

Brutalisering av seksualitet

Zemir Popovac
psykologspesialist, Favne Psykologbistand

Hilde Thomsen
Illustratør

Har den seksuelle frigjøring gått så langt at seksualiteten er blitt frigjort fra relasjonsbehovet?

Hver fjerde ungdom har vært utsatt for minst ett tilfelle av seksuell vold, jenter oftere enn gutter. Dette er en dobling siden 2015. De fleste overgrepene skjer i ungdomsskolealderen og er begått av jevnaldrende (Frøyland et al., 2023). Når vi snakker om seksuell vold, snakker vi ikke om seksualitet og kjærlighet, men om seksualitet og aggresjon. Hvordan har aggresjon fått så stor plass i de unges seksualitet, og hva kan vi gjøre med dette?

For å besvare dette vil jeg belyse to forhold. Det ene er forholdet mellom seksualitet og relasjonsbehov, og det andre er mellom seksualitet og aggresjon. Hensikten er å utfordre vår tids nokså ensidige syn på seksualitet som noe som handler om kropp, grenser, samtykke, beskyttelse og nytelse (Sex og samfunn, 2022). Seksualitet handler først og fremst om relasjoner.

Seksualbehov og relasjonsbehov

Seksualbehovet kan oppfattes som et eget behov som skal dekkes og tilfredsstilles slik som alle andre behov. For å oppnå dette må individet først og fremst selv eie sin kropp (med autonomi og grenser) og ha rett til å råde over sin seksualitet (velge sin partner). Slik har det ikke alltid vært, og det er fortsatt vanskelig i kulturer med streng kontroll over særlig kvinnens seksualitet. I den vestlige verden har den seksuelle frigjøringskampen sine røtter tilbake til sekstitallet. Med legalisering av piller for «birth control» ble kvinner hjulpet ut av ufrivillig «reproduksjon». Kvinnens seksualitet med rett til å bestemme over egen kropp kom endelig på dagsorden. Seksualbehovet skulle tas på alvor – det skulle normaliseres og avmoraliseres. Seksualitet innebar nå frihet til å utforske, rett til å nyte og kunnskap om beskyttelse.

Sex er aldri bare sex

Det er også dette seksualundervisningen i norske grunnskoler kom til å handle om i vår tid. Elever oppgir at de ti hyppigste temaene i seksualundervisningen er prevensjon, kjønnsykdommer, kropp, graviditet, abort, sex, identitet, overgrep, grenser og nettvett (Sex og samfunn, 2022).

Savnet etter relasjoner

Det viktigste temaet mangler, nemlig relasjoner. Seksualbehovet er ikke et selvstendig psykofysiologisk behov, men en forlengelse av vårt grunnleggende relasjonsbehov. Nytelse og orgasme er ikke seksualitetens endelige mål. De er også middel til å øke intimitet, nærhet, gjensidig glede og styrket tilknytning i relasjonen til en utvalgt partner. Som psykologer møter vi unge mennesker som har mange seksualpartnere (for eksempel «one night stands»), men er fortsatt ulykkelige. Seksualbehovet

er dekket, men etter avskjeden morgenen etter oppstår det likevel en følelse av tomhet. Som om den seksuelle kontakten fra kvelden før bar på et skjult håp, et savn, om en dypere relasjon. Dette avslører seksualitetens essens – en utdypet relasjon.

Hvor ble det av dette viktige perspektivet i den seksuelle frigjøringskampen og i dagens seksualundervisning på norske skoler? Har frigjøringen gått så langt at seksualiteten til og med er blitt frigjort fra relasjonsbehovet? Er tanken at «andre mennesker er til for å dekke mine seksuelle behov», heller enn at «seksualitet er til for å utdype relasjoner»?

Selv om (seksuell) lyst er en medfødt affekt (Panksepp, 2004), så er begjær aldri objektløst – det oppstår ikke i et vakuum, men er rettet mot eller trigget av et begjært objekt. Slik sett kan vi si at onani også er en relasjonell handling. Det involverer den imaginære andre, et begjært eller pirrende objekt i fantasien. Den andre er altså til stede i en selv, bevisst eller ubevisst. Selv ved fetisjisme, der det begjærte objektet kan være noe annet enn en person, vil objektet ofte være et substitutt for et helt menneske. Relasjonen er der, dog neddempet. Som psykologer møter vi også folk som er utro mot sine partnere. Utroskap handler sjelden bare om kroppslig nytelse, men også om søken etter en kontakt som man ikke finner eller ikke klarer å gi i den faste relasjonen.

