

Whatever happened to desire?

Om sex og skam i et seksualhistorisk og nutidigt perspektiv



Susanne Ussing "Kvinden i drivhuset" 1980 (foto af installation)

Masterafhandling

Forår 2021

Louise Grann Nielsen 20192398 og Tina Thilo 20192404

Vejleder: Professor Christian Graugaard

Indholdsfortegnelse

ABSTRACT	4
RESUMÉ	4
INITIERENDE PROBLEM	5
BAGGRUND	6
Seksualitet i et bio-psyko-socialt og kulturelt perspektiv	6
Et kulturhistorisk perspektiv på kvindens seksualitet	9
Skam - den mest intense og smertelige af alle følelser	12
Skam som en del af et sociokulturelt system - No girl wants to be called a slut	14
Skam i et evolutionspsykologisk perspektiv	16
Kulturelle signaler underminerer i det skjulte	17
PROBLEMFORMULERING	18
FORSKNINGSSPØRGSMÅL	19
VIDENSKABSTEORETISK STÅSTED	19
OPGAVENS OPBYGNING OG METODE	20
Teori om sexologiske sygdomsmodeller og patologier	20
Teori om et kulturhistorisk perspektiv	22
Teori om kulturel skam	22
Metodeovervejelser vedrørende det kvalitative interview	23
Rekruttering af informanter	23
Semistruktureret forskningsinterview	24
Etiske overvejelser	24
Strukturerings- og analysemetode af forskningsinterview	25
RESULTATER OG DISKUSSION	26
Informanterne	26
Tema 1 Privatisering af skam	27
Resultater: Forsøget på at leve op til narrativet om “den sande kvinde”	27
Resultater: Forkert som kvinde og forkert som person	32
Resultater: Kropsskam – selvutilstrækkelighed og syndsforladelse	35
Diskussion: Privatisering af skam	38
Tema 2 Skam og seksuelle patologier	42
Resultater: Promiskuitet og orgasmebesvær	42

Resultater: Voldtægt - kulturel skam og manglende ophidselse	46
Diskussion: Skam og seksuelle patologier.....	48
Diskussion: Ophidselse og selvkritiske tanker	48
Diskussion: Orgasmebesvær.....	51
Tema 3 Svigt, skam og tabu	52
Resultater: Skam og tovejstabu	52
Resultater: Svigt - skam og devaluering af selvet.....	55
Diskussion: Skam og tovejstabu.....	57
Diskussion: Svigt - skam og devaluering af selvet.....	58
STUDIETS STYRKER OG SVAGHEDER	60
KONKLUSION.....	61
PERSPEKTIVERING.....	64
LITTERATURLISTE.....	65
BILAG (A1-3, B, C, D).....	69

ABSTRACT

Sexological research reports about lack of desire, arousal- and orgasm difficulties as an increasing and highly debated subject of significant relevance to women. From a history of mentality perspective this study aims to enlighten how cultural tellings about womanliness affect women's way of thinking and experiencing sexuality and sexual shame. We will elucidate how women experience their sexuality being affected by the sociocultural norms if they seek to comply with the sexual standards and ideals. Moreover how these narratives about womanliness are triggering shameful feelings and devaluing of the self.

Data is collected through semistructured interviews from a phenomenological standpoint. There has been conducted six interviews with women of various age range. The result is divided in three themes. Processing of empirical data have been by opinion condensation and hermeneutical principals following discussions of the findings with relevant theory and societal concepts from research literature of quantitative and qualitative nature.

The thesis concludes that sociocultural shame tends to highly affect women's sexual latitude and their capability of handling sexual difficulties.

Future research could advantageously have a more thorough concentration of the profound internalized cultural factors. If we, as upcoming sexologists, are imposed to take these matters seriously and thereby acknowledge the complexity of sexuality, the cultural factors must be juxtaposed with biological, psychological and social factors.

RESUMÉ

Sexologisk forskning rapporterer om manglende lyst, ophidselses- og orgasmeproblemer som tiltagende og omdiskuterede emner af særlig relevans for kvinder. Fra en mentalitetshistorisk synsvinkel har dette studie til sigte at undersøge, hvordan kulturelle fortællinger om kvindelighed påvirker kvinders tænkning og oplevelse af seksualitet og seksuel skamfølelse. Vi besvarer, hvordan kvinder oplever, at deres seksualitet bliver påvirket af sociokulturelle normer, hvis de stræber efter at leve op til seksuelle standarder og idealbilleder, samt hvordan disse narrativer om kvindelighed bliver igangsættende for skamfulde følelser og devaluering af selvet.

Data er indsamlet via semistrukturerede interviews fra et fænomenologisk ståsted. Der er udført seks interviews med kvinder fra to forskellige aldersgrupper. Resultaterne er

delt op i tre temaer. Bearbejdning af empiri er sket via meningskondensering og hermeneutiske principper, hvorefter fundene er diskuteret med inddragelse af relevant teori og samfundsmæssige begreber samt forskningslitteratur af kvantitativ og kvalitativ art.

Afhandlingen konkluderer, at det tyder på, at sociokulturel skamfølelse har stor betydning for kvinders seksuelle råderum, og for hvordan kvinderne håndterer seksuelle problematikker.

Fremtidig forskning kunne med fordel fokusere mere på de dybtliggende internaliserede kulturelle faktorer. Hvis vi som kommende sexologer skal tage disse betragtninger alvorligt og vedkende os seksualitetens kompleksitet, må den kulturelle faktor vægtes på lige fod med de biologiske, psykologiske og sociale faktorer.

Hvad er kernen i frigørelse?
- Ikke længere at skamme
sig over sig selv (Nietzsche)

INITIERENDE PROBLEM

Sexologisk forskning rapporterer om manglende lyst, ophidselses- og orgasmeproblemer som tiltagende og omdiskuterede emner af særlig relevans for kvinder (Graugaard et al. 2019, 803). Studier har vist, at hvis kvinder har øget fokus på seksuel biologisk respons, øges den subjektive ophidselse. Omvendt forholder det sig med negative og selv-kritiske tanker. Hvis en kvinde er overopmærksom på indre kritiske fornemmelser, risikerer hun at nedsætte sin subjektive ophidselse (ibid, 782, 805). På den måde vil kvindens fortolkning og forståelse af situationen kunne påvirke det psykologiske ophidselsesrespons i positiv eller negativ retning. Et højt stressniveau eller negative følelser, som eksempelvis skamfuldhed, vil hæmme blodtilførslen til kønsdelene (ibid). At anlægge et bio-psyko-socialt perspektiv på seksuelle problemer bliver derfor, også her, altafgørende for at forstå, hvorfor kvinder kan opleve manglende lyst, ophidselses- og orgasmeproblemer (Graugaard et al. 2019, 410).

I det senmoderne narrativ om kvindens seksualitet er det en tilbagevendende fortælling, at kvinder i interaktionen med deres partner er mere optaget af intimitet end af ren lyst og begær (Meston & Buss, 2007, Basson, 2000). Meredith Chivers forskning om kønsforskelle i genitale tændingsmønstre viser, at der er overraskende svag overensstemmelse mellem kvinders genitale respons og deres selvoplevede seksuelle lyst. Hendes

forskning peger således på, at kvinder ikke i samme grad som mænd oplever korrelation mellem lubrikation og lyst. Med andre ord: kroppen reagerer intuitivt på seksuelle, visuelle stimuli, men har ikke i samme grad en kognitiv selvoplevet respons (Chivers, 2005). Hvorfor er kvinder, i en signifikant ringere grad end mændene, dårlige til at mærke seksuelle reaktioner i kroppen? Selvom incitamentet til at have sex mere samler end skiller mænd og kvinder, ser det ud til, at kvinder rapporterer om en psykologisk betinget motivationsfaktor i højere grad end et biologisk drive (Eplov 2007, Salonia 2010). Og når det kædes sammen med, at manglende lyst, ophidselses- og orgasmeproblemer er hyppigt forekommende blandt kvinder, bliver vi nysgerrige på, hvorfor kvinder ser ud til at have denne subtile grænse mellem det genitale nedre og det cerebrale øvre.

BAGGRUND

Seksualitet i et bio-psyko-socialt og kulturelt perspektiv

Den moderne vestlige sexologi har sit udspring i det medicinsk-naturvidenskabelige paradigme, hvor biologien og psykologien i den første halvdel af det 20. århundrede havde forrang. Den tidlige sexologi var i første omgang en deskriptiv videnskab, som beroede på hundredvis af kliniske patientbeskrivelser. Disse beskrivelser dannede grundlag for klassificering af seksuelle forstyrrelser og vrangformer (Graugaard et al. 2019, 16).

Vrangformer eller perversiteter, som eksempelvis *homoseksualisme*, var betegnelse for en seksuel afvigelse introduceret under denne første moderne bølge af seksualvidenskab. I et naturvidenskabeligt syn på kroppen var homoseksualitet udslag af et arveligt belastet nervesystem og ikke længere knyttet til en fiks idé. Homoseksualitet blev klassificeret som en *biologisk skæbne*. Det afvigende og perverse menneske var således ikke længere syndig, med reference til Bibelen, men syg i medicinske forstand. Genstandsfeltet for denne førstegeneration af sexologer blev udredning og behandling af personer, som sprængte rammerne for forståelsen af et sexliv med reproduktion for øje og ægteskabet som det indiskutable sted, hvor seksualitetens skulle foregå (Ibid).

Da amerikanske sociologer i 1950'erne påpegede vigtigheden af at forstå: "at selvopfattelse, fantasiliv og adfærd hverken kan tilskrives biologiske effekter, intrapsyriske drifter eller opdragelsesmæssig prægning" (Graugaard et al. 2019, 26), var det begyndelsen på et opgør med de biologiske og psykologiske paradigmer. De argumenterede for, at menneskets seksualitet var et produkt af samfundsmæssige forhandlinger og et udtryk for, at vi som sociale væsener forsøger at positionere os i forhold til *signifikante andre* og på den led er i stadig interaktion med vores sociokulturelle kontekst. Den biologiske

og naturvidenskabelige forklaringsmodel var utilstrækkelig, når mennesket skaber mening og betydning i sociale rum, således også på det seksuelle område, hvor vi sammenligner os med hinanden og stræber efter at leve op til seksuelle standarder. Det kunne f.eks. være standarder som, hvor tidligt vi debutterer seksuelt, hvor ofte og hvordan vi dyrker sex. Det er også i en sociokulturel kontekst at ideen om seksuelle "afvigelser" definerer, hvad der er normalt, og hvad der er sygeligt eller kriminelt. Her kan biologien og psykologien ikke anvendes som de eneste sandhedsmarkører.

Som et opgør med biomedicinens "apparatfejlmodel" lancerede den amerikanske psykiater Georg L. Engel i 1970'erne den bio-psyko-sociale model, som integrerer kropslige, emotionelle, relationelle og kulturelle faktorer (Graugaard et al. 2019, 54). Hvor de tidligere brudflader mellem en biomedicinsk tilgang versus en socio-kulturel tilgang var domineret af et enten-eller, kunne den bio-psyko-sociale model betragtes som en teoretisk brobygning, hvor respekten for både det biologiske og sociologiske var intakt. Den sexologiske praksis tog den bio-psyko-sociale sygdomsmodel til sig i 1980'erne, hvor også sexologien i Danmark fik sit institutionelle grundlag. Store omstillinger prægede på samme tid det generelle sundhedsvæsen, så da den første offentlige sexologiske klinik, med professor Preben Hertoft i front, åbnede, kunne et nyt og forfriskende syn på danskernes seksualitet behandles som et bio-psyko-socialt fænomen (Graugaard et al. 2019, 32). Den multidisciplinære model afspejler en dynamisk vekselvirkning mellem menneskets biologiske, psykologiske og sociale omstændigheder og har indbygget den pointe, at den ikke alene supplerer det reduktionistiske biomedicinske syn på sygdom med to komponenter, men at de involverede faktorer skal forstås via deres samspil med hinanden.

De indledningsvist nævnte seksuelle problematikker, *manglende lyst*, *ophidselses- og orgasmeproblemer*, bliver således i den senmoderne sexologiske teori, såvel som den kliniske praksis, betragtet i en bio-psyko-social kontekst. Årsagssammenhængene bag seksuelle problemer er multifaktorelle, pointerer sexologiprofessor Annamaria Giraldi: "Biomedicinske, psykologiske, interpersonelle og sociokulturelle faktorer interagerer med hinanden og bidrager hver især til den individuelle kvindes oplevelse af lyst og ulyst" (Giraldi, 2019, 790).

Den amerikanske sexolog Stephen B. Levine beskriver i 2003 drift, motivation og ønske som tre væsentlige komponenter i det individuelle menneskes lyst til sex (Giraldi et al. 2019). Driften, den *biologiske* komponent, knytter sig til kønsorganernes funktion og kroppens neuroendokrine samspil. Motivationen, den *psykologiske* komponent, påvirkes af personens oplevelse af sig selv, af relationen til partneren og den sociale kontekst. Ønsket, den *kulturelle* komponent, er værdier, normer og restriktioner, som det en-

kelte menneske er formet af. Levines trebenede lystkomponent anskueliggør, at seksualitet er en *bio-psyko-social* balance, som i samspil med kulturen former lysten ved enten at forstærke eller hæmme den.

Også inden for de nyeste internationale diagnostiske klassifikationssystemer er de bio-psyko-sociale perspektiver inddraget. I det diagnostiske system betragtes en seksuel dysfunktion, som umiddelbart kunne have sit udspring i biologien, ikke at være løsrevet fra relationelle og sociale- og kulturelle aspekter. Kronisk sygdom der påvirker nerver eller blodcirkulation, som fx diabetes, kan give orgasmeproblemer. Studier viser, at selvom biologiske faktorer kan forklare grunden, kan orgasmeproblemet også skyldes psyko-sociale faktorer som fx kulturelle og religiøse forbud eller negative syn på kvinders seksuelle nydelse. Disse kulturelle faktorer kan være en vigtig faktor, der sammen med diabetes medfører orgasmeproblemer (Graugaard et al. 2019, 824, Marchand 2020). Igen-nem tiderne er der kommet større forståelse for, at det seksuelle respons er et kompleks sammenspil mellem ætiologiske faktorer, og at en eller flere af disse faktorer kan påvirke ethvert led i kvindens personligt oplevede seksualitet (Graugaard et al. 2019, 1026-1027). Der er langt fra det biologiske paradigmes syn på kvindekønnets sårbarhed pga. sine månedlige blødninger, som helt op til midten af 1800-tallet udgjorde lægevidenskabens teoretiske grundlag, til den nuværende evidensbaserede viden, der ligger som grundlag for den kliniske praksis, vi ser i dag (Graugaard et al. 2019, 14, Parish et al. 2021). Udviklingen af klassifikationssystemerne og diagnostik er sket for at reducere mønstergenkendelse, fremme forståelsen og optimere specifik behandling til kvinder med seksuelle dysfunktioner (Parish et al. 2021). I ICD-11¹ er der indført deskriptorer, som kan tilføjes alle diagnostiske kategorier, som fx et tidsmæssigt perspektiv og et situationelt aspekt. Er det seksuelle problem, som kvinden henvender sig for at få undersøgt, noget, som kvinden har haft som et livslangt problem, eller er det et problem, som er tilkommet? Er problemet til stede i enhver seksuel kontekst, eller er den til stede i specifikke situationer? Denne række af eksempler på ætiologiske faktorer har alt i alt været med til at uddybe diagnosens kompleksitet og sammenhæng forbundet med kvindens seksuelle dysfunktion, herunder parforhold, kulturelle eller religiøse og medicinske forhold, viden og inter- og intrapersonelle faktorer. Der er dog et stykke vej igen, før en forståelse omkring kulturelle forskelligheder bliver vægtet og korrekt brugt i den kliniske praksis (Graugaard et al. 2019, 713, Parish et al. 2016).

Ydermere kan relevansen ved et bio-psyko-socialt perspektiv underbygges, når vi forsøger at finde årsagen til en seksuel dysfunktion. Således som en biologisk faktor kan på-

¹ ICD-11 er en tidssvarende klassifikation med indhold svarende til de videnskabelige fremskridt og nyeste medicinske praksis. ICD-11 træder først i kraft 1. januar 2022.

virke og være årsag til relationelle og psykologiske problemer, kan en relationel og psykologisk problemstilling være udslagsgivende og føre til en biologisk reaktion. Eksempelvis kan manglende lyst være udløst af dårlig kommunikation i parforholdet og indirekte føre til nedsat lubrikation, og omvendt kan manglende lyst være udløst af en ubalance i exiterende og inhiberende signalstoffer i hjernen og føre til parforholdsproblemer.

Opsummerende vil vi nævne, at seksualitet som et bio-psyko-socialt fænomen ikke blot vedrører kropslige mekanismer og færdigheder, men udfolder sig i mentale processer og mellem mennesker i en kulturel og samfundsmæssig kontekst (Graugaard et al. 2019, 29). I det ovenstående har vi vist, at den senmoderne sexologi bygger på en bio-psyko-social forståelse, hvor man ofte reducerer det sociale til parforholdet og de nære relationer og glemmer den omgivende, over-personlige kulturelle kontekst, herunder de historiske kræfter. De historiske kræfter influerer qua normer, idealer og diskurser og er med til at forme menneskers seksuelle udtryk.

I et seksualhistorisk perspektiv og ved hjælp af historikerne Karin Johannesson og Bente Rosenbeck, vil vi kort belyse kvindens seksualhistoriske arv, hvor *kvindelighed* blev til i et krydsfelt mellem kulturelle og biologiske forklaringer (Johannisson 1996, Rosenbeck 1996).

Et kulturhistorisk perspektiv på kvindens seksualitet

Erotisk begær og lyst til sex hører til menneskehedens mest politiserede og moralsk regulerede områder. Professor i gynækologi John Studd belyser med et historisk og sociologisk perspektiv, hvordan blikket på kvindens seksualitet gennem historien har været omgærdet af mystik: “In the medieval world, the population feared hunger, the devil, and women, being particularly outraged and threatened by normal female sexuality” (Studd et al. 2009, 107). Studd argumenterer for, at reminiscenser af tidligere tiders seksualitetsdiskurser stadig kan have indflydelse på vores forestillinger om kvinders seksualitet. Vi er ganske vist kommet langt fra kirurgiske indgreb på klitoris i det forrige århundrede, men: “(...) vulvovaginal rejuvenation and labial trimming - performed in order to look like an airbrushed porn star - as advertised in the more disreputable medical websites, looks backwards to these customs of female genital mutilation” (Stuud et al. 2009, 111).

Opfattelsen af, hvad kvinders seksualitet er og skal være, har således undergået voldsomme forandringer gennem historien. Men kendetegnende for flere historiske epoker har været en allestedsnærværende ængstelse for kvinder med en seksuel udfarende styrke. I middelalderen blev kvinders seksualitet således betragtet som ubændig og farlig

og som en urkraft, der skulle tæmmes (Stuud et al. 2009). Seksualitet var noget man gjorde, snarere end noget man var, kunne derfor med datidens begreber kun forklares som syndige handlinger.

I den præmoderne epoke, før den biomedicinske tidsalders start, blev seksuelle adfærdsformer reguleret af kirke og stat og forsøgt formet af danske medicinere, der bedrev oplysningsarbejde med fokus på en mådeholdende seksuel livsførelse (Rosenbeck 1996, Johannisson 1996). Siden overtog den spæde, men hurtigt ekspanderende, medicinske seksualvidenskab definitionsretten for, hvor, og blandt hvem, en seksualitet kunne udfolde sig. Det kvindelige køn blev diagnosticeret som konstitutionelt svagt og verificeret gennem lægevidenskaben som potentielt sygeligt. Professor emerita Bente Rosenbeck, historiker og kønsforsker, belyser i sin forskning, hvordan antagelser om kønnet og kvindeligheden er konstrueret. “Kvindelighedens ideologiske *biologisering* slår ned i kvinders dagligdag, krop og følelser og handlinger, og aflejrer sig som en dybtliggende bevidsthedsstruktur (...) Kønskategorierne internaliseres både som psykiske strukturer og sætter sig i kroppen som (køns) karakterstrukturer” (Rosenbeck 1996, 104).

Hvad angår seksualiteten blev den ‘sande kvinde’ i det sene 1800-tal et modbillede til den ‘emanciperede kvinde’. Ikke alene udstrålede den emanciperede kvinde noget skamløst, men også en eksplicit seksualitet, der “virkede æggende og livsfarlig for manden” (Brandt-Jensen, 1997, 87²). Den frigjorte kvinde sås som et vrængbillede, der forbrød sig mod sin sande kvindeidentitet. Således forstået, at en kvindes sundhed og moderskabspligt kom i fare, når hun påberåbte sig retten til højere uddannelse eller til en selvstændig seksualitet (Johannesson, 1996). Ved skiftet til det 20. århundrede stod kvindebevægelsen over for en autoritativ, empirisk baseret videnskab, som bekræftede kønnes adskilte roller. Hvor det før var præsterne, der som eksperter overvågede den kvindelige seksualitet, bestod det moderne nu i: “ (...) at kroppen og den kvindelige livscyklus sekulariseres og professionaliseres, dvs. det bliver lægerne og ikke præsterne, der som eksperter overvåger overgange i livet” (Rosenbeck 1996, 76) Kvinden blev via denne analyse, legitimeret i biologien, tildelt en passiv rolle, og af de kulturelle og videnskabelige stereotyper defineret som asexuel og konstitutionel svag (ibid.).

Med et historisk tilbageblik bliver det tydeligt, at det især var lægevidenskaben, der gennem en biologisering af kvindelighed formede datidens sociale og kulturelle normer. Ikke alene var det upassende og unaturligt, at kvinder kunne være seksuelt udadvendt; det var tillige skamfuldt at have seksuelle følelser. Legitimeret i naturvidenskaben havde

² Brandt-Jensen anmelder Karin Johannessons bog: (1996) *Det mørke kontinent; Kvinner, sykelighed og kulturen rundt århundreskiftet*.

kvinder ikke det samme biologiske drive for seksualitet som mænd, så hvis en kvinde udlevede en selvstændig seksualitet, løsrevet fra reproduktion og måske også uden for ægteskab, var der stor risiko for udskamning og social stigmatisering. For kvinder med mere sexlyst, end normerne foreskrev, var ikke alene "løsagtige" af sind, de blev også regnet for dårlige mødre. Naturvidenskaben blev på den måde den tidlige moderne epokes vigtigste og mest magtfulde stemme, der definerede retningslinjerne for en tilladt seksualitet, og for kvindernes vedkommende skulle den rettes mod deres ægtemænd, men kun så længe de var fertile. Med en objektivering af kvindekønnet blev der skabt sandheder om køn og seksualitet, og med en subjektivering blev disse sandheder installeret i den enkelte. Ved overskridelse af den sociale orden blev skam til en regulerende følelse. Således kunne samtiden se begrebet skam som en stærk emotionel reguleringsfaktor for kvinders farlige og upassende seksualitet.

