

Seksualitet får mer plass i pårørendearbeidet

- Vår erfaring er at det å kunne snakke om seksualitet og intimitet ofte er en hjelp i seg selv. Det er derfor viktig å åpne opp for temaet i samtaler med pårørende, sier Finn Christensen ved familievernkontoret i Sør-Rogaland.



Christensen er utdannet sexolog og jobber som familieterapeut og sexologisk rådgiver ved familievernkontoret i Stavanger.

“ Å sette ord på sin seksualitet overfor en lyttende fagperson, kan i mange tilfeller hjelpe bare det.

– Jeg jobber mye med par og seksualitet, som jo ofte er en utfordring i parforhold enten det dreier seg om sykdom og helseutfordringer eller ikke, sier han.

Å snakke om det, hjelper

For mange par er det å snakke om disse tingene en hjelp i seg selv.

– Mange har aldri snakket med andre om dette. Å sette ord på sin seksualitet overfor en lyttende fagperson, kan i mange tilfeller hjelpe bare det, er Christensens erfaring.

“ Vi ser at seksualitet og intimitet er ting vi må ta tak i.

Han har flere ganger undervist familieterapeuter ved ulike familievernkontor i forhold til hvordan de kan trekke inn seksualitet som en naturlig del når de samtalen med par. I begynnelsen av mai var det fagpersonellet ved Pårørendesenteret som fikk lære mer av Finn Christensen.

– Vi ser at seksualitet og intimitet, enten det gjelder tap av lyst når sykdom krever omstilling, når foreldre opplever at barn er på leit etter kjønnsidentitet eller når det gjelder vold og overgrep i tilknytning til seksualitet og sykdom, er ting vi må ta tak i, sier Unn Birkeland, daglig leder ved Pårørendesenteret.

Lystproblematikk en gjenganger

Pårørendesenteret har fått støtte av Helsedirektoratet til å heve kompetansen på området, og undervisningsopplegget med sexolog Christensen ved familievernkontoret i Sør-Rogaland er et første skritt på veien.

– Seksualitet, nærhet og intimitet er temaer vi må ha større fokus på både på Pårørendelinjen og på nettsidene våre, fortsetter Birkeland.

“ Det å snakke om seksualitet og intimitet gir

helsefremmende effekter både fysisk og psykisk.

– Når jeg går i gang med parterapi kan det handle om flere ting ved seksualiteten. Det kan være kommunikasjonen om bestemte historier som berører traumer eller svik, mangel på lyst eller intimitet og seksualitet som sådan. Lystproblematikken er kanskje det største problemet, sier Christensen og viser til den store danske undersøkelsen «Prosjekt SEXUS»:

Helsefremmende

–Resultatene fra undersøkelsen viser at det å snakke om seksualitet og intimitet gir helsefremmende effekter både fysisk og psykisk, sier han.

–At Pårørendesenteret ønsker å inkludere dette som naturlige elementer i sine samtaler med pårørende, er derfor svært viktig.

Ifølge sexologen har det skjedd mye på dette området bare i løpet av de ti siste årene.

– Det er langt mer vanlig i dag enn for ti år siden å snakke med par om intimt liv. Familieterapeutene er blitt mye flinkere til å innlemme dette i samtalene sine, sier han.



Tekst:

Bethi Dirdal Jåtun

Journalist