

# Reisning via Internett

TEKST

Reidar Ommundsen

Reidar Ommundsen

PUBLISERT 1. september 2007

---

PSY  
KOL  
OGI

Nederlandske forskere har brukt Internett for å behandle en gruppe menn seksuelle vansker, som tidlig sædavgang og problemer med å få reisning. Behandlingsresultatene er gode, men studien opplevde stort frafall.

I kjølvannet av det banebrytende arbeidet til seksualforskerne Masters og Johnson på 70-tallet er det blitt utviklet en rekke godt utprøvde behandlingsformer ved seksuelle vansker. Grunnprinsippene for denne typen behandling er blitt så standardiserte at en gruppe forskere i Nederland ønsket å tilby behandling til menn via Internett. Det er her tale om et behandlingsforsøk der terapien utelukkende skjer via e-post.

I forkant av undersøkelsen kontaktet forskerne en gruppe på 80 menn med seksuelle problemer. Forskere fryktet at det ved alvorlige seksuelle problemer kunne oppstå utilsiktede vansker ved å foreta behandling over Internett, derfor selekterte de bort menn som i tillegg til de rent seksuelle vanskene også hadde alvorlige psykiske problemer med sterk angst, depresjon eller andre sinnslidelser. Forskerne utelukket også menn som – ifølge en spørreskjemaundersøkelse – hadde store problemer i sine parforhold, i og med at parterapi ble regnet som mindre egnet for behandling via Internett. Og endelig selekterte forskerne bort menn som hadde store seksuelle forstyrrelser og sterkt avvikende seksuell atferd.

Etter denne utvalgsprosedyren satt forskerne tilbake med en gruppe på 40 menn. Disse hadde stort sett ganske enkle og avgrensede seksuelle problemer: 20 led av impotens, altså problemer med å få, eller opprettholde, reisning, 10 slet med for tidlig sædavgang. De resterende 10 hadde ulike problemer som for eksempel manglende orgasme, eller rett og slett angst for sex.

Hver enkelt av de 40 fikk tilsendt en rekke e-postmeldinger der det var vedlagt noen standardiserte instruksjoner knyttet til øvelser som erfaringsmessig virket godt på akkurat deres spesielle problemer. I tillegg ble det via e-post gitt enkel individuell veiledning og tilbakemelding som svar på de rapportene mennene sendte inn angående virkningen av øvelsene, og hvilke problemer de eventuelt erfarte i den forbindelse. Dessuten besvarte mennene – fortsatt via e-post – spørreskjemaer forut for og etter behandlingsforløpet. Behandlingen strakte seg over tre måneder, med fire til fem epostmeldinger per måned.

Forsøket viste seg å være bare delvis vellykket. Den negative siden av resultatene besto særlig i det store frafallet av deltakere underveis; faktisk var det bare 21 av de 40 som fullførte hele behandlingen. Det viser seg altså i første omgang at nett-terapi ikke er hele løsningen når man skal hjelpe menn med denne typen, ganske utbredte, problemer. Mange kan trolig bare hjelpes gjennom personlig kontakt med en terapeut. Den gode nyheten er at de 21 som fullførte terapien via e-post, også kunne rapportere at bedringen holdt seg etter tre måneder. Det gjaldt spesielt dem som hadde slitt med å få reisning. Men det var også en klar positiv effekt blant de mennene som hadde for tidlig sædavgang og andre problemer. Dessuten rapporterte gruppen som helhet om vesentlig mer tilfredshet med seksuallivet og livet for øvrig. De fem nederlandske forskerne bak denne undersøkelsen sier seg tilfredse med resultatene og mener at nett-terapi for vanlige seksuelle problemer fortjener mer omfattende utforskning i dagens nettbaserte samfunn.

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 44, nummer 9, 2007, side*

**TEKST**

**Reidar Ommundsen**

**Reidar Ommundsen**