

ARBETSGRUPPEN FÖR UTBILDNING OCH HANDLEDNING
Högbergsgatan 59 B
118 26 Stockholm

UNGDOMAR OCH SEX

OM VÄRDERINGAR, UTVECKLING OCH UNGDOMSMOTTAGNINGEN

Specialarbete Grundläggande Psykoterapiutbildning 2005-2007

Handledare: Gunnar Windahl

Torgny Fält
Hallandsgatan 32
118 57 Stockholm
08 70 20 468
torgny.falt@comhem.se

Innehåll

Sammanfattning	sid. 3
Inledning	sid. 4
Frågeställningar	sid. 5
Metoder	sid. 5

Kapitel 1

Ungdomars sexualitet i ett samhällsperspektiv	sid. 6
Ungdomsmottagningen	sid. 6
Att hantera sexualiteten i det tjugonde århundradet	sid. 6
Värderingar bland personalen på ungdomsmottagningen	sid. 7
Ungdomars sexualvanor	sid. 9

Kapitel 2

Den psykosexuella utvecklingen	sid. 12
Lichtenbergs motivationssystem	sid. 12
Det sensuella och sexuella motivationssystemet	sid. 14

Kapitel 3

Adolescensen och den sexuella utvecklingen	sid. 18
Kroppen	sid. 18
Samspel och autonomi	sid. 19
Utvecklingsdomäner enligt Stern	sid. 21

Kapitel 4

Självpsykologisk praktik	sid. 24
Skamkompassen	sid. 27

Kapitel 5

Diskussion	sid. 29
Exempel från Ungdomsmottagningen	sid. 30
Gruppsamtal	sid. 30
Två tonårstjejer	sid. 31
Unga mäns sexuella svårigheter	sid. 35
Slutdiskussion	sid. 36

Litteraturlista	sid. 38
-----------------	---------

Sammanfattning

Denna studie handlar om ungdomars psykosociala och sexuella utveckling. Exempelen är hämtade från en ungdomsmottagning i Stockholm.

Ungdomars sexuella uttryck kan inte isoleras från det samhälle de lever i. Attityder och livsstilar förändras ständigt och ser olika ut i olika tider och samhällen. Bra sex beskrivs idag som lustfyllt, skönt, ömsesidigt, spännande och det skall också finnas respekt, vilja och nyfikenhet. Mycket viktigt är att ungdomarna tar eget ansvar och sätter gränser. Bra sex sammankopplas också till en relation som ger självkänsla.

Detta ställer nya krav på ungdomarnas utveckling, förmåga att göra egna val och att ta ansvar. Det leder till behov av professionellt stöd och rådgivning om sex och samlevnad. Ungdomsmottagningen har här en viktig roll att spela för ungdomar i allmänhet och dem vars utveckling hindras av olika svårigheter i synnerhet.

Enligt självpsykologisk teori är det sensuella/sexuella motivationssystemet ett av flera samverkande motivations- och behovssystem. Sexualiteten utvecklas ur sensualismen hos det lilla barnet i samspel med föräldrar och andra nära personer. I adolescensutvecklingen gör kroppens mognad att nyfikenhet och intresse för sex och kärlek växer. Ungdomars sökande efter kompetens på detta område är sammanflätat med andra motivationssystem som anknytning, utforskande, förmåga till självständighet och att reglera avstånd till andra. Ökad kompetens leder till större självkänsla. Enligt självpsykologin spelar affekten en huvudroll för individens motivation och känsloliv. Affekten skam är en reaktion som följer av förbud och avståndstagande inför en positiv känsla. Starka skamkänslor är ofta förknippade med svårigheter på det sexuella området och kan ta sig olika yttringar som blyghet, att stänga av sin kropp från positiva känslor och att bete sig destruktivt mot sig själv eller andra.

Ungdomars utveckling sker i olika steg. Den kroppsliga utvecklingen och känslan av att hänga samman föregår förmågan att styra sina handlingar. Språket utvecklas och den unge lär sig att se sitt liv i ett sammanhang både bakåt och i relation till kamrater och samhälle. Ungdomars nära relationer till kamrater och kärlekspartners utvecklar förmågan till samspel och empati. Relationerna och samspelet med föräldrarna innebär ibland uppror och överdrifter men också stöd och uppmuntran att möta krav och förväntningar.

Den självpsykologiska inriktningen av psykoterapi där samspel, empati och sökande efter kompetens är viktiga begrepp och kan ge värdefulla bidrag för att förstå ungdomars utveckling. Den ger också bra redskap för stöd till ungdomar med psykosociala eller sexuella svårigheter. Självpsykologin förespråkar ett mjukt, empatiskt och pedagogiskt förhållningssätt mellan psykoterapeut och patient. Detta är lika viktigt i sex- och samlevnadsrådgivning.

Inledning

Arbetet som kurator på en ungdomsmottagning innebär bl.a. att ge stöd till ungdomar i deras psykosociala utveckling. Ett kärnområde för ungdomsmottagningarna handlar om sexualitet och samlevnad.

Jag möter i mitt arbete som kurator på en ungdomsmottagning ungdomar från 12 – 23 år med olika frågor om hur de kan utveckla ett njutbart, roligt och framförallt för självkänslan stärkande sexuellt liv. Jag arbetar i en Stockholmsförort med en stor andel ungdomar som antingen själva är födda utomlands, eller har föräldrar med en annan bakgrund än den svenska. Samhället där jag arbetar är på alla sätt mångkulturellt. Ungdomar möts med olika bakgrund. Vänskap och kärleksrelationer ger ungdomarna stora erfarenheter om hur man kan överbygga olikheter och skilda värdesystem.

En samtalskontakt hos kuratorn föregås ofta av någon svårighet för den unge. Det kan handla om familjeproblem, att den unge för en period tappat livsgnistan i samband med arbetslöshet eller att man är missnöjd med sig själv och sin kropp. Samtalen kan också handla om svårigheter eller problem kring sexualiteten. Konflikter, svårigheter och problem existerar både på en inre nivå och i relation till omgivning och samhälle.

I samhället har det blivit accepterat att ungdomar har ett aktivt sexliv. Sex för njutnings skull har blivit norm och antalet sexualpartners har enligt många sexualupplysare under de senaste åren ökat bland de unga. Tidigare generationer och föräldrar med andra värdesystem hade och har ofta andra synsätt på ungdomssexualitet. I samhället finns olika normsystem för var och när sex är tillåtet. Dessa normsystem kan ses som sociala konstruktioner och sammanhänger med samhällets normsystem. Det kan handla om synen på kön och relationer mellan könen, syn på ungdomstiden, syn på familjen, värdering av kärlek etc. Sex kan man ha av olika skäl; t.ex. för familjebildning inom äktenskapet, för barnalstring, av kärlek, av lojalitetsskäl, för pengars skull, eller för njutnings skull. Ungdomstiden har visserligen utsträckts och det kan verka som att ungdomar idag har mer tid än förr för sin utveckling. Dock känner sig många stressade av alla krav och normer för hur de skall vara för att leva upp till förväntningar och samhällsnormer. Hur ser förutsättningarna ut på det psykologiska planet att leva upp till dessa förväntningar och krav?

Till ungdomsmottagningen där jag arbetar söker sig ungdomar med frågor som handlar om sex. Det kan finnas en längtan efter sexuell njutning tillsammans med någon. En del har svårigheter att nå sin längtans mål. Ibland presenterar ungdomar något problem. För tidig utlösning, erektionsproblem, samlagssmärter, blyghet och svårighet att hitta en partner samt skuld och skam gentemot föräldrar och släkt är vanliga problem. De fysiska besvären beror mycket sällan på någon rent fysisk sjukdom eller avvikelse. Bakom de presenterade problemen är det ofta uppenbart att andra svårigheter och problem finns. Det kan handla om rädsla för närhet, dålig kroppskännedom, konflikter med föräldrars och andra vuxnas normsystem eller sviter efter övergrepp. Ofta handlar svårigheterna om att det finns en dålig samklang mellan den egna utvecklingen och vad som förväntas. Det kan också vara svårt för den unge att få ihop olika behov såsom behovet av närhet med behovet av autonomi och sexualitet. Det kan också finnas en förvirring mellan behovet av sensualism och sexualitet.

Min syn på ungdomstiden är att det är en period för intensiv utveckling. Många svårigheter och negativa känslor hör perioden till. Den sexuella driften blir på kort tid stark och tidvis förvirrande. Kroppskännedom och självreglering är centralt i början av tonårstiden. Affekter

som ilska, sorg och skam, kan ligga i vägen för mer positiva upplevelser av nyfikenhet, glädje, stolthet och växande självkänsla.

En vanlig svårighet för unga människor är förmågan att vara intim med en sexualpartner. Det kan t.ex. vara mycket pinsamt och oroligt att vara naken tillsammans med en annan. Intimiteten kan för många vara förknippat med glädje och stolthet men för andra väcker det negativa affekter som, rädsla, skam eller avsmak. Att känna genans gör nog de flesta unga tonåringar i intima situationer och ingår i normalutvecklingen. Men ibland väcker den intima sexuella situationen eller till och med tankar om intimitet så starka negativa känslor att det blir ett stort problem för den unge. För en annan ungdom kan intimiteten och närheten kännas lätt men att samtidigt få ”sexet att fungera”, som beskrivs i veckotidningen eller i kompisens berättelser, kan kännas omöjligt. Detta är ett exempel på hur svårt det kan vara att få ihop olika delar av sig själv och sina känslor. Hur kan man använda självpsykologisk teori och metod för att förstå sådana problem och svårigheter?

Inom självpsykologi betonas utveckling. Utvecklande av kompetens är ett sätt att beskriva växande. Psykoterapiens uppgift är att arbeta med det som hindrar utveckling så att det spontana växandet får plats. Hur kan man överföra denna idé till Ungdomsmottagningens värld.

Frågeställningar

- Vilka värderingar finns i dagens Sverige när det gäller ungdom och sex?
- Hur sker den sexuella utvecklingen hos barn och ungdomar?
- Hur kan man förstå ungdomars utveckling och sexualitet utifrån olika självpsykologiska tankegångar?
- Hur kan man använda dessa teorier på en ungdomsmottagning?

Frågeställningarna ovan befinner sig alltså på olika nivåer. Anledningen till att jag väljer detta breda perspektiv är att jag anser att ungdomars utveckling alltid måste ses i relation till det samhälle där de växer upp. Ungdomars utvecklingsuppgifter blir annorlunda i ett traditionalistiskt och hierarkiskt samhälle än i ett modernistiskt individualistiskt västerländskt samhälle. Dagens samhälle ställer sannolikt större krav på individuell reglering och behovstillfredsställelse än förr. Eftersom jag hämtat många exempel från ungdomsmottagningens värld blir det naturligt att söka praktiska användningsområden för de utvecklingspsykologiska teorier som presenteras.

Metoder

Detta arbete bygger på erfarenheter från mitt arbete på en ungdomsmottagning. Jag har känt ett behov av att fördjupa mina teoretiska kunskaper om ungdomars psykologiska och sexuella utveckling. Uppsatsen bygger både på litteraturstudier och egna observationer från mitt arbete. Jag har beskrivit en gruppsammankomst som arrangerades i samarbete med en grundskola och en djupintervju med två 17-åriga flickor. De intervjuade ungdomarna har godkänt att jag använder materialet i denna uppsats. Ett stort tack vill jag ge till er som delat med er av era berättelser.

Kapitel 1.

Ungdomars sexualitet i ett samhällsperspektiv

Ungdomsmottagningen (Um)

Ungdomsmottagningarna är i dag väl etablerade i samhället och mycket väl besökta. Mottagningarna vänder sig till alla i åldern 12 till cirka 23 år. Fokus ligger på sex- och samlevnadsfrågor, reproduktiv hälsa samt psykosocialt stöd. På mottagningarna arbetar barnmorskor, kuratorer och läkare. De vanligaste besöksorsakerna är preventivmedel, oro för könssjukdomar, frågor om könet, sexualitet, kärleksrelationer och självkänsla samt familjerelationer och sociala frågor. Till kuratorn kommer ungdomar för att få samtalsstöd. Den framväxande identiteten står i centrum för samtalen. Den unge frågar sig: vem är jag, var kommer jag ifrån, vart ska jag? Samtalen kan handla om känslor inför kroppen, inför sin sexualitet och hur man kan finna en partner. Det kan också handla om familjerelationer, konflikter och hur man i det inre och yttre kan hantera sina nära relationer. Samtalen handlar också ofta om framtiden, vad man strävar emot och vågar hoppas på. Gränsdragningen mot psykiatri och socialtjänst är viktig. Um har en uppgift att förmedla vidare behov som ligger inom andra verksamheters ansvarsområden. Um skriver inga psykiatriska diagnoser och har ingen beslutanderätt som gäller sociala insatser enligt socialtjänstlagen. En viktigt samarbetspartner är skolan som skickar sina skolklasser till Um för studiebesök och gruppsamtal. Um:s uppgift är att främja hälsa hos ungdomar inom det sexuella och psykosociala områdena. Det handlar om att stöjda utveckling hos ungdomar snarare än att behandla psykiska störningar eller att åtgärda sociala problem.

Den första ungdomsmottagningen i Sverige startade 1970 i Borlänge. Utbyggnaden av mottagningarna och utvecklingen av dagens breda verksamhet har skett de senaste 10-15 åren. Um når ofta alla ungdomar genom besök av skolklasser och genom att inte sätta gränser mellan normalitet och avvikelse. Att besöka Um på egen hand för samtal räknas, enligt min erfarenhet, inte som något stigmatiserande utan ses som ett naturligt sätt att söka stöd av någon utomstående vuxen. Ungdomsmottagningen är alltså ett mycket viktigt ställe för ungdomar att samtala om intima sidor i livet och frågor som handlar om självkänsla. Men sexualiteten och självkänslan är inte något som är fritt från normer och värderingar. Diskussioner förs ofta med ungdomarna som uppmanas att tanka själva och ta ställning i olika frågor både om sig själva, om nära relationer och i samhällsfrågor.