Ifølge sexologiprofessor Christian Graugaard blev kvindens seksualitet i en moderne forståelse således primært set som et middel til artens reproduktion, hvorimod lyst og begær uden for den fertile cyklus blev betragtet som pervers og sygelig. Senere har opsplitningen af lyst og reproduktion taget fart med præventionens fremkomst og 70'ernes seksuelle frigørelse (Graugaard, 2017).

Dette historiske tilbageblik på fortidens regulering af kvinder med en aktiv og selvstændig seksualitet anskueliggør et paradoks: på den ene side har den senmoderne vestlige verden opbygget et narrativ om seksuel frigørelse, hvor vi kan dyrke og nyde sex som vi vil (Bauman, 2006), og på den anden side ses fx plastikkirurgiens blik på kønslæbekorrekationer. I datiden var det frygt for udskamning, der fik kvinderne under kniven, mens det i det senmoderne er kvinden selv, der med sit subjektive selvbillede skammer sig over et genitalt udseende, som ikke lever op til en normativ standard. Så selvom vi har frigjort seksualiteten i juridisk og kulturel forstand, lever reguleringerne gennem en selvinstalleret social kontrol.

Meget har ændret sig, og i dag har den moderne sexologi for længst slået fast, at den kvindelige seksualitet er både eksisterende, mangfoldig og nuanceret og - på lige fod med mandens - kompliceret. Men interessant er det, at vi skulle hen i slutningen af det 20. århundrede, før vi i klinisk sammenhæng fik anatomisk kortlagt og neurologisk forstået klitoris og dennes betydning for den kvindelige seksualitet (Wahlquist, 2020).

Den nyeste og hidtil største befolkningsundersøgelse om danskeres sexvaner, Projekt SEXUS, viser en stærk kønsgradient for, hvordan danske kvinder og mænd udlever og oplever deres seksualitet (Frisch et al. 2019). Som en tværsnitsundersøgelse giver Projekt SEXUS et klart øjebliksbillede af, at selvom næsten lige så mange kvinder som mænd synes, at et godt sexliv er vigtigt, peger data fra spørgeskemaet på, at kvinderne oplever deres seksualitet på en anden måde end mændene (Frisch et al. 2019, 12). I

hvert fald onanerer kvinder halvt så meget som mænd, og af de kvinder, der onanerer, skammer 10 % sig over det. Kvinder ser langt mindre porno end mænd, og de får langt færre orgasmer (Ibid.). 12 % af de seksuelt aktive kvinder har oplevet hyppigt problemvoldende besvær med at opnå orgasme sammen med en partner, og andre 7 % har slet ikke haft en orgasme inden for det seneste år.

Overordnet fremkalder Projekt SEXUS et billede af en stærk diversitet og variabilitet i danskernes sexvaner, samtidig med at der også træder en tankevækkende kønsgradient frem. Projekt SEXUS kan selvkært ikke sige noget om årsagerne til, at færre kvinder end mænd onanerer, og flere kvinder end mænd har ophidselses- og orgasmeproblemer, men sammenholdt med ovenstående kulturhistoriske perspektiv, hvor forskningen peger på, at der historisk og socialt er forskel på hvad kvinder og mænd kan og må stille op med deres seksualitet, bliver det interessant at undersøge, hvilket landkort af følelser der aktiveres, når kvinder i dag udtrykker og udlever sig seksuelt.

Vi har derfor valgt i nedenstående afsnit at se på skamfølelsen. Skam kobler sig op på moral og samvittighed og fungerer både implicit og eksplicit som regulerende for menneskers handlinger.

Skam - den mest intense og smertelige af alle følelser

Det er først i de seneste årtier, at følelser har fået en plads i sociologien. I den vestlige filosofitradition var følelser lokaliseret i kroppen og dermed henvist til laverestående organer, adskilt fra rationaliteten (Bo, 2015, 33). Emotionssociolog Inger Glavin Bo fremstiller i sin forskning, hvordan nyere sociologiske teorier har bortkastet denne dualistiske tænkning og fremhævet det mentale versus det kropslige som falske modsætninger. "Roller og relationer er ikke kun sociale mønstre, der gør sig gældende i forhold til tanke og handling og efterlader følelser som en uberørt, tidløs og universel konstant" (ibid, 34). Paradoksalt i forhold til sjæl-legeme-dualiteten tilskriver nyere neurologisk forskning i følge Dr. Fishkin, ph.d i klinisk psykologi, at skamfølelsen bor i hjernen og udløses som en følelsesmæssig reaktion på oplevelsen af afvisning, latterliggørelse og dermed tab af anseelse. Anatomisk bor skamfølelsen dybt inde i de basale ganglier, som er placeret i hver af de to hjernehalvdele og dermed er en del af det limbiske system (Fishkin, 2016).

For at forstå det levede liv og menneskers sociale interaktioner til fulde, må vi således inddrage følelserne. For følelser er, ligesom fornuften, sociale og knytter sig til spørgsmål om moral og samvittighed (Bo, 2015). I den forbindelse fremhæver forskning skam som den mest sociale følelse i samtiden, da skamfølelsen er direkte koblet til udviklingen af selvbevidstheden. Vi kan skamme os over vores kropsvægt, at vi ikke motionerer

nok, at vi tænker for meget på sex; eller modsat, at vi ikke har lyst til sex. Vi kan skamme os over, at vi ikke er tilstrækkelig vilde i sengen og ikke lever op til vores egne forventninger til at være den perfekte partner. Denne svære følelse er ofte svær at genkende som skam og er derfor svær at identificere. Det kan skyldes, at vi ikke taler om skamfølelsen, og på den måde ubevidst giver skammen den bedste næring, eller som sexologiprofessor Christian Graugaard udtrykker det: “Skam trives bedst i lukkede tabuiserede iltfattige felter. Det er sådan en anaerob bakterie, som skyder op og yngler, der hvor der er tavshed”.³

Klinisk professor i psykiatri Donald L. Nathanson fremstiller oplevelsen af skam både som en fysiologisk og en kognitiv proces. Først er der en hændelse, hvor vi påvirkes af en stimulus. Denne stimulus kan også kaldes en *trigger* af en affekt. Fysiologisk reagerer vi ved at bøje nakken, sænke blikket og rødme – en momentan blokering af tankevirk-somhed (Bo, 2015). Prærefleksivt genkalder vi spontant denne affekt, det vil sige en erindring om en tidligere lignende hændelse ligeledes associeret med skam. Fishkin betegner skam som en kraftfuldt og præverbal affekt af det menneskelige sind: “Shame is in fact an affective response - a very powerful, preverbal, psychophysiological reaction that some neuroscientists believe is associated with basic neurological structures, operating from birth, that provide sensory awareness and reactivity” (Fishkin 2016, 18).

Når det førmtalte momentane øjeblik er passeret, erstattes chokket (den fysiologiske reaktion) med vores kognitive apparat, som forsøger at finde og organisere hændelsen med et eksisterende forløb med selvoplevet skam. “Således blendes den fysiologiske fase med den kognitive, hvorved den biologiske affekt kobles med en emotion” (Bo 2015, 98). Den igangværende handling, som eksempelvis en seksuel aktivitet, påvirkes via den tidligere oplevede skamfuldhed. Den øgede blodtilførsel til kønsorganerne falder (genital ophidselse), og den subjektive oplevelse af ophidselse hæmmes. Det er den sidste fase af skamoplevelsen.

Psykoanalytiker Helen B. Lewis argumenterer for, at skamfølelsen er en langt mere fundamental følelse knyttet til identiteten. Skamfølelsen er direkte knyttet til vores bevidsthed, og når følelsen triggles, triggles vores *sence of self*. “Oplevelsen af skam er direkte om selvet. Det er selvet, der er genstand for bedømmelsen” (Lewis, 1971, 30).

Dette understreges tydeligere, når psykologisk forskning skal skelne skam fra skyld. Skyldfølelsen er sædvanligvis knyttet til aspekter af personens adfærd og handler om ting, der er gjort eller ikke gjort, hvorimod skamfølelsen med Giddens ord er en “angst

³ Interview med sexologiprofessor Christian Graugaard i podcasten Stetoskopet #84 Skam, skede og smerter ved sex del. 2, <https://podcasts.apple.com/dk/podcast/84-skam-skeder-og-smerter-ved-sex-del-2/id1150909835?i=1000476651971>.

for, hvorvidt den fortælling, hvorved individet opretholder en sammenhængende biografi, er tilstrækkelig” (Giddens, 1996, 82). Skamfølelsen forstærkes af den ubevidste angst for selvets utilstrækkelighed. På den måde kan man forstå skam som en følelse, der involverer identiteten på en grundlæggende måde. Ifølge sociolog Zygmunt Bauman får man i senmoderniteten i højere grad skamfølelse på grund af personlig utilstrækkelighed, fx manglende sexlyst, fremfor som i tidligere tider, hvor individet kunne opleve skamfølelse i forbindelse med for meget sexlyst. Skamfølelsens udløses i dag på baggrund af en manglende seksualfølelse, hvilket i sig selv også kan siges at være et brud på en nutidig norm. Jeg er ikke god nok, fordi jeg ikke lever op til de idealer, seksualkulturen påbyder. Skamfølelse bør, ifølge sociologien, forstås i relation til selvets integritet. På den måde kan vi forstå skamfølelsen som den mest intense og smertelig af alle følelser.

Skam som en del af et sociokulturelt system - No girl wants to be called a slut

”No girl wants to be called a slut” er overskriften på en artikel i Journal of Gender Studies (Farvid et al. 2017). Begrebet *slut* beskriver ifølge forfatterne fra New Zealand en kvinde, som falder uden for de gængse normer for seksuel og social konduite. Der findes ingen sammenlignelig term i det engelske sprog til at beskrive en mand med en tilsvarende adfærd. Disse tendenser til at forstå den kvindelige seksualitet og seksualitetens sammenhæng med skamfuldhed og sygeliggørelse, trækker spor tilbage, som beskrevet i tidligere afsnit.

Når et menneske lever sit liv i sociale interaktioner, vil seksualitet aldrig udspille sig i et tomrum, men vil derimod både være historisk og kontekstuel forankret. Dette synspunkt udfoldede de amerikanske sociologer William Simon og John H. Gagnon i deres *scriptteori* fra 1970’erne. De hævdede, at seksualitet altid vil være knyttet til en bestemt *tid* og et bestemt *sted* og dermed blive til i et sociokulturelt system. Dette system internaliseres i den enkelte i form af personlige manuskripter/dregebøger, de såkaldte *scripts*. “Her har seksualitet mange skiftende og ikke nødvendigvis overensstemmende betydninger og funktioner” (Graugaard et al. 2019, 28). De kulturelt forankrede dregebøger, *scripts*, fungerer som sociale vejvisere i den forstand, at det enkelte menneske kan manøvrere sikkert i samfundet. “To the extent that we can get others to become players in these scenes, we will share with them both our excitement and our release. Sexual success, for men or women, brings pride” (Nathanson, 1992, 286).

Køn, krop og seksualitet fungerer ifølge ovenstående aldrig i et vakuum, men er altid situerede størrelser. Det betyder, at normer og uskrevne regler internaliseres i kroppen og bliver pejlemærker i et moralsk kompas. På den led kan skamfølelser, når de er knyttet til overskridelse af inter- eller intrapersonelle normer og social konduite, virke

som adfærdsregulerende komponenter. Skamfølelsen kan hjælpe os med at vide, hvornår vi må have sex, med hvem og hvordan. Tillige ved vi også via skamfuldheden, hvornår vi overskrider social accepteret seksuel adfærd og dermed giver skammen næring. I en større rapport fra VIVE⁴ 2018 om unges opfattelse og praktiske udfoldelse af køn, krop og seksualitet, konkluderer forskerne, at de unges kropslige og seksuelle aktiviteter er præget af et forholdsvis konservativt normsæt, hvor forskellige strategier udfoldes. Nogle påtager sig normerne som "naturlige" og prøver at finde begrundelser for dem. "Andre indretter sig efter normerne ved som dreng at høste anerkendelse for en seksuel oplevelse eller som pige at vise diskretion" (Vive, 2018, 79). For pigerne bliver det således et spørgsmål om at finde en balancegang mellem social inklusion og skam, imens det for drengene er langt mindre problematisk at forfølge deres seksuelle lyst.

Mennesker fødes med et sæt grundemotioner. Skam er én af dem. Vi har fra den tidligste socialisering en medfødt evne til at føle skam, fordi vi kan skamme os, før vi overhovedet ved, hvad skam er. Med livserfaringen udvikles evnen til at koble allerede internaliseret skam til nye hændelser, så selv om skamfølelsen er medfødt, er denne kobling tillært (Bo, 2015). Professor i psykiatri Robert J. Stoller⁵ havde som livsværk at undersøge køn og seksualitet, sådan som det leves i *real life*. Hans empiriske erfaringer var overvejende fra terapeutiske samtaler med patienter. På baggrund af tusindvis af interviewtimer, hvor Stoller: "spent asking questions most of us are far too shy to frame, emerges one sturdy conclusion: "Central to the experience of sexual arousal are thoughts related to shame. All of us, he has said in *Sexual Excitement*⁶, each time we contemplate a sexual event think about those moments in our lives when we have been traumatized by shame" (Nathanson, 1992, 285).

Skam udløses således, når vi forestiller os og spejler os i, hvad *signifikante andre* ville mene, hvis de kendte til vores "rigtige" selv. I den førnævnte VIVE-rapport er det en dominerende forestilling, at unge kvinder med skiftende seksuelle partnere er billige, urene og ensomme eller har svært ved at opnå anerkendelse. "Så har man brug for andres anerkendelse, men i virkeligheden er man måske helt vildt ensom og tænker, at der bliver set lidt ned på det. Jeg vil måske føle mig lidt ulækker, hvis jeg var sammen med nogen hver weekend", fortæller Trine fra et interview i rapporten. Unge kvinder finder i denne spejling, at har de flere seksuelle partnere end normen foreskriver, kan de på egne vegne koble seksuel adfærd med negative personlighedstræk (VIVE, 2018). Modsat er det for de unge mænd, som opnår positiv opmærksomhed, hvis de har været

⁴ VIVE er Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd. Rapporten er iværksat for foranledning Ligestillingsafdelingen under Udenrigsministeriet i 2018.

⁵ Robert J. Stoller var i 1968 den første forsker til at anbefale at opdele betegnelsen køn i to dele. Et biologisk køn (sex) og et socialt køn (gender).

⁶ *Sexual Excitement* er titlen på en bog, Robert J. Stoller skrev i 1986.

sammen med en ny seksuel partner. På den måde kan de bruge seksuelle oplevelser til at fremme deres popularitet og øge selvtilliden. Disse eksempler fra VIVE-rapporten er eksempler på kulturelle normer, som virker i den enkelte unge og afsætter sig som skam hos kvinderne.

Hvor skammen er til stede i en mellemmenneskelig relation, er der risiko for en kædereaktion, hvor skam avler mere skam. En benægtelse af en skamfuld hændelse, og dermed en tabuisering af skammen, kan få negative sociale konsekvenser (Bo, 2015). En af de destruktive effekter af tabuisering er, at den, der tynges af skam, trækker sig fra sine sociale bånd. Skam bliver på den led en dynamo for enten emotionel isolation eller konflikt-eskalering (Fishkin, 2016, 51). Jeg skammer mig ikke bare over at blive kaldt en *slut*, jeg skammer mig over, at jeg skammer mig. Og jeg skammer mig over den skamfølelse, jeg vækker hos andre, når jeg fortæller om det.

Skam i et evolutionspsykologisk perspektiv

I et evolutionspsykologisk perspektiv kan følelser forstås som værende udviklet for at øge menneskers moralske forpligtelser over for hinanden. "Mennesker har et fuldstændigt grundlæggende behov for at være sammen med andre artsfæller. Vi er *ultra-sociale* dyr" (Høgh-Olesen, 2020, 13). Så skamfulde følelser er i et evolutionspsykologisk perspektiv vigtige for, at vi som mennesker skal mærke, hvornår vi overskrider regler og normer for samvær. Det er skammens funktion, argumenterer Henrik Høgh-Olesen, professor i Social- & Personlighedspsykologi, i sin evolutionsforskning⁷. Vi har regler for omgang og adfærd i forhold til hinanden. Ikke alene er skamfølelser kognitive og fungerer som pålidelige guider til erkendelse, de er samtidig kommunikative. Skamfølelser begrebsliggøres derfor som den basale måde, hvorpå mennesker er knyttet til den sociale orden, og rækker dermed ud over personen selv og fortæller andre i gruppen, hvad personen oplever; Jeg skammer mig og føler mig forkert. Ud over at skamfølelser kan fungere som et normativt kompas, kommunikerer de endvidere om, hvordan personen forholder sig til sig selv. Det bliver på den måde afgørende for vores evne til at være selvrefleksive, supplerer Svend Brinkmann, professor i psykologi. Personen bliver i stand til at se sig selv med de andres øjne, også selvom vi oplever følelserne som indre og private (Brinkmann, 2015).

Vi kan principielt kun føle skam, fordi vi forstår den sociale orden, vi har brudt. Den sociale orden, som er konstitueret af fællesskabets sociale praksisser, er via skamfølel-

⁷ Henrik Høgh-Olsen deltager i podcasten "Kejser: Skam dig!" <https://www.dr.dk/radio/p1/kejser/kejser-2018-12-17>.

sen (og andre grundfølelser) internaliseret i kroppen. Normer foreskriver og opretholder fællesskabets stabile samværs måder og er så at sige flyttet ind i hovedet på os. "Det at blive udstødt af fællesskabet har evolutionært set været den største trussel, et individ kunne opleve, og den dag i dag viser den moderne hjerneforskning, at social afvisning udløser de samme smertekredsløb i hjernen, som de der aktiveres ved fysisk smerte" (Høgh-Olesen, 2020, 14). Så når vi bryder normen, som eksempelvis at være seksuel ophidset i en ukonventionel situation, aktiveres skamfølelsen, og smerten for at falde uden for fællesskabet vækkes. Udskamning og udstødelse er menneskes dybeste frygt og fungerer som regulerende og ubevidste strukturer i ethvert samfund (Elias, 2000).

De normer, som fungerer og definerer en social orden, er omskiftelige over tid og afhængig af den kultur, de er udtryk for. Det bliver forklaringen på, hvorfor følelsen af skam ikke udløses og udtrykkes ens i forhold til *tid* og *sted*. I moderniteten var det f.eks. skamfuldt at få børn uden for ægteskabet - i det senmoderne Danmark er det lige så meget reglen som undtagelsen. Ingen bekymrer sig om det eller kan bruge "uægte børn" som udskamning. Skammens historie er således også historien om civilisationsprocesser, som idéhistoriker Norbert Elias argumenterede for i 1930'erne (Bo, 2015). Udbredelsen af skam og den tiltagende opmærksomhed på selvbevidsthed og selvkontrol er et sammenfald med udvikling af moderniteten. Elias betoner udviklingen af skamfølelsen i det moderne menneske som værende lige så stor som udviklingen af rationaliteten. Så når rationalet om, at reproduktion og seksuelle følelser er sammenfaldende, og det "godkendes" som norm, stiger risikoen for at kvinden uden for den reproduktive alder udvikler skamfølelse i forbindelse med seksuel ophidselse. Denne kropslige installering, hvor skamudløsende følelser disciplinerer seksualiteten, skal forstås som et eksempel på, hvordan mennesket ikke kun ledes af andre gennem en social og historisk virkelighed, men også leder sig selv (Rosenbeck, 2014).

Kulturelle signaler underminerer i det skjulte

Det er en almindelig moderne antagelse, at kvinder råder over en nuanceret og kompleks seksualitet, men i kølvandet på den seksuelle frigørelse er der opstået et interessant paradoks. Den sexologiske frigørelse satte kroppen fri for skam og seksualiteten fri fra kærlighed og gjorde erotikken tilstrækkelig. Begæret behøvede ingen legitimering, men kunne udledes helt uden andet mål end sig selv (Bauman 2006, Giddens 1994). Men disse vundne terræner kan ifølge meningsdannende sociologer som Zygmunt Bauman og Anthony Giddens kun ses som et fatamorgana. I kølvandet på landvindingerne står "Motsatrettede kulturelle signaler (og) underminerer i det skjulte (...)" (Bauman, 2006, 218). Disse modsatrettede signaler bliver på den måde grobund for en situation, hvor kvinder trods den seksuelle frigørelse skammer sig, og hvor kvindens seksualitet

kan vise sig at blive brugt som det farligste våben mod deres selvintegritet og selvværdfølelse. På den ene side lovpriser den senmoderne kultur seksualitetens glæder og opfordrer os til at forevige ethvert visuelt udtryk med erotisk betydning. På den anden side forbyder den samme kultur, at man som "sansningsjæger" positionerer sig som et sexobjekt (ibid). Dette paradoks genkendes i psykiatrien, hvor sex og skam defineres som et klinisk problem. "Why is it that shame is so often attached to sex? (Jaffe, 2009, 1198) Og forskningen fortsætter med at stille spørgsmål: "Is there more shame in our sexually saturated modern world because of the pressure to live up to some ideals of complete and total sexual freedom?" (ibid).

"Liderlige og promiskuøse kvinder fremstilles i vores kultur altid som ulykkelige" er en overskrift som rammer dagspressen en vinterdag i 2021⁸. Kronikken, som er skrevet af cand.mag. i dansk Mie Laugesen, argumenterer for, at på trods af den seksuelle frigørelse lever tabuisering og udskamning af kvinder med en promiskuøs livsstil i bedste velgående og er stadig normsættende for, hvordan kvinder kan udtrykke og udleve deres seksualitet. De promiskuøse kvinder er ødelagte og har behov for at blive reddet af "den ægte kærlighed". Når vi i forskningen spørger kvinderne selv, træder der et tydeligt billede frem af mere restriktive normer for, hvordan kvinder kan vise deres krop frem, og hvor mange de må dyrke sex med (VIVE, 2018, 7). Når kvindekroppen deles digitalt i det offentlige rum, er det ofte forbundet med risikoen for at blive associeret med nedsættende kategoriseringer som fx slut eller luder. Mange af de unge reproducerer den klassiske forestilling om, at kvinder har seksuelle grænser, som de må værne om, mens mænd er erobrere, der opnår anerkendelse for at have været sammen med en ny seksuel partner. "Det er jo igen det der med, at hvis piger har været sammen med mange, så bliver der set ned på det, og hvis drenge har, så er det skidefedt" (VIVE, 2018, 66).