Pornografisering av seksualitet

Ved å problematisere vår tids syn på seksualitet på den måten jeg gjør her, løper jeg en risiko for å bli misoppfattet som moraliserende eller for å mene at sex bare skal forbeholdes ekteskap. Det jeg mener, er at det er risikabelt å koble seksualitet fra relasjonsbehovet. Et høyst aktuelt eksempel på dette er pornografi. I den pornografiske verden finnes det ikke sårbarhet for avvisning eller følelsesmessig forpliktelse overfor en annen. Pornografi er seksualitet strippet for relasjonelt ansvar. Målet er ikke økt intimitet og nærhet i relasjonen. Den andre er til kun for ens egen nytelse.

Pornografi spiller også på det visuelle. Det er flombelysning og avstand mellom kroppene slik at alt kan sees i ulike vinkler. Den seksuelle akten er preget av selvsikkerhet, iscenesatte tydelige fysiske bevegelser og kropper som ikke ser ut som «normalkroppen».

Alt dette er langt unna det seksuelle i det virkelige liv. Usikkerhet og sårbarhet er en vanlig ingrediens, særlig i starten. Det handler om å vise seg naken, både bokstavelig og i overført betydning. Å gi seg hen til en annen med fare for avvisning. Dette er det motsatte fra den pornografiske scenen, der kontroll, dominans og aldri avvisning er tilfelle.

Lek og intimitet

I den intime relasjonen i det virkelige liv er ikke det visuelle det viktigste, men det sanselige. Det er berøring, pust, hud mot hud, kroppsvarme og duft – det er å smelte sammen. Det er ofte forsiktige berøringer hvor man «føler seg frem» ved å følge den andre. Kroppene finner gradvis en rytmisk form, mer som en dans, og ikke som store, selvsikre bevegelser slik som i pornografien. Det meste av seksualiteten i hverdagen ligger heller ikke i selve sexen, men i blikkene og smilene paret sender til hverandre i løpet av dagen. Alle de små berøringene og kommentarene som deles, ofte med et budskap kjent bare for dem. Seksualitet, vervet i kjærlighetens tjeneste, handler om lek og intimitet.

Pornografi kobler seksualitet fra relasjonsbehovet, og i tillegg normaliseres aggresjon (og ikke kjærlighet) som den førende affekt i den seksuelle akten. Dette kommer til uttrykk gjennom ulike former for fornedring av seksuell partner. En omfattende studie om sammenhengen mellom seksuell

vold og pornografi viser at tenåringer imiterer den voldelige praksisen de ser på pornografiske nettsted, gutter i større grad enn jenter (Rostad et al., 2019).

Dette er selve oppskriften på vulgarisering og brutalisering av seksualitet: først ved å kople den fra relasjonsbehov (les: «den andre er til kun for min egen nytelse») og deretter ved å la aggresjonen ta over styringen.

Seksualitet og sårbarhet

Seksualitet er en av drivkreftene for kontaktsøking og relasjonsbygging, men kontakten og relasjonen er aldri garantert. Seksualitet rommer derfor en sårbarhet – en risiko for avvising, redsel for ikke å være god nok og en avhengighet av en annen person. Det er ulike måter å forholde seg til denne sårbarheten på. Noen drikker før de oppsøker eller sjekker opp en partner. Andre tør ikke engang når de er beruset. Mange vil kjenne på høy puls, føle på usikkerhet, men samtidig klare å stå i det. Andre igjen kan ha så dårlig toleranse for sin sårbarhet at de rett og slett bikker over i en dominerende og kontrollerende rolle. Her er dominansen ikke et uttrykk for selvsikkerhet, men ens egen usikkerhet som vedkommende ikke klarer å utstå. Aggresjonen løfter en fra å være sårbar til å fremstå mektig og kontrollerende. Det er som regel denne varianten som finnes i pornografien.