Att hantera sexualiteten i det tjugonde århundradet

Emma Vretblad skriver i uppsatsen *Att hantera sexualiteten i det tjugonde århundradet* (2006), om hur normer kring sexualitet förmedlas från personal (kuratorer) till ungdomar på några ungdomsmottagningar i Stockholmsregionen. Studien genomfördes hösten 2005. En tes som uppsatsen bygger på är att dessa normer avspeglar centrala värderingar i det svenska samhället. Frågor som ställs i uppsatsen är:

1. Hur arbetar personalen med sexualrådgivning?
2. Vilka normer om ungdomssexualitet ger de uttryck för?
3. Hur ser personalen på sin roll som rådgivare till ungdomar?

En av de teoretiska utgångspunkterna i uppsatsen är att se sexualitetens uttryck och värderingar om sex som sociala konstruktioner. Sexualitetens uttryck skiljer sig mycket mellan olika samhällen och tidsepoker. Även inom ett samhälle har olika grupper mycket skilda praktiker och värderingar kring sexualiteten. Man kan till exempel som tankeexperiment jämföra vad en frikyrkoförsamling i Jönköping säger om vad som är god

sexualitet med vad som sägs i den unga quer-rörelsen. (min kommentar) Ändå finns nog centrala värderingar som bildar samhällets hegemoni.

Socialantropologen Bronislaw Malinowski har format en teori om hur barn och unga stegvis lär sig att hantera sin sexualitet. Han studerade invånarna i en ögrupp i Mellanesien om hur normer överförs från de vuxna till barn. Han fann att ”de kulturella normerna och reglerna, vilka påverkar de sexuella uttrycken är funktionella. De ser till att de mänskliga behoven, t.ex. att få utlopp för sexuella lustar, tillfredställs på ett sätt som passar i det samhället.” Enligt detta synsätt socialiseras barn och ungdomar att känna, tänka och bete sig på ett sätt som är önskvärt i samhället.

Den franske filosofen och strukturalisten Michael Foucault har i ”Sexualitetens historia” beskrivit hur samhället i olika tider sett på sexualiteten och genom olika trossystem, vetenskaper och institutioner i samhället försökt styra och förändra sexualiteten. Exempel härpå är kyrkan, läkarvetenskapen, psykiatrin, juridiken och pedagogiken.

Anthony Giddens har beskrivit sexualiteten i dagens moderna västerländska samhälle och pekar på en rad förändringar. Kärlek har ersatt ekonomi som grund för äktenskap. Preventivmedel har lett till att sexualiteten frikopplats från barnalstring vilket möjliggjort kvinnans frigörelse från hemmet och möjliggörande av ett aktivare yrkes- och samhällsliv. ”...dessa förändringar har lett till ett annat sätt för människor att vara intima med varandra. Människors relationer har utvecklats från den gamla formen av äktenskap, ojämlika och bestående, till att bli mer vad han kallar ”rena”. Dessa bygger bl.a. på jämlikhet, ömsesidigt givande och tagande samt den enskildes autonomi. Om någon part inte får ut tillräckligt av relationen så är han/hon fri att bryta den. Även sexualitetens uttryck ser annorlunda ut. Människor har fler partners i livet, de har mer oralsex, onani rekommenderas som ett sätt att få njutning, sex har blivit ett viktigare inslag i människors liv”. (Vretblad, 2006, s. 25)

Många av dagens sexualrådgivare och forskare tar avstånd från att det finns en essentiell kärna i sexualiteten. Gisela Helmius visade i sin avhandling Mogen för sex att -80-talets samhälle sökte styra och konstruera sexualiteten genom normer om mognad och kärlek. Kärleken legitimerade då sexualiteten. Kärleksbudskapet spreds bland annat genom sexualundervisningen i skolan och ungdomsmottagningarna. Hur ser det då ut på dagens ungdomsmottagningar?
(Vretblad, 2006 s. 9-14)

Värderingar bland personalen på ungdomsmottagningen

I Vretblads uppsats framträder en delvis annan bild. Personalen på ungdomsmottagningarna är oftast positiva till att ungdomar har sex. Bra sex beskrivs som lustfyllt, skönt, ömsesidigt, spännande och det skall också finnas respekt, vilja och nyfikenhet. Mycket viktigt är att ungdomarna tar eget ansvar och sätter gränser. Bra sex sammankopplas också till en relation som ger självkänsla.

Kärleksbudskapet som dominerat i tidigare undersökningar har tonats ned och i intervjuerna framträder normen att det viktigaste syftet med att ha sex är njutning. Ytterligare en anledning är att lära känna sig själv och sin partner. Sex får inte användas för att få makt eller för att få kärlek där tjejen underordnas killen. Personalen försöker motarbeta de traditionella könsrollerna och istället försöker man lära tjejer att njuta. Som första steg uppmanar man till utforskande av den egna kroppen. I bakgrunden skymtar ungdomarna som lever i mer traditionella könsroller där tjejer ensidigt ställer upp för att tillfredställa killarnas behov och där unga par legitimerar sex med att vara kära.

Det egna ansvaret för sexualiteten syftar förutom njutning också till att skydda sig mot könssjukdomar och graviditet. Det är inte längre först och främst föräldrars och den traditionella familjens ansvar att skydda ungdomarna. Personalen anser att det är individens ansvar att skydda sig.

Killar och tjejer beter sig olika och därför ger man delvis olika råd. Tjejer uppfattas ibland som dåliga på att ta hand om sig och uppmanas att göra det mer. Tjejer beskrivs ofta som offer och killarna som aktiva och ibland som förövare. Man är dock glad över att tjejer idag tar för sig mer och att de har sex för njutnings skull vilket tidigare var killarnas privilegium. Killarna har också de senaste åren i något högre grad än tidigare börjat vända sig till kuratorn för samtal. Men fortfarande är killarnas besök på mottagningarna betydligt kortare och mer konkreta än tjejernas ofta långa samtal både med kurator och barnmorska.

Ömsesidigheten är en viktig norm som personalen försöker sprida. Om en tjej övertalas av en kille till sex blir det ofta fel efteråt. Många ångrar sig efteråt men ser sig ändå som ansvariga för vad de gjort, hellre än att se sig som offer även om killen varit övermäktig.

Ett exempel som ges är intervjuperson A:s berättelse: ”en flicka som berättade för mig att hennes kille försökte övertala henne att ha en trekant med honom. Och hon ville inte det. Och han tjatade och tjatade och så till sist så var hon liksom beredd att gå med på det.

När uppfattas då ungdomarna vara mogna för sex? I Helmius uppsats kopplas mognad ihop med kärleksidealet. Mogen för sex blev man när man var tillräckligt kär. Man skulle inte ge bort något så fint till vem som helst, hur som helst, man kanske ångrar sig efteråt då och första samlaget skall vara ett minne för livet. I Vretblads uppsats förknippas mognad med ansvar för sin sexualitet och njutning och förmåga att skydda sig själv och sätta gränser. Det sägs också att ungdomar verkligen måste vilja ha sex för sin egen skull. En av intervjupersonerna problematiserar dock kring detta då hon säger att vissa ungdomar som för ett destruktivt liv i övrigt och upplevt mycket otrygghet under sin uppväxt inte vet vad som är bäst för dem. Dessa ungdomar beskrivs istället som vilset sökande.

Men det är inte bara åldern som avgör mognaden. En del unga par beskrivs redan i 14-årsåldern som duktiga på att ta ansvar både för sin sexualitet och att skydda sig mot könssjukdomar och graviditet.

För att nå mognad uppmanas ungdomar att först träna på sig själva och att skaffa sig kunskap. Därefter bör de prova hångel och petting innan de har samlag. Några intervjupersoner tycker att ungdomar ibland har alldeles för bråttom, att de istället skall ta det steg för steg. De bör lyssna på sin kropp och inte pressa sig till något som inte blir så bra.

En av de intervjuade personerna från en ungdomsmottagning uttrycker det så här:

”F: Alltså tjejer kan ju komma och vara liksom arga på att kroppen inte vill. Dom vill ju, dom har lust. Dom har den här lusten som finns, den mentala lusten. Dom kanske har en lång relation. Men kroppen är inte med på det, alltså man får ingen upphetsning i kroppen. Man vill att det ska fungera och man vill ha sex, och då blir man liksom arg på att, och då handlar det ju mera om att prata om att kroppen är en del av sig själv. Kroppen är ju viktig och det kroppen säger är ju också någonting att ta på allvar. Och att lära sig att inte överträda den gränsen. Utan att lyssna på sin kropp och inte liksom pressa sig till nånting.” (Vretblad, sid. 44)

Denna beskrivning och rådgivning riktar sig till tjejer. Hur ser man då på killarnas roll och positioner? Oftast beskrivs deras destruktivitet som att de utsätter tjejer för saker som inte tjejerna vill. Killarnas destruktivitet kan också handla om sexmissbruk och att gå till prostituerade. Även svartsjuka nämns som ett problem som killar ofta har.

Sexuella problem, som ofta beskrivs som vanligare nu än förut, är samlagssmärter. Killarnas problem kan handla om för tidig utlösning eller ingen utlösning alls. Råden som ges av ungdomsmottagningspersonalen är att lära känna och lyssna till sin kropp, känna efter vad man vill och att onanera mera. (Vretblad, 2006 s.38-54)

Ungdomars sexualvanor i siffror

Hur ser då ungdomars sexualvanor ut i siffror. Vilka förändringar kan skönjas över tid? 1996 utgavs den första stora undersökningen av svenska folkets sexvanor sedan 1967 då undersökningen "Om sexuallivet i Sverige" av Hans Zetterberg kom. 1996 års undersökning Sex i Sverige byggde på Zetterbergs studie vilket gör att man kan jämföra materialen. När det gäller ungdomar och sex kan man skönja följande förändringar:

Enligt B. Lewin 1987 kan man i Sverige se två stora förändringar i svenskarnas sexualvanor. Den första skedde på 20-talet och den andra på 60-talet. Under dessa årtionden präglades samhället av starkt ekonomiskt framåtskridande och framtidstro. Detta förändrade människors värderingar. Den mest närliggande förändringen var på 60-talet då det talas om en sexuell revolution. P-pillret kom och aborter blev vanligare. Dagens abortlagstiftning dröjde dock till 1974 men praxis ändrades tidigare. Den nya tiden på 60-talet innebar att en modern ungdomskultur på allvar slog igenom inom mode, musik och livsstil. Utvecklingen medförde också att sexualvanorna bland ungdomar förändrades kraftigt. Debutåldern för första samlag sjönk både för killar och tjejer. Onanidebuten sjönk för tjejerna. På 90-talet hade mycket lite hänt. Debutåldern för första samlag låg på ungefär samma nivå som på 70-talet och attityderna till sex hade inte heller förändrats nämnvärt. Efter 1996 vet vi lite om ungdomarnas sexualvanor. Några större undersökningar har inte gjorts. Men det kan vara så att vi är inne i en ny stark förändring. Kanske har denna förändring att göra med det nya informationssamhället där media spelar en allt större roll. Ungdomars resvanor har förändrats och många tror att allt är möjligt bara man vill. Detta innebär säkert en större frihet men kan också innebära nya problem. Skillnaden mellan yttre vilja och förväntningar och de inre möjligheterna och begränsningarna kan skapa spänningar och förvirring. Kuratorer och barnmorskor jag talat med är överens om att ungdomar idag inte är lika hårda som tidigare med kärlekskravet för att ha sex. Detta gäller både den s.k. normativa moralen och den kvantitativa d.v.s värderingar i teori och praktik. Sex kan man ha idag för att det är spännande och för att man vill lära sig vilket kanske i början av ungdomarnas sexuella praktik är den viktigaste drivkraften. Man kan också ha sex för att få status, detta gäller särskilt killarna. Tjejerna får fortfarande mycket lätt dåligt rykte om de är lättfotade, särskilt de yngre tjejerna. Sex kan man också ha för ren njutning. Det är inte ovanligt att ungdomar i övre tonåren och däröver har en s.k. knullkompis. Det är också naturligtvis så att sexualvanorna förändras mycket för enskilda ungdomar över tid. Långa perioder utan partner kan följas av ett långt förhållande för att därefter avlösas av flera korta experimenterande sexuella kontakter. På samma sätt kan ett kamratligt sexuellt förhållande övergå i ett längre kärleksförhållande med trohetskrav.. (Folkhälsoinstitutet, 2000)

Här följer några tabeller som beskriver ungdomars sexualvanor:

Ålder för första onani

Åldersgrupp	Median	
	Kvinnor (n=1159)	Män (n=1412)
18-24 år	14,5	13,0
25-34 år	14,1	13,2
35-49 år	15,7	13,3
50-65 år	21,5	13,6
66-74 år	- *	14,6

*Andelen med onanierfarenhet uppgick till endast 35%

(Tabell ur ”Sex i Sverige” FHI 1998, sid 152. Datainsamlingen skedde 1996)

Ålder för första orgasm

Åldersgrupp	Median	
	Kvinnor (n=1159)	Män (n=1412)
18-24 år	16,4	13,3
25-34 år	15,9	13,4
35-49 år	17,9	13,4
50-65 år	18,9	13,9
66-74 år	20,3	14,6

(Sex i Sverige”, 1998, sid. 155)

Ålder för första samlag

Åldersgrupp	Median	
	Kvinnor (n=1159)	Män (n=1412)
18-24 år	16,5	16,8
25-34 år	16,1	16,9
35-49 år	16,4	16,6
50-65 år	17,7	17,1
66-74 år	19,0	18,0

(Sex i Sverige”, 1998, sid. 150)

Som nämnts tidigare skedde inga större förändringar avseende ungdomars sexualvanor mellan 1970-talet och mitten av 1990-talet. För män har inga dramatiska förändringar skett överhuvudtaget. Kvinnors inställning till sin egen sexualitet, särskilt till onani har dock förändrats. För kvinnor födda på 20 och 30-talen var onani ovanligt. Män har alltid undersökt sin kropps sensationer genom onani och har också haft lättare att få orgasm. Därigenom har kvinnor traditionellt sett lärts upp av män. Detta kanske nu håller på att ändras. Unga kvinnor lär sig idag mer om sin kropp och att njuta på egen hand. Detta leder sannolikt till mera jämställdhet mellan män och kvinnor.