Disse forestillinger er ikke nye, men har skiftet karakter, og det i en sådan grad, at vi må stille spørgsmålet, om det er skamfuldheden, som får lysten til at forsvinde og begæret til at smage bittert.

PROBLEMFORMULERING

Seksual- og mentalitetshistorisk forskning har påvist, hvordan reminiscenser fra tidligere historiske epoker og paradigmer kan afleje sig som dybtliggende bevidsthedsstrukturer

⁸ Dagbladet Information d. 8.2.2021.

i menneskers selvforståelse og mere specifikt påvirke måden, hvorpå kvinder forstår deres egen livsverden, kvindelighed og seksualitet. I dette studie ønsker vi at finde bagom kulturens ydre manifestationer og spørge, hvorvidt og hvordan kulturelle fortællinger om kvindelighed præger nulevende kvinders oplevelse af seksualitet og seksuel skamfølelse.

FORSKNINGSSPØRGSMÅL

- I hvilket omfang og på hvilken måde påvirker sociokulturel skam kvinders oplevelse af deres egen seksualitet?
- Hvilke håndteringsstrategier anlægger kvinder, hvis de oplever seksuelle problemer knyttet til skam?

Undersøgelsesdesign:

Kvalitative forskningsinterview - Et eksplorativt/deskriptivt/fænomenologisk studie, hvor vi tværgenerationelt undersøger forholdet mellem kvinders seksualitet og sociokulturelle begreber/forestillinger om skam forbundet med seksualitet. Målgruppen er kvinder i hhv. 20'erne og 60'erne.

VIDENSKABSTEORETISK STÅSTED

Sprogbrug, diagnoser og definitioner vedrørende kvinders seksuelle livsverden har som omtalt i baggrundsafsnittet ændret sig gennem tiderne. Hver tidsepoke er karakteriseret ved sin egen diskurs, dvs. et sæt af antagelser, eller et narrativ om kvinders seksualitet. Dette sociale konstruktionsperspektiv kommer især fra den franske filosof og idéhistoriker Michel Foucault, som hævdede, at viden altid er historisk og socialt forankret (Foucault, 1993). Således også vores forståelse af hvordan tidligere epoker og paradigmer kan aflejre sig som bevidsthedsstrukturer og påvirke kvinders selvforståelse og seksualitet. Bente Rosenbeck viser i sin mentalitetshistoriske forskning, inspireret af socialkonstruktivismen, hvordan reproduktiviteten under den biomedicinske tilgang blev konstituerende for kvindelighed og dermed altdominerende for kvinders liv fra vugge til grav (Rosenbeck, 2014). Vi finder i Rosenbecks hypotesesøgende forskning et belæg for, at

videnskaben producerer kundskaber (fremstillet som biologi), som så efterhånden bliver transformeret om til mentalitet⁹. Biopolitikken bliver med Foucaults begreb installeret i menneskers kollektive forestilling og vedtaget som normer, hvad angår kønsforhold og kvindelighed. Diskurser er ikke evige, faste størrelser, men er i konstant bevægelse. Denne forståelse vil som vores videnskabsteoretiske ståsted bestyrke os i, at det er i kraft af mødet med andre modstridende diskurser, at vi kan forandre og udvikle håndtering af sexologiske problemstillinger. Mentalitetsbegrebet vil vi anvende for at belyse, hvorfor der i et senmoderne samfund, som officielt går ind for seksuel ligestilling, eksisterer ulighed.

Vi vil i vores masterafhandling undersøge, hvordan kvinder forstår deres egen livsverden, kvindelighed og seksualitet. I dette studie ønsker vi at finde bagom kulturens ydre manifestationer og spørge med en mentalitetshistorisk synsvinkel, hvordan kulturelle fortællinger om kvindelighed præger nulevende kvinders tænkning og oplevelse af seksualitet og seksuel skamfølelse. Det er "næppe muligt at begribe et menneskes seksuelle adfærd og selvopfattelse uden samtidig at inddrage dets sociale og samfundsmæssige kontekst" (Graugaard 2006, 9). Seksuelle problemstillinger kan således fra en konstruktivistisk grundposition betragtes som et historisk forankret diskursivt fænomen, som kan studeres kvantitativt såvel som kvalitativt, klinisk såvel som historisk og sociologisk (Brinkmann, 2010).

OPGAVENS OPBYGNING OG METODE

Teori om sexologiske sygdomsmodeller og patologier

For at begribe hvordan den menneskelige seksualitet både er situeret i en specifik historisk og kulturel sammenhæng (Graugaard, 2019, 39), har vi i et afsnit af baggrundskapitlet valgt at uddybe seksualitet set i et bio-psyko-socialt og kulturelt perspektiv. Selvom patologier traditionelt er beskrevet i et biomedicinsk paradigme, er det ved at gøre en bio-psyko-social og kulturel tilgang aktiv, at vi kan begribe og nuancere hvordan kulturelle strukturer kan påvirke menneskers selvforståelse, handlinger og meninger. I dette afsnit inddrager vi psykiater og ophavsmand til begrebet en bio-psyko-social sygdomsmodel, Georg L. Engel, og ser på hvordan modellen rakte ud til det sexologiske forskningsfelt med en ny og forfriskende måde at anskue den menneskelige seksualitet på. Samtidig inddrager vi ICD-11 diagnosesystemet for på den måde at se, hvordan den

⁹ Begrebet mentalitet refererer i denne forbindelse til ubevidst normer, som er blevet "naturlige" (Rosenbeck, 1996, 113).

bio-psyko-sociale model kan betragtes som en teoretisk brobygning, hvor respekten for både det biologiske, psykologiske og sociale er intakt.

For at kunne diskutere datafund om kvinders patologier vedrørende seksuelle funktioner har vi gennem databasesøgning søgt litteratur omhandlende forskning i kvinders seksualitet i et medicinsk biologisk perspektiv.

Fundamentet for at diskutere patologisering af seksualitet relevant for kvinder kommer således i stand ved et kort litteraturstudie. I undersøgelsen af seksuelle patologier relevant for kvinder har vi anvendt følgende inklusions- og eksklusionskriterier:

Inklusionskriterier	Eksklusionskriterier
• Studier eller artikler, der er på dansk eller engelsk • Studier, der inddrager dysfunktioner som lyst-, ophidselses- og orgasme problemer • Studier, der omhandler kvinder i alle aldersgrupper	• Studier fra før 2015 • Studier, der omhandler mænd • Studier, hvor kvinderne har andre konkurrerende sygdomme og lidelser • Studier, der omhandler farmakologisk behandling

Den systematiserede litteratursøgning er foretaget på databasen PubMed med boolske operatorer og emneordene *Hypoactive sexual desire disorder*, *sexual arousal disorder*, *orgasmic disorder*, *female* og *women* (Bilag A1-3).

Artiklerne er primært sorteret efter relevant overskrift. Abstracts blev gennemlæst, og artikler, der ikke indeholdt inklusionskriterierne, blev fravalgt.

På PubMed har vi søgt på termene ("hypoactive sexual desire disorder") AND (female OR women). Denne søgning resulterede i 166 artikler. Vi endte med at bruge 3 artikler.

På PubMed har vi desuden søgt på termene ("sexual arousal disorder") AND (female OR women). Denne søgning resulterede i 28 artikler. Vi endte med at bruge 2 artikler.

På PubMed har vi også søgt på termene ("orgasmic disorder") AND (female OR women). Denne søgning resulterede i 22 artikler. Vi endte med at bruge 3 artikler.

Teori om et kulturhistorisk perspektiv

Som tidligere beskrevet skaber det kulturhistoriske perspektiv på kvindens seksualitet rammen og det videnskabsteoretiske ståsted for projektet. Vi peger i dette afsnit på, at seksualitet aldrig opstår i et tomrum, men altid er situeret, historisk forankret og en del af en kultur. Det er således filosof og idéhistoriker Michel Foucaults teori om tanke- og styresystemernes historie, der sammen med historiker Bente Rosenbecks forskning i køn, kultur og videnskab, danner grundlag for det kulturhistoriske perspektiv. Foucaults socialkonstruktivistiske syn handler om, hvordan mennesket har erkendt og forstået verden ud fra diskurser, og hvordan tanker og bevidsthedsstrukturer griber ind og danner en social orden i enhver historisk tid. Sammen med Foucaults teori om, hvordan systemer regulerer og disciplinerer kroppen (Foucault, 1998), danner Rosenbeck og hendes mentalitetshistoriske forskning af kvindelighed som en konstruktion en fortolkningsramme for kvinders seksualitet og den skam, der kan være forbundet ved at udleve sin seksualitet (Rosenbeck, 1996).

Teori om kulturel skam

Da dette projekt har til formål at undersøge, hvordan kulturelle fortællinger om kvindelighed præger nulevende kvinders oplevelse af seksualitet og seksuel skamfølelse, fandt vi det relevant at inddrage teori om skam i baggrundsafsnittet. Skam er en medfødt grundfølelse, der sammen med andre følelser danner grundlag for at forstå, hvordan sociokulturelle strukturer er medskabende i dannelsen af seksuel identitet. I teoriansnittet har vi således forsøgt at inddrage en dybereliggende forståelse af, hvordan skam i et socialpsykologisk og evolutionspsykologisk perspektiv former menneskers generelle seksuelle handlemuligheder. Til at belyse skam som en menneskelig og medfødt grundfølelse, som både kan forstås fysiologisk og kognitivt, har vi brugt kliniske studier af professor i psykiatri Donald L. Nathanson samt neurologisk forsker Dr. Fishkin, ph.d i klinisk psykologi. For at begribe at skamfølelsen ikke alene fungerer som pålidelig guide til erkendelse, men samtidig også er kommunikativ, har vi brugt forskning af professor i social- og personlighedspsykologi Henrik Høgh-Olesen samt emotionssociolog Inger Glavin Bo. Sociologerne Indsigt i hvordan skamfuldhed i nutidens seksualkultur kan underminere den seksuelle lyst, er bidrag fra sociologerne Zygmunt Bauman og Anthony Giddens. Denne teoretiske vinkel undersøger vi senere i afsnittet med danske undersøgelser som eksempelvis VIVE's rapport fra 2018 "Unges opfattelse af køn, krop og seksualitet". Senere i diskussionsafsnittet vil vi inddrage disse teoretiske perspektiver på skam for at diskutere de resultater, vi finder i vores empiri.

Metodeovervejelser vedrørende det kvalitative interview

Det videnskabsteoretiske afsæt for den kvalitative undersøgelse er fænomenologisk og hermeneutisk. Dette betyder blandt andet, at subjektivitet inddrages i undersøgelsen af den sociale virkelighed (Tanggaard, 2015). Det fænomenologiske ligger først og fremmest i en tilstræbt forudsætningsløshed i interviewsituationen, samt ønsket om at beskrive og identificere et fænomen intuitivt. Det vil sige ud fra en umiddelbar oplevelse uden på forhånd at trække en bestemt teori ned over hovedet på det pågældende fænomen. Vi vil med en fænomenologisk arbejdsmetode ikke i første omgang finde sammenhænge og forklaringer, men snarere lade "fænomenet", i dette tilfælde kvindens oplevelse, komme til orde. Vi spørger ind til den verden, som kvinderne fortæller om, forud for, at vi reflekterer eller teoretiserer over den. Individets subjektive mening trækker på et kollektivt "bevidsthedslager", og det er beskrivelsen af dette, der kan give indsigt i informanternes oplevelser, som er situeret i en specifik historisk og kulturel sammenhæng. Det er således på baggrund af interviewet, at vi kan lade informanten komme til orde med hendes egne fortællinger af, hvorvidt og hvordan en seksualkultur har indvirket på hendes måde at udleve og håndtere sin seksualitet. Analysen er qua den fænomenologiske tilgang eksplorativ og deskriptiv, og beskrivelsen af informanternes oplevelser og levede liv tages for pålydende, ligesom vi undersøger, hvordan subjektiviteten indgår i dannelsen af mening, handling og sociale verdener. Det er således ikke interessant, hvorvidt informanten husker rigtigt, snarere er det interessant, hvordan informanten har reflekteret over en hændelse og subjektivt beskriver betydningen og konsekvensen af den erindrede hændelse.

Den hermeneutiske metodetilgang knytter sig særlig til analysen og meningskondenseringen, og dermed til det fortolkende aspekt af empirien, som vi vil redegøre for i et nedenstående afsnit.

Rekruttering af informanter

De kvalitative interviews er tværgenerationelle og har tre kvindelige informanter i 20-års alderen og tre i 60-års alderen. Ud fra overvejelser om projektets omfang og det tidsmæssige aspekt, som vi var underlagt, antog vi, at 6 interviewpersoner var et acceptabelt antal. Informanterne er fundet ved snowball-rekruttering på Facebook, hvor "venner" efter opfordring har delt vores opslag 44 gange (Bilag B). Via de sociale medier har vi brugt vores eget netværk, men ved deling af opslaget har vi nået personer, som vi ikke kender, og på den måde har vi ikke haft indflydelse på, hvorvidt de skulle melde sig. Et døgn efter at det første opslag var delt, havde tre informanter i den ældre målgruppe meldt sig. Efter 14 dage og adskillige meningstilkendegivelser fra Facebookvenner som mente, at fokusgruppeinterview og emnets karakter taget i betragtning ville gøre det

umuligt at få nogen i den yngre målgruppe til at melde sig, gav vi op. Efter overvejelser om, hvorvidt et genopslag ville give mening, fik vi efter opslag på en Instagramprofil 7 henvendelser på mindre end et døgn. Samtlige henvendelser var fra kvinder mellem 20 og 26 år. Vi havde ændret rekrutteringen af villige interviewpersoner til en Instagram-profil ejet af en privatpraktiserende sexolog på 27 år, og bedt hende dele vores opslag. Samtidig havde vi ændret vores metode fra fokusgruppeinterview til individuelle interview. Vores formodning var, at en del af sexologens 415 følgere ville være unge kvinder, som var interesseret i seksuelt orienterede emner og dermed - og til trods for emnets intime karakter - ville være mere tilbøjelige til at melde sig. Via Instagramopslaget fik vi adgang til en yngre målgruppe, samt en bredere national dækning, end vores eget netværk havde kunnet mønstre.

Alle informanter er blevet spurgt, hvorvidt de ønskede, at interviewet skulle foregå i deres eget hjem eller i interviewerens hjem. Grundet Covid-19-situationen var det ikke muligt at tilbyde udførelsen af interviewet på Universitetet.

Semistruktureret forskningsinterview

De kvalitative interviews er designet semistruktureret ud fra vores forskningsspørgsmål, og interviewene styres ud fra en spørgeguide (Bilag D). Spørgeguiden forberedte os til hvilke områder, vi skulle fokusere på, for dernæst at formulere nogle konkrete spørgsmål til informanten. Disse spørgsmål var dels inspireret af tidligere rapporter om unges kropsopfattelser og seksualitet, eksempelvis VIVE, 2018, dels af faglitteratur om mentaliseringsprocesser og skamfulde oplevelser knyttet til seksualitet (Rosenbeck 2014, Graugaard et al. 2019, 809, Bo 2015). Interviewguiden bestod af såkaldte ”åbne og ekspansive” startspørgsmål (Tanggaard, 2015), som lagde op til informanternes personlige beskrivelser og vurderinger. Startspørgsmålene blev fulgt op af målrettede opfølgings-spørgsmål, der kredsede om det, som vi ville vide noget om, men på en måde så spørgsmålene ikke blev ledende. Interviewguiden tog med de åbne spørgsmål højde for nye og uforudsete empiriske iagttagelser, mens de opfølgende spørgsmål særligt var funderet i et ønske om uddybninger og nuanceringer.

Etiske overvejelser

Vores kvalitative forskning om kvindernes oplevelse af deres seksualitet handler om private, subjektive og intime aspekter af deres levede liv. Det er derfor vigtigt at være opmærksom på den asymmetriske magtrelation, der ligger i relationen mellem forsker og informant. Vi ville i interviewsituationen være bevidste om, at vi har de videnskabelige kompetencer til at definere situationer af virkeligheden som sande (Brinkmann, 2010).

Vi ville være opmærksomme på at finde en balance mellem åbenhed, distance og empati, og ikke simulere et venskab med informanterne for at få adgang til deres private erfaringer. Vi skulle være til stede med et nærvær og en professionel nysgerrighed, og samtidig holde en distance, så vi ikke blev “revet med”. Forskningsrelationen måtte heller ikke blive terapeutisk eller over-intimiseret af karakter (Brinkmann, 2010). Af den grund har vi været grundige med at oplyse vores informanter om formålet med vores forskningsprojekt. Før interviewet underskrev de en samtykkeerklæring (Bilag C), som oplyste dem om frivilligheden i at indgå i projektet, om retten til anonymitet og muligheden for at trække sig, hvis de skulle fortryde deres deltagelse¹⁰. Alt dette for at sikre fortrolighed og tryghed mellem os som interviewer og dem som informanter.

Strukturerings- og analysemetode af forskningsinterview

Straks efter at interviewene var gennemført, transskriberede vi dem. Dette for at have erindring om interviewet så tæt på som muligt. Vi tilstræbte at anmærke stemninger, pauser og kropslige gestikulationer af betydning i transformationen fra tale til tekst, da disse elementer af “sprog” kunne få betydning for vores analyse.

For at strukturere og starte en analyse af de kvalitative interviews har vi meningskondenseret over begrebet skam, som er opgavens teoretiske omdrejningspunkt, og som var anlagt på forhånd. En meningskondensering starter altid ved, at forskeren forsøger at skabe sig et overblik over teksten og dermed det sagte. Herefter finder forskeren tekstens naturlige meningsenheder, hvilke tematiseres ud fra de synspunkter, som viser sig i materialet. Begrebsdrevne koder som eksempelvis seksuelle tanker eller handlinger, som har udløst skamfulde følelser, blev ordnet og samlet i tematiserede overskrifter.

Til analyse af vores transskriptioner har vi ud over meningskondensering anvendt hermeneutiske fortolkningsprincipper. Et af hermeneutikkens centrale principper omhandler den kontinuerlige proces frem og tilbage mellem tekstens enkeltdele og helhed.

Dette er en del af den *hermeneutiske cirkel*, hvori forskeren fortolker på tekstens enkeltdele, som sættes i relation til tekstens helhed, som så igen sættes i relation til tekstens enkeltdele. Denne cirkulære bevægelse giver muligheden for at opnå en dybere forståelse af interviewmaterialet og betydningen af det sagte. Det kan give os muligheder for at se nye sammenhænge og åbenbare en ny orden, som ikke var der fra begyndelsen (Kvale & Brinkmann, 2015). Fortolkeren i den hermeneutiske disciplin skal være be-

¹⁰ Jf. Helsinkideklarationen (The World Medical Association, 2013).

vidst om sin egen forforståelse og være klar til, at nye indsigter kan skabe nye fortolkningsmuligheder og dermed bibringe ny mening, hvilket i sidste ende er afhandlingens største ambition.

RESULTATER OG DISKUSSION

I det følgende præsenterer vi fund fra de udførte seks kvalitative interviews. Fundene er struktureret og meningskondenseret med begrebet skam som omdrejningspunkt. Hvorvidt og hvordan kvinderne har oplevet at føle skam, og hvordan det har præget deres måde at udleve og håndtere deres seksualitet, bliver således inddelt i tre temaer. Vi behandler ét tema ad gangen, tager vores resultater og diskuterer dem i et analytisk og hermeneutisk (fortolkende) perspektiv.

Således præsenterer vi informanternes livsverden og de udsagn, som knytter sig til det udvalgte tema. Vi lader informanterne komme til orde med deres egne fortællinger og lader dem beskrive livssituationer, sådan som de fremkommer i deres erindringer. Disse fund er således gengivet med informanternes egne ord, mens det er os, som præsenterer og strukturerer de udvalgte citater. Efter at have frembragt relevante fund under de enkelte temaer, diskuterer vi fundene med inddragelse af relevante forskningsartikler om seksuelle patologier relevant for kvinder og mentalitetshistoriske samt sociologiske/psykologiske teorier om skam i forbindelse med seksualitet. Vi har således valgt efter humanistisk tradition at sammenlægge resultat- og diskussionsafsnit. Afslutningsvis, efter gennemarbejdelse af samtlige tre temaer, konkluderer vi på masterafhandlingens problemformulering.

Informanterne

Informant 1 kalder vi Andrea. Hun er 20 år og opvokset i Glostrup. Andrea blev student i sommeren 2020 og arbejder på nuværende tidspunkt som børnepasser for en familie i Gentofte. Andreas forældre blev skilt, da hun var 1 år gammel. Andrea havde sin seksuelle debut som 17-årig, hvor hun blev voldtaget af en fyr, hun havde et kortvarigt bekendtskab med. Andrea beskriver sig selv som heteroseksuel, men har tidligere haft pigenkærester. For tiden er hun single med forskellige sexpartnere.

Informant 2 kalder vi Mia. Hun er 21 år gammel og opvokset i Nykøbing Falster. Mia er uddannet social- og sundhedsassistent og er på nuværende tidspunkt på idrætshøjskole. Mias forældre blev skilt da hun var 10 år. Hun er for tiden single. Mia havde sin seksuelle debut som 16-årig. Siden da har hun haft sex med både kvinder og mænd, men hun fremstiller sig selv som heteroseksuel.

Informant 3 kalder vi Signe. Signe er 26 år gammel og mor til en datter på 7 år. Signe bor sammen med sin kæreste Christoffer. De har været i fast parforhold i 5 år. Signe er uddannet produktionsassistent og kommer oprindeligt fra Næstved. Hun havde sin seksuelle debut som 16-årig, hvor hun blev voldtaget af sin onkels ven. Signe beskriver sig selv som heteroseksuel.

Informant 4 kalder vi Hanne. Hanne er 66 år gammel og pensioneret lærer. Hendes mand døde for 6 år siden, og hun er i dag single og bosiddende i Greve. Hanne har en datter og et barnebarn. Hun havde sin seksuelle debut som 16-årig. Hanne beskriver sig selv som heteroseksuel.

Informant 5 kalder vi Jonna. Jonna er 67 år og pensioneret sygeplejerske. Forældrene blev skilt, da hun var barn. Hun har to børn samt en plejedatter. Hun er på 18. år gift med sin anden mand. De bor i Slagelse. Jonna havde sin seksuelle debut som 15-årig med en dreng. Ungdomsårene og starten af voksenlivet var præget af eksperimenterende seksuelle aktiviteter med begge køn. I dag fremstiller Jonna sig som heteroseksuel.

