och låglustare, att det ställs på sin spets att en önskar och längtar efter mer av intimitet. Så hittar man inte varandra i det. Det kan äventyra hela relationer. Därför att man inte hittar någon balans i det ...

A När man inte kan lösa sin konflikt då har man ont och då kommer man till familjerådgivningen, så då är det ju den största gruppen är ju den här att dom vet ju inte om de klarar alltså ...de vet inte om de klarar om de kan reda ut det här. Då kan ju nån vara mer eller mindre på väg mot skilsmässa...//...Det alltså det tornar upp sig då så man har väldigt ont.

Terapeutens relationella förhållningssätt

Här handlar det om hur terapeuten påverkas av olika mellanmänskliga relationer. Alla terapeuterna nämner att det är viktigt att de har stöd från organisationen och kollegiet att samtala om lust och intimitet.Handledning och samtal med kollegor hjälper dem att reflektera kring hur de kan komma vidare med klientärenden. Terapeuterna känner en professionell trygghet i arbetsgemenskapen.

C ...så jag tänker träningssak organisationssak, att vara trygg både med sig själv och i organisationen det är inte bara tillåtande utan det är normativt att det här gör vi här....

A Stöd och handledning och fortbildning...handledning från kollegor och sin handledare om det är ett speciellt ärende som man tar upp. Men sen också när man själv går utbildning eller ens kollegor så kommer ju de här frågorna upp. Hur brukar du göra och man diskuterar olika erfarenheter.

E Kompisarna här på jobbet är ju enormt viktiga för att jag ska orka med detta. vi tycker ju inte lika om allt. Men...vi kan prata om det. Det speglar ju av sig i min relation till mina klienter. Ja till mina jobbkompisar också. Allt hör ju ihop liksom ...

Kategorin terapeutens relationella förhållningssätt handlar även om hur terapeuten hanterat parrelationer. För att kunna hjälpa par med intimitet och lust måste terapeuterna fått mandat från klienter att arbeta med frågorna. Ibland använder sig klienter av andra ord när de vill samtala om intimitet. Alla terapeuterna beskriver att om detta mandat inte ges, är det omöjligt att prata om det. Samtidigt ser de det som sin uppgift att öppna upp samtalet om lust och intimitet. De tror alla att intimitet och lust är viktiga ingredienser för att parrelationer ska må bra. Samtidigt kräver terapeutrollen att de klarar av att känna av när de ska backa eller våga gå

framåt i samtalet. Obalanserna i relationen blir hjälpta av att terapeuterna kan bistå paren att underlätta deras kommunikation. Annars blir det lätt missförstånd mellan paret.

A ...man måste känna att man har ett sånt mandat och man måste känna, om man inte har det mandatet, så får man backa och så får man förklara sig...//...terapeuten måste vara inkännande. Annars missar man det viktiga och kan jobba med något annat. Det kräver mycket av terapeuten.

D När uppdraget är att en önskar mer av intimitet än vad den andre, så brukar jag kartlägga vad det står för eller hur det ser ut för den ena eller hur det ser ut för den andre men många gånger känner jag att dom signalerna eller det sättet som dom kommunicerar med varandra blir ju kontraproduktivt, så de möts ju inte i det. Å många gånger tycker jag att det är hjälpsamt om man gör upp spelregler för hur kan vi mötas.

C Jag jobbade med ett par en gång...Det var ganska svårt i relationen. Hon sa till mannen; "Du vill väl bara ha sex, du ska bara." Men så kom tårarna på den äldre mannen: "Men jag önskade bara att jag kunde få smeka dig på kinden."

Terapeuten måste hantera olika berättelser. Det är viktigt för terapeuterna att kunna få människor att förstå att relationer inte följer mallar. Förhållanden, förväntningar och relationer ser olika ut. Terapeuten ansvarar för att skapa en stämning i rummet för känsliga samtal. Det är mer laddat och jobbigt att samtala om frågor kring sex än om frågor som har med hushållsarbete att göra. Det är utlämnande och blottläggande att tala om sex. Terapeuterna anser att det är deras ansvar att kunna hjälpa par med de svåra intima frågorna.

C Att hjälpa folk kring det att "Jaha kan det se så olika ut." Å säga att detta är olika, det måste vara ok för de som vill prata om det och för de flesta är det det. O kan vi inte hjälpa folk med det då går vi ju miste om nånting. Det är ju som att vara bilmekaniker och säga att nej tyvärr, vi byter inte avgasrör här.

B ...För det första så handlar det om att skapa en atmosfär av trygghet i rummet, alltså det är en stämning som behöver skapas. Den behöver skapas oavsett om temat ska va sex eller något annat, det är bara det att det är lite mer laddat när det handlar om sex...//...Det måste finnas nån form av tillit, för pratar man om sexualitet så upplever många att man blottlägger sig ganska mycket i förhållandet. Om man jämför till att sitta och förhandla om vem som ska gå ut med soppåsen. Det blir ofarliga saker i samtal, men här blir det alltid någon form av självutlämnande och ett självutlämnande både av sig själv och partnern.

Terapeutens tekniker och strategier möjliggör för paren att hitta tillbaka till närheten. Det kan stärka kommunikationen och relationen. Terapeuterna beskriver vikten av att parterna i en relation känner sig sedda av varandra. I samtalet om spelreglerna hjälper terapeuterna paren att vara konkreta. Tydligheten ger en ram som kan förbättra kommunikationen för paret. Återigen tar en terapeut upp vikten av tydlighet just när det gäller att parterna i paret vill ha olika mycket grad av intimitet. Det blir då viktigt att hjälpa paren att tolka varandras signaler och budskap. I citatet nedan anspelar ordet "vi" på paret.

D ...Å många gånger tycker jag att det är hjälpsamt om man gör upp spelregler för hur kan vi mötas. Jag blir väldigt konkret då. Är det ok med en kram? Är det ok med en puss? Vad kan vi göra när vi ser varandra? Är det ok att ligga sked i sängen? Att bli väldigt tydlig för att få den trygga ramen...ofta så är det också att man på grund av dålig kommunikation, vi tankeläser och lägger in en massa

vad min partner vill. O då tror jag att jag kan bidra till att vi faktiskt pratar om det och då kan det ju bli så: ”Jaha men jag trodde alltid du ville att vi skulle ligga med varandra.” ”Nej jag vill bara hålla om dej, jag vill bara vara nära dig:”

Terapeuten behöver vara relationellt inkännande till parens mående för att vara specifik för varje enskilt par. De kan identifiera olika fallgropar som terapeuten kan hamna i. Antingen att inte alls möjliggöra för samtalet om intimitet och lust. Eller så kan det handla om att gå för fort fram. I båda dessa scenarier förbiser terapeuten det specifika paret. Fallgroparna kan också vara att bli för normativ eller tillåtande för båda i paret. Det är viktigt att uppdraget är tydligt. Terapeuterna berättar fallbeskrivningar som beskriver råd, tips och knep för att känslomässigt nå paren. Det kan handla om att hjälpa båda parterna i rummet komma till tals. Det handlar också om att vara konkret och tydlig. Det kan också handla om att ta pauser i samtalet. En terapeut beskriver hur det har varit behjälpligt för samtalen om lust att ha viss litteratur i väntrummet. Detta har öppnat upp för samtalet.