Olika undersökningar visar också på andra variablers betydelse för sexualvanor bland ungdomar. En sådan är klassbakgrund, en annan är kulturell bakgrund. Den mest särskiljande

variabeln är dock kön, därefter kommer klass. Fanny Ambjörnsson beskriver i avhandlingen ”I en klass för sig” hur två grupper av tonårsflickor handskas med sexualiteten både i praktiken och värdemässigt. Den ena gruppen går i en yrkesinriktad utbildning och den andra i ett teoretiskt program. Ungdomarnas attityder skiljde sig avsevärt. Att utsätta sig för sexuella risker och att inte skydda sig med preventivmedel och därmed göra abort är något vanligare i områden med lägre inkomster och utbildningsnivå. Flickorna på det yrkesinriktade programmet hade också en mustigare jargong i förhållande till sex än medelklassflickorna. Jargongen användes för att bemästra och få kontroll över sexualiteten i en utsatt position. (Ambjörnsson, I en klass för sig, Ordfront, 2003)

Ungdomar och särskilt flickor som är uppväxta i hem med starkt religiösa och/eller patriarkala strukturer löper risk för förtryck då de inleder kärleksförhållanden och gör sexuella handlingar. De tvingas också bära på inre konflikter bestående av stora skillnader i värderingar mellan den dominerande samhällsnormen om sex för kärleks- och njutnings skull och traditionella värderingar om att sex endast hör hemma i äktenskapet. (Länsstyrelsen i Stockholm rapport 2002:13, FHI 2000, sid 21-28,)

Kapitel 2

Den psykosexuella utvecklingen

Jag kommer i detta kapitel diskutera sexualiteten ur ett självpsykologiskt perspektiv. Traditionella psykodynamiska teorier bygger vidare på Freuds driftsteori där Libido och Tanatus (dödsdriften) står som de två krafter som ger bränsle åt barnets och ungdomens utveckling. Objektrelationer och det oedipala dramat är centrala element när åtrå och kärleksrelationer utvecklas.

Centrala teorier och föregångsgestalter för Lichtenberg är Tomkins och Kohuts affektteorier samt Daniel Stern som utifrån spädbarnsforskning utvecklat sin självpsykologi. Lichtenberg har utvecklat en teori om motivationssystem som drivkrafter för individens utveckling. Jag kommer att kortfattat beskriva dessa system. Min koncentration finns på det sensuella/sexuella motivationssystemet. Centralt i detta system är föräldrarnas gränssättning mellan sensualism och sexualitet hos barnet. Härigenom beskrivs den tidiga socialisationen på sexualitetens område. Detta anknyter till mitt sociologiska avsnitt om värderingar som handlar om sex och hur dessa värderingar överförs från vuxna till barn. Skammen som affekt har en central roll när värderingar förmedlas.

Lichtenbergs motivationssystem

Joseph Lichtenberg är psykoanalytiker och till viss del även spädbarnsforskare. Han är en av dem som under de senare årtiondena utvecklat självpsykologi och intersubjektiv teori. Affekterna spelar en mycket stark roll i Lichtenbergs teoribygge.

Motivationssystem är uppbyggda för att tillgodose och reglera grundläggande behov. Varje system motsvarar ett grundläggande behov hos individen. De fem systemen är:

1. Behovet av psykisk reglering av fysiologiska behov
2. Behovet av anknytning och senare anslutning (tex. grupptillhörighet)
3. Behovet av undersökande och hävdelse.
4. Behovet att reagera motvilligt genom motstånd och undandragande.
5. Behovet av sensualism och sexualitet.

Psykisk reglering av fysiska behov

Den traditionella psykoanalysen hävdar att denna är sammanflätad med utvecklingen av objektrelationer. Lichtenberg anser att detta motivationssystem har en självständighet. Behovet av sömn, mat, värme mm. rättfärdigar sig själv. Men den psykiska regleringen kan störas av brister i barnets samspel med sina nära omsorgspersoner, ex föräldrarna. Detta samspel benämns stegvis: idealisering, spegling och alter ego erfarenheter. I detta samspel där affekter spelar en stor roll bildas självobjektserfarenheter. Om dessa är störda t.ex. i samband med mat kan ätstörningar senare uppkomma.

Anknytning och anslutning

Anknytning är ett grundläggande behov för barn. Barnet söker som ett eget subjekt kontakt och samspel med sina föräldrar och andra omsorgspersoner redan från födelsen. Detta har visats i spädbarnsforskningen. Självobjektserfarenheter spelar en stor roll för barnets utveckling. Anknytningen och samspelet sammanhänger med glädje och intimitet. Anknytningsmönster bildas i slutet av första levnadsåret såsom tidigare beskrivits av Bowlby och Ainsworth. Dessa mönster grupperades som trygg, otrygg, ambivalent och kaotisk. Mönstren kan dock skifta mellan olika relationer tex. mamma och pappa. Anknytningen till mamman och sökande efter uppmärksamhet kan paras med affekterna och beteendena ilska,

gråt och undvikande. Med fadern kan anknytningen paras med nyfikenhet och glädje, vice versa. I ett annat fall kan anknytningsmönstret till vårdare vara undvikande pga. rädsla. Ainsworth har kritiserats för att använda anknytningsbegreppet alltför statiskt. Anknytning är inte ett system som används i det inre. Anknytningen finns mellan personer och dynamiken sker i samspelet. Därför är anknytning något föränderligt i ständig rörelse.

Ett mycket viktigt begrepp som rör anknytning är intoning. Detta begrepp har utvecklats av Daniel Stern och beskriver förälderns inkännande och avläsande av barnets behov och känslöstämning. Intoningen är mycket viktig för empatin.

Så småningom utvecklas barnets anslutning till grupper av jämnåriga, till exempel syskon. Längre fram i livet känner vi anknytning till grupper som vi känner gemenskap med kanske pga. gemensamma värderingar. Empatin kan utvecklas till sympati och solidaritet med grupper som har större eller andra behov än de egna.

I kärleksrelationen finner vi en djup form av anknytning. Anknytningen kan förenas med sensuella och sexuella känslor

Systemet för utforskande och hävdelse

Lichtenberg avvisar psykoanalysens traditionella tes att sexualiteten och aggressiviteten är de primära drivkrafterna för mänsklig utveckling. Han hävdar att det finns ett självständigt system för nyfiket utforskande av världen. Människor intar olika positioner och tar ställning för tex. moraliska värden och driver dessa. Systemet för utforskande och hävdelse kombineras av affekterna nyfikenhet, glädje och stolthet. Upptäcktsresande, kolonialism och imperiebyggande hämtar kraft ur detta motivationssystem. Att lära sig om främmande kulturer, resa och att ta ställning i olika rättvisefrågor är utslag av samma kraft. Systemet kan naturligtvis också kombineras med det sexuella sensuella motivationssystemet. Ungdomar som kommer till ungdomsmottagningen är ofta nyfikna och söker kunskap om kroppen, sex och relationer. Om de bara var sugna på sex skulle de strunta i kunskapen kring och erfarenheter av relationer. Istället skulle de enbart rusa runt på jakt efter ny tillfredsställelse. Att gå i psykoterapi och undersöka sina inre motiv och förändringsmöjligheter är ett annat yttrande av denna motivkraft. (Lessen, 2005)

Systemet för avståndstagande

Lichtenberg väljer termen aversion istället för aggression för att poängtera att systemet primärt är till för att skydda självet från hot utifrån. Två responsmönster finns: antagonism (aggression) och undandragande. Motsvarigheten inom etologin är kamp – flyktreaktioner. Aggressionen syftar till vilja och makt medan undandragandet syftar till att sätta individen i skydd och säkerhet. Antagonismen inkluderar ilska, raseri, hat, avund, förakt, nedlåtenhet och fysiskt våld. Manifestationer av undandragande är ledsenhet, rädsla, skam, förlägenhet, förödmjukelse, att vara sårad, pessimism och depression.

Syftet med systemet är att skydda individen. Vi ser ofta skam och depression som onödiga genom att de verkar så energifattiga. Men undandragandet är ett mänskligt sätt att skydda individen från stress, för höga krav eller attack från en övermäktig motpart. På kärleksområdet kan det vara klokt att dra sig tillbaka efter ett långt förhållande där man inte mått så bra. Personen kanske är rädd att bli sårad på nytt och är förvirrad efter alla missförstånd. Det kan finnas behov av att dra sig tillbaka för att hitta igen sig själv innan man inleder ett nytt förhållande.

För den som lever i en relation kan systemet för avståndstagande vara ett sätt att reglera avstånd till sin partner. Man känner sig kanske inte lyssnad på eller blir utnyttjad. Aggressionen kan användas för att ta mer plats. Om man känner sig invaderad av den andra finns behov av att dra sig tillbaka. Att reglera närhet-avstånd sker dagligen också i mindre dramatiska former och styrs av detta system. (Ibid)

Det sensuella sexuella motivationssystemet

I klassisk psykoanalytisk teori stod detta system för det dominerande systemet för barnets utveckling. I Lichtenbergs tänkande är det bara ett av de fem systemen. I det freudianska tänkandet var det drivkraften bakom det orala, anala, falliska och genitala stadierna. Sensuella och sexuella hämningar och konflikter låg bakom det mesta av psykopatologiska störningar. Enligt Lichtenberg och andra självpsykologer ses konflikter och brister inom en individ som samspelsproblem mellan barnet och omsorgspersonerna och i barnets sociala omgivning. Samtidigt vill inte Lichtenberg undervärdera sensuella och sexuella behov. De är starka behov och motivkrafter. Lichtenberg skiljer mellan sensuella behov hos barn från sexuella. Barn har behov av att känna sig sensuella i sina rörelser och i närhet till sina föräldrar, syskon och kamrater. (Ibid)

Kommentar:

De sensuella sexuella motivkrafterna samverkar med andra motivationssystem. Ibland hamnar de i konflikt. Exempel från de ungas värld ofta återberättas ofta på ungdomsmottagningen: En ung man längtar efter närhet och sex med en partner. Han är dock rädd att inte kunna hävda sig på det sexuella området, han vet inte hur man gör och är rädd att misslyckas. Systemet för avståndstagande sätts igång. Han drar sig tillbaka, blir blyg men drömmer i ensamhet om en tjej att förverkliga sina sexuella fantasier med. Då han blivit avvisad känner han skam. I ensamheten kan han ta igen de sexuella behoven genom onani och pornografi. Detta leder i längden till ensamhet och han känner behov av revansch. Tillsammans med kompisarna stärker han sin självkänsla som ung man och gör så småningom ett försök och blir till sist tillsammans med en tjej. I sin ensamhet har han dock laddat sina sensuella närhetsbehov med sexuella känslor och han är fortfarande rädd för närhet. Han söker sex men undviker närhet. Tjejen upplever att han bara vill utnyttja henne. Empatins brister och förhållandet tar slut. Ett nära sexuellt förhållande kräver självkänsla och stolthet. I ett ömsesidigt samspel kan detta växa. Med manliga förebilder där han blir sedd i alla sina sidor kan han utveckla kinship (identifikation genom igenkänning) för att stärka sig och så småningom få ihop sina motstridiga motivationssystem.

Det sensuella och sexuella motivationssystemet, fördjupning

Lichtenberg har bland annat genom barnobservationer utvecklat en teori hur sexualiteten utvecklas i samspelet med föräldern och jämnåriga. Affekten skam har en central reglerande funktion. Lichtenberg hävdar att sexualiteten inte bara är en produkt av den medfödda sexuella driften. I samspelet mellan föräldern och barnet spelar kroppsminnen en mycket stor roll för barnets och föräldrarnas samspelsmönster. I matningen, i närheten, i ögonkontakten och rörelserna utvecklas sensuella känslor hos barnet. När barnet blir avvisat känner det skam, drar sig tillbaka men känner också längtan tillbaka. I denna längtan föds en spänning som genom stigande ålder och krav på att klara sig själv utvecklas till sexuell längtan. Sensualism är närhet genom samspel. Sexualiteten utvecklas ur sensualismen. Genom moraliska förbud och avvisanden där skammen spelar en stor roll avskiljs sexualiteten från sensualismen.

Sensualism är aldrig förknippad med skam. Lichtenberg ger ett exempel på denna tidiga process utifrån sin dotter och hennes son. Tre scener beskrivs:

1. Förlossningen. Dottern och hennes man hade bjudit in sin pappa morfar Lichtenberg som stöd i andningstekniken bl.a. Den nyfödda skrikande sonen Sammy räcktes först till morfar som med varsam hand lyckades få ner skrikandet till ett gnyende. Han räckte pojken till mamman som ombads amma från den första bröstmjölken, pojken lades på bröstet, som genast slutade skrika då han hörde moderns hjärtljud och kände närheten mot hud och bröst. Barnet tog bröstvårtan och började suga varpå modern log lyckligt, leendet spred sig till morfar och pappa. Exemplet innehåller mycket samspel och intoning. Naturligtvis är det ett starkt exempel på sensualism men också på anknytning. Den första anknytningen mellan barn och mamma där barnet känner igen mammans hjärtljud och kan fortsätta sin samhörighet i det nya livet som redan fanns i moderlivet. Anknytning fanns också mellan morfar Lichtenberg och hans dotter och man. Exemplet beskriver också den första självregleringen; andas, skrika, gny, söka bröstvårtan och att öppna munnen, suga och svälja.
2. Vid 3 månaders ålder hade mor och son utvecklat en stabil amningsrytm. Han ligger vid bröstet, suger först lite på sin lilla hand, tar så handen och stryker hennes hud på bröstet, tar sedan bröstvårtan i munnen och suger. Mamman tittar ner på sin pojke och ser ut att njuta av närheten och beröringen..
3. Tre och ett halvt år. Mamma tillåter en tjafsande Sammy att komma upp i sängen för att ligga bredvid henne medan hon ammar Sammys lillasyster. Sammy tittar fascinerad på sin lillasyster sugande på bröstet. Sammy sträcker sig mot bröstet och hans mamma säger nej, nej, Sammy du får inte! Hans intresse förbjuds, Sammy ser nedslagen och förkrossad ut och börjar protestera igen. (s3. Lichtenberg)

Vad hade hänt mellan första och tredje observationen? Vad som var ett ömsesidigt, vackert och sensuellt samspel blev ett avvisande vid tre och ett halvt års ålder. Det var inte bara det att hon inte hade tid eller att bröstet var upptaget. Det som Sammy gjorde definierades som skamfullt och ej socialt acceptabelt... ”Du och vi, skulle ha överstigit gränsen mellan oskyldig, acceptabel, känslös och behärskad sensualism till oacceptabel, farlig och vållustig sexualitet” (Lichtenberg, sid. 1-4)

En etisk/moralisk tillsägelse ger alltså upphov till en skamkänsla hos barnet som gör att det avbryter sin handling. Handlingen föregås av ett intresse och en nyfikenhet. För att stå ut med denna skamkänsla blir pojken bråkig; han kastar sina leksaker omkring sig. Denna handling gör hans mamma ännu argare som ber honom att sluta upp att bråka. (Lichtenberg, sid. 5)

Sensualismen i det lilla barnets upplevelse utgör en njutningsfull kroppslig känsla som speglas av modern. Denna känsla är på försymbolisk nivå. Den uppkommer alltså direkt i mötet utan drömmar, fantasier och längtan i bilder. När symboliseringen inträder uppkommer längtan, fantasier och drömbilder vilket leder till en stegring i den kroppsliga känslan. ”För det uppväxande barnet eller ungdomen är sexualiteten ett paket som kombinerar en längtan utifrån minnen av en tidigare njutningsfull sensation eller en omedelbar lust samt en auktoritet som ,snarare än speglar eller delar, reglerar lusten och förhindrar dess tillfredsställelse” (sid. 6) Förälderns uppgift är alltså att vägleda och sätta gränser för sexualiteten. (min kommentar) Kroppsupplevelser kan sätta igång sexuella fantasier. Omvänt kan sexuella fantasier sätta igång kroppsliga sexuella känslor.