Informant 6 kalder vi Lene. Lene er 70 år og pensioneret sygeplejerske. Hun har to børn fra tidligere forhold. Lene havde sin seksuelle debut som 15-årig, hvor hun blev forført af sin svoger. Ungdomsårene og starten af voksenlivet var præget af eksperimenterende seksuelle aktiviteter med begge køn. Lene bor i Næstved sammen med sin mand og beskriver sig som heteroseksuel.

Tema 1 Privatisering af skam

Resultater: Forsøget på at leve op til narrativet om “den sande kvinde”

I vores empiri er der en stor variation af fortællinger om, hvordan kvinderne gennem livet har målt sig selv i forhold til en forestilling om, at der er noget, der er særlig kvindeligt og dermed rigtigt; En ”normal” kvindelighed eller et “sandt” billede af en kvinde, som det ville være efterstræbelsesværdigt at finde i sig selv. Forestillingen om et ideal for kvindelighed udtrykker sig i vores empiri på mange niveauer, og den kommer til udtryk i samtlige aldersgrupper. Det handler fx om, hvordan ens bryster skal se ud, hvis de ikke skal nedbryde selvrespekten, eller hvorvidt man kan deltage i pornofilm eller dyrke sex uden at have lyst.

Signe på 26 år fortæller, at hun i teenageårene forsøgte at indordne sig de forventninger, hun mærkede fra sine gymnasievenner. En pige skulle fuldbyrde en kæresterelation ved at gå i seng med fyren. Det hørte med, hvis man ville have en kæreste.

“Det var mere sådan en tilfredsstillelse af ham, jeg nu end var sammen med, ikk’. (...) Jeg havde en forventning om, at det skulle være meget bedre, men jeg tænkte, at hvis det bare var det her, så kunne jeg måske godt undvære det.” (Signe, 26 år).

Signe oplevede ikke seksualiteten i gymnasieårene hverken spændende eller tilfredsstillende. Når der var en indre stemme, som sagde stop, sagde Signe til sig selv: *“Vi bliver lige ved og får det overstået”* (Signe, 26 år). Den sex, der udfoldede sig, var til for at tilfredsstille fyren, og Signe blev hverken ophidset eller fik orgasme i de år, fra hun var 16, til hun var 21. Alligevel var det ikke muligt at undgå sex, heller ikke selv om Signe sagtes kunne undvære det.

“Kulturen var faktisk forbundet ret meget med sex og drenge, og hvem havde lavet noget med hvem og til den fest og sådan, ikk’ (...) jeg skulle også ligesom ride med på bølgene. Jeg skulle fandme ikke være hende dér, der i hvert fald ikke er med på den også.” (Signe, 26 år).

Mia på 21 år husker tilbage på, hvordan sex med en tidligere kæreste blev gennemført, selvom hun ikke havde lyst og ikke kunne lubrikere.

“Jamen, fordi jeg havde det dårligt med mig selv og mit selvværd, og jeg tænkte: “Nå det er da godt, der er en, der vil mig”, og vi var kærester længe, og det var dumt, og jeg var så tør, tør som Sahara (...) Godt med spyt, så vil det nok gå. Med lidt rifter og sådan noget. Det var fælt, når man tissede bagefter. Fordi man er jo kærester, man skulle jo gøre det her med min kæreste. Vi har sex med hinanden. Prøvede bare at tvinge mig selv til at ligge og tænke, hvad hvis nu jeg forestiller mig, at jeg har sex med en anden.” (Mia, 21 år).

Når Mia erindrer tiden, da hun begyndte at onanere, kan hun huske, at hun dengang tænkte, at der var noget urent ved det.

“For da jeg så begyndte at gøre det, så tænke jeg, jeg skal huske at spritte fingre og vaske hænder. Min mor må ikke høre, at når jeg går ud i køkkenet og vasker hænder, når jeg

har været i seng. Det var meget, og jeg sagde det ikke til nogen. Jeg tænkte, det er hemmeligt. Men det var sådan, at drengene kunne godt snakke om at tage en spiller og onanere eller sådan noget, men for piger, der snakker man slet ikke om det.” (Mia, 21 år).

Første gang Mia havde haft sex med en pige, betroede hun sig til sin mor:

“Første gang jeg havde sex, var det med en fyr, og så tror jeg, der gik en måned, så var jeg sammen med en pige. Da jeg kom hjem – jeg tror, jeg var 16 år – så brød jeg fuldstændig sammen, sådan ... jeg skal fortælle dig noget mor. Så fortalte jeg hende det, og hun var sådan ... nååå slap dog af, du behøver da ikke at græde.” (Mia, 21 år).

Det gik op for Mia, at det påvirkede hende anderledes, end da hun skulle fortælle, at hun havde haft sex med en fyr. Hun blev pludselig i tvivl om, hvorvidt det var forkert:

“Var jeg så lesbisk? Eller hvad var man så? Kunne man så gå tilbage til drenge?” (Mia, 21 år).

“Jeg tror, det var fordi man også samfundsmæssigt, i skolen, der var pigegrupper og drengegrupper, og man gør sig til for drengene og omvendt. Så jeg tror, at man, ja, tænkte, at det var det forkerte, hvis man kan sige det sådan. Det er ikke det naturlige, det er anderledes, jeg havde heller ikke nogen veninder, der havde gjort det. Det var mærkeligt.” (Mia, 21 år).

Da Mia i sommer tog på idrætshøjskole, forsøgte hun at ændre sin seksuelle livsstil for ikke at blive bedømt som en person, der var let at få sex med:

“Jeg havde lige haft en sommer, hvor jeg var rigtig meget i Berlin og give den gas med alt muligt. Og så kom jeg derved, og fordi jeg måske er meget ... udstrålende noget seksuelt, et eller andet. Der var mange ... altså jeg havde ikke sex med nogen de første to måneder. Og det var meget uvant for mig. Jeg var sådan ... hvad foregår der. Og så var der flere hen ad vejen, der sådan ... du er alt for intimiderende, du oser af sex. Som om det er det eneste, du vil. Hvor nogen sagde: ”Jeg tør simpelthen ikke begive mig ud i det med dig”; det virker som om, man skal leve op til et eller andet. Det var jeg ked af, at det var det, jeg udstrålede, for det var overhovedet ikke det, jeg ville.” (Mia, 21 år).

Mia er opvokset i Nykøbing Falster, og her beskriver hun, hvordan hun har undladt at gøre noget, hun egentlig havde lyst til seksuelt, på grund af andres tanke om hende:

“Hvis der var en fyr, jeg egentlig gerne ville hjem med, så lod jeg måske være, fordi jeg tænkte: ”Nej, jeg skal heller ikke være sådan en, hvor drengene bare tror, de kunne komme til mig”, for det er også det med at alle kender hinanden, og så ved alle, du var også sammen med ham.” (Mia, 21 år).

Mia beskriver i interviewet en sexkultur, hvor der forventes en særlig adfærd hos piger; de har flere følelser end drenge, og kan ikke bare have en ”bolleven”:

“Du kan godt have sådan lidt løs sex med folk, men ellers har du primært med din kæreste. Du skal lægge noget i det, du kan ikke bare som pige have lyst til at have et one-night-stand, og når du så er færdig, så gå din vej. Og ikke skrive igen. Altså, det gør man ikke som pige. Og pigerne har flere følelser end drengene ... er du nu sikker på, du kan være bolleven med ham, fordi du er jo pigen. Der er flere jeg har snakket med, så prøver de lige, som om de skal grave i et eller andet. Er du sikker på du har det godt med det? Hvad har du gang i?” (Mia, 21 år).

Mia fortæller, at det er svært som pige at se alternative måder at udleve sin seksualitet på:

“Det er meget, man skal have det med sin kæreste, og man skal være sammen, og man skal giftes og sådan noget. Hvis jeg så prøver at kaste bolde op og sige: ”Nå, hvad med et åbent forhold?” NEJ, der er ikke nogen af mine venner, der er med på den ide med, at det kunne være spændende.” (Mia, 21 år).

Andrea, vores anden unge informant, oplever, at hun bliver udskammet af sit sociale netværk for ikke at leve op til idealet om, at piger har færre sexpartnere end drenge:

“Øhh, jeg kan mærke, at der er meget forskel på folk, og jeg kan mærke, at jeg er en af dem, som stikker ud (...) det er meget tit, at jeg er blevet kaldt luder eller prostitueret eller et eller andet, fordi jeg åbenbart i nogle øjne har haft mange sexpartnere og har haft meget sex, og den gør ondt hver eneste gang og endda mine egne veninder, der nogle gange føler, at jeg har været sammen med lidt for mange og sådan noget der, og det føler jeg jo ikke selv, og den skal op hver gang. Meget irriterende, fordi mine veninder er meget sådan, de har haft kærester, og de har låst sig fast ved en, og så er det jo klart, at der ikke kommer flere på kontoen. Jeg stikker meget af på det punkt i forhold til de andre. Der er der forskel på piger og drenge: hvis det havde været en dreng, der havde sagt det, så havde det være mega sejt, og det havde bare været så vildt, at han ku’ det, men så snart det er en pige...” (Andrea, 20 år).

For Andrea er seksualitet en drift, som gør os til mennesker. Og hun vil hellere stå ved sin sexlyst, end hun vil tilpasse sig. Også selvom det koster på anerkendelse fra de *signifikante andre* i hendes sociale netværk:

“Jeg tror, at det er også derfor, at jeg gør det. Jeg vil ikke være som alle andre, så hvis jeg har lyst til have sex, så skal jeg da bare ha’ noget sex. Vi er jo mennesker. Sådan er det jo bare.” (Andrea, 20 år).

Lene på 70 år fortæller om, hvordan asymmetrien af lyst i hendes parforhold har givet hende skamfølelser. Det har åbnet en form for sårbarhed og skamfuldhed at være den, som har mere lyst end sin mandlige partner:

“Jeg har altid haft meget appetit, altså lyst, gerne villet meget. Det gik sådan set meget fint med ham, der var løs på tråden. Min mand og jeg har haft et fantastisk godt seksualliv. Bare ikke så ofte, som jeg gerne ville.” (Lene, 70 år).

Fordi Lene og hendes partner kunne håndtere deres seksuelle forskellighed, kunne de tale sig frem til en aftale:

“Så blev vi enige om, at det skulle i hvert fald være en gang om ugen. Men det var på mit initiativ. Heldigvis kan man sige, var han jo ikke en, der gik rundt og viftede til alle

sider. Han ser brandgodt ud og var virkelig omsværmet. Man kan godt sige, at hvis han har haft flere lyster, som ham den anden, der gik rundt med en vis del forrest, det havde jeg ikke kunnet klare.” (Lene, 70 år).

“Vi har stadig et lykkeligt samliv. Men det der har aldrig flydt helt frit. Der har jeg også mærket en eller anden form for sårbarhed, lidt skamfuldhed over at være den, der har så meget mere lyst.” (Lene, 70 år).

Resultater: Forkert som kvinde og forkert som person

Jonna, vores anden kvinde i 60'erne, fortæller, hvordan hun som helt ung tænkte, at de seksuelle aktiviteter, hun deltog i, ikke levede op til det, hun læste om i ungdomsbøgerne:

“Jeg syntes, at det var spændende, at nogen af dem [de kvinder], der var ældre end jeg, gjorde noget på kryds og tværs, hvor jeg tænkte, at det var da underligt, altså kunne man det? Altså, var det virkelig rigtigt, eller gjorde man bare noget, der var helt forkert? Det kan jeg virkelig huske, at jeg havde tanker om, at det var rigtigt eller forkert. Eller om man kunne tillade sig at have noget sex med nogen, som man ikke kom sammen med. Eller havde kysset med. Og om man kunne gøre det uden at føle noget for dem. Det syntes jeg var mærkeligt. Rigtig mærkeligt.” (Jonna, 67 år).

Det var ikke fordi, nogen direkte havde fortalt Jonna, at hendes seksuelle aktiviteter var forkerte:

“Det var den følelse af, at det må være helt forkert, fordi når man læste i ungdomsbøger og alt mulig andet, så var det da ikke det, der stod beskrevet, at man bare kunne gøre det sådan, fordi man synes, man ville prøve noget eller forsøge nogle ting. Det er helt sikkert (...) men jeg syntes jo nok, at det var mærkeligt, at man kunne tillade sig – over for sig selv – at være så frigjort.” (Jonna, 67 år).

Disse oplevelser af frigjort gruppesex, da Jonna som 16-17 år var en del af ungdomskorpset i spejderbevægelsen, var oplevelser som kun gruppen af jævnaldrende kendte til:

“Det var kun den der gruppe. Men det var nok fordi, at den der gruppe var så frigjort. Altså, der havde man jo næsten været i seng med samtlige af de der, og man synes, det var sjovt, og det var spændende.” (Jonna, 67 år).

Jonna vidste intuitivt, at det var bedre at skjule de seksuelle oplevelser, der fandt sted i teltet på spejderlejren, fordi hun var bange for, hvordan andre så på hende:

“Jeg ville da aldrig nogensinde drømme om at fortælle, hvordan vi havde det på den der spejderlejr, for så ville folk tro, jeg var gået amok. Jeg har da aldrig sagt det til min far og mor. Jeg sagde det aldrig til min far. (...) De ville nok have været chokerede ... over, at jeg kunne tillade mig at gå fra den ene til den anden.” (Jonna, 67 år).

Jonna beskriver, hvordan det ikke i hendes ungdom var et ideal, at piger havde sex med andre end dem, de “kom sammen med”:

“Det gjorde man ikke. Nej, det gjorde man ikke. Altså, det gjorde man jo ikke dengang. Nej, det kan jeg godt sige dig, det gjorde man ikke der sidst i 70’erne. Det gjorde man simpelthen slet ikke. Det gjorde man ikke”. (Jonna, 67 år).

Når Jonna tænker tilbage på sine teenageår i spejderbevægelsen, undrer hun sig over, hvordan hun kunne finde på at have sex med nogle, som hun ikke følte noget for. Og det udløste også tit skamfulde følelser:

“Jae ... det kunne jeg egentlig taget godt i visse situationer, da jeg var yngre, føle, at hvordan kunne jeg få mig selv til, på den der spejderlejr, at have seksuelt samvær med en, som jeg ikke følte noget for. Det kunne jeg da godt have bagefter.” (Jonna, 67 år).

Jonna genkender skamfølelsen fra spejdertiden, da hun senere i interviewet erindrer, hvordan hun følte skam, når hun følte lyst og tog med en fyr hjem:

“Ja, jeg er da helt sikker på, at de første gange, hvor jeg mødte nogle fyre, hvor de spurgte, om jeg ville med dem hjem og i seng, der var også nogle gange, hvor jeg tænkte bagefter: ”Hvorfor sagde du ja til det?” Der tror jeg, det er skam. Føle skam i at have sagt ja til at føle lyst. Ja, helt sikkert. Den kan jeg godt sætte lighedstegn til. At jeg følte skam over at kunne få mig selv til ... at ofre mig til, at få ham til at få udløsning eller et eller andet.” (Jonna, 67 år)

Jonnas skamfølelse og erindringen om at bryde seksualnormen kan kobles til hendes lystfølelse og til tanker om at være forkert:

“Jeg kan ikke sætte mig ind i, hvordan en kvinde har det, hvis de seksuelt får overgreb. Det ville jeg jo aldrig kunne sætte mig ind i. For jeg har jo i alle mine situationer sagt ja selv. Jeg har ikke fået noget overgreb af nogen (...) jeg har altid gået frivilligt med til det.” (Jonna, 67 år).

Så selvom Jonna lægger vægt på, at hendes seksualliv var præget af en høj grad af frivillighed og skete på eget initiativ, følte hun alligevel ofte skam bagefter:

“Jo, men det er ... det tror jeg, at jeg gjorde, fordi jeg måske også syntes, det var lidt forkert. Det var ikke rigtigt, at man bare kunne lade sig overtale til sådan et engangsknald.” (Jonna, 67 år).

Jonna har senere i sine parforhold oplevet, at hendes måder at agere på og hendes villighed til at tale om sex har påvirket og skabt en ubalance i forholdet. Hun beskriver selv, at hun dengang oplevede, at hun var forkert som kvinde og forkert som person:

“Jeg har da haft nogle fyre, der syntes, jeg var lidt for åbenmundet og lidt for fri over at sige tingene direkte. Fordi det kunne de nok ikke stå mål med (...) Der kunne jeg da godt føle mig forkert over, at man samtalede over et emne, som gjorde, at man aldrig så den fyr igen. Fordi det havde man svært ved. Der kan jeg da godt føle mig forkert. Helt afgjort. Og jeg var da også i mit første ægteskab, der var jeg i et miljø, som var enormt struktureret, enormt dannet og enormt højt på strå, og der var ting, som man i hvert fald ikke skulle sige. Og det var jeg da præget af i rigtig mange år. Og det var jeg da også

præget af på hjemmefronten med den første mand, jeg var gift med. Det var jeg da afgjort (...) Forkert som kvinde og forkert som person". (Jonna, 67 år).

Resultater: Kropsskam – selvutilstrækkelighed og syndsforladelse

Hvem definerer og bestemmer, hvad der er den rigtige og forkerte seksualitet, og hvorvidt der er særlige måder, som kvinder skal agere på, når de indgår i seksuelle forhold? Når vi spørger kvinderne, hvad der gjorde, at de følte skam over, at de havde mere lyst end deres partner eller havde en livsstil med mange sexpartnere, var der konsensus om, at det var svært at pege på én bestemt og eksplicit formuleret regel eller norm:

"Jeg ved ikke, om der er nogen, der har bestemt, at det er forkert. Jeg tror, der er noget inde i din ... det ved jeg ikke ... i din opdragelse, dit syn på dig selv og dine normer, der gør, at du synes, det er forkert. Det tror jeg er en af de store ting, jeg nok vil sige til det. Det er dit indre jeg, der synes, det er skamfuldt. Det er det. For der er jo ikke nogen, der kommer med en hævet pegefinger over for dig og siger: "Det her er forkert". Det er jo dig selv og din psyke, der arbejder med det." (Jonna, 67 år).

Det er svært for kvinderne at finde steder, hvor det er direkte sagt eller beskrevet, hvad der er skamfuldt. Det er i det kulturelle, skammen bor, og det er derfor op til din egen psyke at bearbejde skamfulde følelser:

"Det er helt sikkert. Og psykologisk tror jeg, at det er nok den, der skal bearbejdes mest. Det er det der med, hvorfor er det skamfuldt, hvorfor er der noget, der er skamfuldt. For det er der jo ikke skrevet noget sted om, hvorfor det er. Og det må man jo nok pointere over for mange ting, at det ikke står skrevet, at det decideret er skamfuldt. Så skal du læse nogle bibelske notater på en måde, som du gerne vil tolke dem på. For det står jo ikke direkte i Biblen, at der er noget, der er rigtig skam." (Jonna, 67 år).

Fordi vi er så forskellige som mennesker, findes der ifølge informanterne ikke et system eller et regelsæt, som gælder alle. Skammen er privatiseret, og den er et anliggende mellem dig selv og dine tanker. Kvinderne oplever, at de selv forsøger at håndtere skamfulde følelser, hvad enten det gælder brysternes størrelse eller kønslæbernes udseende:

“Vi vil garanteret ikke nogen af os opleve det på samme måde. (...) Der er jo ikke noget, der er en norm, og det tror jeg er noget, man skal udtrykke rigtig, rigtig mange gange over for mennesker. Der er ikke noget, der er en norm, der er heller ikke noget, der er skamfuldt, for det står ikke skrevet nogen steder. Det er dig selv og dine tanker.”
(Jonna, 67 år).

“Jeg har et meget stort issue med mine bryster. Jeg ved, det er dem, men det er sådan en oourghhh – den er hård at sige, synes jeg, for jeg er meget ked af mine bryster. Alt andet er jeg meget tilfreds med, men mine bryster er jeg meget, meget ked af. (...) Jeg har aldrig været nøgen foran en fyr, heller ... ikke fuldstændig. Jeg har altid bh på (...) Alle ønsker det der perfekte og den perfekte krop og alt muligt, og der failer jeg bare på alle punkter, når det kommer til mine bryster” (Andrea, 20 år).

“Jeg har laktoseintolerans, og indimellem har jeg en oppustet mave, og det kan jeg godt blive sådan helt ... åh nej ... forskellige vinkler nogle gange ved sex. Så prøver jeg bare, hver gang der kommer sådan en automatisk tanke omkring det, at det er lidt for mærkeligt ... så tænker jeg, ej, det er virkelig bare en normal krop.” (Mia, 21 år).

“Nu da jeg er blevet ældre, er den inderste kønslæbe blevet lidt længere end den anden. Så er jeg sådan, herregud ... det er da normalt. Det er også først på det sidste, at jeg ... da jeg var yngre tænkte jeg på, at jeg skulle barbere mig fuldstændig glat. Jeg havde røde knopper, der lignede et myre-udslet bagefter. Det gider jeg da ikke. Det er min krop, så vil man have sex med mig, vil man det.” (Mia, 21 år).

Hvis en kvinde skal bryde den stærke følelse af, at skam er et privat anliggende, skal hun ifølge informanterne tale med sine veninder, og det kræver tillid:

“Du skal jo nok også, tror jeg, hvile i dig selv, hvis du skal kunne tale om nogle ting. Og hvis du ikke hviler i dig selv, så får du jo ikke sagt alt det her, som jeg siger i dag. Det gør du ikke. Altså, hvis du ikke bryder dig om dig selv på en masse områder, som kan være alt, din krop eller din mening eller dit arbejde. Hvis du ikke føler dig veltilpas, så vil du aldrig sige det. Og jeg tror, det der med at føle sig veltilpas, det er noget, vi er nødt til at arbejde med. Man skal føle tillid, tror jeg. Og selv om jeg har tillid til masser af mine venner, så har jeg ikke tillid nok til, at jeg synes, at jeg over for mine veninder vil snakke om det her. Jeg ved faktisk ikke hvorfor.” (Jonna, 67 år).

Lene på 70 år husker tilbage på en episode, hvor hun medvirkede i pornofilm. Denne episode i sit liv holdt hun skjult, fordi hun var bange for, at andre ville dømme hende for at være forkert:

“Det der med at have en kæreste, som foreslår det, det er altså slemt. Det er simpelthen slemt. Men det var også slemt, at jeg bare gik med (...) Det er slemt at være til fals på den måde. Tænk, at han ville dele mig med hele verden og sådan noget. Det var slet ikke rart. Som om han var alfons, ikke. Det er noget, jeg er flov over. Det må jeg sige. Men hold da op, nu er det også 50 år siden. Men det bliver også ved med at hænge ved. Mange år havde jeg det sådan. Bare der ikke er nogen, der ser mig på en film.” (Lene, 70 år).