Förmågan att vara inkännande handlar också om att vara modig nog att inte alltid ge människor alla svar. Denna flexibilitet innebär att de inte kan använda sig av samma metod till alla par. Terapeuten måste vara bekväm i sitt terapeutiska förhållningssätt. Då kan den hjälpa paren att förhandla om relationen. Det kan även handla om förhandling kring hur mycket tid av terapin som ska ägnas åt just dessa frågor.

B Den ena fallgropen tror jag är att man inte pratar...den andra fallgropen kan jag tänka mig är att man pratar väldigt mycket men man pratar inte på sina besökares villkor...när det gäller sexualitet så behöver man utveckla sitt inkännande i, hur långt kan jag gå med dessa nu, och var är jag bekväm, och vad blir viktigt för dom...//...men oftast så har vi ju två personer i rummet och där tänker jag att det är jätteviktigt att vi låter bådas beskrivning få plats i rummet. Så att man inte blir för snabb med att någon definierar någon typ av problem och den andre inte får hänga med i beskrivningen utifrån var befinner jag mig i detta här. Men jag fokuserar hellre på mötet. Det handlar ju om att externalisera olusten, så att den inte får vara begränsande...//...Ja då får man vara lite styrande i samtalet och se till att intervjua den andre också så långt den är bekväm att prata om det...det blir annars att bara den ena får en beskrivning utifrån problemet, och sen så blir den andres känslor inte riktigt upp till ytan.

C Det är rätt vanligt, att ett i paret var mer höglust och den andre mer låglust. Där vi faktiskt bara genom att prata om det, vad är IVF för dom? Alltså intensitet, variation och frekvens. Det ser olika ut...bara det med initiativet. Hur ska vi kunna få lite mer balans i det här. En metod jag använder eller ett knep: Om du får bestämma fullt ut, nu får du ju inte göra det, men vad skulle lite mer balans vara? De genomförde ju i princip regelmässiga förhandlingar om jämna veckor och ojämna veckor var en sån grej. Sen pausade vi, du vet pauser är bra...så hittade dom Ottar i väntrummet. Oj vilja bilder! Så sa jag: ”Ta med er lite, det här är ju inspiration.”...o sen fick dom med sig litteratur...lust att ha lust...så fick dom ännu mer inspiration, sen behövde dom inte mer hjälp...//...det är väl en fallgrop att inte vara normativ att vara tillåtande att det är ok för båda i rummet. Hur mycket tid ska vi lägga på det här? Ska vi lägga en halvtimme, en timme, ska vi ha en gång till eller när vet vi att vi har pratat klart om frågan...det är väl det viktigaste tycker jag uppdraget, uppdraget, uppdraget...

Terapeuten tar ansvar för att lyfta olika frågor som är viktiga för klienter som söker familjerådgivning. Terapeuterna resonerar kring att det inte bara handlar om att ge råd. De

måste kunna ge det råd som verkligen är hjälpsamt för paret. Råden ska vara anpassade till klienterna. Terapeuten kan ge paret förståelse för sig själva och varandra.

E ...Jag säger alltid i början. Här möter jag ofta de här problemen...blabla, du vet ekonomi, städbråk, sexbråk och barntjafs. Då är det sagt. Sen vet de som kommer att detta kan vi prata om här...Det är ju att avdramatisera...Fastän det ju är det mest känsliga och laddade hos deras relation. Mycket mer exakta råd har jag nog inte. Jag försöker följa paret dit dom går.

B Och jag tänker att det är bara olika ingångar, så jag tänker inte att det är mina råd så mycket. Det kan väl jag nåstans ge folk, lite råd och men då måste jag ju någonstans veta vilket råd behöver dom, för det går ju inte skicka kleti och pleti till lustshopar o gå och handla, utan det får man ju göra o tänka vad sitter var och en med för tändningsmönster vad är det vad är det som väcker attraktionen vad förhöjer min lust och här...//...men det blir svårt att generalisera för mycket...i dom här råden utan de här råden måste vara individuella. Och jag måste skapa en förståelse för mig själv och för partnern så jag kan nästan innan jag ger dom några råd, fråga vilka råd de vill ha...Ja men för annars kommer det inte till att fungera. det är ju inte som att man kan läsa kvällstidningsspalter med tio tips ungefär...utan jag måste veta vilka tio tips behöver denna personen...

Analys av interpersonella script

Enligt Simon och Gagnon (1986) mDe interpersonella scripten handlar om mellanmänskliga relationer. För majoriteten av de som söker familjerådgivningen vill samtala om tvåsamheten. Men terapeuterna har mött personer som vill tala om andra former av överenskommelser. Rubin (1984) beskriver olika sexuella praktiker från ett hierarkiskt perspektiv, där vissa handlingar anses mer socialt accepterade än andra. Sex bortom parsamheten är enligt Rubin en gärning som nedvärderas och som därför osynliggörs (ibid). Kahr (2009) poängterar att terapeuten måste bearbeta sina egna förutfattade meningar. Annars kommer relationen till klienterna påverkas negativt. För att undgå detta beskriver terapeuterna att deras kollegiala relationer tillsammans med utbildning och handledning hjälper dem att vara öppna, flexibla och icke dömande mot klienter. Dessa relationer ger en professionell trygghet. Johnson och Talitman (1997) visade att den terapeutiska alliansen var särskilt viktig för framgång vid parterapi. Det kräver att terapeuten har kunskap, insikt och är följsam. Med hjälp av detta kan även par med tillitsproblem finna förtroende för sin terapeut och till terapin (ibid). Terapeuterna instämmer i att tillitsproblem är ett hinder för intimitet och lust. Ötrohet eller svek kan ge stor påverkan på relationen. Johnson (2012) har forskat kring parrelationer utifrån anknytningsteori. Johnson menar att närheten till en partner kan störas då vi känner oss rädda eller utsatta, då känner vi oss sårbara (ibid). Terapeuterna förstår värdet av att i dessa situationer få en god arbetsallians för att öka parets trygghet. Det stämmer med vad Johnson och Talitman (1997) forskning visat. Terapeuterna menar också att det är extra viktigt att ha en god arbetsallians just när det handlar om sexualitet. Dessa samtal är så sårbara och känsliga. Paret utlämnar varandra och sig själva. Då kräver det att terapeuten klarar av att vara trygg och inkännande. Target (2007) reflekterar kring att idag läggs stort fokus på kvaliteten i arbetsalliansen. Target diskuterar om detta gör att sexualiteten blir svår att samtal om eftersom det inte längre är så neutralt avstånd mellan terapeut och klient. Terapeuterna i föreliggande studie ser det dock som sitt uppdrag och ansvar att våga lyfta frågor om intimitet och lust.

Terapeuterna menar att de måste vara inkännande och kunna läsa av det specifika paret de möter. Erixon (2014) beskriver vikten av att terapeuten får träna sig i att vara inkännande.