Enligt Tomkins är skammen en medfödd affekt avsedd att sätta stopp för socialt oacceptabla känslor och handlingar. Skammen uppkommer när nyfikenhet och intresse avbryts av en tillsägelse eller förbud. Förmågan att känna skam är medfödd. Skammen blir efterhand en inneboende känsla laddad med förbud och regler för hur man uppför sig. När ett barn har blivit stoppad i sin iver och nyfikenhet några gånger aktiveras de inre skamkänslorna och barnet känner sig som ”stående i centrum för andras föraktfulla och hånfulla blickar, samtidigt som man känner sig tiotalt hjälplös och inkompetent.”(Sonby, Borgström sid. 55) Skammen kan göra att man känner sig oälskad och dålig som person. Skammen inbegriper alltså förutom själva intresset och handlingen den egna personen och dess längtan och utvecklingsmöjligheter. Skammen behövs i barnuppfostran och som en gräns för otillåtna handlingar som kan vara destruktiv men om uppfostran, till exempel vad gäller utforskande av kroppskontakt, sensualism och sexualitet blir för stark, kan det leda till starka hämningar och upplevelse av att den egna personen inte är värd att älskas.

Lewis (i Lichtenberg) menar att skammen uppkommer som en respons hos äldre barn i 18 – 24 månaders ålder som har ett språk och som kan leva sig in i sina föräldrars syn på dem. Lichtenberg menar att skammen kan vara både förspråklig/försymbolisk och språklig/symbolisk. Skammens uppgift i detta tidiga sammanhang är att lära barnet skilja mellan sensualism och sexualitet. På en förspråklig nivå blir skammen snabb, automatisk och omedveten erfarenhet. Skammen på en symbolisk nivå blir mer begriplig och kodad med ord och ihågkomna erfarenheter. Skammen på en symbolisk nivå leder till inre självreglering.

Föräldrarnas egna procedurella minnen aktiveras ständigt i mötet med barnet. Om föräldern själv fick lära sig att känna skam i vissa situationer för det över sina egna förbud på barnet. Härigenom aktiveras en kulturell kontext för vad som är kulturellt acceptabelt och anständigt från vad som är oanständigt. Om ett barn dansar, tar på sin kropp och sitt könsorgan kanske föräldrarnas egna minnen om nakenhet och förhållande till sitt kön och hur dess förälder skulle reagera kommer upp antingen som en direkt impuls om förbud inom föräldern eller som procedurellt minne av vad dennes förälder skulle ha sagt eller gjort i den situationen. Reaktionen kan bli mycket olika beroende på vad föräldern bär med sig. Resultatet för barnet är emellertid oförutsägbart. För något barn leder förbuden till hämning. För andra barn kan förbuden leda till ytterligare sexuella fantasier. Barn som känner skam på en symbolisk nivå och därigenom har en subjektiv språklig och symbolisk skaparförmåga kan utveckla sina inre fantasier i olika riktningar. En störning av barnets naturliga narcissism medför inte att den sexuella laddningen avaktiveras. Den kan också stärkas men fortsätter i det fördolda. En narcissistisk störning kan utvecklas där sexualiteten är mycket laddad. (sid.8)

Föräldrars och barns samspel i samband med sensualism och sexualitet kan leda antingen till adaptiv självreglering där språk, förklaringar och empati finns med i barnets inre paket om vad sexualitet kan innebära, eller till patologisk hämning och låg självkänsla. Balansen mellan en känsla av bekräftelse och självkänsla och skam och regler kan rubbas när som helst i livet; i barndomen, under ungdomstiden eller genom händelser och kriser som vuxen. (sid. 9) Om regler och förbud ges utan känsla för barnets subjektivitet läggs grunden för att barnet i senare kärleks- och sexuella -relationer blir hämmat eller inte tillräckligt värderar sig själv. (Lichtenberg,

Kommentar

Lichtenberg talar för en mjuk stil när föräldrar och andra vuxna lotsar barnet genom barndomen in i ungdomsåren och mot vuxenlivet. Han talar för empati och medkännande. I hans värld paras tillrättavisningar med intoning och förklarande samtal med barnet.

Min tolkning av Lichtenbergs syn på sexualitet, skam och det uppväxande barnet är att skammen behövs som en gräns. Skammen behövs också för att barnet skall känna åtrå och längtan. Utan gränser och förbud finns ingen plats för att barnet skall skapa något eget. Men för att utvecklingen skall leda framåt behövs också massor av empati och samtal. Det behövs lekar, sagor, lek och stoj kring sensualism och sexualitet. Sexualiteten mår bäst av att inte vara något okodat icke-verbalt som ett desperat svar på tidiga förbud och skamkänslor. Sexualiteten utvecklas bäst när den paras med ord, berättelser, konst, musik och sensualism. Lichtenbergs tankar om barns behov och strävan att växa upp till vuxna med god självkänsla och medkänsla med sina kärlekspartners får mig naturligtvis också att tänka på sex-och samlevnadsundervisning och ungdomsmottagningarnas verksamhet.

Kapitel 3

Adolescensen och den sexuella utvecklingen

För att beskriva utvecklingen framförallt i tonåren har jag utgått från Wrangsjö, Winberg och Salomonssons bok *Tonårstid*. (N&K 2006), samt Wrangsjös *Ungdomsutveckling och ungdomstid i ljuset av Daniel Sterns självteori*. (SFPH 1993)

Jag kommer att kommentera och komplettera texten med exempel och erfarenheter utifrån mitt arbete på ungdomsmottagning. Även aspekter och synpunkter utifrån självpsykologisk teori kommer att ges.

Kroppen

Den psykologiska utvecklingens startpunkt är den fysiska kroppsliga utvecklingen. ”Den nu fysiskt utvecklade kroppen gör sexuella genitala handlingar möjliga. Jaget måste lära sig hantera den situationen genom den mödosamma process vi kallar adolescensutvecklingen” (Wrangsjö 2006, sid. 85)

Kommentar

När vi på ungdomsmottagningen möter ungdomar i grupp i 12-14 årsåldern, vilka relativt nyligen nått könsmodnhet, har de chansen att ställa frågor om den kroppsliga utvecklingen och om sex. Frågestunderna och diskussionerna är alltid mycket populära. Ju tidigare ungdomarna är i sin utveckling ju intressantare är just frågorna om kroppen. Ungdomarna är från början inte hemma i sina kroppar. Det känns främmande, spännande, fantastiskt och skrämmande. Att samtala om relationer, etiska problem och möjligheter att träffa en pojk- eller flickvän är mindre viktigt i början av adolescensen i förhållande till att få ordning på sin kropp och dess sensationer. Flickor och pojkar har svårt att tala om kroppen tillsammans men är å andra sidan mycket nyfikna på varandra. Därför brukar vi växla mellan enkönade och mixade grupper.

Sterns beskrivning av begynnande själv- och kärnsjälvt handlar bl.a. om att få ordning på sin kropps konturer. Wrangsjö skriver: ”Pojkarnas växande könsorgan blir en källa till blandade känslor, inte minst förundran, men också till en främmande förnimmelse av upphetsning. Flickorna kan i smyg betrakta sina bröst i spegeln och försöka vänja sig vid de nya efterlängtade/fruktade formerna.” (Wrangsjö, SFPH 1993, sid. 20)

Kommentar

I gruppsamtalen avhandlas många situationer som handlar om pinsamheter. För pojkarnas del handlar det ofta om att få erektion/stånd i fel situationer och att ens sexualitet upptäcks av vuxna och där fruktas föräldrarna mest. Att bli skrattad åt av kompisar och allra värst av dem med motsatt kön är något alla ungdomar är rädda för. Att samtala, skratta med och tillsammans bemästra sårbarheten blir en uppgift i gruppsamtalen. Med Sterns termer handlar detta om att känna koherens, dvs att härbärgera sin kropps konturer och de affekter och symboliska bilder det väcker. När vi går vidare i diskussionen pratar vi kanske om situationer då en ungdom når kontakt med någon jämnårig som han eller hon blir attraherad av. Hur känns det då i kroppen och hur kan man hantera det samtidigt som man är i kontakt med den man möter? Med Sterns termer handlar detta om själv-affektivitet. När vi så pratar om hur man kan göra för att bli ihop med någon handlar det även om att styra sina handlingar och att ta ställning för vad man vill. Detta benämnes av Stern som självagens. Detta steg kan vara mycket svårt. Det kräver både kontroll av den egna kroppen och en känsla av att handla intentionellt. Allt detta kräver självkänsla. Ungdomar är mycket olika mogna i dessa hänseenden.

Jag lämnar för en stund den kroppsliga utvecklingen för att istället beskriva något av utvecklingen i förhållande till föräldrarna och till samhället.

Samspel och autonomi

Adolescensens uppgift är att frigöra sig från föräldrarna, dvs. uppleva sig som en separat individ med egna tankar och känslor och uppfattningar om tex. sina närmaste relationer och samhället. Tonåringen behöver bli bekräftad av kamrater och så småningom hitta en plats i samhället. Tonåringen skall också själv ta ställning och hitta ett värdesystem i förhållande till samhället som inte bara bygger på egenintresse. (Wrangsjö, 2006, sid. 86)

För att uppnå detta behöver tonåringen göra upp med sina inre objekt. När barnet är litet idealiserar det sina föräldrar och de inre objekten av dem är därför ofta obearbetat positiva. När tonåringen med sin tillväxt behöver vända sig utåt måste han frigöra sig från de förut mest goda föräldrarna. För att kunna vända sig utåt behöver han på ett symboliskt plan döda de inre objekten. Tonåringen blir genom detta mycket upprorisk och det gäller för föräldrarna att stå ut med attackerna och att finnas kvar. Samtidigt behöver ju tonåringen sina föräldrar som verkliga personer att samspela med och även att få råd av. Risker är att föräldrarna blir så sårade i sin självkänsla att de inte klarar att vara empatiska när de möter sin upproriske son eller dotter. (Wrangsjö 2006)

Psykodynamisk teori har ofta betonat frigörelsen och autonomi och upproret blir därför något naturligt under tonåren. Självpsykologin betonar mer samspelet med den vuxne och tonåringens behov att ha fungerande inre självobjektserafenheter för att klara nya uppgifter i ungdomstiden. Överdriven revolt i ungdomen handlar ofta om brister i anknytning och bristande självobjektserfarenheter tidigare under uppväxten.

Förutom uppror kan resultatet för ungdomen också vara att dra sig tillbaka från kontakt med föräldrarna och även sociala kontakter utåt. Detta leder också till att utvecklingen avstannar eller försenas. Dessa ungdomar kan ha en stark (men hemlig) önskan att knyta an till en vuxen för att kompensera för de inre bristande självobjektserfarenheterna. Ungdomstiden handlar alltså om behov av autonomi men för att nå detta behövs anknytning och samspel med vuxna. Utveckling innebär en pendling mellan beroende och självständighet. (Ibid)*

*Om självpsykologi i dessa avseenden se Shapiro 1995 tex. kap. 5 om självobjektserfarenheter och Basch, Talking with patients, 1982 som beskriver en terapi med tonåring, kap. 7

Kommentar

När en ungdom tar kontakt med en kurator på ungdomsmottagningen händer det att han eller hon är besviken på sin relation med sina föräldrar. Ibland har besvikelsen handlat om att en av föräldrarna har övergivit den unge efter separation mellan föräldrarna. I andra fall har det handlat om att inte ha blivit sedd för sina behov eller i en utsatt situation. I samband med besöket på ungdomsmottagningen har det funnits en stark längtan till kontakt både som gemenskap och som vägledning med en annan vuxen. En stödkontakt har sedan byggts upp och ungdomen har trivts med samtalen och känt sig lyssnad av en vuxen. När ungdomen har känt sig nöjd avbryts ibland kontakten abrupt. Kontakten kanske blev för nära och ett behov av frigörelse gjorde sig gällande. Eller så försvann den akuta övergivenhets känslan och ersattes av ny självkänsla och den unge fick bråttom med att pröva sina vingar. Det kan finnas många anledningar till att vilja ha kontakt, alternativt att gå sin egen väg från den vuxne.

Detta gäller ungdomars kontakter både med föräldrar och professionella stödpersoner. Pendlingsrörelse mellan samspel och autonomi utmärker ungdomstiden.

Narcissism

Ungdomar ses ofta som självcentrerade och kaxiga i förhållande till sin omgivning. Alltför höga tankar på sig själv är inte alltid realistiskt och kombineras detta självförhärligande med en nedlåtande attityd mot andra blir det snart outhärdligt för omgivningen. Bakgrunden till denna narcissism är enligt Wrangsjö m.fl. att ungdomen håller på att separera från barndomens trygghet och sina inre objekt. Detta innebär sorg och inre tomhet. För att kompensera för denna inre tomhet ikläder sig tonåringen orealistiska och överdrivet positiva föreställningar om sig själv. Bo Sigrell "Betraktar en narcissistisk störning som en reglering av självkänslan på bekostnad av realiteten. För stark laddning kommer till uttryck i egocentricitet och självidealiserings, medan för låg laddning avspeglas i låg självkänsla och självutplåning... Inte sällan får omnipotent självidealiserings och förakt för omgivningen tjäna som försvar mot känslan av djup värdelöshet" (Wrangsjö, 2006 sid 89)

Kommentar

Killar som skryter om sina sexuella erövringar och inför sina kompisar tömmer kondomskålen med orden att de kanske inte räcker över helgen med tanke på alla de erövringar som väntar får illustrera narcissismens humoristiska sida. Killen hade kanske inte legat med någon alls och var djupt osäker på framtida möjligheter.