Lene beskriver, hvordan hun fortalte sin kommende ægtemænd om sin seksuelle livsstil fra yngre dage, og om hvordan han bagefter måtte i terapi:

“Da jeg mødte min mand, så tænkte jeg, at hvis det skal gå med denne her artige Roskilledreng og mig, så bliver han altså nødt til at tage stilling til, hvordan mit liv har været. Så jeg fortalte alt. Også så han var lige ved at ... det var virkelig rystende. Altså, alt og alt ikke ... Men jeg tænkte, det går ikke, hvis jeg ... har bare en fornemmelse af, hvis han bare kendte mig helt, så ville han ikke ... han bliver nødt til at vide det.” (Lene, 70 år).

Fordi Jonna mødte den “rigtige” mand, så blev hun en helt anden person:

“Fordi at jeg i det hele taget kunne fortjene sådan en mand, det var altså i kraft af, at jeg virkelig havde arbejdet med mig selv (...) Så blev jeg nok den, jeg altid har været, eller gerne især ville være, at jeg var. Og det gør jo, at man hviler i sig selv, ikk’. Og det kan jeg mærke, at hvis du ikke gør det, så har du faktisk et anstrengt forhold til det meste af det, du laver. Eller det, du er. Eller det, du gør (...) Seksualitet har jo også noget med fornemmelse af, at du har det rart som menneske. Seksualitet er fri ... ikke frigjort, det vil jeg ikke sige, men det kommer jo også af, at du hviler i dig selv.” (Jonna, 67 år).

Diskussion: Privatisering af skam

Vores empiri er en entydig beretning om, at meget har ændret sig siden den præmoderne epoke, hvor seksuelle adfærdsnormer helt overvejende blev reguleret af kirke og stat. I dag har den moderne sexologi for længst slået fast, at den kvindelige seksualitet er både eksisterende, mangfoldig og nuanceret og – akkurat som mandens – kompliceret. Dette er også kendetegnende for vores kvinders fortællinger. Samtidig giver de mange siders transskription et differentieret udsagn om, hvordan tidligere epokers narrativer om kvindelighed præger nulevende kvinders oplevelse af seksualitet og seksuel skamfølelse.

Empirien er et øjebliksbillede, et indblik bag om kulturens ydre manifestationer og ind i seks kvinders levede liv, men at skamfulde følelser påvirker (eller har påvirket) kvinderne synes uomtvistelig. De beretter alle om skamfulde følelser i forbindelse med deres seksualitet og deres kvindelighed samtidig med, at de har svært ved at sætte ord på, hvor disse følelser kommer fra, og hvad det er, som styrer og regulerer dem. Hvor de ældre kvinder kan berette om et langt liv med en udfarende og, i deres tilbageskuende selvvurdering, identitetsopbyggende og legende seksualitet, fortæller de unge kvinder om en seksualitet præget af stor selvrefleksivitet og selvbevidsthed. Hvor det for de ældre kvinder var mere tilfældigt og spontant, hvilke seksuelle aktiviteter der udspandt sig, er det for nutidens unge kvinder forbundet med store anstrengelser og selvkritiske tanker. De unge er fanget i et krydsfelt mellem på den ene side at give slip og udleve den seksualitet, de synes passer bedst til dem, samtidig med at idealet om den perfekte krop, den perfekte kæreste og det perfekte liv med selvrealisering som højeste valuta spænder ben for den selvforglemmelse, som er vigtig for nydelse og hengivelse.

Projekt SEXUS viser, at 17,7 % af de 15-24-årige kvinder er utilfredse eller særdeles utilfredse med deres udseende, hvorimod denne andel kun udgør 4 % blandt de 65-74-årige. Derudover er der blandt de unge kvinder 12,3 % der er utilfredse eller særdeles utilfredse med deres kønsorganers udseende, og 20,3 % der er utilfredse med deres bryster. Igen er andelen størst i de yngre aldersgrupper og mindst i de ældre. 1,1 % af de 65-74-årige kvinder er utilfredse eller særdeles utilfredse med deres kønsorganer, mens 5,6 % er utilfredse med deres bryster (Frisch et al. 2019).

Disse tal fra Projekt SEXUS samt data fra VIVE-rapporten¹¹ beretter om en stor andel af unge kvinder, der er utilfredse med deres krop. Eksempelvis ønsker 61 % af normalvægtige piger at tabe sig (VIVE, 2018, 58). Denne negative kropsopfattelse peger på en mindre grad af livstilfredshed og psykisk trivsel hos de unge kvinder, som formentlig

¹¹ VIVE-rapporten baserer sig på data fra 16-20-årige piger og drenge, og er således yngre end vores informanter er i dag.

kan tilskrives de forskellige kulturelle normer. Tilsvarende rapporterer unge kvinder med større seksuel erfaring om lavere psykisk trivsel: “og forbindes oftere med skam og urenhed (...) når de har været sammen med flere partnere” (VIVE, 2018, 74). For drenge ses ingen sammenhæng mellem høj seksuel erfaring og dårlig psykisk trivsel. I vores empiri bliver Andreas utilfredshed over sine bryster til en skam over sin egen krop. Hvis bare de bryster ikke var “forkerte”, kunne Andrea holde af sig selv. Brysterne måles og vejes i forhold til et idealbillede af, hvordan bryster skal se ud for at være værdige til at blive vist frem. “Mediebilledets perfektionskrav kan være svære at honorere, og nogle unge oplever et pres på kroppen, som kan antage destruktive dimensioner (Graugaard et al. 2019, 246). Andrea er et eksempel på en ung kvinde, som identificerer et kulturelt narrativ om drømmen om de perfekte bryster, mens hun samtidig nægter at indordne sig under idealet og få brysterne kirurgisk korrigeret. Andrea bliver et eksempel på, hvordan kropsskam påvirker seksuel trivsel i en negativ retning.

I det moderne samfund er skammen blevet privatiseret, og den kommer til udtryk i underliggende krav om selvkontrol, hvor individet sætter sig selv og sine idealer højest (Skårderud, 1999). Så selvrealisering og autenticitet er vejen til opfyldelse af idealet om et vellykket menneske, fastslår den norske psykiater Finn Skårderud i sin beskrivelse af det moderne menneske i bogen “Uro”, og han tilføjer: “men hvordan måles de, hvordan ved man at man er nået frem, det er let at dømme sig selv som en mislykket” (Skårderud, 1999, 134). Hvor de ældre kvinder fortæller om, hvordan de havde lystfyldte seksuelle aktiviteter, som de i nutidens skær finder grænseoverskridende og pinlige, men som i momentet var en eksperimentende frivillig leg, fortæller de unge, at deres seksualitet på godt og ondt er et selvrealiseringsprojekt, hvor skamfølelsen tjener en individualiseret norm.

Seksualmoralen i det senmoderne er ikke beretning om en seksualitet fri for selvcensur og skam, selvom det umiddelbart kunne tolkes sådan i et broget og billedbåret medieunivers. Snarere er skammen transporteret ind i individet, fortsætter Skårderud i sin analyse af det moderne menneskes uro. Det er ikke kirken, skolen eller den offentlige mening, der eksplicit fordømmer og udskammer, men ubevidste og sejlivede strukturer i vores individualiseret mentalitet og forståelse af hvad, der er den rigtig “sande” kvinde. Hvorvidt kvinder skal tilbyde sig seksuelt til deres partner, selvom de ikke har lyst, som i Signes tilfælde, findes der ingen formelle anbefalinger om, men ikke desto mindre er det dét, kvinderne beskriver, at de gør. De har sex med deres partner, fordi det følger med, eller fordi de ellers vil blive stigmatiseret som hende, der ikke er med på beatet. Signe har sex for ikke at føle sig forkert. Modsat kan andre kvinder, som Andrea og Mia, udleve deres seksualitet med mange tilfældige sexpartnere, fordi de har lyst, og samtidig er de bange for ikke at være tro mod sig selv og udvise selvrespekt – et andet af tidens mantraer.

Så skammen er flyttet fra en kollektiv mentalitet til nu helt at bo inde i mennesket, pointerer Skårderud. "Den individuelle norm forholder sig selvsagt til det, som er de kollektive begreber om skam og ære – så det er ikke et enten-eller – men sådan en transport af skammen henimod den individuelle psykologi betyder ikke den forsvinder, *men at vi mister sproget for den*", fortsætter Skårderud (Skårderud, 1999, 143). Og når vi mister sproget og ikke kan legitimere, hvad det er, som er særlig luseragtigt eller klamt ved en kvinde, som har mange sexpartnere, bliver skammen endnu mere tavs og endnu mere ensom. For der er intet sprog, intet belæg og ingen argumenter som modværge.

I en senmoderne optik skriver *kollektivet* ingen bøger eller undervisningsmaterialer om, at kvinder bør skamme sig. Ingen jura fordømmer seksuelle aktiviteter blandt voksne, så længe de er indgået med samtykke. Ingen kvinder mister sine sociale rettigheder eller fertilitet, fordi hun udlever sin seksualitet. Her er vi alle lige for loven – og det til stor forskel for tidligere epokers forfølgelse og udskamning af kvinder med en "forkert" seksualitet (Johannisson, 1996). Men at skammen er gjort tavs/usynlig og privatiseret gør skammen langt mere hæmmende end den kollektive skam. Den kollektive er diskutabel, fordi den kan deles og debatteres åbent. "Den kan defineres som en ydre fjende, og kloge mennesker og unge mennesker kan gøre oprør mod den, sådan som kloge og unge bør. Den sidste er indiskutabel, da den ikke er kendt og således ikke lader sig diskutere" (Skårderud 1999, 144).

Skammen kommer, når vi ikke lykkedes med de idealer, vi har sat os (Skårderud, 1999). Så når Signe og Mia har sex med deres partner, selvom de ikke har lyst, strider det mod nutidens idealer om, at kvinden har ejerskab til sin egen krop, samtidig med at det flugter med den klassiske norm om, at kvinder bør lukke øjnene og acceptere, at de ikke har lige så meget lyst som deres mandlige partner. Dette var fortidens ideal for den "sande kvinde" og hendes "ægteskabelige pligter", sådan som Bente Rosenbeck beskriver det i vores kulturhistoriske baggrundsafsnit. Når Signe overskrider den grænse, oplever hun skamfulde følelser over sin egen person og ikke over partneren. Det vil sige, at hun ikke blot skammer sig over at have sex for at dække over sin utilstrækkelighed, men i sin tavshed skammer sig over skammen.

Skammens onde cirkel er af en sådan karakter, at det er skamfuldt at føle skam. Det kan være skamfuldt at have sex, men det er endnu mere skamfuldt at tale med andre om sin skam. "Den som oplever angst eller sorg, kan opleve omgivelsernes medfølelse og omsorg. Den skamfulde forventer kun foragt. Det er skammens dobbeltbyrde. Derfor taler man ikke om den", som Finn Skårderud formulerer det (Skårderud 1999, 135).

Lene og Jonna, to af de ældre kvinder i vores empiriske materiale, fortæller, at de personligt blev reddet, da de fandt deres nuværende mand. Lenes vilde ungdom med grup-

pesex og senere i voksenlivet mange sexpartnere og medvirken i pornofilm, var kendetegnet ved en broget og mangfoldig seksualitet, men oplevelserne havde også tegnet et selvbillede af en "forkert" kvinde. Så da hun møder den artige "Roskilledreng", går hun til bekendelse. Han skal tage stilling til, hvordan hendes liv har været. Han skal vide alt. Lene vil ikke satse på, at hendes tidligere seksualliv kan forblive hemmeligt, og hun forestiller sig, at det vil komme til at vække foragt, hvis hun bliver afsløret. Fortællingen om Lene er også fortællingen om, hvordan vi i dag, ifølge Anthony Giddens, kan betragte skam som en emotion, der har stigende betydning for vores sociale relationer (Giddens, 1996). Så når Lenes skamfulde følelser ikke kan få kollektiv syndsforladelse i kirken eller fra andre offentlige instanser, fordi skammen netop er privatiseret, kan hun fjerne skamfuldheden ved at få "syndsforladelse", når "Roskilledrengen" tager stilling og accepterer hendes fortid.

Ifølge Giddens teori om refleksivitet kunne Lenes forventninger til sin nye mand og hans stillingtagen til det liv, hun har levet, være et eksempel på, hvordan det senmoderne individ er voldsom bevidst og afhængig af andres meninger og observationer af sig selv. Det er nært beslægtet med narcissisme, som dog ikke må: " (...) forveksles med lægforestillingen om selvbeundring" (Giddens, 1996, 199). Narcissisme er en optagethed af selvet, og det er dette *selv*, der er tæt forbundet med skamfølelsen, som nævnt i baggrundsafsnittet (Lewis, 1971). Skam i senmoderniteten relaterer sig til individets problemer med at finde sammenhængende eller stræbværdige idealer at leve efter i et fragmenteret samfund uden samlede og samlende idealer (Giddens, 1996). Og fordi vores liv er gjort til et individuelt projekt, som man selv er ansvarlig for (i en liberal senmodernitet er enhver sin egen lykkes smed), bliver man selv – og ikke Gud, som i tidligere epoker af vores historie – dommer over den skam, man bærer i sig, og som man selv har påført sig. På den måde kommer skammens rolle i spil i senmoderniteten. "De sociale bånd og engagementer træder derefter i baggrunden til fordel for en endeløs og tvangsmæssig optagethed af social identitet" (Giddens 1996, 200).

Så det, der er forandret i vores tid, er ikke, at skammen er forsvundet (selvom det kan se sådan ud på overfladen), men at det kollektive sprog om det skamfulde er forsvundet, og at skammen derfor er blevet individuel, privatiseret og usynlig (Skårderud, 1999). Ingen i en sekulær vestlig kultur kan længere finde på at sige "du har bragt skam over familien", men det betyder ikke, at bestemte tanker eller handlinger ikke kan udløse sociale sanktioner i form af skam. Det er stadig skamfuldt at have skam – også efter at skammen er blevet indsnøret til selvet og dermed privatiseret. Vores informanter fører en indre dialog om alt det, de ikke lykkedes med, og om alle de erindringer, der har trigget skamfulde følelser. Skam er ifølge Skårderud en af de mest truende affekter, vi har – og det er ikke skamfølelsen, der er blevet mindre, det er tværtimod sproget om den.

Skam markerer grænser og holder “den sociale orden” på plads, sådan som vi beskrev i baggrundsafsnittet om skam. Den er derfor også blevet kaldt vores eneste medfødte moralske kompas. “Selvom de fleste forbinder noget negativt med skam, forbinder vi noget endnu værre med det, som er skamløst”, som Finn Skårderud udtrykker det i et interview.¹²

Tema 2 Skam og seksuelle patologier

Resultater: Promiskuitet og orgasmebesvær

Under dette tema vil vi rette vores opmærksomhed på, hvordan vi i vores empiri ser, at kvinderne i varieret grad og i variable kontekster fortæller om, hvordan skamfulde følelser har påvirket deres seksuelle funktioner i negativ retning. Når vi i sexologien anlægger et bio-psyko-socialt perspektiv, sådan som vi udlægger det i baggrundsafsnittet, kan vi få en flertydig indsigt i, hvad der kan være årsagen til seksuelle problematikker.

Forskningen om seksuelle patologier peger på, at en biologisk faktor, såsom manglende lubrikation på grund af et fald i blodets østrogenniveau, kan påvirke og være årsag til relationelle og psykologiske problemer, samtidig med at en relationel og psykologisk problemstilling, såsom svigt og overgreb, kan føre til en biologisk reaktion som eksempelvis orgasmebesvær. Under dette tema har vi samlet kvindernes udsagn sådan, at vi får undersøgt, hvorvidt skamfulde følelser har betydning for deres seksualitet.

I et narrativ om kvindens seksualitet er det en tilbagevendende fortælling, at kvinder i interaktionen med deres partner er mere optaget af intimitet end af ren lyst og begær (Meston & Buss 2007, Basson 2000). Dette narrativ kan være en indirekte årsag til, at nogle kvinder føler skam i forbindelse med deres seksualitet. De oplever, at de har mere lyst til sex end deres veninder, har flere sexpartnere og prioriterer seksuelle aktiviteter højere end intimitet med én kæreste – og dermed afviger fra narrativet om, at kvinder er mindre styret af et biologisk drive (Meston & Buss 2007, Basson 2000):

“Men jeg fandt ud, af at jeg virkelig godt kunne li’ at have sex med fyre. Der sker et eller andet i hovedet. Altså, det var virkelig rart, og så gav jeg den gas de følgende år (...) Jeg har bare aldrig tænkt over, at jeg skulle holde mig tilbage. For hvorfor skulle jeg holde mig tilbage, og jeg har også fundet ud af, at man som mand får noget status ud af det, og at jeg som kvinde bliver hevet en lille smule ned af det. At jeg bliver mindre værd som

¹² Interview med Finn Skårderud i dagbladet Information 19. juni 1999 <https://www.information.dk/1999/06/store-drama-livet>.

menneske, fordi jeg har været sammen med flere. Og det synes jeg bare er helt vildt, at det er sådan.” (Andrea, 20 år).

For at beskytte sit ry er Andrea optaget af ikke at have gang i for mange sexpartnere på samme tid:

“Jeg har så bare sex med dem flere gange, i stedet for så bare tre gange. Så hellere være sammen med dem flere gange, i stedet for at gå ud for at finde nogle nye.” (Andrea, 20 år).

Men kulturen omkring, hvordan en kvinde skal udleve sin seksualitet, er ikke entydig. Andrea er splittet og mærker kulturens forvirrende dobbeltbudskab:

“Ved at vi begynder at gå mod et samfund, der bare siger, at vi skal være dem, vi er, og have de sexpartnere, vi vil have, bare gøre alt det vi har lyst til, men samtidig så synes jeg også bare den tager fat, og så krummer den en sammen og siger: ”Du skal også stadig have dig selv med og huske på, hvem du er, og ikke bare sprede benene”. (Andrea, 20 år).

“Så på den måde synes jeg både den tager mig lidt i to retninger – jeg er sådan: der er meget fordømmelse på mig, men der er samtidig også den der frigørelse, hvor man står sådan lige midt imellem; hvad er det, jeg skal gøre. Så jeg synes kulturen er meget splittet. Men jeg mærker mest den der fordømmelse på mig. Hvor jeg er meget dømt.” (Andrea, 20 år).

Andreas sexpartnere er kønnede stereotyper, som forventer at være i centrum (ud fra en antagelse om, at mænd er mere seksuelle og seksuelt interesserede end kvinder). Så på trods af Andreas store erfaringsgrundlag med mange sexpartnere og onanipraksis siden hun var 13 år, er det endnu ikke lykkedes hende at få en orgasme, når hun er sammen med en fyr:

“Jeg ville rigtig gerne prøve at få en orgasme. Jeg har kun gjort det selv. Det kan jeg jo gøre altid, hvis det er det, vi er ude i. Men det er - jeg har en sexpartner lige nu, som virkelig prøver og prøver ... jeg prøver at gøre det med alle. Jeg tror også, at det er det, som

blokerer det lidt. Og igen, det er også det med, at fyrene skal komme, og så er man færdig. Altså, jeg vil også i centrum – jeg synes altid, det er dem, der skal i centrum. Og jeg tror også, det er derfor, jeg hungrer sådan efter det. For hvorfor altid dem.” (Andrea, 20 år).

Andrea fortæller tidligt i interviewet, at hun har skamfølelser forbundet til sine bryster. Så hver gang Andrea møder en ny fyr, skal hun overveje, hvordan hun undgår, at han ser eller berører hendes bryster:

“Jeg føler mig meget skamfuld – jeg skammer mig. Skam er meget godt ord at sætte på, for jeg skammer mig meget over det. Og så fordi jeg føler, det er meget normalt, at man bare viser hele kroppen og bare er sådan lidt (...) Mine er bare for store, fyldige og grimme (...) Men der er bare lige den ting med mig, at jeg bare ikke kan, og derfor føler jeg ... jeg skammer mig meget over det. Ja, jeg er meget skamfuld over det.” (Andrea, 20 år).

Når de skamfulde følelser sætter ind, påvirker det Andreas seksuelle ophidselse:

“Jeg kan mærke lysten bremses, det kommer længere og længere ned i niveau, og jeg kan mærke, at han rigtig gerne vil have, at vi gør det. Det tænder jo selvfølgelig ham, men det tænder jo ikke mig på nogen som helst måde, og derfor så ... så er jeg meget sådan – det er min skyld. Det er den der afvisning – på en eller anden måde – den der med: “jeg var ikke god nok”. Altså, der er noget, jeg ikke vil vise, og så er det mig, der ikke er god nok og igen, så er det min skyld. Så skammer jeg mig igen og er irriteret på mig selv. Så det går lidt tilbage til mig, synes jeg.” (Andrea, 20 år).

Det store ønske om at opnå en orgasme med en fyr har Andrea stadig:

“Jamen, de er meget imødekommende, fordi de ved, at jeg ikke har fået en før. Så de er meget sådan – de har alle sammen været sådan: “Jeg kan godt gi’ dig en”. Og det har de jo allesammen sagt. Og det er ikke ligefrem sket endnu. Det er sådan en han-løve, der bare vil vise, hvem de er. Det ikke sket endnu” (Andrea, 20 år).

Fyrene vil gerne hjælpe, mens Andrea efterhånden har tænkt sig frem til, at det måske var bedre, om hun satsede på den fyr, som udviser mest loyalitet:

“Jeg tror lidt, at jeg også gerne vil have erfaring med at have den samme partner og virkelig øve mig på, at man behøver ikke at skulle prøve alle, men prøve at dyrke det, for lige nu har jeg en sexpartner, jeg ser kun ham, for det ønsker han, han er meget loyal og kun været sammen med fire andre, altså meget modsat mig. Og han er meget inde i det, når vi har sex, og jeg føler virkelig en tryghed, som jeg aldrig har oplevet for nogen før (...) jeg tror, at jeg opnår denne her orgasme, at jeg ligesom kun er i centrum med ham.” (Andrea, 20 år).

Mias seksuelle relation til sin første kæreste er historien om, hvordan det manglende selvværd førte til tør sex, og hvordan selvkritiske tanker bremsede Mias mulighed for at nyde sin seksualitet:

“Jamen fordi jeg havde det dårligt med mig selv og mit selvværd, og jeg tænkte: ”Nå, det er da godt, der er en, der vil mig”, og vi var kærester længe, og det var dumt, og jeg var så tør, tør som Sahara.” (Mia, 21 år).