Terapeuterna menade att inkännandet handlade om att känna av vilket mandat klienterna ger dem att samtal om privata och intima ämnen. Klienter kan ibland använda andra ord än just intimitet eller lust. Detta överensstämmer med Young, Negash och Long (2009) som menar att klienter kan söka för sexuella besvär men använder sig av metaforer för att tala om det svåra och intima. Detta är ytterligare en anledning till varför terapeuten måste vara inkännande. Att den förstår när klienter använder sig av metaforer. Författarna beskriver hur systemiska teorier kan hjälpa par att få känna trygghet i relationens gränser (ibid). Terapeuterna beskriver flera gånger hur det är viktigt att hjälpa par med spelreglerna för relationen. Här påtalas värdet av förhandling i en relation. De såg det som sin uppgift att hjälpa klienterna att förhandla och kunna kommunicera sina behov. Giddens (1992) resonerar liknande när han menar att kommunikation och förhandling blir särskilt viktigt i dagens relationer. Vi följer inte längre traditionella löften och band för relationer och äktenskap. Istället sker en kontinuerlig reflekterande process. Istället för släktband och juridiska överenskommelser blir den känslomässiga kvaliteten avgörande (ibid).

Terapeuterna menar även som Kahr (2009) att beskriver hur paren tillskriver intimitet och lust en stor del av deras relationer. Däremot finns det ofta olikheter inom paret i synsätt och föreställningar hur balansen ska se ut. De beskriver det som att en är *höglustare* och en är *lågglustare*. Det blir viktigt att terapeuterna kan förmedla Perels (2006) erfarenheter om långvariga relationer. De pendlar mellan trygghet och passion. Därför är det viktigt att terapeuten kan hjälpa paren att hantera frågor som lust och intimitet så att de lättare kan kommunicera. På detta sätt kan missförstånd minimeras. Tiefer (2004) har kritiserat rådande diagnossystem för låg lust. Hon ställer frågor om vem som ska ha tolkningsföreträde för att bestämma vad som är låglust och vad som är höglust. Tolkningsramen är strikt biologisk och medicinsk. Tiefer menar istället lustfrågor ska bemötas med nya paradigmer som ökar intimitet och kommunikation mellan människor (Tiefer 2004). Fungerande kommunikation ses av Basson (2000) som en nödvändighet för att må bra sexuellt. Brezsnjak och Wishman (2010) visade att den sexuella tillfredsställelsen var högre hos par som var jämställda.

Mina reflektioner

Uppenbarligen känner klienterna förtroende för att samtala med familjerådgivarna om lust och intimitet. Familjerådgivarna berättar om tips och knep för att nå paren. Men det viktigaste verkar vara att de är inkännande. Jag kallar detta för *terapeutisk intelligens*. Att ha förmågan att skapa förtroende hos paren. Kanske blir detta särskilt viktigt i samtalet om det mest känsliga. Paren blottar sig för varandra och söker hjälp från terapeuten. Det är min åsikt att mallar eller checklistor aldrig kan ersätta inkännande kompetens. De skulle missa målet och inte behandla varje specifik klient utifrån den situation som den befinner sig i. För att skapa intimitet och lust krävs närvaro, följsamhet och öppenhet. Terapeuterna i studien har förstått det. För att uppnå detta är stödet från kollegor en viktig del i deras interpersonella script. Här formas en atmosfär och trygghet som kan överföras till det terapeutiska mötet med klienter.

Parens interpersonella script handlar om kommunikation. För att detta ska äga rum krävs ett möte, att personerna känner sig sedda och bekräftade. Då vågar de bli utmanade av både partnern och terapeuten. En förbättrad kommunikation kan möjliggöra det känslomässiga mötet mellan parterna. Detta lägger grunden för intimitet och lust. I syftet valde jag att använda ordet kärleksrelation och inte parrelation. Det är dock tvåsamheten som oftast adresseras i intervjuerna. Men inte alltid. För att det ska ske överenskommelser som alla parter mår bra måste terapeuten vara behjälplig med förhandlingen om hur relationen ska se ut. Återigen blir det väsentligt att terapeuten är inkännande och specifik i sitt bemötande av just de klienter de möter. Jag kallar det för *obalans i lusten* när personer i långvariga relationer

ofta beskriver att de inte önskar ha sex lika ofta som partnern. Det är då lätt att parterna hamnar i skuldbeläggande och anklagande positioner. I sexualiteten, lusten och intimiteten är vi känslomässigt nakna. Terapeuterna visar hur de kan hjälpa klienterna att mötas i dessa känsliga situationer. Genom arbetet med jämställda relationer där paret kommunicerar bättre kan paret bli mer tillfredsställda. De kan hjälpa dem att hitta sin lustbalans i parrelationen. Här kan Foucaults (2002) teorier om hur sexualitet och makt ständigt konstrueras i våra relationer användas. Men terapeuterna eftersöker ännu mer fördjupande utbildningar som sammankopplar de sociologiska teorierna med den kliniska sexologin. De tycker att det skulle vara behjälpligt i mötet med klienter.

Jag tror att terapeutens inkännande relationella script blir särskilt viktigt med tanke på dagens människor som ständigt reflekterar och förhandlar kring relationen. Klienter söker en terapeut som kan följa med dem i deras frågor, men som samtidigt är trygg och kunnig. För att detta ska uppnås krävs att terapeuten i sin tur är delaktig i en professionell reflekterande gemenskap. Arbetsplatsens öppenhet och goda atmosfär kan överföras till paret. Det handlar inte om flathet utan med en varm attityd kunna förmedla gränser och ramar. På detta sätt hjälper terapeuterna paret att överbrygga missförstånd.

7. Intrapsykiska script

Här finns det två kategorier, klienternas individuella förutsättningar och terapeutens individuella resa. Här handlar det om de inre egenskaper, erfarenheter och kvaliteter som den enskilde individen måste hantera.

Klienternas individuella förutsättningar

Terapeuterna beskriver hur varje enskild klient har egna inre önskningar, viljor och fantasier. Individernas förhållningssätt till lust och intimitet påverkas av erfarenheter och minnen. Det blir därför viktigt att se varje person som en egen berättelse. Terapeuterna beskriver det som en utmaning att möta och se individen i paret. Om individen förbises, förbises lusten och intimiteten. Den enskilde personen måste få hjälp att hitta sina gränser. När någon i ett par är sjuk i till exempel en depression kan det krävas att den personen får behandla det först, innan den kan prata om parrelationen. Om en av individerna blir förbisedd så känner terapeuten att den misslyckats med sitt uppdrag.

E ...Du vet varje människa är ett eget liv. En berättelse. Folk har ju all möjlig skit i bagaget. Det stör ju också intimiteten. Kroppen minns hemsigheterna...Jag måste ju se allt det där. Hjälpa personerna att mötas och våga lyssna på den andres berättelse. Sen hur personen ser på sig själv, sin kropp och självkänsla är ju otroligt viktigt för hur den ska må i lusten...om jag tycker jag är äcklig så lär jag ju inte vilja ligga...det måste jag ju se då och hjälpa paret med, annars har jag totalt havererat...sociofimer ser ibland...eller jag...ser ibland bara till relationer. O allt är ju relation. men vi har ju också en biologi och vi får inte glömma att en person kan må...må mycket dåligt inombords. Trots bra nätverk. De ska ju inte bli lämnade i det. då blir dom ju ensamma fastän de är ihop med nån....