Objekthunger

Ur den inre ensamheten som är sorgens och självupptagenhetens följeslagare föds ofta en hunger efter nya objekt. Den unge söker nya kompisar, gör upptäckter och får nya sociala förmågor. Detta gäller också på kärlekens område. Intensiteten och ihärdigheten att söka nya partners kan ibland förskräcka de vuxna. Ibland förknippas objekthunger med självdestruktivitet men inte alltid. Ibland förbyts det "goda självförtroendet" i självtvivel och oförmåga att ta kontakt. För att vara oberoende och fria skyr en del ungdomar den egna gruppen. Resultatet blir ensamhet och isolering.

När den unge skall frigöra sig från de inre föräldraobjekten och den unge samtidigt tackar nej till gemenskap med jämnåriga riktas både goda och dåliga känslor inåt mot självet. Om den unge känner starka negativa känslor mot sina föräldrar drabbas självet av hat. (Wrangsjö 2006 sid.90) Självdestruktivitet blir följd. Om hatet riktas utåt kan andra skadas. Om känslan riktas inåt kanske självskadebeteende i form av att skära sig blir resultatet.

Symbolisering

För att hantera positiva och negativa affekter och för att utveckla ett inre liv som kan uttryckas i utvecklad form behöver vi lära oss att symbolisera. Att prata om problem, att använda liknelser och humor för att beskriva och komma med lösningar innebär en symboliseringsförmåga. Denna förmåga är helt nödvändig för att utvecklas. Även olika former av konst som musik, litteratur, bilder och film är former av symbolisering. Sexualitet utan symbolisering blir mekanisk, tråkig och utan inre tillfredsställelse. Symbolisering på kärlekens och sexualitetens område handlar tex. om konsten att flirta och uppvakta, att prata om något som båda vet men inte direkt uttalar och om att berätta kärlekshistorier. Winnicot har myntat begreppet lekområde för att beskriva området mellan inre och yttre verklighet gestaltat i terapirummet. Detta lekområde finns också i kärleksrelationen. (min kommentar). (Wrangsjö 2006 sid. 91)

Kommentar

När vi träffar ungdomar i grupp försöker vi blanda musik, lekar och samtal. Vi anser att hela människan skall vara med i utvecklingen. Musiken och lekarna blir något att vila i mitt i all iver, nyfikenhet, pinsamheter, rädsla och oro.

Utvecklingsdomäner enligt Daniel Stern

Sterns teorier om självet utveckling har utformats efter studier av spädbarn. Teorierna är dock även tillämpbara på ungdomars utveckling.

Stern ansluter sig inte till driftsteorin. Istället är affekterna mycket centrala i Sterns utvecklingsmodell. Samspelet med föräldern ses som mycket viktigt. Barnet är medskapare i kommunikationen. Intoning, det vill säga föräldrarnas avläsande av barnets affekter, behov och avsikter och bemötande utifrån detta är föräldrarnas mäktigaste redskap att möta och forma sitt barns uppväxt. Detta får betydelse för förståelsen av tonårsutvecklingen där man i traditionell utvecklingspsykologi talar om den andra individuationen där individen fusionerar inre bilder av den goda och onda modern.(Blos modell) Istället kan man tala om att tonåringen omorganiserar sina relationer till föräldrarna pga. förändrade affekter, kroppslig mognad och utveckling av självet. (Wrangsjö, 1993)

Många psykoanalytiker, till exempel Erik Homburger Eriksson utgår från stadieteori. En tanke hos Stern är att föregående stadier måste genomlevas för att man skall kunna gå vidare till nästa steg. I samband med utvecklingsprång händer det att personen regredierar till tidigare sätt att fungera. Ett alternativ till detta linjära sätt att beskriva utveckling är Sterns utvecklingsdomäner. Stern menar att då en självaspekt är etablerad fortsätter den att vara aktiverad. Man lämnar alltså inte det uppnådda bakom sig. Självet ses som en helhet med olika delaspekter. Därför fortsätter spädbarnets olika domäner av själv även i tonåren men omorganiserar och integreras på ett nytt sätt. (Ibid)

Vitalitetsaffekter

Vitalitetsaffekterna räknas inte som en särskild självdöman. Men detta sätt att uppleva sig själv och världen finns redan från födelsen och följer oss genom livet. Dessa affekter är inte som kategorialaffekterna såsom ilska, ledsnad, glädje, skam och så vidare, klart definierbara. Det lilla barnet känner sin hjärtrytm och sitt sug i magen. Det ser sin omvärld i form av ljusstrimmor och mörker. Det känner hur föräldern lyfter upp barnet, känner rörelserna och stämningen. Olika intensitet och rytm utmärker dessa affekter. Dessa sinnesintryck bearbetas och sorteras av det lilla barnet och mönster etableras. Så byggs en bild av världen upp som också sker i samspel med omgivningen. Tonåringen känner också sin kropps sensationer i förändring. Det känner sin kropps rörelser i samspel med andra ungdomar. Vitalitetsaffekterna uttrycks i dans och musik. Vitalitetsaffekterna finns också med i sexualiteten och i sexuell samvaro med en annan. (min kommentar) (D. Stern, Spädbarnets interpersonella värld, 2000, sid 109)

Det begynnande självet

Det begynnande självet beskriver något som håller på att bli. Tonåringens ovana vid sin ”nya” kropp kräver att den unge måste lära sig att handskas och känna in sin kropp på ett nytt sätt. Ben och armar som är för långa och som kan vara svåra att få kontroll på är exempel.

Könsorgan och bröst visar på något nytt både i storlek och känsla. Det kan vara både skrämmande och spännande och den unge ser på sin nya kropp med nyfikenhet och intresse. Tillflöden av nya slags vitalitetsaffekter som har med sexualiteten att göra gör tex. upphetsning till en ny, delvis främmande och spännande känsla. (Wrangsjö, 1993)

Kärnsjälvet

Kärnsjälvet svarar för den grundläggande känslan av sammanhållenheter. Detta gäller både kropp, känslor och en känsla av att vara den som styr de egna handlingarna.

Kärnsjälvet kan delas upp i:

Självagens – Att vara upphov till sina egna handlingar. Den unge behöver också lära sig att känna av och bli medveten om de känslor, tankar och den vilja som föregår handlingen. Det innebär också att vara mottaglig för den återkoppling som sker medan man utför en handling. I agensen ingår också att ha en bild av vilka konsekvenser en viss handling får. Stern talar om invarianser vilket innebär att det tex. finns en skillnad i vad som avsågs med en viss handling och vad som i verkligheten blev resultatet.

Ungdomar behöver mycket träning i att uppnå självagens. Man hör ofta ungdomar säga -det bara blev så. Det blir inte heller som man tänkte. Att det inte fungerar från början är en sporre att träna vidare. Detta gäller givetvis i förhållande till kamrater och kärlekspartners.

Självkoherens – Detta innebär att känna att man har en sammanhängande kropp och medvetenhet om hur den känns och fungerar. Det handlar också om att känna förenlighet mellan olika motstridiga känslor och behov. På kärlekens område kan det handla om längtan, åtrå, rädsla - skräck och en vilja att vara kärleksfull mot sin partner som har förvirrande behov. Det är lätt att förstå att svårigheterna är betydande och att sökandet efter kompetens för att övervinna dem känns angeläget för tonåringen.

Självaffektivitet – Att känna igen sina känslor och vad som händer affektivt i mötet med jämnåriga. Med vem känner jag samhörighet, vem känner jag längtan till, med vem känner jag åtrå och hur känner man då? Hur och var känner jag mina känslor. Hur skall man agera gentemot vuxna. Förut var man ju barn och nu är man snart stor. Vad känner jag inför det? Hur skall jag förstå mina känslor av otillräcklighet, upproriskhet och längtan efter mer jämlik samhörighet med vuxna?

Självkontinuitet – handlar om förmågan att känna en kontinuitet om vem man är i jämförelse med den man varit och den som håller på att bli. Om man börjar känna och fungera på ett nytt sätt kan det kännas mycket tomt bakåt. Det kan till exempel kännas överkligt att se sig själv som barn på foto. Känslan av kontinuitet handlar också om samhörighet i tid i familjen, bland kamrater och i sociala nätverk. Även här finns möjligheter till förvirring. En kärlekspartner kan ha funktionen av självreglerande annan som reglerar känslan av kontinuitet. (Ibid)

Det subjektiva självet

Detta själv handlar om samspel med andra. Hur kan jag hantera olika situationer i samspelet med andra. Vad händer med mig när den jag är förälskad i ser mig i ögonen. Vad händer med honom eller henne när jag tittar tillbaka? Vilka av mina subjektiva erfarenheter och tankar kan jag dela med min älskade och vilka bör jag behålla för mig själv. Det subjektiva självet handlar också om att hävda sig och att försöka vara jämbördig i makthänseende eller att fånga upp vad den som har mer makt har för förväntningar. Det intersubjektiva kan bestå i samtal men kan också uttryckas helt utan ord. Ofta sker så i förälskelsen där man tyder tecken och skickar tecken tillbaka som inte alltid är lätttydbara men som lämnar en känsla kvar.(Ibid)

Det verbala självet

Tonåringen utvecklar sitt abstrakta tänkande och nya möjligheter finns att genom språket föra resonemang om hur saker hänger ihop och hur man skall agera i olika situationer. Språket kan också beskriva känslor såsom poesi, musiktexter och dagböcker. Språket är också viktigt i kärleksrelationen. Den unge kan fråga sig: Hur jag man kontakt? Vad skall jag säga? Hur ger jag komplimanger? Låter det inte fånigt? Språket öppnar nya möjligheter men blir också ibland alltför definitivt och laddat. Språket mellan ungdomar skapar också gemenskap genom egna ord, slang och jargong. Genom språket definieras vilka som är med och vilka som står utanför. Ungdomar är nyskapare av ord och språk.(Ibid)

Det berättande självet

Nära besläktat med det verbala självet är det berättande, eller med ett annat ord det narrativa självet. Genom denna utökade förmåga öppnas möjligheter att skapa sammanhang och kontinuitet. Berättelserna skapar mening åt historia och utveckling. Berättelserna ger möjlighet att åskådliggöra moraliska aspekter och att ta ställning. Berättelserna ger tillfälle till fantasi och att drömma om framtiden. Berättelserna ger möjlighet till bearbetning av händelser i det förflutna både nära från senaste festen och när man var liten och mamma och pappa var närmare. (Ibid)

Kapitel 4

Självpsykologisk praktik på ungdomsmottagningen

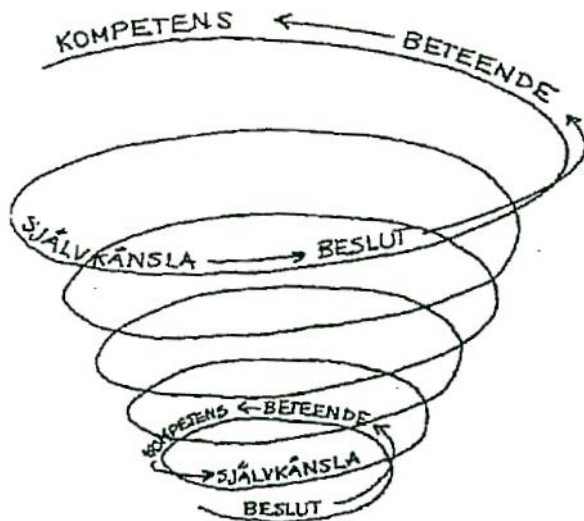
Jag vill här kort lägga till några användbara pusselbitar för att illustrera ungdomsmottagningens roll för ungdomar som söker stöd och rådgivning.

Självpsykologisk behandling är en modern form av psykodynamisk kunskap i teori och praktik. Kunskapen har vuxit fram både utifrån till exempel spädbarnforskning och psykoterapeutisk praktik.

Istället för att analysera intrapsykiska konflikter lägger behandlande självpsykologer fokus på psykologiska utvecklingsbehov. Istället för jag, det och överjag beskrivs ett sammanhållet reflekterande, lärande och skapande själv. Istället för tolkning används i det terapeutiska arbetet redskapen empati, spegling, förståelse och förklaring. Målet för behandling är ett välstrukturerat och för livets uppgifter fungerande själv.

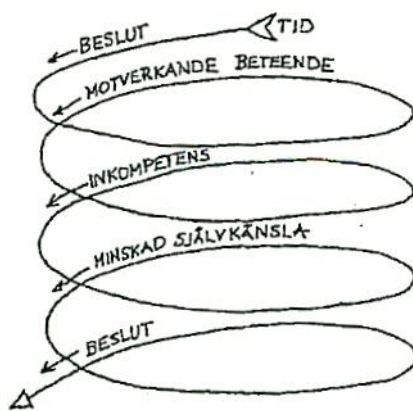
Psykoterapeuten Michael Franz Basch beskriver delvis utifrån Sterns utvecklingspsykologi hur människor livet igenom söker efter kompetens att klara livets olika sidor. Att lyckas genomföra det man känner behov av leder till välbefinnande vilket sammanhänger med självkänslan. Till självkänslan hör också att känna igen och kunna styra sina affekter. Kompetensen handlar då om att utifrån affekter och olika delaspekter av självet hantera olika yttre situationer. Denna process leder till större och större kompetens. Processen kan också beskrivas som mognadsprocess.

Den så kallade kompetensspiralen illustrerar detta.