Makt og dominans

Det er dette som fører til seksuell vold

Seksualitet som en forlengelse av relasjonsbehov kan derfor brukes i ulike måter å relatere seg til andre mennesker på, for eksempel via kjærlighet eller via aggresjon. Når seksualitet er vervet i kjærlighetens tjeneste, er den med på å øke intimitet og nærhet i relasjonen. Vi klarer å være sårbare og hengivne. Premien vi får for det, er økt nærhet. Når seksualitet derimot er vervet i aggresjonens tjeneste, snakker vi om makt og dominans. Målet er ikke økt nærhet gjennom felles nytelse, men å føle seg mektig. I stedet for økt intimitet vil den som utsettes for makten, ofte føle på økt skam.

For overgriperen ligger ikke nytelsen bare i orgasmen, men også i opplevelsen av overtak, eller sadistisk fryd over å fornede eller narsissistisk kontrollere et annet menneske. Seksualitet forgiftet av aggresjon er ikke lenger seksualitet, men perversjon (Kernberg, 1992). Den kuppes av aggresjonen og brukes som et middel for et aggressivt utløp. Det er dette som utgjør seksuell vold.

Heterofili, homofili, bifili, alle med -fili (fra gresk philia: «kjærlighet, vennskap»), er uttrykk for seksualitet vervet i kjærlighetens tjeneste. Seksualitetens rolle her er nettopp å tjene relasjonsbehovet ved å øke nærhet og intimitet, og styrke relasjonen gjennom felles nytelse. Et betydelig unntak er begrepet «pedofili», som ikke har noe med «fili», altså kjærlighet, å gjøre. Her er det ikke snakk om to likeverdige parter, men om asymmetri i relasjonen knyttet til makt, kontroll, behov, sårbarhet og avhengighet. Å krenke barnets kropp og barnets utviklingspsykologiske behov er ikke en handling av kjærlighet, men en akt av aggresjon. Et mer passende begrep ville være pedo-katahrisi (fra gresk katáchrissi: «misbruk, overgrep»).

Kunnskap om relasjon og aggresjon

For å lykkes med forebygging av seksuell vold blant unge er det minst to ting vi kan gjøre mer av. Det ene er å øke de unges bevissthet om at seksualbehovet er en forlengelse av menneskets grunnleggende

relasjonsbehov. Seksualitetens endelige og eneste mål er ikke nytelse, men relasjon. Når relasjon ikke nevnes blant de ti hyppigste temaene i seksualundervisningen, er det et tegn på at vi har en del å gå på her.

Det andre vi kan gjøre mer av, er å snakke mer om aggresjon. Seksualitet som verves i aggresjonens tjeneste, er ikke lenger seksualitet, men perversjon. Det er dette som fører til seksuell vold. Aggresjonens rolle må avsløres fordi den er forførende – den kan lett brukes til å skjule ens egen sårbarhet og isteden inngi en opplevelse av makt. Usikre ungdommer kan lett falle for dette. Vi må normalisere sårbarhet som en del av seksualitet, og som motgift mot brutalisering må vi løfte frem verdier som ømhet og hengivenhet.

Seksualundervisning foregår ikke bare i klasserommet – vi har alle et ansvar, og vi kan alle bidra. Både gjennom samtaler med våre ungdommer, og enda mer som rollemodeller.

Merknad: Ingen oppgitte interessekonflikter.

Referanser

- Frøyland, L. R, Lid, S., Schwencke, E.O. & Stefansen, K. (2023). *Vold og overgrep mot barn og unge. Omfang og utviklingstrekk 2007–2023*. NOVA Rapport 11/23. <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/11250/3083676/NOVA-Rapport-11-2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Kernberg, O. (1992). *Aggression in Personality Disorders and Perversions*. Yale University Press.
- Panksepp, J. (2004). *Affective Neuroscience*. Oxford University Press.
- Rostad, W.L., Gittins-Stone, D., Huntington, C., Rizzo, C.J., Pearlman, D. & Orchowski, L. (2019). The association between exposure to violent pornography and teen dating violence in grade 10 high school students. *Archives of Sexual Behavior*, 48(7), 2137–2147. <https://doi.org/10.1007/s10508-019-1435-4>
- Sex og samfunn. (2022). *Seksualundervisning i skolen. En kartlegging av elevers og læreres erfaringer og ønsker*. Rapport. <https://sexogsamfunn.no/wp-content/uploads/2022/02/Rapport-seksualitetsundervisning-i-skolen.pdf>