Manglende selvværd kan således føre til, at man overtænker situationen, hvilket kan nedsætte lubrikationen:

“Nogle gange får jeg overtænkt situationen så meget, at jeg simpelthen ikke kan blive våd (...) Hvis jeg tænker: ”Nu skal jeg bare være våd, og den skal have hele armen”, så er det som om, min krop siger nej. ”Ikke lige nu, du skal lige slappe af”. Lysten skal skabes stille og roligt. Hvis det er opstillet, er jeg bange for, at jeg ikke kan blive våd nok. Jeg ved, hvor nederen det er i situationen, hvis ikke man kan blive våd. Det foregår i mit hoved og spiller slet ikke sammen. På et tidspunkt havde jeg fået svamp – der var jeg bange for, om det lugtede og skulle svie og gøre ondt. Så kunne jeg ikke blive våd.” (Mia, 21 år).

Mia forklarer, at piger er lidt mere besværlige. Derfor er det normalt, at når drengen har fået sin orgasme, så er det slut:

“Altså, orgasme for piger ... altså, når sex er færdigt, det er når drengen er kommet. Det er bare normalt. Lige gyldigt med piger (...) Jeg tror også bare, jeg er kommet i den der, ligesom mange andre piger også er, man er også lidt mere besværlig, måske man skal kende hinanden godt, og det går nok, og du skal ikke have det besvær med at prøve at forsøge, og det ender bare akavet med, at du ikke kan finde ud af at få mig til at komme.” (Mia 21 år).

Resultater: Voldtægt - kulturel skam og manglende ophidselse

I vores empiri har tre kvinder været udsat for seksuelle overgreb, og empirien peger entydigt på, at en voldtægt kan igangsætte selvbefrejdelse hos offeret. I vores afhandling har vi fokus på kulturelt udløst skam, og vi er i forbindelse med de nedenstående fortællinger om voldtægt interesseret i, hvilke skamfulde følelser tiden efter voldtægten har igangsat hos kvinderne. Det er tanker og følelser på baggrund af voldtægten – det vil sige skam – som de kan risikere at blive påført, når de skal forklare om overgrebet. De skamfulde følelser får i tavshed de tre kvinder, Lene, Andrea og Signe, til at vende anklagerne mod dem selv. De var henholdsvis 15, 16 og 17 år, da de blev udsat for et seksuelt overgreb. De selvkritiske tanker internaliseres i kvinden af frygten for, at kulturel skam udløses og anklager dem for at være naive, ikke at skrike og have sendt de forkerte signaler.

“Men hvorfor skreg du ikke bare – ikk’. Hvorfor gjorde du ikke noget? Jamen, fordi det kan man ikke bare sige, vel. Altså. Fordi kroppen lukker ligesom af i et eller andet alarmberedskab. Og så er det sådan, det er.” (Signe, 26 år).

Andrea frygter, at hendes veninder kan dømme hende for selv at være ude om det. I forvejen har veninderne givet udtryk for, at hun er alt for optaget af sex, og Andrea er derfor bange for, om de vil tro på hende:

“Det tror jeg er fordi, jeg ikke vil føle mig forkert. For hvis jeg f.eks. vil sige det til min venindegruppe, så vil de jo ikke ... Jeg vil være bange for feedbacken på det. Jeg vil være bange for, hvad de skulle sige til mig. Fordi jeg går rundt med den her tanke om, at de synes, jeg har været sammen med for mange – det er din egen skyld. Den der med,

hvordan de ville se på mig – på den måde vil jeg ikke kunne dele det med dem.” (Andrea, 20 år).

Signe er også tavs, og hun vælger at isolere hændelsen, fordi hun er bange for at blive udskaftet:

“Jeg tror, at jeg var mere skamfuld dengang, og jeg synes, det var ulækkert, og jeg synes, det var pinligt, så enormt pinligt, for han var en meget voksen mand i forhold til hvad, jeg følte jeg var, så jeg var enorm flov dengang over, at det var foregået.” (Signe, 26 år).

Efter voldtægten følte Signe skammen som en fysisk fornemmelse inde i kroppen:

“Jeg tror, at vreden er mere håndterbar end skammen, fordi skammen går jo ind og rykker ved noget – man kan jo nærmest mærke skammen fysisk, det var som om skammen trak sig sammen inde i kroppen.” (Signe, 26 år).

Da Lene er 15 år, bliver hun forført af sin søsters mand. Af frygt for at enten hun eller svogeren bliver socialt udstødt af familien, forbliver hun tavs om overgrebet:

“Jeg talte med nogle veninder, og så var jeg meget meget skamfuld, fordi jeg også havde mærket lyst. Jeg mærkede det som helt forkert. At jeg også mærkede lyst (...) Ja, det var det, der var skamfuldt, at jeg havde følt lyst. Når man oplever noget, man ved er forkert, og så føler lyst samtidigt, det er meget svært.” (Lene, 70 år).

Den kulturelle skam kan underminere seksuelle funktioner og være med til at påvirke ophidselsen og orgasmen:

“Der har været helt lukket, der har slet ikke været nogen kontakt til – mellem hjerne og kroppen. Absolut ikke (...) skammen snørede hele kroppen sammen (...) Jeg reagerede meget ved at få et kæmpe behov for at der skulle være kontrol omkring mig (...) ellers knækkede filmen fuldstændig”. (Signe, 26 år).

Jeg havde ikke den der kildrende boblende fornemmelse (...) det var ligesom noget, jeg skulle have overstået (...) Jeg var med, de fik jo opfyldt deres behov, ikk' (...) Jeg var egentlig nok bevidst om, hvad jeg havde lyst til i sengen, men det var ikke noget, jeg handlede på. Jeg synes, det var pinligt, skamfuldt at vise, hvad man gerne ville ha' som kvinde (...) Jeg følte mig mere som sådan en brugsgenstand." (Signe, 26 år).

Diskussion: Skam og seksuelle patologier

I det foregående tema om privatisering af skam har vi fokuseret på, hvordan kvinderne registrerer omverdenens reaktion og fordømmelse på deres seksuelle livsstil og vaner, og dermed hvordan de oplever, at ydre kræfter påvirker deres selvopfattelse og får skammen til at blive internaliseret. Denne ydre skampåvirkning kan være direkte og italesat, men den kan også, som anført i diskussionen om den privatiserede skam, være subtil og usynlig og helt uden sprog. I dette afsnit vil vi fokusere på, hvordan skam på en diametralt forskellig måde kan udløses prærefleksivt som noget indre, der allerede er i kroppen og sanses direkte, når kvinderne er i seksuelle situationer. Denne skamudløsning kan påvirke kvindernes seksuelle funktion, sådan som vi eksemplificerer det i de ovenstående citater.

Diskussion: Ophidselse og selvkritiske tanker

Studier har vist, at hvis kvinder i en seksuel situation har fokus på seksuelle tegn, øger hun den subjektive ophidselse (Graugaard et al. 2019, 809). Omvendt fører negative og selvkritiske tanker, som i Andreas og Signes tilfælde, til en nedsat subjektiv ophidselse. Seksuel ophidselse hos kvinder indbefatter to komponenter: som den ovennævnte subjektive ophidselse, der refererer til en selvopfattelse af at være mental "tændt", og en genital ophidselse, som refererer til den fysiologiske genitale ændring, der sker som reaktion på seksuelle stimuli (Meston & Stanton, 2019). "Several recent studies have shown the impact of attention and distraction on physiologic sexual response" (Levin et al. 2016, 750). Som Levin viser, kan den genitale ophidselse mindskes, hvis kvinden er distraheret under en seksuel aktivitet. Kvinden bliver mindre våd, fordi den subjektive ophidselse bliver distraheret af negative tanker og indre fornemmelse, f.eks. på hvordan kroppen fremstår, og dét påvirker den genitale ophidselse ved at nedsætte lubrikationen (Parish, 2019). Når Andrea, ophidset og midt i en seksuel situation med sin sexpartner, mister sin lubrikation, fordi hun pludselig bliver opmærksom på, at manden har intentioner om at ville røre hendes bryster og forsøge at få hende til at tage bh'en af, er det således et eksempel på, hvordan en både genital og subjektiv ophidselse bremses af en prærefleksiv skamfølelse. På samme måde som en kvindes fortolkning af de seksuelle

tegn og stimuli kan påvirke det psykologiske respons, kan det fysiologiske respons påvirkes af psykiske faktorer: “idet fx negative følelser eller højt stressniveau vil hæmme blodtilførslen til kønsdelene” (Graugaard et al. 2019, 805). I Andreas tilfælde får negative følelser som skam en stor klinisk betydning. “Skamfølelse og nedsat selvværd er to af de negative følelser, som mest effektivt hæmmer evnen til seksuel ophidselse (Graugaard et al. 2019, 809).

Kulturel skam og frygt for udskamning i forbindelse med seksuelle krænkelser og andre negative seksuelle oplevelser, som eksempelvis den Signe oplever, da hun som 16-årig bliver voldtaget, kan have en generel hæmmende indflydelse på ophidselsen og orgasmen. Psykosociale og kulturelle faktorer, som dem kvinder oplever, når de har været “(...) udsat for seksuelle overgreb eller ufrivillige, traumatiske seksuelle oplevelser¹³” (Marchand, 2020), kan have en hæmmende virkning på seksuel respons. Så når Signe hverken kan opnå en genital eller en subjektiv ophidselse, fordi de seksuelle stimuli tolkes negativt og dermed aktiverer det sympatiske nervesystem, kan det være et tegn på en beskyttende effekt mod at *trigge* skamfulde følelser. Det er en beskyttende effekt, når det fysiologiske respons hæmmes, fordi det ellers kunne *trigge* disse følelser (Graugaard et al. 2019, 809). Det kan således tolkes som en form for selvbeskyttelse, når Signe oplever sig immun over for kæresters seksuelle tilnærmelser og stimuleringer. Hun vender ryggen til den seksuelle nydelse og har ingen forventninger om hverken ophidselse eller orgastiske forløsninger. Det skal blot overstås som en normativ forventning til kæresteforholdets forpligtigelser – og intet andet. Hun forsøger at leve op til narrativet om den “sande” kvinde.

Den negative seksuelle respons kan således betragtes som virkningen af at påtage sig skamfølelsen. Nyere forskning peger nemlig på, at kvinder, som internaliserer negative attituder mod sig selv, kan have en øget risiko for at opleve lav subjektiv ophidselse: “Internalized guilt and shame related to certain sexual activities or to sexual expression in general have particularly potent effects on subjective arousal” (Meston & Stanton 2019, 111).

I vores empiri har tre kvinder været udsat for seksuelle overgreb. Deres efterfølgende reaktioner og håndtering af oplevelserne er divergerende, men fælles for dem alle tre er, at de har stigmatiseret sig selv som offer, og på grund af frygten for at blive udskammet fortæller de ikke om overgrebet til nogen. Som tidligere nævnt kan skamfulde følelser være en dynamo for enten emotionel isolation eller konflikteskalering. I vores tilfælde vælger kvinderne den emotionelle isolation (Fishkin, 2016, 51). Det er ikke længere skam over selve overgrebet, der fylder i kvindernes selvbevidsthed, men frygten for

¹³ Egen oversættelse.

kulturel fordømmelse og negative sociale konsekvenser, når man ikke lever op til narrativet om den “sande” kvinde. I vores tre tilfælde kan der være flere former af skam på spil, og det kan ikke udelukkes, at selvom vi har fokus på kulturel skam, kan der generelt for kvinderne være synergier af skam, der direkte knytter sig til traumet og som kan have en forstærkende effekt på, hvorfor kvinderne isolerer sig emotionelt.

Andrea udvikler en promiskuøs livsstil, hvor dét at have mange forskellige sexpartnere bliver succeskriteriet. Seksuelle oplevelser bliver en måde at opfylde et selvoplevet mentalt behov for anerkendelse. Bagsiden af livsstilen er et fravær af stabil ophidselse og orgasme, sådan som den viser sig for os i interviewet. Andrea fortæller, at hun er præget af seksuelle skamfølelser, som udløses prærefleksivt, når hun er i de seksuelle situationer. Her kan kvinden opleve, at seksuelle vanskeligheder gør dem både stresset og frustreret og ude af stand til at slippe af (Parish, 2016). Når Andrea er på afstand af de intime relationer med en sexpartner, forsværer hun retten til at udleve lige præcis den seksualitet, som hun måtte ønske.

I VIVE-rapporten peger de kvalitative analyser på, at de unge oplever, at de dominerende normer for seksuelle udfoldelser er præget af dobbeltmoral, “(...) der betyder, at den samme seksuelle praksis har forskellig betydning for piger og drenge” (VIVE 2017, 79). De unge er i forskellig grad enige om, at normerne findes og er noget, som de er nødt til at forholde sig til. En gruppe unge tager normerne på sig og forsøger at finde “naturlige” begrundelser for dem. Andre indretter sig på normerne, og for drengenes vedkommende høstes der anerkendelse ved mange seksuelle erfaringer, mens pigerne udviser diskretion for ikke at møde fordømmelse. En tredje gruppe forsøger at gøre modstand mod de dominerende seksuelle normer og forsøger åbent at forsvare det rimelige i, at en både mandlig og kvindelig seksualitet kan bryde med den dominerende moral. I vores empiri ser vi Andrea, som med store omkostninger for sine seksuelle funktioner ser ud til at tilhøre den tredje gruppe. Hun nægter at lade sig knægte af den skam, som hun registrerer, at de *signifikante andre* i hendes sociale omgangskreds forsøger at påtvinge hende.

Således kan vores ungegruppe i empirien pege på en tendens, som vi også ser antydningen af i den nyeste forskning: “Unge håndtering af senmodernitetens stadige normskred er med andre ord ambivalent og mangetydig, og selvom der er grund til at tro, at de som gruppe betragtet forholder sig åbent og refleksivt til de erotiske udfoldelsesmuligheder, finders der også rigide køns- og seksualitetsnormer i (dele af) ungdomskulturen” (Graugaard et al. 2019, 245).

Diskussion: Orgasmebesvær

I et psykologisk perspektiv har hver enkelt af os et seksuelt *self-schema*, der er stærkt præget af tidligere seksuelle erfaringer, relationer, opdragelse og kultur. Et seksuelt *self-schema* er kognitive generaliseringer om seksuelle aspekter af os selv, der styrer seksuel adfærd og har indflydelse på, hvordan vi fortolker seksuel relevant information (Menton & Stanton 2019, Levin 2016). Sagt på en anden måde handler det om vores identitet og selvopfattelse som seksuelle væsener, hvilket i høj grad er præget af en kulturel norm om, at sex kun kan være tilfredsstillende, hvis man har fået en orgasme (Graugaard et al. 2019, 819). I vores individuelle *self-schema* bor også vores helt særegne måde at håndtere seksuelle udfordringer. Andreas stærke fokus på at opnå en orgasme bliver i hendes *self-schema* til en blokering, som muligvis kan opløses ved, at hun opnår større tryghed hos én sexpartner. Denne selvindsigt bliver skabt under interviewet og igangsæt af Andreas egne kognitive generaliseringer.

Et nyere udenlandsk studie har vist, at halvdelen af alle kvinder jævnligt oplever vanskeligheder med at få orgasme sammen med en partner (Laan & Rellini 2011, Gruenwald 2020). Halvdelen af dem oplever den manglende orgasme som værende forbundet med klinisk signifikant ubehag (*distress*). Dette ubehag skyldes ikke alene selve manglen på en orgastisk oplevelse. De skamfulde følelser på grund af den manglende evne til at få en orgasme kan også igangsætte en negativ spiral, der fører til en utilstrækkelighedsfølelse hos kvinden. Dette kan endvidere være grobund for negativ tanker som skyld, skam og præstationsangst (Graugaard et al. 2019, 819).

Signe har manglende seksuel lyst, og når hun indgår i seksuelle relationer, opnår hun ingen seksuel ophidselse eller orgasme. Signe beskriver, at hun har en manglende evne til at være til stede mentalt og sanseligt i seksuelle relationer. "(...) it is possible that she may begin to associate the experience of sexual arousal with frustration or anxiety. Attaching a negative emotional valence to one's sexual arousal could negatively affect sexual function" (Handy et al. 2018, 407). Utilstrækkelighedsfølelsen hos Signe kan skyldes, at hun fastholdes i at skulle opfylde normen om, at god sex indbefatter en orgasme: "The 'sexual liberation' that accompanied the second feminist 'wave' in the Western world, a period in which orgasms became a right to be claimed, was experienced by many as a period in which having an orgasm became a duty to be fulfilled" (Laan & Rellini, 2011, 2). Da 2. bølge feminismen bekendtgjorde retten til orgasme, blev det af mange kvinder oplevet som, at retten blev til en norm og dermed en pligt. Projekt SEXUS verificerer da også nye amerikanske forskningsresultater om, at orgasmebesvær er en vidt udbredt seksuel vanskelighed hos kvinder (Marchand, 2020). En fjerdedel af seksuelt aktive 15-24-årige kvindelige respondenter i Projekt SEXUS har ofte eller hver gang oplevet orgasmebesvær inden for det seneste år (Frisch et al. 2019).

Så ét er, hvad der er evidens for er almindeligt, et andet er, hvad der synes at være idealt.

Tema 3 Svigt, skam og tabu

Vores empiri er designet ud fra et tværgenerationelt princip, således at den kan opdeles i to lige store aldersgrupper. Hvorvidt og hvordan skam har påvirket langvarige parforhold, eller hvordan livsstilssygdomme kan påvirke seksualfunktionen, kan vores unge i aldersgruppe 20-26 år selvsagt ikke tilvejebringe udsagn om. At det derfor er relevant også at spørge ind til seksuelle vaner for de ældre, skyldes, at seksualitet er et livslangt anliggende. Nyere studier peger på, at moderne årgange af ældre mennesker har en mere krævende, udadvendt og aktivitetsbetonet seksualitet, end de havde for nogle få generationer siden (Graugaard et al. 2019, 287). I dag har den moderne sexologi for længst slået fast, at seksualitet er vigtig for vores oplevelse af livskvalitet og er en ressource hele livet igennem. Ifølge rapporten "Seksualitet og sundhed" (Graugaard et al. 2015) er et flertal af ældre seksuelt aktive og bekræfter seksualitetens store betydning for livskvaliteten. Denne tendens til at give seksualitet stor værdi finder vi tillige hos vores respondenter Hanne, Jonna og Lene. Men der kan i alderdommen stadig knytte sig skam og skamfuldhed til seksuelle oplevelser, hvilket dette tema handler om.

Resultater: Skam og tovejstabu

Jonna på 67 år oplever, at der i hendes omgangskreds og blandt hendes børns generation er fordomme om, at ældre ikke har et aktivt sexliv. Denne fordom kan få indflydelse på, hvorvidt man kan få sig selv til at præsentere sit problem for sin læge.

"Jeg tror også, at det er dét, der gør det svært. Der er mange, der går direkte til lægen og siger, at de har et problem. Det er en overskridelse for mange. De er bange for, at det er forkert, eller hvad de nu synes. Jeg tror virkelig at området, man trænger til, at der er nogen, der snakker om det, hvis det er et problem for den, man sidder overfor. Jeg tror, det er et område, der er forsømt i den grad, som gør, at folk ligesom synes, at det er underligt, at man kan få sig selv til at synes, at det er noget, vi er nødt til at åbne op for."
(Jonna, 67 år).

Jonna fortæller, at da hun fik en underlivssygdom, syntes hendes mand, det var enormt svært, at hun stadig havde lyst til sex:

“Jeg sagde: ”Det har jeg, fordi jeg er nødt til at vide, at jeg stadig er den, jeg plejer at være. Du er nødt til at gøre det”. Han gjorde det så (...) han syntes bare, at det var underligt, at jeg havde lyst til det.” (Jonna, 67 år).

I den afsluttende konsultation spørger Jonna lægen, som havde opereret hende, hvornår hun kunne dyrke sex igen:

“Der tror jeg nok, han lige skulle synke to gange, inden han svarede mig. Og så kigger han på mig, og så siger han, det må du gøre, når du har lyst. Og så var den potte ude (...) Men det der med, at jeg kunne få mig selv til at spørge om det, det chokerede min mand lidt. Da vi kom ud, så sagde han: ”Det spurgte du ham da ikke om”. ”Jo, dét gjorde jeg”. ”Jamen, hvad kommer det ham ved”, sagde han.” (Jonna, 67 år).

Lenes mand fik også en alvorlig sygdom. I forbindelse med en prostatacancer-operation mister han rejsningsevnen. I julegave har han købt en dildo til hende:

“Nogle gange når han har ligget og snorket ... sådan at være så stille, så kan jeg godt føle en stor ensomhed. Inderst inde. Men det er ligesom om, at der er kommet lidt mere liv over det. Det var årets julegave.” (Lene, 70 år).

Lene og hendes mand fortier og skjuler for deres omgangskreds, at de har et sexliv:

“Men jeg har det også sådan, at den skal gemmes godt, og bare mine børn ikke opdager den en dag og bl.a. bl.a. Jeg kan huske, at det var derfor ... vi havde også en pornofilm, vi altid så, vi smed den ud for, at der ikke var nogen, der skulle opdage den i flyttelæsset (...) Der er ikke nogen, der skal stå og grine af os.” (Lene, 70 år).

I Hannes omgangskreds taler de ikke meget om sex. De er mere optaget af at være i live:

“Der er nogle af mine venner, som har nogle sygdomme, så det kan de ikke, vel. Og har haft prostatakræft og alt muligt forskelligt – så der har været perioder af deres liv, hvor de jo ikke har kunnet – men det er sjovt, vi taler faktisk ikke så meget om det. Vi har det bare sjovt og fester, ikk’.” (Hanne, 66 år).

Hannes veninder taler om deres mænds sygdomme og frygten for at miste. Men at tale om, at de mangler noget seksuelt – det er et tabu og bliver dermed bagatelliseret:

“Jeg tror, nogle gange er det er frygten for at miste ... det er den, de taler mest om. Det betyder faktisk mere, end hvis du har et seksualliv sammen. Det er alt det andet, man har sammen, som betyder så meget i deres forhold, så det bliver en bagatel.” (Hanne, 66 år).

“Det er ikke det, der betyder mest – her var vi sgu da lige ude i en tarmslyng, eller her var vi lige ud i en prostatakræft ... i vores alder er der rigtig mange, der har alt muligt forskelligt, så man skal jo bare være skideglad, at man smækker stængerne ud over kanten hver morgen, ikk’, og kan leve et liv, det skal man være glad for, ikk’. Der bliver vi nok noget taknemmelige i forhold til ... nå ja, om vi skal undvære et eller andet, det går sgu nok.” (Hanne, 66 år).

Måske handler det om kultur og om, at det er tabu, at tale om sex. Jonna ved ikke om hun kan være bekendt at spørge sine veninder om noget, der har med deres seksualitet at gøre.