Ungdomar som söker kunskap om sig själva, sin kropp, sin sexualitet först i relation till sig själva och sedan till en partner lär sig att tolka kroppssignaler och positiva affekter som nyfikenhet och intresse för att fatta beslut hur man skall handskas med dessa. Kanske lär sig den unge att utforska sin kropp och finna vad som känns skönt och leder till tillfredställelse och avslappning. Ungdomen söker sig vidare för att undersöka sexualiteten tillsammans med

en partner och finner att detta kan vara både spännande och skrämmande. Kanske leder det till ny kunskap att ta med sig till nästa möte. Genom genans och uthärdliga skamkänslor lär sig den unge var det är tillåtet att tala om och visa upp sin sexualitet och var det är förbjudet. Kanske får den unge ihop sin sexuella längtan med längtan efter en nära anknytning som ju på många sätt är en starkare motivationskraft än sexualiteten. Ungdomskärleken och åtrån till en pojkvän eller flickvän blir en helhet mellan sensualism, sexualitet och anknytning. Men utvecklingen sker ju inte spikrakt. Den bromsas tillfälligt eller för längre tid upp. Misslyckanden i form av att bli avvisad eller bortgjord leder till skamkänslor. Om dessa är för starka tar ungdomen till olika typer av försvar. Kanske drar han sig undan, kanske går han till attack mot andra, kanske försöker han undvika alla känslor som hänger ihop med det inträffade eller så blir han självdestruktiv och attackerar sig själv. (se skamkompassen nedan) Den unge kan hamna i en neråtgående spiral:



Swackan övervinns oftast genom någon positiv händelse, utbyte av erfarenheter med kompisar eller stöd från föräldrar. En negativ spiral kan leda till att ungdomen söker hjälp på ungdomsmottagningen. Samtal med kurator eller barnmorska kan lätta på skamkänslorna. Det kan leda till att den unge får mer kunskap om sig själv och sina känslor och det kan leda till bättre sätt att handskas med nya utmaningar. Mötet med rådgivningspersonen måste dock ha en viss kvalitet för att vända den negativa utvecklingen. Den unge behöver känna sig förstådd och lyssnad på. Detta fordrar tid och inlevelse. Basch anser det som mycket viktigt att terapeuten stödjer det som fungerar. När patienten åter är inne i positiv spiral, det vill säga utvecklar sin kompetens på egen hand kan terapin avslutas. (Basch, 1995) På samma sätt är det på ungdomsmottagningen. När ungdomen har fått med sig tillräckligt med stöd eller ”goda råd” försvinner de en stund för att prova sina vingar på egen hand.

Empati

Empatin kan beskrivas som en förmåga att känslomässigt och kognitivt leva sig in i en annan människas situation. Kohut och andra självpsykologer skiljer mellan empati, sympati och stöd. Empati betyder alltså inte att man håller med om den andres uppfattningar eller att man ger någon aktivt stöd. Det behöver givetvis ej heller utesluta sympati eller stöd. I det psykoterapeutiska arbetet använder sig terapeuten av sina egna affekter och sin inre teoretiska karta som vägledning i terapin. Empatin är det som möjliggör förståelse för patientens inre liv.

Terapeut och patient arbetar tillsammans i terapin men det är patienten och inte terapeuten som har tolkningsföreträde. Det är ju patienten som skall stärkas i sin känsla av självkoherens och självagens (känslan av att vara sina egna handlingars upphov).

För att terapin skall framskrida krävs en positiv överföring mellan patient och terapeut. Ifall detta inte är fallet måste terapeuten arbeta för att denna skall komma till stånd. Konstruktivt arbete framåt är annars inte lönt hur duktig än terapeuten är. Terapeuten blir i önskvärda fall ett positivt självobjekt för patienten. För detta har patienten tre behov; alterego eller twinship-överföring, idealiserad överföring och spegel – grandios överföring. (Basch, 1995, sid XXVI). Med Twinship menas att patienten känner att han blir sedd av någon som liknar honom till känsla och tankesätt, att det finns en bekant anknytning. Med idealiserad överföring menas att patienten kan ta in terapeuten som ett självobjekt för vägledning i sitt liv. Självobjektet är idealiserat och ännu inte integrerat med andra självobjekt. Med spegling och grandios överföring avses bl.a. att patienten har stort behov av att bli sedd och bekräftad. Patienter med stort behov av att visa upp ett grandios själv behöver förutom spegling även mer gränser och särskilt i början av terapin behöver man arbeta med den terapeutiska ramen.

Mötet på ungdomsmottagningen som en ny självobjektserfarenhet

Jag anser definitivt att ungdomars möten med ungdomsmottagningen med sin helhetssyn på kropp, psyke och sociala förhållanden för många ungdomar kan bli nya självobjektserfarenheter för ungdomarna. Detta blir särskilt viktigt för de ungdomar som inte kan vara öppna om sin sexualitet hemma. Det gäller också för de ungdomar som har allvarigare problem med sin självkänsla och sin sexualitet. Samtidigt kan dessa ungdomar med större behov ha svårare att ta in nya självobjekt. Anledningen kan vara rädsla för skamkänslor inför de självobjekt som kritiska och kontrollerande föräldrar utgör. En annan anledning är rädsla för ett nytt övergivande. Att öppet berätta om sina känslor inför sexualitet som både kan handla om rädsla och skam som om nyfikenhet och glädje och att bli bemött på ett empatiskt sätt är för många något helt nytt. Ungdomsmottagningen är inte som den självpsykologiska terapin lika personbunden. Det är ofta ungdomsmottagningen som helhet och plats som utgör tryggheten. Från början handlar ungdomens behov kanske mest om att bli sedd och bekräftad. De första sexuella erfarenheterna tillsammans med en annan person innebär något stort och omvälvande för den unge. Att berätta om detta är stort. Vad personen kan ta emot är kanske från början mest bekräftelse. Den unge är mycket känslig för kritik. Samtidigt vore det konstigt om inte personalen uppmanade till försiktighet genom till exempel preventivmedel och att akta sig för farliga situationer. Det vore att inte bekräfta allvaret i berättelsen. I speglingen ingår också att förklara och normalisera saker som handlar om kropp och kroppssensationer. I den idealiserande överföringen blir ungdomsmottagningens ord som en inre röst. Vad skulle barnmorskan säga om denna känsla? Vad skulle hon säga när jag tar denna risk? Slutligen utgör twinship-överföringen att ungdomen känner sig igenkänd genom samtalen med kuratorn eller barnmorskan. Kuratorn är någon som ungdomen känner sig väl bekant med och samtalen utgör en gemenskap där han kan förstå sig själv och utveckla nya sätt att hantera situationer i en svårbegriplig värld. Till killmottagningen (som många mottagningar har) känner sig killar lika och man kan diskutera mer fritt i igenkänningens tecken. Ibland när vi har så kallad killgrupp kan jag börja med att berätta om min egen ungdomstid som ung, nyfiken men osäker kille. Viktigt i sådana sammanhang blir att välja berättelser som inte är normgivande och inte känns för privata. Syftet med berättelserna är att skapa igenkänning, ej att tala om hur det skall vara. För att en idealiserad överföring skall kunna uppstå och bli en positiv självobjektserfarenhet krävs enligt självpsykologin att en twinship-överföring uppstår. (Basch 1995)

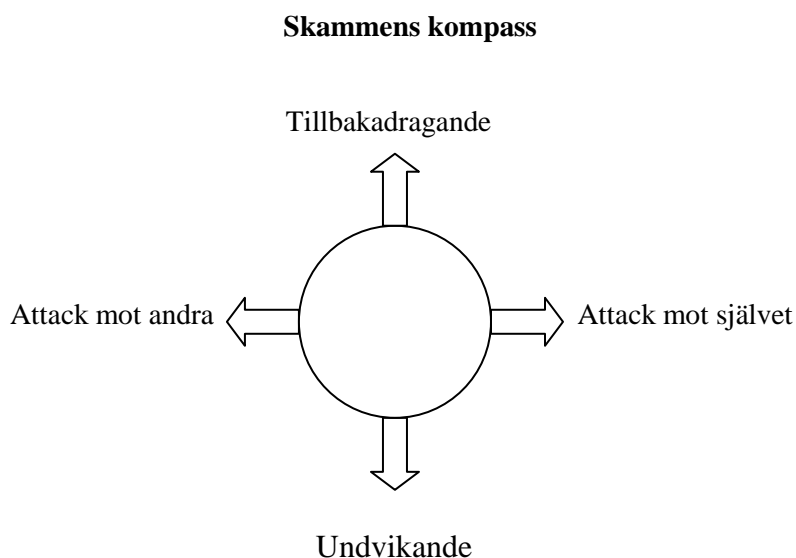
Skamkompassen

Som tidigare beskrivits i kapitlet om den sexuella utvecklingen är skammen som affekt central för reglering av nyfikenhet och intresse för sex. I förmedlingen av normer och värderingar till

barn och ungdomar om sex spelar skammen en huvudroll. Skammen kan också ifall den blir alltför stark och svår att uthärda leda till destruktivitet och sviktande självkänsla.

Donald Nathansson beskriver i boken *Shame and Pride* (1992) bl.a. om affekternas roll inom utvecklingspsykologin och i terapeutisk verksamhet. Nathansson har en självpsykologisk inriktning. Nathansson använder skambegreppet i en mycket vid betydelse både som affekt och som medföljande tankar och förväntningar. Som tidigare beskrivits uppkommer skameffekten som en reaktion när affekterna nyfikenhet och intresse är väckta varpå detta intresse avbryts av en moralisk regel, tillsägelse eller liknande.

Nathansson förklarar sin modell: *”Skammens kompass med sina fyra poler beskriver skammens sanna natur. Hur och när en skamaffekten triggas igång kommer en förutsägbar sekvens av händelser att passera revy, för att till slut hitta fram till ett eller flera av dessa mönster (script): tillbakadragande, attack mot självet, undvikande eller attack mot den andre. Skam hos den vuxna människan är dock inte en specifik upplevelse, utan en samlingsbeteckning för fyra differentierade och fullt skiljbara grupper av emotioner. Varje grupp har sin egen historia och utvecklingsväg och opererar på nivåer och intensiteter som varierar från ytligt till djupt. Allt vi nu beskriver och förklarar som skam inkluderar den medfödda affekt som Tomkins kallar skam-förödmjukelse. Emellertid ryms samma affektiva mekanismer inom var och en av de fyra polerna (scripten) i skamkompassen. När affekten har satts igång minns vi inte sammandrabbningen som ett ögonblick av skam, utan som en kombination av det som väckte skammen och de beskrivna script-svaren”*



Sexualitet väcker hos de flesta människor intresse. De moraliska reglerna är många, men också mycket olika i olika kulturer och situationer.

Jag har funnit att modellen är användbar för att illustrera och förklara ungdomars förhållande till sex och möjliga sexuella partners. De fyra polerna är försvarsmanövrer mot skammen när den blivit för stark att hantera och uthärda.

Tillbakadragande: Den unge är blyg och tror inte på sin egen förmåga. Han vågar inte ta kontakt med den han är intresserad av. Han rodnar lätt om någon skulle antyda att han är intresserad av en viss person. En mildare form av affekt än skam är genans som uppkommer då vuxna försöker prata om kärlek. För den som verkligen drar sig undan och tvivlar på sig själv dominerar dock skamkänslan. Många av dessa ungdomar känner sig utanför kamratkretsen och mobbning är ett reellt problem. Tillbakadragandet kan tillfälligt skydda

den unge för situationer då man kan känna sig avvisad eller mobbad. Erektionsproblem hos killar kan vara en form av tillbakadragande som skydd mot skammen att inte räcka till. Samlagssmärter och frigiditet kan vara ett sätt för tjejer att skydda sig mot skammen att inte motsvara partners förväntningar. Brist på intresse för sex kan också spela in liksom känslan av äckel.

Undvikande: Den unge stänger av sina känslor i situationer då det handlar om kärlek och sex. Alkohol är ett sätt. Ett annat sätt är att prova många partners men nogsamt undvika att bli kär och att göra slut innan man själv blir avpolletterad. Att skryta om sexuella erövringar som aldrig skett kan vara ett sätt att isolera de känslor som finns inför den otillräcklighet den unge känner på det sexuella området.

Attack mot andra: Mobbning av de svagare och de som visar känslor. I kärleksrelationen utnyttjas den andra, retas den andre. Även våld ingår. Det egna värdet fås genom dominans och makt. På detta sätt slipper man de egna mindervärdes- och maktlöshetskänslorna. Den sexuella relationen kan utvecklas till sadism. Ibland sker en pendling mellan attack mot andra och attack mot självet. Denna pendling kan beskrivas som sado-masochism.

Attack mot det egna självet. Detta kan innebära självskadebeteende eller att utsätta sig för riskfyllda situationer. Att älta att man inte duger, är ful, dum o.s.v. ingår också. Även missbruk av alkohol och droger kan ses som attack mot självet. Att ständigt utsätta sig för oskyddat sex, att ha sex med partners som behandlar ungdomen illa hör till några exempel. Resultatet av anknytning som samtidigt innebär attack mot självet är att självkänslan skadas.

Dessa fyra kategorier är inga persontyper utan affektmönster och individers strategier för att handskas med affekterna och de tillhörande scripten.
(Nathansson, Shame and Pride, 1992, sid. 303-359)

Kapitel 5

Diskussion

Hur kan man använda självpsykologi för att förstå ungdomar och sexualitet på en ungdomsmottagning?

Inledning

Dagens samhälle beskrivs ofta som sexualfixerat. Sexualiteten visas upp eller anspelas ständigt i massmedia och i reklamen. Sex säljer. Sex diskuteras i talk-shower och i frågespalterna kan man få svar på det mesta. Men betyder detta att sexualiteten nu är fri och att problemen idag är mindre än på Freuds tid då puritanismen härskade. Ja, jag anser att sexualiteten i dagens västerländska samhälle har en friare ställning än förut. Problemen idag är ibland annorlunda än på Freuds tid. Samtidigt finns spänningar och skam kvar kring sexualiteten som ger den dess kryddiga intresse. Som Lichtenberg visat är sexualiteten till sin natur förbunden med förbud. Dess kraftfullhet och risker kräver reglering. I dagens samhälle där individen ofta står i fokus och förväntas göra egna val blir självreglering en central fråga. En del av sexualitetens problem idag handlar om krav, förväntningar och prestationsångest. Att inte räcka till blir skamfyllt. Dagens förväntningar om sex för njutnings skull bäddar för stress och prestationsångest. Sexualrådgivaren Gisela Helmius myntade begreppet ”samhället är alltid part i sängkammaren”. För att förstå det som händer människor på ”det privata” planet behöver vi förstå samhället. Men samtidigt finns stora behov av att förstå individen och det som händer på ett psykologiskt plan. Den enskilda människan måste få en chans att hänga med den snabbt snurrande kärleks- och sexkarusellen.