B ...att få hitta sin egen lust på insidan. Vad kan väcka lusten inom mig vad är det som ger stimulans och vad kan jag göra och vad kan min partner göra och så vidare...o bli bekväm för det handlar ju både om möjligheter och gränser...

D ...och har jag en diagnos eller en kronisk sjukdom så påverkar det såklart intimiteten...//...även de med sjukdom och...cancersjukdom där kroppen inte längre är min kropp...//...Sen tänker jag ju också på med de som jag möter med depressioner, har hänt flera gånger att jag har skickat hem eller sagt till en part att du måste få behandling själv först, för det är inte rimligt att vi ska kunna prata om alla dessa sakerna här om vi inte står på samma plan, eller att vi har rimliga förutsättningar att kunna möta detta och prata om det.

Om den enskilde individen inte blir sedd så blir resultatet att personerna känner sig ännu mer ensamma och då blir distansen till partnern större. Den enskilde personen med en specifik sjukdom kan också bli väldigt ensam med sina frågor om lust och intimitet när sjukvården inte kan bemöta dem.

C ...jag tänker på en besökare som hade en allvarlig sjukdom och vi pratade närhet intimitet. Sen skulle hon träffa sjukvården, och jag sa att det är nog jättebra om du pratar om detta och frågar om detta. O hon ställer frågan som patient, hon ska ju inte ens behöva ställa frågan för det första tänker jag, utan det ska ju ingå som en del av konceptet. Och då hade hon mötts av svaret att det är inte ok att prata om det här, om närhet och sexualitet och det handlade om en jätteallvarlig sjukdom...

Individerna i paret kan gå åt olika håll och tappa sin närhet. Då är det många som känner sig förbisedda. Att individen känner sig bekräftad är en förutsättning för närheten. Här spelar individens tolkning av världen stor roll. I sexualiteten kan vi känna oss nakna och utsatta. Då är känslor som skam och skuld nära till hands. Varje människa har dock egna individuella script hur de hanterar svek i en relation.

D Ja...missförstånd just för att när det börjar gå åt olika håll. Så börjar man tappa varandra. Man tappar närheten som är så viktig för att jag ska känna mig sedd. Där kommer också en sån där...att vara sedd i en relation. Det är ju också så när man ser vuxna äldre som sitter och gråter för att det blir tydligt för att jag känner mig inte sedd. Du har ju tappat bort mig eller vem är jag för dej nu. Du bryr dig inte om dig längre om mig så...//...sen är det beroende på vem jag är vad jag har för bakgrund hur jag tolka världen hur trygg jag är.

B I sexualiteten är vi ju nakna i mer än en bemärkelse därför blir det ju skuld lätt när människan skäms. Skammen förstör mycket av...när vi är nakna och sårbara. Vi kan ju bli så skadade. Det är...skrämmande. Konstigt att vi vågar...överhuvudtaget...

Terapeutens resa

Utbildaren understryker vikten av att terapeuten själv är trygg i sin egen sexualitet. Lust och intimitet handlar om kropp och känslor. Därför kräver det att terapeuten tränar med sina egna föreställningar. Kunskapen, erfarenheten och träningen behöver bli förkroppsligad i terapeuten. På detta sätt kan terapeuten härbärgera klienternas berättelser och rädslor.

Utbildaren Det gäller att komma nära sin egen sexualitet också jag vet inte hur mycket folk har jobbat med den men jag tänker att om man har en trygghet i sin egen sexualitet...och kan man koda de signalerna hos sig själv så tror jag att man rätt så tryggt kan härbärgera den frustrationen för att man inte bara i huvudet kan vila i att det blir bättre, utan man kan känna själv att man har också den erfarenheten själv...// ...jag har själv gått i individualterapi. Det en man, han var

väldigt vilande i en trygghet. Han var duktig intellektuell och snabb, men han vilade väldigt mycket i sin kropp. Det kändes ju tryggt för analyserna bottnar också i kroppen. Och det tycker jag är viktigt när man pratar om sexualiteten, att få det att bottna i det kroppsliga...

Terapeuten kan lära sig av sina misstag. Den inkännande terapeuten klarar av att kanalisera dessa erfarenheter till kroppsliga sensationer. Denna bearbetning kan leda till trygghet och ger terapeuten en bredare terapeutisk ansats.

D ...jag får inte bli för aktiv heller. Jag får inte ta över...det är ju en trygghet att när jag känner när jag blir orolig i mig på nåt sätt, så känner jag: "Nu ska jag se upp nu händer något." Då tar jag det på stort allvar. Jag lyssnar på min kropp, jag känner det i min kropp. Å att man har gått på lite, man har gjort misstag och fått lära sig...

Alla terapeuterna beskriver hur de själva jobbat genom utbildning, kollegiala samtal och handledning tränat sig i att bli trygga i samtal om intima och laddade frågor. De berättar också att detta gjort något i deras personliga och professionella resa till att bli den terapeut de är idag. Det tar tid att bli inkännande och bekväm med att samtal om intimitet och lust. Det kräver egenterapi. De beskriver olika typer av fallgropar och utmaningar. Det kan vara särskilt viktigt att tänka på för såväl nya som erfarna terapeuter. Terapeuten måste vara sann i sitt utövande. Med detta menas att vara inkännande och trygg i sitt samtalsutövande. Det går inte låtsas i detta, för det märker paren. Terapeuternas egna upplevelser av relationer inkluderas också in i denna terapeutresa.

A Fallgropen är att när man har så lite erfarenhet så behöver man ha kollegor, man behöver ha is i magen och det gäller alla andra dom här terapifrågorna att man ska hjälpa människorna här och vad dom tar vägen sen det kan vi inte veta och...som nån lärare sa...så fort man tror att man vet vad man håller på med eller är på väg. Då måste man stoppa sig...

B ...fallgropen är att jag blir för snabb o bara tänka in mina egna sexuella preferenser eller mina egna sexuella idéer tankar som får bli nån form av facit för normalbegrepp på sexualitet. Utan man behöver ha en öppenhet så att man inte blir för snabb med att nånstans bara utgår från att mina preferenser är nån form av facit...alltså här möter man ju ständigt, att andra människor har andra tankar om hur det ska se ut och även om de inte råkar vara mina idéer så...so what...det finns väl vissa saker som går utanför mina ramar men i övrigt måste ju var och en hitta sitt uttryck o det var och en vill....

D Dels tror jag det om man låtsas att man är trygg med detta för man måste gå den tuffa vägen själv att man faktiskt känner sig trygg, den andra fallgropen är att man går för fort fram. Det gäller inte bara intimitet utan hela vår själ så att säga, det tror jag alla i början av sin karriär har gjort det felet men det är ändå värt att påtalas att ibland måste man också vänta in. Ibland måste man bara vänta in för man kan göra skada genom att gå för fort fram att be människor berätta...// Man måste utmana sig själv lite grann...så att man faktiskt kommer över den där puckeln så man inte bara låtsas att man är trygg för det läser våra par av direkt så...