“Der er noget blufærdighed i det, tror jeg. Det er den, der gør, at det i hvert fald bremser mig. Jeg synes, at det er synd, at det er så svært. Men hvorfor åbner jeg så ikke selv op for det? Ja, hvorfor gør jeg ikke det? Det gør jeg nok ikke, fordi de ikke selv åbner op om det. Og hvis jeg nu fik åbnet op om det, så kunne det være, at det var meget mere sjovt, skægt, behageligt, inspirerende ... ja, ting i livet som gjorde, at man lærer af det. Og jeg tror nok, at det måske ville være dejligt, hvis man gjorde det, for man ville måske have en hel anden tilgang til nogle ting, som man synes, man ikke selv havde prøvet eller haft lyst til eller synes er svært.” (Jonna, 67 år).

Resultater: Svigt – skam og devaluering af selvet

Utroskab og sidespring i parforholdet er i vores empiri noget, der har sat gang i parforholdskonflikter. Her taler vores kvinder om svigt, brud på selvtilliden, flovhed over for omverdenen og om, at utroskaben har aktiveret skamfulde følelser over ikke at være seksuelt tilstrækkelig for sin partner. Fælles for kvinderne er, at de oplever at påtage sig skammen og ansvarliggøre sig selv i højere grad end den partner, som svigter dem. Vi taler derfor under dette tema om skamfulde følelser i forbindelse med partnersvigt.

“Med vores hjerne tænker vi over, hvordan tingene skal være, og hvordan andre ser os. Og det – jeg vil da sige, da min mand havde et forhold til en anden kvinde, det sårede mig meget dybt. Fordi ved du hvad, jeg tænkte: ”Du kan sgu bare komme og sige, hvad du vil ha’, og så får du det. Du behøver ikke gå ud og finde det et andet sted.” (Hanne, 66 år).

“Men det er klart, det giver jo et hug i ens selvtillid. Også i forhold til ens krop. Hvordan er jeg ikke god nok? Det gør det (...) man tænker: ”Okay, nå ja, nu går han sgu, han er ikke rigtig klar til at gå i seng med mig og alt det der almindelige seksualliv”, og jeg var 50 år, så jeg tænkte: ”Nå ja, okay, men selvfølgelig ville jeg gerne have et seksualliv, og hvis jeg ikke kunne have det med ham, hvorfor kunne jeg så ikke få det”. (Hanne, 66 år).

“Så sagde han: ”Jeg kan godt li’, at nogen siger, at de kan lide mig – at de synes, jeg er dejlig og sådan noget”, og det var jeg måske for dårlig til. Du ved, man reflekterer selvfølgelig over, hvad den anden siger, at jeg troede jo, at jeg viste det, at det måtte være godt nok. Men det skulle måske også komme ud af munden, ikk’. (...) Jeg syntes, det var svært.” (Hanne, 66 år).

Hanne involverer ikke andre i sine oplevelser af mandens svigt, men vælger emotionel isolation:

“Altså, det var jo mellem os, og det havde jo ligesom ikke noget med vores venner at gøre, som var vores udenom sociale liv. Det fungerede jo fint alligevel. Det må man så sige, selvom man sådan skulle lige hanke op – og måske havde man gerne fortalt det til nogen, men det gjorde jeg ikke. Jeg tog en psykolog i stedet – at snakke med.” (Hanne, 66 år).

“Jeg blev nødt til at finde ud af, om jeg kunne leve sammen med ham videre. Og der var jeg nødt til at gå alene. Som han nogle gange sagde: ”Har du så siddet og snakket om mig, jeg ved ikke hvor længe, hvad har du fundet ud af?” Det har selvfølgelig også været en svær – også fordi, at jeg blev lidt bitter, ikk’. (...) Det tog faktisk noget tid at komme over det. Hvor selv hans mor sagde: “Du er meget ked af det”, sagde hun. Ja, sagde jeg. Du skulle bare vide. Men jeg sagde selvfølgelig ikke noget til hende.” (Hanne, 66 år).

Da Hanne er 60 år, tager manden sit eget liv. Hanne sælger huset og går på pension. Hun starter på et nyt liv, men de skamfulde følelser fra svigtet ser ud til vanskeliggøre hendes mulighed for at bryde den emotionelle isolation, som utroskaben startede.

“Så jeg har taget hul på en ny epoke i min tilværelse, kan man sige, og efterladt noget af den gamle dér, hvor den skulle være (...) Nu hvor jeg ikke har haft et seksualliv i 6 år, der tænker jeg, at måske ... at det er svært. Jeg kunne selvfølgelig godt tænke mig at have et seksualliv igen med en sød partner, men jeg har samtidig haft en jernring omkring mig ... der sagde: ”Kom bare, vi kan godt have det sjovt, men kun hertil”, og den er svær at bryde. Den er også for mig svær at bryde.” (Hanne, 66 år).

“Hvis du skal have en kæreste, så er du altså nødt til at tage kæresten helt ud, ja, ikk’. Og det er jeg måske stadig ikke parat til, på en eller anden måde, jeg ved det ikke (...) når de først spørger, om de må få mit telefonnummer – eller sådan et eller andet – så: ”Ej, det er ikke nødvendigt, lad os se, hvad der sker næste gang” (...) Altså, det er jo en byttehandel, vi er i gang med, i vores, altså i min alder.” (Hanne, 66 år).

Hannes veninde kalder hende naiv, når hun ikke har gættet, at de mænd, hun møder i danseklubben, har andre intensioner end at gå i teateret.

“Der kører jo alt muligt i ens hoved, når man er ude i situationen; så tænker man bagefter: ”Nå ja, hvor langt vil jeg tage ham? Op i den seng, hvor jeg har dyrket sex min mand i mange, mange år, eller vil jeg hellere noget andet?” (Hanne, 66 år).

“Ja, hvorfor giver jeg ikke bare fri? Jeg har tænkt meget over det. Og jeg ved det faktisk ikke (...) Så er jeg helt inde i min personlighed (...) Det spil, det skal man lære at kende igen, og man skal lære at give sig fri i det, og der tror jeg, at der skal meget alkohol til i

mit tilfælde (...) Men der er mange ting, som det der med, at det seksuelle for mig måske ... at det er helt privat. Hvis jeg skal give det fri, så giver jeg også et stykke af mig selv.” (Hanne, 66 år).

Diskussion: Skam og tovejstabu

Et svensk studie af fire forskellige fødselsårgange af 70-årige fandt, at der hos den yngste årgang af 70-årige (født i 1930'erne) var et langt mere seksuelt aktivt liv, end hos de 70-årige, der var født tidligere (Graugaard, 2015). Den yngste årgang angav markant større seksuel tilfredshed og færre seksuelle dysfunktioner. Studiet angiver som den vigtigste årsag til, at ældre vedligeholder og nyder deres seksualitet i stadig stigende grad end tidligere tiders ældre, at ældres sexliv er under indflydelse af det kulturelle klima. Der er tegn på: “(...) at vi i den vestlige kultur bevæger os fra en patologiseret til en seksualiseret seniorkrop” (Graugaard et al. 2019, 280). I Projekt SEXUS ses, at ældre i høj grad har sex af de samme grunde som de unge. Ifølge studiet har 52 % af de seksuelt aktive adspurgte kvinder i alderen 65-74 år blandt andet anført, at de har sex for at opnå en orgasme. For seksuelt aktive i aldersgruppen 15-24-årige ses, at 46 % dyrkede sex med det samme formål (Frisch et al. 2019, 59). Dette eksempel, blandt andre, er med til at problematisere myten om, at ældre menneskers seksualitet i højere grad end yngres har fokus på intimitet, holde i hånd og ligge i ske.

I vores empiri finder vi, at den ældre gruppe af kvinder har divergerende synspunkter og handlemuligheder i forbindelse med et fortsat aktivt sexliv oven på død og sygdom. De problematikker, som igangsætter skamfulde følelser, handler ikke nødvendigvis om, at de er ældre. Sygdom, svigt og tabu er ikke hændelser, som alene er den ældre generation forundt, men i vores empiri forekommer skamfuldhed i forbindelse med disse emner hos den ældre generation. For Jonna, Lene og Hanne er det en fælles overbevisning, at seksualliv er et tabuiseret område. Ingen af kvinderne taler åbent og ærligt med deres veninder om seksualiserede emner, samtidig med at de stiller sig undrende over, hvorfor det er så svært at betro sig til hinanden. Jonna peger på, at hun er bange for at krænke venindernes blufærdighed og dermed blive mødt af tavshed. Undersøgelser viser, at der i den vestlige kultur er forbundet stor tabuisering og afstandtagen til seksualitet. Især i det danske sundhedsvæsen ser vi, at samtalen om samliv og seksualitet kan vække stærke følelser til live, eksempelvis skam og blufærdighed, hvilket får emnet til at fremstå som et tabu (Graugaard, 2006).

Disse betragtninger om, at seksualitet er stærkt tabuiseret, kan ses spejlet i vores empiri, hvor Lene og hendes mand må skaffe sig af med sexlegetøj og pornofilm af frygt for at blive latterliggjort af deres omgangskreds, hvis det skulle blive opdaget i forbindelse med en flytning.

Da Jonna bliver opereret og efterfølgende er i tvivl om, hvorvidt sex kan gøre skade på hendes underliv, støder hun ind i en bemærkelsesværdig tavshed fra lægen. I dette eksempel er det patienten, der må bryde tabuet om, at der i forbindelse med en operation bliver talt om seksualitet. Nyere forskning bekræfter da også, at seksuelle problemer ofte bliver forbigået i sundhedsvæsenet på grund af blufærdighed, uvidenhed og fordomme (Graugaard et al. 2019, 293). Når et seksuelt emne ikke bliver berørt af hverken lægen eller patienten, taler man om et *tovejstabu* – et tabu, som udspringer fra misforstået hensyntagen og skamfuldhed: “ (...) tavshed er sjældent et udtryk for indifferens, måske snarere flovhed” (Graugaard et al. 2006, 10). I Jonnas tilfælde møder hun ikke blot misforstået hensyntagen fra lægen, men en forundret ægtemand bebrejder hende, at hun vil involvere lægen i deres privatliv. Lægen svigter sit professionelle ansvar om altid at sætte patienten i centrum, og især i Jonnas tilfælde, hvor hun allerede indledningsvis har givet *permission*¹⁴, undgår lægen at gribe muligheden for at være medvirkende til afklaring af parrets vanskeligheder (Goldstein et al. 2017). Ægtemanden, derimod, skammer sig. Når Jonna impulsivt hos lægen spørger til, hvornår hun kan genoptage sit sexliv, udstråler lægen et ubehag ved at skulle indgå i sådan en samtale. Efterfølgende udviser hendes mand højlydt ubehag ved, at Jonna har inddraget lægen. Denne hændelse er et eksempel på en internaliseret skam, der *trigges* ved, at hun efter at have stillet et legitimt spørgsmål føler skam, fordi en autoritet og hendes livspartner siger, at hun skal. Den ene viser det, den anden siger det. Tovejstabet ser ud til at reproducere kulturel skam (Graugaard, 2006).

Diskussion: Svigt – skam og devaluering af selvet

Det er ikke længere socialt stigmatiserende at starte forfra med en ny partner – og med det følger også potentielt nye perspektiver på seksualitet (Graugaard et al. 2019, 280). I vores empiri bliver Hanne eksemplet på en kvinde, som ufrivilligt har fået mulighed for at begynde et nyt liv, efter hendes mands død. Hun flytter fra deres gamle hus og går på pension. Efter Hannes eget udsagn, har hun lagt “det gamle” bag sig.

Hanne fortæller, at hendes mand for mange år siden var hende utro med en anden kvinde. Det udløste en livskrise, som fik Hanne til at genoverveje sit ægteskab. Svigtet fra ægtemanden gjorde noget ved hendes syn på sig selv. Michael Lewis, professor i psykiatri, begrundet, at starten på en devaluering, og mistet tro på sig selv, ikke behøver at komme udefra, men kan komme fra en selv. “Shame-eliciting events is the belief that shame is a state of self-devaluation that can, but does not have to, emanate from “out there”.” (Lewis, 2003, 1185). I et forhold med utroskab kan den svigtede part blive

¹⁴ Ifølge PLISSIT-modellen er permission (tilladelse) første niveau i en patientrådgivning.

så skamfuld over det, som er hændt, at selvom at kvinden – som i vores eksempel – fortier begivenhederne for venner og familie, begynder kvinden at devaluere hendes eget værd. Den norske psykiater Finn Skårderud karakteriserer skammen som ensom, men at den altid forholder sig til *de andre*. Det kan konkret være *de andre*, som når man er afsløret i en fortielse, eller det kan være forestillingen om, hvad andre måtte mene, hvis den hændelse, der havde udløst de skamfulde følelser, blev afsløret. Skammens væsen er således ifølge Skårderud knyttet til selviagttagelse – at se sig selv med de andres blik (Skårderud, 1999). Så i stedet for at vende vreden mod den, der svigtede, påtager Hanne sig ansvaret ved at medgive, at hun har været utilstrækkelig og glemt at vise hengivelse. “Shame for her involves self-consciousness and self-imagery; that is, the idea of the other's feelings” (Lewis, 2003, 1185). Det har været et af skamforskningens pointer at vise, at skammen frembringes af begivenheder, der ligger i hovedet på den, der oplever det, ud fra ideen om, hvad de andre føler. Så selvom – som Helen Lewis¹⁵ antyder – at skam i vid udstrækning er forårsaget af svigt fra en *signifikant anden*, er kilden til skammen vores tanker om os selv. “The disapproval of a significant other leads to thoughts about self-degradation, and these thoughts, in turn, lead the person to feel shame” (Lewis, 2003, 1185). På grund af svigtet *trigges* den kulturelt internaliserede skam. Det bliver således et paradoks, at kvinden skjuler og fortier utroskab for at beskytte sig selv fra andres vurderinger. Ved derimod at være åben og fortælle andre om svigtet, kan kvinden blive forstyrret i sine selvdestruktive tanker. Pointen er netop, at skammen, som i Hanne tilfælde, forbliver uerkendt og skjult for hende selv. Det er selve problemets usynlige kerne (Bo, 2012). Vi kan selvfølgelig ikke på nogen måde sige, at det er skammen, der umuliggør, at Hanne reelt kan åbne sig mod et nyt seksuelt forhold, men med jernringen, som hun i sin selvforståelse bærer om sin krop, får hun holdt interesserede mænd tilbage. Så selv om Hanne ønsker sig et sexliv med en sød partner, er det ikke muligt på grund af jernringen.

At skammen undertrykkes og tabuiseres kan ses som en del af den sociale orden, sådan som vi anførte det i Norbert Elias’ historie om civilisationsprocesser. Udskamning og udstødelse er produkter af menneskets dybeste frygt og fungerer som regulerende og ubevidste strukturer i ethvert samfund (Elias, 2000). En undertrykkelse af skammen bliver styrende for individets handlinger, hvilket, som i Hannes tilfælde, medfører en uforståelig adfærd; Hvorfor er det så svært for Hanne at indgå en byttehandel, hvor hun udveksler seksuelle erfaringer med en partner? For som Hanne siger: Hudsult findes. I Hannes tilfælde kan vi tale om, at skammen har gjort individet emotionel isoleret og afsondret fra sine relationelle bånd. Skammen er ikke med årene forsvundet, bare fordi følelserne omkring utroskaben aldrig fik et sprog. Skammen har muligvis gjort, at

¹⁵ Helen Lewis er ophavspersonen til citatet i artiklen fra Michael Lewis.

Hanne ikke kan knytte sig til en ny mand og vise tillid. Hun har svært ved at mærke sine grænser og hvad, hun har lyst til, og uden disse selvdistancerende tanker bliver det svært at give sig hen til nydelse.

STUDIETS STYRKER OG SVAGHEDER

I kvalitativ forskning, såvel som i kvantitativ forskning, er man optaget af *reliabilitet*, *validitet* og *generaliserbarhed* (Kvale & Brinkmann, 2015). Disse begreber siger samlet set noget om studiets karakter og kan, når man overskuer det med et kritisk blik, gøre det muligt at vurdere studiets kvalitet.

Reliabilitet handler om studiets konsistens og troværdighed samt reproducerbarheden i informanternes svar, hvis samme studie blev udført på et andet tidspunkt eller af andre forskere (Kvale & Brinkmann, 2015). Vores studie har i den forbindelse både styrker og svagheder.

En styrke ved vores studie er, at spørgeguiden er skabt på et solidt teoretisk fundament. Dette har haft stor betydning for måden, hvorpå interviewsituationen udspandt sig. Vi vidste, hvilke områder det var vigtigt at få nuanceret og uddybet, og det gav os en sikkerhed i interviewsituationen. Det gjorde, at vi kunne fremtræde pålideligt over for informanten og som hovedregel undgå at stille ledende spørgsmål. Informanterne deltog frivilligt og var udelukkende blevet motiveret af opslaget. Dette øger vores informanternes troværdighed.

En svaghed er, at det ikke er den samme interviewer, der har interviewet alle 6 informanter, samt at vi ikke begge var til stede under samtlige interviews. Denne svaghed kompenserede vi for ved et grundigt forarbejde i forbindelse med rekruttering og udvikling af spørgeguide samt ved at fordele interviewene, således at vi begge interviewede informanter fra den yngre og den ældre gruppe.

Validiteten i et studie afspejler gyldigheden og styrken i projektets resultater. Hvorvidt et studie undersøger dét, som projektet har til hensigt at undersøge, er et udtryk for *validitet* (Kvale & Brinkmann, 2015). I transskriptionerne af studiets egen empiri fremgår det, at vi begge har forholdt os stringent til interviewets spørgeguide og kun ved enkelte lejligheder får stillet ledende spørgsmål. Disse ledende spørgsmål har været med henblik på at nuancere bestemte svar og give dem dybde. Vi har udvist en bevidst følsomhed over for, at informanterne ikke var lige optaget og reflekteret om seksuelle emner, og at en enkelt informant skulle bruge mere tid og flere direkte spørgsmål for at gøre interviewet validt. Generelt fandt vi, at informanter i vid udstrækning var i stand til at forstå

spørgsmålene og svarede ærligt og åbent på dem. Således gav det empirien god validitet i forhold til at kunne besvare forskningsspørgsmålene i afhandlingen.

For at det kan hævdes, at et kvalitativt studie kan være *generaliserbart*¹⁶, skal der, udover en høj reliabilitet og validitet, endvidere interviewes tilstrækkeligt mange informanter til, at undersøgeren oplever datamætning. At data er mættet betyder, at de undersøgte fænomener er beskrevet så uddybende af informanterne, og at de uafhængigt af hinanden siger det samme, at yderligere interviews ikke vil afdække nævneværdige nye fund (Kvale & Brinkmann, 2015). I vores tilfælde er det en styrke, at vi havde så forholdsvis mange informanter, at vi opnåede et mætningspunkt ved de sidste interviews. Generaliserbarhed handler i kvalitativ forskning ikke om, hvorvidt resultater kan generaliseres på global plan, men om hvorvidt den viden, som interviewene fremkommer med, kan overføres til lignende informantgrupper og situationer (Kvale & Brinkmann, 2015).

En svaghed ved vores studie i forhold til generaliserbarhed var vores rekrutteringsstrategi. Vi benyttede os af snowball-rekruttering, da vi ikke kunne tiltrække informanter fra den unge gruppe alene ved hjælp af et Facebookopslag. Vi var, som vi har forklaret i metodeafsnittet, nødt til at lave et ekstra opslag på en sexologs Instagramprofil, således at vi kunne få de unge kvinder gjort interesseret i at deltage i vores afhandling. På grund af medieplatformens karakter må vi forvente, at disse kvinder var specifikt optaget af seksuelle emner og problemstillinger. Dette vurderer vi således også var tilfældet. Til trods for besværlighederne ved at rekruttere de unge kvinder til studiet, vurderer vi til gengæld, at det tværgenerationelle element er en styrke ved studiet.

Angående den fremsøgte litteratur viste mange forskningsartikler sig brugbare, idet de ennemæssigt lagde sig fornuftigt op ad vores interessefelt. Vi betragter det som en styrke, at der er fremsøgt både kvantitative og kvalitative studier, da de to forskningsmæssige hovedgrene beriger og belyser problemstillingen med flere forskningsmæssige perspektiver.

KONKLUSION

Formålet med denne afhandling har været at undersøge, hvorvidt og hvordan kulturelle fortællinger om kvindelighed præger nulevende kvinders oplevelse af seksualitet og seksuel skamfølelse. Fra et socialkonstruktivistisk ståsted ønskede vi at finde bagom kulturens ydre manifestationer og gennem et fænomenologisk empirisk studie at undersøge

¹⁶ Generaliserbarhed kaldes også *ekstern validitet*.

kvindernes indre subjektive oplevelse af, hvorvidt og hvordan kulturel skam har påvirket deres seksuelle levede liv. Med interviewmetoden fandt vi en vej ind til kvindernes egne fortællinger. Det er denne narrative dimension, der har været omdrejningspunkt og genstand for analysen og diskussionen i denne afhandling.

I afhandlingen har vi fundet, at der med stor variation og gennemslagskraft er fortællinger om, hvordan kvinder gennem livet måler sig i forhold til en forestilling om, at der er noget, der er særlig kvindeligt og dermed efterstræbelsesværdigt. Fælles for kvinderne er, at de har svært ved at sætte ord på, hvordan disse idealbilleder og normer produceres, og hvordan de er blevet installeret i dem som noget, de skal leve op til. Kønsstereotyper og kønnede normer har stor betydning for hvilket råderum, kvinderne har, og for hvornår seksualitet kan udløse skamfulde følelser. Netop fordi der er tale om usynlige kulturelle diskurser, som ubevidst internaliseres i den enkelte, bliver normer og sociale regler regulerende og disciplinerende for kvindernes seksualitet. Kvindernes strategier og måder at håndtere den kulturelle skam kan anskues som delt i to karakteristiske handlemuligheder.

De yngre kvinder påberåber sig i store træk retten til at udleve den seksualitet og være den kvinde, som de finder rigtig, samtidig med at de også finder anledning til at tilpasse sig normerne og udleve deres seksualitet med diskretion og omtanke for de *signifikante andres* vurderinger. Så på den ene side er de opmærksomme på at give normer og fordomme modstand og "stå ved sig selv", som kvinderne udtrykker det, og på den anden side tilpasser de sig og balancerer mellem social inklusion og skam. Hvis kvinderne har flere skiftende partnere, end normerne tillader, mærker de stigmatisering og skamudløsende følelser, som kan føre til mistriksel og være en blokering for den seksuelle nydelse.