Innan jag beskriver ungdomarna på ungdomsmottagningen vill jag göra några reflektioner kring ungdomars utveckling som har betydelse för hanterandet av sexualiteten.

Jag har gjort små nedslag i självpsykologins värld för att finna några svar på hur man kan förstå ungdomars utveckling.

I driftsteorin dominerar libidon som ensam positiv kraft. I Lichtenbergs alternativ är det sensuella sexuella motivationssystemet endast en av krafterna. Inte minst behovet av anknytning särskiljs från sexualiteten. I Freuds modell blir anknytning på en nivå incestuös.

I Lichtenbergs modell får sexualiteten en rimlig nivå. Dock finns laddningen och spänningen kvar, liksom skammen. Men de andra motivkrafterna ger oss möjlighet till både självreglering och utforskande genom nyfikenhet som långt ifrån alltid har med sex att göra. Denna mer nyanserade och flexibla modell för att förstå ungdomars drivkrafter känns användbar i arbetet med ungdomarna.

I den traditionella modellen står objektrelationer i centrum. I Ungdomars utveckling och möten med kamrater och i utvecklingen av kärleksrelationer finns relationen till de egna föräldrarna och de inre objektrelationerna som modell. Självpsykologins motsvarighet är självobjektserfarenheter vilket ungefär betyder erfarenhet av samspel med viktiga anknytningspersoner. Samspelsmönster är i centrum för självpsykologin. Affekten och inte driften är centrala styrmekanismer i dessa samspelsmönster.

Många av de traditionella psykoanalytikerna har använt stadier för att beskriva barns och ungdomars utveckling. Som beskrivning av ett skeende är det ett bra pedagogiska grepp. Men stadieteorier är linjära till sin natur och är sämre på att beskriva cirkulära processer och att olika aspekter av självet ständigt är aktuella. Det har slagit mig hur användbar Daniel Sterns

resultat från spädbarnsforskning är för att förklara tonåringars förvirring och sökande efter kompetens och kunskap om sin egen kroppsliga och psykologiska utveckling. Jag skall nedan beskriva detta med exempel från sex- och samlevnads- rådgivning för yngre tonåringar i grupp.

Exempel från Ungdomsmottagningen

Gruppsamtal. Exempel från en skolklass.

Häromdagen hade vi besök av en grupp ungdomar i årskurs 7. Gruppen var speciell och inte särskilt representativ för grupper med ungdomar i 14 årsåldern. Vanligtvis är ungdomarna mycket frimodigare att ställa frågor och även att dela med sig om sin sexuella utveckling. Gruppsamtalet beskriver dock mycket väl skammens betydelse för överföring av värderingar och dess betydelse för hur samtal om sex kan uppfattas. Ungdomarna kom från en friskola med stark religiös prägel. En tredjedel av klassen var frånvarande pga. det förväntade sexuella innehållet.

Vi började med att presentera oss och ungdomarna ombads, för att göra presentationen roligare, att också säga det djur de önskade vara ifall de inte var människa. Gruppdeltagarna var med på noterna och försökte också låta som dessa djur, leklusten och barnasinnet var det inget fel på. Vi berättade sedan om mottagningens arbete och redovisningen innehöll beskrivningar av preventivmedel för de ungdomar som debuterat med samlag och om risken för könssjukdomar. Redan här kunde man se hur det gungade i stolarna. Beskrivningarna gjorde att deltagarna såg yra ut, kanske av nyfikenhet, kanske av skam. Det märktes att ungdomarna ej var vana att prata om dessa saker. Några modiga ställde frågor och talade för hela gruppen som beskrevs som mycket skyddade mot sexualitetens irrvägar. Så gott som alla i klassen hade krav på sig att vara oskuld fram till äktenskapet. Efter beskrivningen av ungdomsmottagningen gjorde vi en övning som var avsedd att förmedla att trots att vi alla har olika förutsättningar och behov så får alla vara med och är välkomna till mottagningen. Övningen gick ut på att klassen (11 personer) samtidigt skulle få plats på en matta som efterhand gjordes mindre och mindre. En av flickorna ville inte vara med. Hon hade ont i huvudet och såg ut att må illa. Troligtvis hade hon också svårt att vara nära killarna genom en sådan lek. De andra lekte och verkade ha ganska roligt.

Efter leken berättade och pratade vi om ungdomars utveckling. Samtalet handlade om kropp, känslor, relationer och sex. Ungdomarna lyssnade intensivt och kom med ganska många egna exempel. Jag berättade om skammens roll som reglerande affekt om vad som i familjen och kulturen kan vara tillåtet eller inte. Hela gruppen nickade igenkännande. De gav egna exempel på skamfyllda situationer och hur svårt det kan vara att bära en nyfikenhet och en längtan som man inte får visa. Innan vi skulle skiljas åt berättade vi att vid nästa tillfälle planerade vi att dela in klassen i killgrupp och tjejgrupp. Det skulle också bli mer tid för egna frågor från eleverna. En av de unga pojkarna avslutade med att viska till mig: Hur känns det att runka och varför gör man det? Jag svarade att förmodligen onanerade människor för att det känns skönt och att vi kan prata vidare om detta nästa gång.

Det som slår mig när jag tänker på hur olika gruppsamtal om sex och samlevnad kan vara är att moralen kring sex kan skifta mycket. Men samma utvecklingsuppgifter finns när det gäller utvecklingen av själv. Unga killar frågar alltid om sitt kön och om onani. Unga tjejer frågar alltid om mens oavsett vilken del av världen de kommer. Ungdomar i 13-årsåldern har aldrig kontroll över sin kropp och sina känslor. Kunskap och öppenhet om frågorna ger alltid möjlighet till större säkerhet och självkänsla. Ungdomar känner alltid en viss skam och

genans inför sin sexualitet. De kan aldrig prata särskilt öppet och avslappnat med sina föräldrar om sina sexuella känslor. Denna gräns är nödvändig för att hålla samman självet (koherens) och för att reglera avstånd i enlighet med Lichtenbergs system för avståndstagande. I denna grupp fanns mycket genans och skam som hängde ihop med de kulturella system som ungdomarna var en del av, samtidigt triggade dessa skamkänslor igång ungdomarnas nyfikenhet. En spänning uppkom som skärpte uppmärksamheten. I bästa fall leder skamkänslor till revanschvilja. Revansch kan bli ett livstema och en drivkraft till större kompetens och alternativa levnadssätt. Andra delar av självutvecklingen som var viktiga i gruppsamtalet var det verbala självet och det berättande självet. Ungdomar i grupp är alltid nyfikna på att lära sig nya ord. Vi använder psykologiska termer och anatomiska namn och ungdomar får lov att använda förbjudna könsord som de genom öppenheten i samtalen får en förklaring på. Många gånger uppkommer spontant berättade historier. I klassen ovan beskrev en pojke det hur han kände det när ett illvilligt och fördömande rykte spreds om honom att han var kär i en flicka i den kommunala grannskolan. Efter gruppsammankomsten berättade läraren för oss att ungdomarna verkade glada och nöjda efteråt och att killarna och tjejerna bröt arm mot varandra, något som han inte sett tidigare.

I grupper med äldre ungdomar, 16 – 20 år, hamnar ofta relationsmässiga, samhällsinriktade och etiska frågor i förgrunden. Frågor om genus och sexuell läggning kan diskuteras utan att ungdomarna översvämmas av osäkerhet och äckel. Äldre ungdomar har troligtvis en högre grad av koherens, agens och självaffektivitet när det gäller utvecklingen av kärnsjälv. De kan också sätta in sina berättelser i större sammanhang och har större ordning på erfarenheter som handlar om intersubjektivitet.

Inom självpsykologin talas om sökande efter kompetens. Detta behov är medfött och följer oss genom livet. Större kompetens ger högre självkänsla. I gruppsamtal finns stora möjligheter till sådant sökande.

Två tonårstjejer

Samtal om att hitta sin sexualitet:

Under våren 2007 fick jag besök av två unga tjejer i 17-årsåldern. De sökte rådgivning om p-piller och ville lämna test angående könssjukdomar. I samband med det träffade jag dem för ett inskrivningssamtal. Flickorna hade nyligen haft sina första samlag. De var ganska fnittriga, generade, glada och nyfikna. Samtidigt oroade de sig för att bli gravida eller att få en könssjukdom. Deras anledning till besöket på ungdomsmottagningen är på många sätt typiskt och vanligt. Eftersom jag höll på att skriva denna uppsats frågade jag dem om de ville ställa upp på en intervju. – Absolut!, svarade de. Det är roligt att prata med dig och man lär sig olika saker. På den avtalade tiden någon vecka senare dök Susanne och en ny kompis (Caroline) upp. Flickorna ombads berätta om sin familj, var de växt upp, vilka länder deras föräldrar kom från, var de gått i skola, hur länge de känt varandra etc. Flickornas familjesociala situation var dock så översiktligt och kort beskrivna att det är svårt att dra några slutsatser utifrån det. De var båda positivt inställda till intervjun. De ombads sedan att berätta om förväntningar och känslor före och efter sitt första samlag samt deras senaste. Känslorna skulle också ställas i relation till hur de kände det inför föräldrar och kompisar.

Susanne är uppväxt med båda sina föräldrar som hon haft en nära och god kontakt med. Hon har tre syskon och har bott i en förort till Stockholm i hela sitt liv. Hon har 4 syskon. De har viss men ej överdriven kontroll över Susanne. Hennes föräldrar kommer från ett land i Nordafrika. Föräldrarna tror på Gud men är enligt S. ej strängt religiösa. S.går på första året i gymnasiet. S. har fast sällskap med sin jämnåriga pojkvän sedan 3 månader tillbaka.

Caroline är uppväxt med sin mamma och två syskon i en Stockholmsförort. Pappa försvann när hon var i 10-årsåldern. Caroline har två syskon. De har inte så mycket kontroll över henne. Den som uppfostrat C. är hennes mamma. C. går andra året på gymnasiet i ett teoretiskt program. Hon har tidigare haft fast sällskap. Under de senaste månaderna har hon haft ett renodlat sexuellt förhållande med en jämnårig kille.

Första samlaget:

Carolina:

Carolina var 15 år när hon hade samlag med en kille första gången. De hade varit ihop ett par månader före. De var kära och kände sig trygga och bekväma med varandra. De hade varit halv nakna tillsammans förut även om det kändes lite pinsamt. Helst ville hon att lampan skulle vara släckt och att hon kunde täcka sig med något.

Hennes förväntan på samlaget var att det skulle vara skönt.

-Folk gör det till skönare än vad det är! utbrast hon under intervjun.

Hon var nyfiken och tyckte det skulle bli spännande. Hon var också lite rädd att det skulle göra ont. Men hon hade ändå en förväntan att det skulle vara skönt att ha samlag "Skönare än det var". Det var inte planerat före att de just då skulle ligga med varandra och de hade inget skydd.

-Det var ingen annan som visste att vi kanske skulle ha sex. Jag pratade inte med kompisar eller någon om det.

Hon kände ingen skam inför att ha sex, men tyckte egentligen att hon var lite för ung. Hon och hennes kille fick sova hos varandra men skulle ligga i olika sängar. Den dominerande känslan var att det var spännande och hon var nyfiken på sex.

Reaktioner och händelser efteråt

T. hur blev det då. Hur kändes det efteråt?

C. – Det gjorde skitont! Jag blev rädd och spänd och kunde inte ta emot. Jag ångrade mig inte efteråt. Men jag var nog lite chockad och förvirrad, vad har jag gjort? Jag tyckte det var för tidigt. Men det var ju bra att det var med honom. Vi kom varandra närmare.

T.-Hur kände du det inför din mamma och dina kompisar. Berättade du för någon?

C.-Aldrig för mamma! Jag var nog rädd att hon skulle bli arg. Det kändes skämmigt och pinsamt.

C.- De första åtta gångerna kunde han inte komma in i mig helt. Jag tror inte att hela mödomshinnan gick sönder första gången. Hur är det, kan det ha varit så?

T. – Nej jag tror att det var svårt för att du var spänd. Mödomshinnan är bara en hudflik, så här (visar på handen mellan tummen och pekfingeret). Dina muskler är mycket starkare.

C.-Det blev ett problem för mig. Han kom aldrig in riktigt. Efterhand släppte det. Men ändå förde det sexuella oss närmare varandra. Men jag berättade inte om problemen för någon, det behöll jag för mig själv. .-Jag berättade bara lite för mina närmaste kompisar, inte om problemen.

Däremot pratade hon mycket med sin kille. Han var förstående och de kom närmare varandra. Efterhand lärde de sig mer om hur de kunde göra tillsammans. De hade något viktigt ihop som de bara delade med varandra.

S – jag berättade för mina närmaste kompisar. Det var roligt.

T- Berättade ni inte för ungdomsmottagningen?

Båda: -Nej.

T- Skulle ni ha kunnat berätta?

S- ja, absolut. Det hade jag kunnat göra. C. sitter tyst, säger sedan:

C.-Jag gick bara till ungdomsmottagningen för att få p-piller. Jag blev också gravid en gång och gjorde abort.

Kommentar:

Något gjorde att Caroline inte sökte hjälp för sina svårigheter trots att det var möjligt för henne. Kanske kände hon det som att det skulle fungera pga. en stark förväntan att kärlek och njutning hänger ihop. Hon var ju kär och hade en nära anknytning till sin kille och då skulle det ju inte göra ont. Kanske fanns prestationskrav och hon var rädd att misslyckas. Kanske var hennes sexuella utveckling inte i samklang med den starka viljan att ha samlag med sin kille. Hur var hennes kroppskänedom? Kanske kände hon skam för att inte vara tillräckligt mogen? Hon berättade i intervjun att hon kände sig rädd och generad för att komma kroppsligen nära sin kille. Efterhand släppte spänningarna för Caroline. Den nära anknytningen till sin kille var till hjälp. Han blev ett stöd och det sexuella förde dem närmare varandra. Kanske var närheten det viktigaste.

Susanne:

Susanne hade sitt första samlag alldeles nyligen. Det var detta som gjorde att hon uppsökte ungdomsmottagningen. Hon var orolig för att ha fått en könssjukdom och sökte upplysning.