E Ja hjälp vilken resa jag gjort...jag visste allt innan haha. Nu försöker jag känna istället. Lyssna med hela kroppen. Det är bara att öva och öva och öva. Reflektera med sin handledare, kollegor och sig själv. Gå i egen terapi gjorde

mig gott. Tålmod...men faktiskt också lust. Lust att ha kul på jobbet och trivas med att jobba med svåra konflikter...hjälpare är nog speciella...//...Vad jag varit med om i mitt eget liv spelar naturligtvis också roll...alla relationer från föräldrar till sexuella saker. Det har ju med anknytning o göra...

Analys av intrapsykiska script

Simon och Gagnon (1986) beskriver att den intrapsykiska nivån handlar om individens inre processer. Terapeuterna menar att klienterna förhåller sig till lust och intimitet på olika sätt. Utöver påverkan från kulturella och interpersonella script finns den intrapsykiska nivån. Här handlar det om personens egna förutsättningar vad gäller biologi, psykologi, minnen och erfarenheter. Här påverkas individen bland annat av sjukdom och personlighet. Terapeuterna understryker Löfgren-Mårtensson (2012) resonemang att sexologiska frågor kräver en bred ansats. Meston och Buss (2007) har studerat orsakerna till varför människor har sex. De fokuserade på vad som motiverar människan att engagera sig i sexuell aktivitet. Tidigare har forskningen fokuserat på de biologiska och reproduktiva incitamenten. Deras forskning visar att de sexuella drivkrafterna är en komplex process av många olika faktorer som påverkar varandra. Människor söker bland annat spänning, stressreduktion, njutning, upplevelser, göra partnerna nöjd, kärlek, överlåtelse till partnern, öka självkänslan eller så kan de ha sex för att de känner krav och förväntningar. De kunde visa tydliga individuella skillnader baserade på personlighet. Terapeuterna beskriver att klienternas individuella förutsättningar och mående spelar stor roll för lusten och intimiteten. De nämner särskilt cancer och depressioner som starka negativa påverkansfaktorer på lusten och möjligheten till intimitet. Vid cancersjukdom berättar flera terapeuter om hur sjukvården inte klarar av att möta patienternas frågor om intimitet och lust. Rasmusson (2015) skriver om kvinnors och mäns erfarenheter av informationen om sexuell hälsa vid cancersjukdom. Resultaten visar att informationen inte ges rutinmässigt trots att patienter vill få denna information. Terapeuterna nämner även depression som något som stör lust och intimitet. De förstår allvaret vid depressiva tillstånd och hänvisar ibland klienter att söka behandling för detta före de kan samtala om lusten och intimiteten i parrelationen. Detta överensstämmer med forskningen som beskriver depressioners negativa påverkan på sexualiteten. Utöver detta kan även medicinsk behandling påverka lusten (Lundberg och Löfgren-Mårtensson 2010).

I intervjuerna berättar terapeuterna om att människan i områden som rör lust och intimitet är naken och utsatt. De beskriver att det är individuellt hur en människa upplever och hanterar situationer där de känner sig svikna. I dessa situationer kan individen uppleva mer eller mindre intensiva känslor av skam och skuld. Varje individ script formas utifrån barndomen, erfarenheter och minnen. Affektpsykologen Vernon C Kelly (2012) skriver om relationen mellan intimitet, skam och självkänsla i boken *The Art of Intimacy and the Hidden Challenge of Shame*. Kelly understryker vikten av att en parterapeut klarar av att hjälpa par komma förbi sin individuella skam för att stå ut med att vara nära någon annan. Självkänslan och parsamheten är ständigt förbundna med varandra. Det är en del av kärlekens paradox att vi behöver våga visa oss sårbara för att komma en annan människa nära. Det är skrämmande då detta kan utsätta oss för risken att bli utskrattade eller ratade. Då använder vi oss av olika försvar för att hålla partnern på avstånd (ibid). Anknytningsteorin beskriver hur vi formar mönster för hur vi agerar när vi blir rädda eller söker tröst. Mönstren skapas i våra tidigaste möten med andra människor. Det finns en stark koppling mellan dessa anknytningsmönster och hur vi hanterar oro även som vuxna i kärleksrelationer. Det visar sig särskilt när vår separationsångest väcks (Broberg et al. 2006). Johnson (2012) skriver dessutom att upplevelsen av svek aktiverar smärtcentra i hjärnan. Upplevelsen av smärta är olika, eftersom våra anknytningsmönster automatiskt triggas vid oro eller behov av tröst. Detta liknar

terapeuternas resonemang att det är individuellt hur människor klarar av svek eller andra hinder i relationen. Även Duarte (2003) menar att när individer ska börja leva i tvåsamhet, startar en omorganisation. Hur detta fungerar beror till på hur individerna i parrelationen mår.

Det intrapsykiska scriptet för terapeuterna handlar om terapeutens egen professionella resa. Här har utbildning, fortbildning och kollegiala samtal spelat stor roll. Men terapeuterna talar också om inre processer. De utmanar sig själva att öva, träna och att ständigt reflektera. De är sina egna verktyg och måste våga vara unika som terapeuter. Engelbrekt resonerar kring att terapeutens egna erfarenheter kring lust och intimitet är med och formar deras inställning till sin profession (Engelbrekt 2015). Jablonski (2010) menar också att terapeuten kan känna sig bekväm i det intima samtalet. Detta överensstämmer i terapeuternas berättelser från föreliggande studie. Här blir det tydligt att en trygg, inkännande och bekväm terapeut kan förkroppsliga professionalism i sina känslor och uttryck. Utbildaren menar att terapeuten behöver vara trygg i sin egen sexualitet. Både utbildaren och terapeuterna poängterar sambanden mellan erfarenhet, kunskap och insikt. De talar om att härbärgera klienternas berättelser. Detta kräver en tillit till sin egen kompetens och mod att utvecklas och ständigt lära sig något nytt. Detta stämmer väl överens med Wrangsjös (1990) resonemang kring hur terapeuten måste härbärgera en mängd mentalt material som klienten lämnar. Wrangsjö menar att det kan visa sig mer i terapeutens kropp och känslor än i dess tankar. Terapeuter måste ständigt arbeta med dessa processer. Särskilt då de möter klienter med konfliktfyllda och ångestladdade berättelser (ibid). Terapeuterna i studien reflekterar kring att deras egna upplevelser spelat roll för hur de förhåller sig till relationer. De ser kopplingen mellan föräldrarelationer till vuxenrelationer via anknytningsteorin. Detta liknar Engelbrekts (2015) resultat som visar att familjeterapeuternas egna erfarenheter av intimitet och närhet genom livet format deras inställning. Det spelade roll för hur trygga de kände sig som terapeuter (ibid).

Mina reflektioner

Jag anser att det är gott att det sexologiska fältet breddats från att enbart studeras utifrån biologiska parametrar. Det går dock att kritisera dagens forskning för att ibland glömma bort denna individuella nivå. Många sociologiska ansatser är bra på att relatera sexologiska frågor till de två översta nivåerna: kulturella script och interpersonella script. Men det individuella scriptet osynliggörs ibland till förmån för mer övergripande metaperspektiv. Det är därför glädjande att de intervjuade terapeuterna berättar mycket om sina klienters individuella situation och hur den påverkar lusten och intimiteten. Samtidigt finns här spänningsfältet gentemot de övriga scriptnivåerna. Dagens människor ska vara självförverkligande och individuella. Då är det lätt att frågor om närhet, beroende och påverkan från andra människor blir problematiskt. I Sverige förfasas vi över problematiken med tvångsäktenskap som sker i andra länder. Vi glömmer att i vårt eget land utsätts istället människor för det jag kallar för *tvångsskilmässor*. Med detta menar jag att par kan komma till parsamtal där en part säger att den vill skiljas. Den säger att den har funderat länge över detta och nu bestämt sig. Den andra parten visar ofta en stor överraskning över detta resonemang. Den vill bli insläppt i processen. Kanske har den känt på sig att det är något som inte står rätt till, men skyllet det på barnåren eller annan stress. Min slutsats är att parrelationer blir en levande paradox i ett samhälle som hyllar varje människas enskilda rättigheter och som celebrerar individens självförverkligande. Det i sig är ingen värdering, utan en reflektion efter mötet med många par. I detta paradoxala spänningsfält blir det en utmaning för familjerådgivare att möta å ena sidan individen behov och å andra sidan familjens behov.

Även terapeuten lever i ett samhälle som hyllar professionell självständighet. Det är därför glädjande att alla intervjuade reflekterat mycket kring hur de kan våga vara beroende av sina kollegor. Med hjälp av dem har de också vågat bli självständiga och gjort en egen resa. Terapeuterna talar om att vara inkännande. Ordet i sig handlar om att känna inåt. Detta gör att terapeutens förhållande till sitt inre, sina känslor och sin kropp hamnar i centrum för den professionella utvecklingen och mognaden. Ordet *härbärgera* anspelar på en plats där vi kan vila och hämta kraft. För terapeuten måste detta ske i en kroppslig trygghet. Där knyts kompetens, erfarenhet, utbildning samman med nyfikenhet. Där bottnar terapeuten sin professionella hållning i en öppen ödmjuk förståelse för att det ständigt går att lära sig något nytt. Men med en samtidig förankring i ett förtroende i sina färdigheter. Terapeuterna resonerar mycket kring den professionella resan. Men det finns även inslag av att deras privata erfarenheter av anknytning och närhet har spelat roll för deras utveckling. Här spelar troligtvis egenterapi en stor roll. För det här som dessa två spänningsfält kan mötas. Den privata och den professionella sfären. Genom egenterapi kan terapeuten få förståelse för båda dessa dimensioner. De kan ge bränsle åt varandra utan att flyta samman så mycket att de professionella ramarna suddas ut.

8. Sammanfattning och avslutande diskussion

Studiens syfte är att beskriva och tolka terapeuters förhållningssätt till lust och intimitet och dess betydelse för kärleksrelationer. Frågeställningarna omfattade hur terapeuterna själva definierar dessa begrepp men också hur de beskriver att deras klienter förhåller sig till dessa fenomen. Slutligen var jag också intresserad av att få veta hur terapeuterna förhåller sig till lust och intimitet i samtalen med klienterna. Jag önskade att de skulle berätta om olika klientfall där dessa ämnen berörts. Sammantaget rörde sig på flera stora områden. För att underlätta detta kunde några frågeställningar ha strukits. Men syftet var hela tiden att utröna hur terapeuterna förhöll sig till intimitet och lust. För att uppnå syftet blev det viktigt att fånga in alla dessa olika frågeställningar.

Denna empiriska intervjustudie analyserades med hjälp av kvalitativ innehållsanalys. Resultaten är inte rubricerade utifrån frågeställningar. Istället blev det tidigt tydligt att Simon och Gagnons sexuella scriptteori (1986) var till stor hjälp som teoretiskt ramverk. Det gav en struktur för att redogöra resultatet. De teman som identifierades i scriptnivåerna var:

- Kulturella script: Terapeutens strukturella ramar och parens strukturella ramar

Här handlar det om övergripande strukturer som både klienter och terapeuter förhåller sig till. Dessa formas av samhällets olika trender och traditioner. Både terapeuter och klienter förhåller sig till lust och intimitet som att dessa är viktiga för kärleksrelationens kvalitet. Terapeuterna definierade lust som längtan, känslor och begär. Intimitet beskrevs som det känslomässiga mötet mellan människor. De beskriver att klienterna vill samtala om lust och intimitet. Det kan även spela roll vilken kultur individerna kommer ifrån. Terapeuterna ser det som sin uppgift att underlätta för paren att samtala om dessa viktiga frågor. De gör detta genom att hjälpa paren med den relationella förhandling som ständigt krävs i postmoderna relationer. För detta krävs att terapeuterna har tillgång till god handledning och utbildning i sexologiska frågor.

- Interpersonella script: Parrelationen och terapeutens relationella förhållningssätt

Terapeuterna beskriver att klienterna som lever i par ständigt förhandlar med varandra för att hantera olika livsvillkor. Här vittnar terapeuterna om att inom paret finns det många gånger en

obalans i hur intimitet och lust ska hanteras. Det är terapeutens ansvar att hjälpa par att våga tala och kunna kommunicera om detta. Det är känsligt att lämna ut sig själv och partnern. Det är terapeutens ansvar att kunna skapa en trygghet i rummet och samtalet. Terapeuterna behöver skapa en relationell allians med klienterna. Att vara inkännande som terapeut beskrivs som en av de viktigaste ingredienserna. Denna färdighet övas upp genom träning och övning. Här spelar även atmosfären och klimatet på arbetsplatsen in. Att kunna reflektera med kollegor anses vara en förutsättning för att utvecklas som terapeut. Terapeuterna ger förslag på tips, knep och färdigheter från klientfall där de kunnat hjälpa personer med lust och intimitet.

- Intrapsykiska script: Klienternas individuella förutsättningar och terapeutens resa

Denna nivå i de sexuella scripten handlar om individernas egna förutsättningar. Hur klienterna klarar av relationen beror delvis på individernas förutsättning. Här spelar sjukdom, livsvillkor och anknytningsmönster in. Det är viktigt att terapeuterna inte förbiser dessa faktorer i relation till kärleksrelationer. Terapeuterna beskriver även att de alla själva gjort en individuell resa. Genom handledning, fortbildning, egenterapi men även lång erfarenhet av samtal med klienter har de kunnat bli trygga i sin kompetens. Den individuella resan förkroppsligas i deras egna känslor och kroppar.

Sammanfattningsvis så visar fynden i uppsatsen att terapeuterna menar att lust och intimitet är viktiga för kärleksrelationer. De uppfattar att klienterna också har denna inställning. Genom utbildningar och år av erfarenhet och träning har terapeuterna arbetat fram en förkroppsligad trygghet. En inkännande förmåga hjälper dem att hållbara klienternas olika frågor. I intervjuerna delger även terapeuterna olika praktiska tips för att kunna samtala med klienter om lust och intimitet.

Urvalet till studien var terapeuter som arbetar på familjerådgivningar. Det är inte bara familjerådgivare som kan ha nytta av fynden från uppsatsen. Både individ- och familjeterapeuter kan ta lärdom om hur terapeuter kan förhålla sig till intimitet och lust. Resultatet visar på att terapeuterna anser att intimitet och lust är viktiga delar i kärleksrelationer. Därför ser de det som sitt ansvar att lyfta frågorna med klienterna. Däremot är det viktigt att de tränar sig i att vara inkännande för de specifika klienterna de har framför sig. Det är av särskild vikt att terapeuter som möter par kring lust och intimitet är medvetna om deras egna fördomar, åsikter och värderingar.