Susanne väntade länge innan hon vågade ha samlag. Hon var jätterädd för att det skulle göra ont. Hon hade blivit uppskrämd av en väninna till mamma som berättat att när hon förlorade oskulden gjorde det så ont att hon rev sönder sitt nattlinne. Flera i hennes omgivning berättade liknande saker. Susanne tänker idag att det är synd att hon blivit så uppskrämd. Hon ville verkligen prova och hon hade fast sällskap sedan cirka 1 månad före. Hon minns att hon var lite rädd, särskilt när hon såg hans penis, ”-HJÄLP! hur ska den få plats?” Samlaget var dock ”jätteskönt”. Hon blödde lite, men inte så farligt. De låg med varandra en gång till vid samma tillfälle och hon fick då orgasm. Hon blev jättearg på alla som skrämt upp henne. Hade hon vetat att det var så skönt så hade hon debuterat tidigare. Efteråt var hon glad men lite chockad. Hon var stolt inför kompisarna och kände sig som sagt mera mogen, hon hade blivit kvinna liksom. Hon sa till kompisarna ”-ni har missat något, det är skitskönt”. Susanne tycker om sex och hon tycker att hon mår bra av det. Hon tycker att hon och killen kommit närmare varandra.

Susanne provade att ha sex på andra sätt tillsammans med killar redan när hon var i 14-årsåldern. Hon provade att runka, pulla och att ha oralsex tillsammans med olika killar. Det var nog lite fler än 10 stycken som hon träffade åren mellan 14 och 17 år. Ibland blev hon

övertalad, men ångrade sig aldrig. Hon var nyfiken på att prova med olika killar. Hon tyckte tidigt om sex och kände ingen skam för det. Hon hade inte provat på onani före hon hade sex ihop med första killen, så det var tillsammans med killarna hon lärde sig njuta. Nuförtiden onanerar hon ibland, fast inte så ofta. Hon är fortfarande tillsammans med sin kille och de har ett aktivt sexliv. Hon får ibland orgasm under samlaget, men inte alltid. Senaste gången de låg med varandra fanns kompisarna i rummet. Hon kände sig generad men hon och kompiserna skrattade tillsammans.

Hur kände du det inför dina föräldrar?

S.- När jag var 14-15 år skulle jag inte ha kunnat berätta något. -Mamma skulle blivit galen om hon fått veta vad jag gjorde. Med pappa är det helt otänkbart att berätta något. -Kanske skulle han få ett anfall eller något, men jag vet inte. -Nu skulle det vara lättare att berätta för mamma.

Mamma var (i början av tonåren) först hård, sedan mjuk men gränssättande (i 15-16 årsåldern) och nu tillåtande. Susanne känner att mamma alltid står på hennes sida. Hon testade att berätta för mamma häromdagen. Hon sade: ”-mamma, jag är gravid!” Men mamma såg igenom henne och sade:

-Nej det är du inte, men du är inte oskuld längre.

Mamma trodde kanske att hon förlorat oskulden tidigare och hon har förstått att hon umgås sexuellt med killar. Susanne berättade inte mer för mamma, hon vill inte det. Mamma är inte som en bästa kompis, hon är mamma. Men om det verkligen gällde skulle hon kunna berätta ganska mycket för henne.

T.-Varför inte pappa?

S.- Nej det skulle inte gå.

T.-Har ni haft en nära kontakt, eller har det varit mer distanserat?

S.- När jag var liten stod jag pappa närmare än mamma.

Nu är avståndet lite längre och hon vet inte hur pappa skulle reagera om hon berättade. Hon verkar överhuvudtaget osäker på var hon har pappa., vad han tycker i olika moralfrågor och vilket stöd han är för Susanne.

Kommentar: I dessa berättelser fanns alltså ingen koppling mellan förväntan och hur det blev. Caroline hade en positiv förväntan på sex men blev förvånad och besviken pga. smärtan. Susanne hade en negativ förväntan men blev positivt överraskad för att det var ”jätteskönt”. Troligtvis hade hennes förmåga att njuta att göra med att hon tidigt tyckte sex var spännande och att hon provat olika sexuella varianter med killar förut. Exemplet visar hur fel det är att definiera sex bara som samlag. Den sexuella utvecklingen och sökande efter kompetens på detta område börjar ofta långt före samlagsdebuten.

Båda hade stödjande, nyfikna och nära kompisar. Susanne berättade mer, kanske för att hon var glad och nyfiken. Båda dolde sin sexualitet för föräldrarna. De ville behålla sina upplevelser för sig själva. Det hade varit ”skämmigt” om föräldrarna fått veta. Trots det är föräldrarnas inställning till sexualitet mycket viktig. Susanne kände sig lite orolig för att hon inte visste var pappa stod i frågan. Från mamma kunde hon alltid räkna med stöd.

T.- Vad hände med er som tjejer efter att ni haft ert första samlag?

Både anser att de blev kvinnor och att de mognade lite. Det sexuella vidgade kärlekslivet. De blev lite mognare inför sina kompisar.

Blev ni stolta, fick ni status?

Båda: ”ja stolta, men inte status. Det är fel att söka status genom att ha sex.”

Sexualitet och kärlek senaste tiden

Flickorna berättade båda hur deras kärleksliv utvecklats den senaste tiden. Susanne är fortfarande ihop med sin kille och hon upplever sitt kärleksliv som allt bättre. Caroline har inte fast sällskap. Hon har träffat olika killar det senaste året och börjar komma över sina spänningar. Hon får orgasm ibland, men det är fortfarande svårt. Det låter som att hon den senaste tiden har frångöplat sin sexualitet från en nära kärleksrelation. Kanske är det ett sätt att koncentrera sig på sin kropp och sin individuella utveckling.

Kommentar

Utveckling sker ofta i olika språng. Ibland är motivationen starkast inom en utvecklingssektor, ibland i en annan. Det är inte alltid de går ihop. Anknytning och sexualitet behöver inte alltid överensstämma. Givetvis kan det ha att göra med förhållanden i den aktuella relationen, men utvecklingsprocesserna har också helt individuella komponenter.

Behov av stöd

Båda flickorna säger att på ungdomsmottagningen kan man prata om allt. Det skulle vara möjligt att tala om det vi samtalat om idag på vanliga besök hos kurator eller barnmorska. Det som de önskar mer information om är könssjukdomar och preventivmedel. Framförallt är de rädda för att få någon sjukdom. De tycker att de kan alldeles för lite. De anser att killar skulle behöva manliga läkare för att våga gå på provtagning och undersökning. Själva skulle de inte kunna tänka sig att bli undersökta av en man. Jag undrar över deras användning av kondomer som ju skyddar mot könssjukdomar. De svarar att det aldrig blir av. De och killarna tycker inte det är lika skönt att ha samlag med kondom. Susanne säger att i stundens hetta kommer den aldrig på. ”Man är så kåt, man vill bara få in den”

Min egen hypotes, om att tjejernas skamkänslor och ett ojämnt maktförhållande med killarna gör att de inte lyckas hävda sig och kräva kondom, kom alltså på skam. Längtan efter njutning går inte alltid ihop med önskan om skydd och trygghet. Bristen på agens i detta fall handlar mer om svårigheter att få ihop medvetenhet om ”safe sex” med önskan om njutning före, under och efter sexualakten.

Unga mäns sexuella svårigheter

Till frågespalten på Riksförbundet för Sexuell Upplysning RFSU:s interaktiva hemsida har unga mäns frågor om erektionsproblem ökat mycket de senaste åren. Männens allt större krav på sig själva att både känna, prestera och tillfredsställa sin partner slutar allt oftare i en slak lem och därpå följande känslor av skam och otillräcklighet. Ofta finns ingen koppling mellan de ungas tankar om sig själva, sina relationer, sina känslor och de sexuella symtom de uppvisar. Ofta är pojkarna och männen rädda att det är något fysiskt fel på dem. Vid läkarundersökning hittas sällan några defekter. Under samtalen med de unga männen framkommer ofta rädsla att misslyckas, att inte vara som andra och rädsla att inte kunna ge sina partners den tillfredsställelse som förväntas.

Till frågespalter och till ungdomsmottagningar vänder sig också många unga män med det motsatta problemet, att utlösningen och orgasmen kommer alltför snabbt. De hinner inte finna föreningen och samspelet med sin partner innan det får ett snöpligt slut. Ibland visar det sig att paret trots allt hållit på en stund, men hamnat i otakt, pga. olika tempo. Andra gånger har killarna svårt att stanna kvar i en känsla av pågående njutning och samhörighet. Ofta hänger problemet ihop med en uppdämd stark längtan parad med nervositet.

Min erfarenhet är att flickornas rädsla för skamkänslor och fördömanden ofta handlar om att de är för sexuella. Killarnas rädsla handlar oftare om att inte räcka till, att inte duga som den som både skall ha fantastiska sexuella upplevelser och att tillfredställa sin partner. Killarna isolerar ibland de sexuella behoven och fantasierna från sensualism och anknytning. Ofta lägger de skulden på sig själva att samspelet med partnern inte fungerar.

Slutdiskussion

Skrivandet av denna uppsats har varit en viktig läroprocess för mig. Mitt lärande och min nyfikenhet på utvecklingspsykologi och självpsykologisk terapi har också varit min starkaste drivkraft. Ungdomars tankar, känslor och berättelser har jag på många sätt redan varit full av genom mitt arbete. Jag tycker att jag i skrivprocessen till viss del fått ihop de bägge världarna: psykologiböckerna och ungdomarna i förorten. De frågeställningar jag ställt anser jag att jag fått groende svar på.

Vilka värderingar finns i dagens Sverige när det gäller ungdomar och sex?

Det som blivit tydligt för mig är, förutom det som ridovisas i olika undersökningar, att vi som arbetar med dessa frågor är så fulla av värderingar och att de styr vårt handlande mer än vi vill erkänna. Vi är alla en del av en tidsanda. De professioner vi verkar inom har en mycket stark roll för att förmedla centrala värderingar till exempel om kärlek och sex. Dessa värderingar förmedlas både i gruppinformationer, preventivmedelsrådgivning och i stödsamtal. Jag anser inte att detta är fel. Istället bör vissa grundläggande värderingarna vara en tydlig del i ramen för arbetet. Exempel på sådana centrala och generella värderingar kan handla om frivillighet, jämställdhet, skydd för minoriteter och respekt och hänsyn mot andra. Däremot anser jag att värderingar om varför ungdomar ska ha sex även fortsättningsvis bör vara en fråga för diskussion. Kuratorns roll bör vara att uppmuntra till reflektion. Även detta är en värdering, eller hur?

Hur sker den sexuella utvecklingen hos barn och ungdomar?

Min ursprungliga idé var att jämföra objektrelationsteori med självpsykologiska alternativ. Detta blev för otympligt. Istället har jag valt att beskriva några självpsykologiska teorier som jag tyckt vara intressanta. Att många av självpsykologerna inte är så kända i Sverige tycker jag är en fördel därför att det känns nytt och spännande. Lichtenbergs tankar om sensualism och sexualitet, hos barn och ungdomar, känns mycket fruktbara. Teorin kan hjälpa oss att förstå längtan och behov av närhet och sensualism, den starka laddningen i sexualiteten, fruktan för skam och rädslan för att inte duga. Då jag under våren testat tankarna i grupper med unga killar har jag fått många igenkännande blickar och svar.

Hur kan man förstå ungdomars utveckling och sexualitet utifrån olika självpsykologiska tankegångar?

En av de självpsykologiska teoretiker jag har provat att använda för att förstå ungdomarnas utveckling är Daniel Stern. För att ge en djupare förståelse av hans observationer och teoretiska begrepp krävs dock mer tid och koncentration på det ämnet. Det som jag emellertid kan dra som slutsats är hur viktigt det är att så fördomsfritt som möjligt försöka förstå ungdomars utveckling och de enorma krafter som är i rörelse, inte minst på sexualitetens område. I enlighet med Sterns tänkande anser jag att den unge själv i samspel med andra bör stödjas att söka den kompetens som ungdomstiden och det samhälle vi lever i kräver. Därmed bör vi också uppmana ungdomarna till kritiskt tänkande.

Hur kan man använda dessa teorier på en ungdomsmottagning?

De centrala begreppen empatiskt förhållningssätt, sökande efter kompetens och självobjektserfarenhet är definitivt användbara på ungdomsmottagningen. Problemet att föra ut sådana begrepp är väl snarare att de känns för självklara för att sticka ut och vara "säljbara". Jag tror att många av mina kolleger på ungdomsmottagningarna i Sverige skulle säga: -det där känner vi redan till, fast vi beskriver det med delvis andra ord. Jag hoppas ändå att mina preliminära, och ibland lekfulla försök att sätta in självpsykologin i det praktiska arbetet kan vara till bra hjälp att utforma konkreta metoder både för individuella stödsamtal, pedagogiska gruppsamtal och samtalsgrupper.

Litteratur:

- Ambjörnsson, Fanny, I en klass för sig, Ordfront 2003.
- Basch, M.F., Understanding psychotherapy, Basic Books, USA 1988.
- Basch, M.F., Doing brief psychotherapy, 1995.
- Jacksson, H., Using self psychology in psychotherapy, 1993.
- Jerlang m.fl., Utvecklingspsykologiska teorier, Liber 2006.
- Peter A. Lessen, Self psychology, an introduction, Jason Aronson, 2005
- Lynch, V, Basic Concepts, Jason & Aronson, 1993.
- Lichtenberg, J. Artikel presenterad på självpsykologisk konferans ?
- Nathansson, D., Shame and Pride, Norton & Co., 1992.
- Sex i Sverige, Lewin m.fl., Folkhälsoinstitutet, 1998.
- Rätten till sitt eget liv, Länsstyrelsen i Stockholm, 2002:13.
- Shapiro, S., Talking with patients, Jason & Aronson, 1995.
- Stern, D., Spädbarnets interpersonella värld, N & K, 2003.
- Ungdomar och sexualitet – en presentation av aktuell svensk kunskap, Folkhälsoinstitutet, april 2000.
- Wrangsjö & Vinberg, Tonårstid, N & K, 2006.
- Wrangsjö, T, Ungdomsutveckling och ungdomstid, SFPH 1993.
- Vretblad, E, Stockholms Universitet, Inst. f. soc.arb., 2006.