Förslag till framtida forskning är att utreda mer kring förhållandet mellan å ena sidan det självförverkligande samhället och å andra sidan det faktum att parrelationer handlar om överlåtelse och att våga vara beroende. Även om dagens rena relationer är flyktigare än tidigare behöver familjerådgivare resonera kring hur de bäst kan hjälpa familjer. Här finns det flera utmaningar som framtida forskning kan utröna. Det viktiga spänningsfältet mellan individen och paret, mellan individen och gemenskapen, mellan individen och det kollektiva.

Flera tidigare studier har ansett att utbildningar för blivande terapeuter inte tillräckligt förbereder dem för sexologiska samtal. Det har även påtalats att terapeuter inte är tillräckligt kunniga för att hantera frågor som lust och intimitet. Just därför var det uppmuntrande att få ta del av dessa erfarna terapeuters gedigna kompetens. Framtida studier skulle ännu mer kunna fokusera på deras kunskap och sedan konkretisera detta till de fortbildningar och utbildningar som finns. På detta sätt skulle terapeuternas kunskaper komma andra till gagn.

9. Referenslitteratur

- Annon, S, Jack. (1976) The PLISSIT Model: A Proposed Conceptual Scheme for the Behavioral Treatment of Sexual Problems. *Journal of sex education and therapy*, 2 (1):1-15.
- Basson, Rosemary (2000) The Female Sexual Response: A Different Model. *Journal of sex & marital therapy*. 26 (1): 51-65.
- Bauman, Zygmunt. (2000) *Liquid Modernity*. Cambridge: Polity Press.
- Bengtsson, Mariette. (2016) How to plan and perform a qualitative study using content analysis. *NursingPlus Open*, 2:8–14. (doi:10.1016/j.npls.2016.01.001) Hämtad 171021.
- Brezsnyak, Michael & Wishman, A, Mark. Sexual Desire and Relationship functioning: The Effects of Marital Satisfaction and Power. *Journal of sex and marital therapy*, 30(3):199-217.
- Broberg, Anders, Granqvist, Pehr, Ivarsson, Tord & Risholm-Mothander, Pia. (2006) *Anknytningsteori: Betydelsen av nära känslomässiga relationer*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Carlberg, Gunnar. (1994) *Dynamisk utvecklingspsykologi*. Stockholm: Natur och kultur.
- Duarte, M, Zetion. (2003) *Vi kanske kommer igen, om det låser sig. Kvinnors och mäns möte med familjerådgivningen*. Diss., Lunds Universitet, sociologiska institutionen.
- Engelbrekt, Helena. (2015) *Familjeterapeuters erfarenhet av att arbeta med temat sexualitet i familjeterapi*. Uppsats psykoterapeutprogrammet, 15 hp. Umeå universitet.
- Elmerstig, Eva. (2012) Kropp och psyke i den sexuella upplevelsen. I: Lars Plantin & Sven-Axel Månsson (red.) *Sexualitetsstudier*. Malmö: Liber.
- Erixon, Katarina. (2014) *Erfarna psykoterapeuter i samtal om sexualitet*. Uppsats Psykoterapeutexamen, 15 hp. Ersta Sköndal Högskola, S:t Lukas utbildningsinstitut.
- Foucault, Michael. (2002) *Sexualitetens historia 1. Viljan att veta*. Göteborg: Daidalos.
- Gehring, Darlyne. (2003) Couple Therapy for Low Sexual Desire: A systemic Approach. *Journal of sex and marital therapy* 29(1):25-38.
- Giddens, Anthony. (1992) *Intimitetens omvandlingar: Sexualitet, kärlek och erotik i det moderna samhället*. Nora: Nya Doxa.
- Green, André. (1997) Opening Remarks to a Discussion of Sexuality in Contemporary Psychoanalysis. *International Journal of Psychoanalysis*, 78 (2):345-350.
- Harris, M, Steven & Hays, K, Wenner. (2008) Family Therapists Comfort with and Willingness to Discuss Client Sexuality. *Journal of Marital and Family Therapy*, 34 (2):239-250.
- Jablonski, Rebecca. (2010) *Psykoterapeuters upplevelse av svårigheter med att arbeta med sexualitet i psykoterapi och hur de hanteras*. Uppsats Psykologexamen, 30hp. Stockholms universitet, Psykologiska institutionen.
- Johnson, Sue. (2012) *Håll om mig*. Brotby: OrdGlob Förlag.
- Johnsdotter, Sara. (2012) Sexualitet och kultur. I: Lars Plantin & Sven-Axel Månsson (red.) *Sexualitetsstudier*. Malmö: Liber.

- Johnson, Sue & Talitman, E. (1997) Predicators of Success in Emotionally Focused Marital Therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 23 (2):135-152.
- Justesen, Lis & Mik-Meyer, Nanna. (2013) *Kvalitativa metoder från vetenskapsteori till praktik*. Lund: Studentlitteratur.
- Kahr, Brett. (2009) Psychoanalysis and Sexpertise. I: Clulow, Christopher (red.) *Sex, Attachment and Couple Psychotherapy*. London: Karnac.
- Kelly, C, Vernon. (2012) *The art of intimacy and the hidden challenge of shame*. Baltimore: Tomkins Press.
- KFR, Föreningen Sveriges kommunala familjerådgivare. (2017) *Policydokument om kommunal familjerådgivning*. KFR: Stockholm.
- Klüft, Izabella. (2006) "Jag har inte tänkt igenom det" – Psykologers uppfattningar och tal om sexualitet som ämne i terapi. Uppsats Psykologexamen. Linköpings universitet, Institutionen för beteendevetenskap.
- Krippendorff, Klaus. (2004) *Content analysis*. London: Sage publications.
- Kvale, Steinar & Brinkman, Svend. (2009) *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Lundberg, Per Olov & Löfgren-Mårtensson, Lotta. (2010) *Sexologi*. Malmö: Liber.
- Löfgren-Mårtensson (2012) Sexolog som yrke – mellan professionell ambivalens och mångvetenskaplig harmoni. I: Lars Plantin & Sven-Axel Månsson (red.) *Sexualitetsstudier*. Malmö: Liber.
- Meston, M, Cindy & Buss, M, David. (2007) Why human have sex. *Archives of Sex Behavior*, 36:477-507.
- Månsson, Sven-Axel. (2012) Sexualitet som socialt meningsbärande handling. I: (red.) Lars Plantin & Sven-Axel Månsson (red.) *Sexualitetsstudier*. Malmö: Liber.
- Perel, Esther. (2006) *Vill ha dig*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Rasmusson, Else-Marie. (2015) *Ingen har nämnt ordet sex: Kvinnors och mäns erfarenheter av information om sexuell hälsa vid cancersjukdom*. Lic.-avh. Malmö Högskola, Fakulteten för hälsa och samhälle.
- Rubin, Gayle. (1984) Thinking Sex: Notes for a Radical Theory of the Politics of Sexuality. I: Vance, Carol (red.) *Pleasure and danger: Exploring Female Sexuality*. London: Pandora.
- Schwartz, B, Lisa. (2001) Family systems discourse: Conversations with Clients Concerning the Impact of Family Legacies upon Sexual Desire. *Journal of sex and marital therapy*. 27 (5):603-606.
- Simon, William och Gagnon, John. (1986) Sexual scripts: Permanence and Change. *Archives of Sexual Behavior*, 15 (2):97-120.
- Target, Mary. (2007) Is our sexuality our own? A developmental model of sexuality based on early affect mirroring. *British Journal of Psychotherapy*, 23 (4):517-530.
- Tiefer, Leonore. (2004) *Sex is not a natural act & other essays*. Boulder: Westview press.

Waring, E, M, Schaefer, Betsy & Fry, Richard. (1984) The Influence of Therapeutic Self-Disclosure on Perceived Marital Intimacy. *Journal of sex and marital therapy*. 20 (2):135-145.

Wellman, Barry. (2001) Computer Networks as Social Networks. *Computers and Science*. 293 (5537): 2031-2034.

WHO, World health organization. (2006) *Defining sexual health*. Geneva: Sexual Health.

Wideberg, Karin. (2002) *Kvalitativ forskning i praktiken*. Lund: Studentlitteratur.

Yin, K, Robert. (2003) *Kvalitativ forskning från start till mål*. Lund: Studentlitteratur.

Young, L, Teresa och Negash, M, Sesan och Rhonda Long. (2009) Enhancing Sexual Desire and Intimacy via the Metaphor of a Problem Child: Utilizing Structural-Strategic Family Therapy. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 35 (5): 402-4017.

Zetréus, Frida. (2015) *Nyutexaminerade psykologers kunskap om sexologi och att samtal om sexualitet – Vems är ansvaret?* Uppsats Psykologexamen, 30 hp. Göteborgs universitet, Psykologiska institutionen.

Hemsida:

www.codex.vr.se Regler och riktlinjer för forskning Hämtat: 171108

10. Bilagor

Bilaga 1

Hej!

Jag heter Hanna Möllås och läser sista året på psykoterapeutprogrammet med familjeinriktning vid Göteborgs universitet. Under hösten skriver jag uppsats och önskar fokusera på terapeuter och deras uppfattningar, förhållningssätt och arbetsstrategier kring fenomen som lust och intimitet när det gäller kärleksrelationer.

I samband med denna uppsats önskar jag intervjua dig som har erfarenhet av samtal med människor utifrån deras kärleksrelationer. Samtalen spelas in på mobiltelefon och överförs efter samtalet till ett USB minne. Detta raderas då uppsatsen är examinerad. Det inspelade materialet kommer endast användas för föreliggande studie.

Intervjuerna tar cirka 90 minuter i anspråk och du bestämmer var de ska genomföras. Allt material behandlas konfidentiellt där endast undertecknad vet identiteten på deltagarna. I uppsatsen kommer material från intervjuerna att presenteras på ett sådant sätt att inte någon enskild person kommer att kunna kännas igen. Nedan önskar jag ditt samtycke till att delta i studien. Du kan dock när som helst utan skäl avbryta intervjun eller avsäga ditt deltagande i studien. Du och jag skriver under detta papper i två utskrifter. Du behåller ett och jag ett.

Vid frågor kontakta Hanna Möllås, mobil 0707-922224 eller hanna@livtsunder.com

Vid frågor till handledare kontakta Staffan Höjer telefon 031-786 1628 eller staffan.hojer@socwork.gu.se

Jag önskar delta i studien

.....
Namn och datum

.....
Hanna Möllås Datum

Bilaga 2

Här följer utdrag över de samtalsfrågor som intervjun centreras kring:

Vad tror du att har fenomenen som lust och intimitet har för betydelse i en kärleksrelation?

Hur definierar du ord som lust och intimitet. Vad betyder de för kärleksrelationen

Vad hotar lust och intimitet i kärleksrelation?

Samtalet/klienterna?

Hur viktigt är dessa fenomen i samtalen med klienter? Vad är det som hindrar klienter att ta upp dessa saker i samtalen?

Spelar ålder, klass, etnicitet, religion, läggning, livssituation någon roll för hur dina klienter förhåller sig till lust och intimitet?

Hur förhåller du dig som terapeut (i samtalen med klienter) till dessa fenomen?

Vad har påverkat ditt förhållningssätt till lust och intimitet och deras förhållande till kärleksrelationen?

Hur har du blivit trygg med att samtalet kring lust och intimitet?

Berättelser om klienter som det gått väl för...?

Har de några berättelser om lyckade fallbeskrivningar? Där de kunnat hjälpa personer med sina problem?

Vad har du för knep och tips för att få klienter att samtala om detta?

Vad har du för råd till blivande familjeterapeuter när de önskar samtala om lust och intimitet?

Vilka fallgropar finns?

Bilaga 3 (sida 1/2)

Intervjuguide

Syftet

Att beskriva och tolka familjeterapeuters förhållningssätt till lust och intimitet och dessa fenomenens betydelse för kärleksrelationer.

Erfarenheter, tänket, förhållningssättet, arbetssätt

Bakgrundsfrågor

Vem är du?

Grundutbildning? Vidareutbildningar? När?

Vad har du jobbat?

Vilka är det som kommer till dig?

Vad söker de för?

Vad har fenomen som lust och intimitet för betydelse i en kärleksrelation?

Definitioner: Lust (sexuell lust) intimitet. Likheter/olikheter

Vad betyder de för kärleksrelationen

Kan det finnas intimitet utan lust? Vad hotar lust och intimitet i kärleksrelation?

Vad är det som gör att par håller ihop?

Samtalet/klienterna?

Hur viktigt är dessa fenomen i samtalen med klienter? Vad är det som hindrar klienter att ta upp dessa saker i samtalen?

Spelar ålder, klass, etnicitet, religion, läggning, livssituation någon roll för hur dina klienter förhåller sig till lust och intimitet? Vågar alla prata om det? har de ord för det?

Symboler eller andra beskrivningar för att komma åt lust och intimitet eller går de rakt på?

Barn närvarande?

Om klienter inte tar upp det, tar de som följer upp frågan om lust eller intimitet då? Finns det tillfällen när du undviker att samtala om detta?

Bilaga 3 (Sida 2/2)

Hur förhåller du dig som terapeut (i samtalen med klienter) till dessa fenomen?

Vad har påverkat ditt förhållningssätt till lust och intimitet och deras förhållande till kärleksrelationen?

Hur förhöll sig deras utbildningar till detta?

Påverkas de i sin egen privata person av att samtal kring intima frågor? Hur hanterar de det?

Får de handledning? Hur samtalar de med andra familjeterapeuter kring fenomenen?

Hur har du blivit trygg med att samtal kring lust och intimitet?

Berättelser om klienter som det gått väl för...?

Har de några berättelser om lyckade fallbeskrivningar? Där de kunnat hjälpa personer med sina problem?

Vad har du för knep och tips för att få klienter att samtala om detta? Eller behövs det inte?

Vad har du för råd till blivande familjeterapeuter när de önskar samtala om lust och intimitet?

Vad är fruktbart? Vilka fallgropar finns?

Vilken fråga var svårast i intervjun? Vilken fråga borde jag ställt?