De ældre kvinder har gennem et langt liv arbejdet på at skabe et narrativ om sig selv og dermed integrere en forståelse og accept af deres egne seksuelle behov. De er i mindre grad end de unge kvinder optaget af, hvad andre tænker om dem. Det langt mere snævre rum for, hvordan kvinder kan udtrykke sig seksuelt, har de ældre kvinder håndteret ved gennem livet at opsøge miljøer og (seksuelt) ligesindede, og dermed har de skånet sig for voldsomme skamfølelser. Når skamfuldheden alligevel har meldt sig, har kvinderne håndteret det ved at finde accept for deres handlinger ved at fortælle om deres seksuelle aktiviteter, åbent og ærligt, til den kommende partner. På den måde har kvinderne forsøgt at opnå accept og tilgivelse.

Mens de ældre kvinder fortæller om, hvordan de havde lystfyldte seksuelle aktiviteter, som de i nutidens skær finder grænseoverskridende og pinlige, men som i momentet var en eksperimenterende frivillig leg, fortæller de unge, at deres seksualitet på godt og

ondt er et selvrealiseringsprojekt, hvor skamfølelsen tjener en individualiseret norm om hvad, der er den "sande" kvinde.

I vores empiri kan vi skelne mellem en indre og en ydre skampåvirkning. Den indre påvirkede skam er en skam, der udløses prærefleksivt. Her bliver skamfølelsen forstyrrende for at kunne give sig hen til nydelse, og selvforglemmelse bliver umuliggjort af pludselig at se sig selv udefra. Den ydre skampåvirkning er en skam, som udløses, når kvinden registrerer, at omverden ser på hende og motiverer hende til at påtage sig skamfølelsen. Både den indre og den ydre skampåvirkning kan præge kvindens forhold til sin seksualitet. Den prærefleksive indre skam kan påvirke direkte, når kvinden er i en seksuel situation, hvorimod den ydre motiverede skam på længere sigt kan regulere og disciplinere kvinden væk fra sin egen værdisættelse af en optimal seksualitet af frygt for at blive udskammet eller latterliggjort.

Seksualmoralen i det senmoderne er ikke en beretning om en seksualitet fri for selvrensensur og skam, selvom det umiddelbart kunne tolkes sådan i et broget og billedbåret medieunivers; snarere er skammen transporteret ind i individet og er dermed privatiseret. Kendetegnende for kvinderne i studiet er, at de alle har mærket, at skammen er blevet privatiseret, usynlig og uden sprog. Kvinderne i vores studie fører en indre dialog om alt det, de ikke lykkedes med, og om alle de erindringer, der har *trigget* skamfulde følelser. Kulturelle normer om den perfekte krop og kvindernes negative kropsopfattelse udløser hos de yngre kvinder i vores studie kropsskam. Når kvinderne så oplever at miste sexlysten, have ophidselsesvanskeligheder eller orgasmebesvær, er det ikke noget, de til lægger deres relation til sexpartneren eller skamfulde følelser efter svigt og overgreb – men i stedet en dysfunktion i dem selv, der skyldes en form for utilstrækkelighed, og som de gør bedst i at holde for sig selv.

Seksualitet bliver af vores kvinder i studiet generelt betragtet som et tabuiseret felt. Kvinderne stiller sig undrende over, hvorfor det er så svært at betro sig til hinanden om seksuelle emner. Også inden for sundhedsvæsenet fortæller kvinderne, at seksualitet er tabuiseret. Her præsenterer de fortællinger om, hvordan et tovejstabu kan reproducere skamfulde følelser. Vores empiri peger på, at en årsag til, at seksualitet er et tabuiseret emne – både i privatlivet og i kontakt med sundhedsvæsenet – er, at kvinderne er bange for at blufærdighedskrænke *den anden* eller dækker over at være "forkert" som kvinde.

Kulturel skam og frygt for udskamning i forbindelse med seksuelle krænkelser og andre negative seksuelle oplevelser kan, som vi ser det i vores studie, have en generel hæmmende indflydelse på ophidselsen og orgasmen. Vores kvinder i studiet vælger som håndteringsstrategi i forbindelse med svigt og overgreb at stigmatisere sig selv som ofre og vælger emotionel isolation og tavshed for at undgå udskamning. Det er således fryg-

ten for kulturel fordømmelse og andre negative sociale konsekvenser, kvinderne skærmer sig mod, og som i sidste ende er afgørende for, at de kan udleve den seksualitet, de ønsker sig.

PERSPEKTIVERING

Efter en afhandling hvor vi præsenterer sociokulturel skampåvirkning som en væsentlig faktor for at begribe seksuelle vanskeligheder hos kvinder, er det nærliggende at tro, at hvis vi blot lagde kulturens byrde bag os og flygtede ind i seksualiteten som ind i et stykke uspoleret vildnis, ville vi kunne sætte seksualiteten fri. Når vi trækker naturkoret, er det ifølge den tyske filosof Bettina Stangneth (Stangneth, 2020) blot et håb om at skabe orden i vores begær og samtidig skubbe ansvaret for begæret fra os. Adskillelsen mellem natur og kultur er lige så kunstig som adskillelsen mellem krop og ånd, pointerer filosofien. Så flugten ind i vildniset er en naiv forestilling om, at skam er forsvundet som grundlæggende emotionel følelse. Fra en filosofisk vinkel kommer vi aldrig til at kunne adskille seksualitet fra den kontekstuelle ramme, den foregår i. Vi er nødt til at begribe seksualitet som et fænomen, der integrerer både en kropslig, åndelig og social erfaring, samt fungerer i en kultur. Problemet er bare, at sexkulturen i det senmoderne har langt mere fokus på de negative og tragiske konsekvenser af vores seksualitet end på dens potentialer (Stangneth, 2020).

Derfra er tankespringet ikke langt. Hvis vi som kommende sexologer skal tage disse betragtninger alvorligt og vedkende os seksualitetens kompleksitet, må den kulturelle faktor vægtes på lige fod med de biologiske, psykologiske og sociale faktorer. Ingen etniske eller religiøse gruppe kan have patent på, at kulturelle mønstre og social kontrol er udslagsgivende for seksuelle spændetrøjer. Kulturen er allestedsnærværende – om vi vil det eller ej. For filosofien er der ingen vej uden om en kultivering af kulturen – ikke med regulering og fordomme, men med nysgerrighed og åbenhed.

LITTERATURLISTE

- Bauman**, Zygmunt (red. Michael Hviid Jacobsen) (2006): *Baumans mosaik - Essays af Zygmunt Bauman om etik, kritik og utopi 1990-2005*, Syddansk Universitetsforlag
- Basson**, Rosemary (2000): The female sexual response: a different model. *Journal of sex & marital therapy*, 26(1), s. 51-65.
- Bo**, Glavind Inger & Hviid Jacobsen, Michael (red.) (2015): *Hverdagslivets følelser*. Hans Reitzels Forlag
- Bo**, Glavin Inger (2012): Det social bånd og følelser i menneskers interaktioner I: *Psyke og Logos* 33, 7-26
- Brandt-Jensen**, Elisa (1997): *Det Mørke Kontinenten; Kvinnan, medicinen og fin-de-siècle I: Kvinde, køn og forskning* nr. 3
- Brinkmann**, Svend (2015): *Skyld - følelsen af moral I: Bo, Glavind Inger & Hviid Jacobsen, Michael (red.) (2015): Hverdagslivets følelser*. Hans Reitzels Forlag
- Brinkmann**, Svend (2010): *Etik i en kvalitativ verden*. Hans Reitzels Forlag
- Chivers**, Meredith L et al. (2009): Agreement of Self-Reported and Genital Measures of Sexual Arousal in Men and Women: A Meta-Analysis. *Arch Sex Behav* 39: 5-56.
- Chivers**, Meredith & Bailey, J Michael (2005): A sex difference in features that elicit genital response. I: *Elsevier Biological Psychology* 70 (115-120)
- Danmarks Radio P1** (2018): "Kejser: Skam dig!" <https://www.dr.dk/radio/p1/kejser/kejser-2018-12-17>
- Eplov**, Lene Falgaard et al. (2007): Sexual desire in a nationally representative Danish population. *J Sex Med*; 4:47-56
- Elias**, Norbert (2000): *The Civilizing Process - Sociogenetic and Psychogenetic Investigations*, Blakwell Publishing
- Farvid**, Panteá et al. (2017): 'No girl wants to be called a slut!': women, heterosexual casual sex and the sexual double standard. I: *Journal of Gender Studies*. Sept.
- Fishkin**, Gerald Loren (2016): *The Science of Shame - and its treatment*. Parkhurst Brothers Publishers Inc.
- Foucault**, Michel (1998): *Viljen til viden - Seksualitetens historie*, bind 1, Det lille forlag

Frisch, Morten et al. (2019): Sex i Danmark. Nøgletal fra Projekt Sexus 2017-2019. Statens Serum Institut og Aalborg Universitet

Giddens, Anthony (1994): Intimitetens forandring: seksualitet, kærlighed og erotik i det moderne samfund. Hans Reitzel Forlag

Giddens, Anthony (1996): Modernitet og selvidentitet: selvet og samfundet under senmoderniteten. Hans Reitzel Forlag

Goldstein, Irwin et al. (2017): Hypoactive Sexual Desire Disorder: International Society for the Study of Women's Sexual Health (ISSWSH) Expert Consensus Panel Review. Mayo Clin Proc. 92(1): 114-128.

Graugaard, Christian et al. (2019): Sexologi - faglige perspektiver på seksualitet. Munksgaard

Graugaard, Christian (2017): Medicinsk behandling af seksuelle lystproblemer - en balancekunst. Ugeskrift for læger 179/11

Graugaard, Christian, Pedersen, Bente Klarlund & Frisch, Morten (2015): Sundhed og seksualitet. København. Vidensråd for forebyggelse. 2015:1-43

Graugaard, Christian et al. (2006): Krop, sygdom & seksualitet. Hans Reitzels Forlag

Gruenwald, Inan et al. (2020): Female Sexual Orgasmic Dysfunction and Genital Sensation Deficiency I: J Sex Med 17:273-278

Handy, Ariel B et al. (2018): Interoception and Awareness of Physiological Sexual Arousal in Women Sexual Arousal Concerns. Journal of Sex & Marital Therapy 44:4, 398-409.

Høgh-Olesen, Henrik (2020): Evolution og adfærdspsykologi. Plurafutura Publishing.

Jaffe, Susan (2009): Sex and Shame: Clinical Dilemmas I: Journal of the American Psychoanalytic Association, 57(5): 1197-1207

Johannisson, Karin (1996): Det mørke kontinentet; Kvinner, sykelighed og kulturen rundt århundredskiftet, forlaget Adventura

Kvale, Steiner & Brinkmann, Svend (2015): Interview. Det kvalitative forskningsinterview som håndværk. Hans Reitzels Forlag.

Laan, Ellen og Rellini, Alessandra H (2011): Can we treat anorgasmia in women? The challenge to experiencing pleasure. Sexual and Relationship Therapy Vol 26: 329-41.

Levin, Roy J et al. (2016): The Physiology of Female Sexual Function and the Pathophysiology of Female Sexual Dysfunction (Committee 13A). J Sex Med 13: 733-759.

- Lewis, Helen** (1971): Shame and Guilt in Neurosis. New York: International University Press
- Lewis, Michael** (2003): The Role of the Self in Shame. Social Research; New York Vol. 70 Iss. 4: 1181-1204
- Marchand, Erica** (2020): Psychological and Behavioral Treatment of Female Orgasmic Disorder. Sex Med Rev; 1-18.
- Meston, Cindy M & Stanton, Amalie M** (2019): Understanding sexual arousal and subjective-genital arousal desynchrony in women. Nature reviews. Urology. Vol 16: 107-120.
- Meston, Cindy M. & Buss, D.M.**, 2007. Why humans have sex. Archives of sexual behavior, 36(4), s.477-507.
- Møller, Bjarke** (1999): Det store drama i livet. Dagbladet Information 19. juni
<https://www.information.dk/1999/06/store-drama-livet>
- Nathanson, Donald L.** (1992): Shame and Pride; Affekt, Sex and the birth of the self. W.W. Norton & Company New York London
- Nietzsche, Friedrich** (1997): Den muntre videnskab. København 'Det lille forlag'
- Parish, Sharon J. et al.** (2016): Toward a More Evidence-Based Nosology and Nomenclature for Female Sexual Dysfunctions - Part II. I: J Sex Med 2016; 13:1888-1906
- Parish, Sharon J. et al.** (2019): Toward a More Evidence-Based Nosology and Nomenclature for Female Sexual Dysfunctions - Part III. J Sex Med 2019;16:452-462
- Parish, Sharon J. et al.** (2021): The Evolution of the Female Sexual Disorder-Disfunction Definitions, Nomenclature, and Classifications: A Review of DSM, ICSM, ISSWSH, and ICD I: Sex Med Rev 2021;9:36-56
- Rosenbeck, Bente** (1996): Kroppens politik - om køn, kultur og videnskab. Museum Tusculanum
- Rosenbeck, Bente** (2014): I Foucaults fodspor. Kvinde, køn og forskning nr. 1-2 2014: Familie og forældreskaber
- Salonia, Andrea et al** (2010): Physiology of women's sexual function: Basic knowledge and new findings. J Sex Med vol 7 issue 8
- Skårderud, Finn**: Uro - en rejse i det moderne liv. 1999. Tiderne Skifter, København.
- Stangneth, Bettina**: Sexkultur. Rowohlt Verlag

Stetoskopet (2020): #84 Skam, skede og smerter ved sex del. 2, <https://podcasts.apple.com/dk/podcast/84-skam-skeder-og-smerter-ved-sex-del-2/id1150909835?i=1000476651971>

Tanggaard, Lene, & Brinkmann, Svend (2015). Interviewet: Samtalen som forskningsmetode. I Svend Brinkmann, & Lene Tanggaard (red.), *Kvalitative metoder: En grundbog* (2. udg., s. 29-53). Hans Reitzels Forlag.

The World Medical Association. (2013). Declaration of Helsinki - Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects. Retrieved from <https://www.wma.net/policies-post/wma-declaration-of-helsinki-ethical-principles-for-medical-research-involving-human-subjects/>

VIVE - Viden til velfærd (2018): Unges opfattelser af køn, krop og seksualitet

Wahlquist, Calla (2020): The sole function of the clitoris is female orgasm. Is that why it's ignored by medicinal science I: The Guardian nov. 01

Wåhlin-Jacobsen, Sarah og Giraldi, Annamaria (2019): Ophidselses- og orgasmeproblemer hos kvinder I: *Sexologi - Faglige perspektiver på seksualitet*, Munksgaard

Bilag A1

NIH National Library of Medicine
National Center for Biotechnology Information

PubMed.gov

("hypoactive sexual desire disorder") AND (female or women)

Advanced Create alert Create RSS

Save Email Send to Sorted by: Best

MY NCBI FILTERS 166 results

RESULTS BY YEAR

2016-2021

9 articles found by citation matching

Sexual desire and the female sexual function index (FSFI): a sexual clinical interpretation of the FSFI in women with and without hypoactive sexual desire disorder.
Gerstenberger EP, et al. J Sex Med. 2010. PMID: 20561170

The Sexual Interest and Desire Inventory-Female (SIDI-F): item response data from women diagnosed with hypoactive sexual desire disorder.
Sills T, et al. J Sex Med. 2005. PMID: 16422805

TEXT AVAILABILITY
☐ Abstract

Bilag A2

NIH National Library of Medicine
National Center for Biotechnology Information

PubMed.gov

("sexual arousal disorder") AND (female or women)

[Advanced](#) [Create alert](#) [Create RSS](#)

[Save](#) [Email](#) [Send to](#) [Sorted](#)

MY NCBI FILTERS 

28 results

RESULTS BY YEAR

  [Reset](#)


2016-2021

☐ **Female Sexual Dysfunction.**

1 Clayton AH, Valladares Juarez EM.
Cite Med Clin North Am. 2019 Jul;103(4):681-698. doi: 10.1016/j.mcna.2019.05.001. PMID: 31078200 Review.

Share **Female sexual** dysfunction can drastically diminish quality of life for women. In the United States 40% of **women** have **sexual** complaints. These conditions are underdiagnosed and undertreated.

TEXT AVAILABILITY

Bilag A3

NIH National Library of Medicine
National Center for Biotechnology Information

PubMed.gov

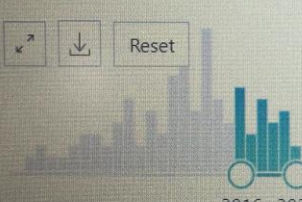
("orgasmic disorder") AND (female or women)

[Advanced](#) [Create alert](#) [Create RSS](#)

[Save](#) [Email](#) [Send to](#) Sorted by: Best

MY NCBI FILTERS

RESULTS BY YEAR


2016 2021

[Reset](#)

TEXT AVAILABILITY

☐ Abstract
☐ Free full text

22 results

Filters applied: in the last 5 years. [Clear all](#)

☐ **Psychological and Behavioral Treatment of Female Orgasmic**

1 Marchand E.

Cite Sex Med Rev. 2021 Apr;9(2):194-211. doi: 10.1016/j.jsxmr.2020.07.007. Epub 2021
PMID: 33069622 Review.

Share INTRODUCTION: **Female orgasmic disorder** (FOD) is defined as the absence, or
marked diminishment in intensity of orgasm in at least 75% of sexual experience
6 months and causing distress, has specified subtypes, and ...

☐ **Female Sexual Dysfunction: Pharmacologic and Therapeutic In**

2 Wheeler LJ, Guntupalli SR.

Bilag B

Facebookopslag d. 5.2.2021

Vi søger interviewpersoner til vores masterafhandling i sexologi.

ER DU EN KVINDE MELLEM 20-25 ÅR eller 65-75 ÅR ?

Har du lyst at dele dine tanker om krop, sex og fordomme vedrørende synet på kvinders seksualitet.

I en tid hvor leg, nydelse og ligestilling af køn er højaktuelle emner, ønsker vi at undersøge, på tværs af generationer, kvinders forhold til sexkultur, lyst og spilleregler.

SÅ VIL VI GERNE TALE MED DIG!!!

Du kan være single, i forhold eller andet. Alle seksualiteter og etniciteter er inviteret. Du vil være anonym.

Interview foregår i grupper og vil blive afviklet efter coronarestriktioner - og så vidt det er muligt ved fysisk fremmøde i Københavnsområdet.

Om os: Studerende på Master i sexologi ved Ålborg Universitetet

KONTAKT: tina.thilo67@gmail.com

Mange hilsner Louise Grann Nielsen og Tina Thilo

TAK fordi du deler



Bilag C

Samtykkeerklæring

marts 2021

Undertegnede giver hermed samtykke til at deltage i interviewundersøgelse i forbindelse med masterafhandling skrevet af Tina Thilo og Louise Grann Nielsen

Undertegnet er informeret om og indforstået med:

- At interviewet bliver optaget og transskriberet
- At det er frivilligt at deltage i undersøgelsen
- At det er muligt at trække samtykke tilbage og udgå af undersøgelsen
- At interviewet er anonymt, forstået på den måde at undertegnede ikke nævnes ved eget navn
- At en analyse og fortolkning af interviewet senere vil indgå i rapporten, sammen med de øvrige 5 interview
- At lydfiler bliver destrueret efter gennemført eksamen maj 2021

Dato

Navn

Underskrift

Bilag D

Interviewguide

Indledning, briefing og formalia

Præsentation af interviewer	Navn, alder og profession Vi ønsker at undersøge, hvordan normer og kønsroller påvirker kvinders oplevelse og udfoldelsesmuligheder seksuelt. Vi vil gerne se nærmere på, hvordan de spilleregler der er i fortidens/samtidens sex-kultur, påvirker kvinders mulighed for at udleve den seksualitet de ønsker.
Anonymitet (underskrift) Medbring to eksemplar af samtykkeerklæring	Interviewet bliver optaget på diktafon og senere transskriberet. Du er anonym. Det er kun mig som interviewer og min makker der kommer til at læse interviewet. Citater vil indgå i rapporten, men uden informationer der kan føres tilbage til dig. Underskrift af samtykkeerklæring
Roller i forbindelse med interview	Jeg fungerer som interviewer og jeg er mest interesseret i at lytte til dine erfaringer og oplevelser.
Semistruktur/spørgeguide	Baggrund og opvækst – senere spørgsmål der spørger ind til dine oplevelser og erfaringer

Forskningsspørgsmål 1: På hvilken måde og i hvilket omfang påvirker sociokulturelle begreber om skam kvinders oplevelse af deres egen seksualitet?

Hvad vil vi gerne vide noget om?

Interviewspørgsmål

Præsentation af informant	Fortæl lidt om dig selv Vil du kort fortælle hvad der fik dig til at melde dig til interviewet. Hvad motiverede dig?
Barndomshjemmets holdninger/normer til seksualitet Var der noget som var skamfuldt at tale om? Var der måder hvorpå kroppen ikke måtte vise sig frem og som blev oplevet som skamfuldt?	Talte I om seksuelle emner i dit barndomshjem? Hvordan blev det italesat? Hvad blev der italesat? Var der måder man ikke måtte vise sig frem på? (spredte ben, nøgen) Handlede det om dit køn?
Erindringer om nære relationers kropslige og sanselige/sensuelle kommunikation	Hvordan oplevede du at din far og mor var kæresten? Var nøgenhed naturligt hjemme hos jer? Hvad med kys og kram?
Kønsroller i opvæksten (både i nære relationer og i den omkringliggende kultur – skole, institutioner, idrætsforeninger) Udvikling af kvindelighed under opvækst. Knytter der sig et særlig kodeks til konstruktionen?	Var der nogen forventninger til dig fordi du var en pige? Var der noget du måtte eller ikke måtte? (Usagt eller sagt) Disse evt. forventninger var det noget du oplevede kom fra forældre, familie, venner, skole, idræt osv.
Har religiøse forhold spillet en rolle eller betydning for skamfulde	Har religiøsitet spillet nogen rolle? Hvordan?
Barndom/ungdoms forestillinger om egne kropsoptættelser og udseende (i forhold til sig selv og andre)	Er du eller har du været påvirket af nogle kropsidealer igennem i din opvækst? Er det noget du følte du skulle leve op til?

Erindringer om tidlige seksuelle følelser - i barndommen Oplevede informanten skamfuldhed ift seksuelle lege?	Har du nogen erindringer fra din barndom om seksuelle lege? Hvilke følelser var forbundet til legene? Da du begyndte at udforske dig selv seksuelt - hvordan havde du det med det?
Seksuel debut – tanker, overvejelser, refleksioner Er der skamfulde følelser forbundet med debut?	Hvilke følelser får du når du tænker tilbage på din seksuelle debut? Med hvilke ord vil du beskrive din seksuelle debut? Hvilke tanker og overvejelser gjorde du dig omkring den seksuelle debut (før og efter)
Barrierer for at udleve og udtrykke egen seksualitet (kropsidealer, kønsroller, kønsstereotyper, heteronormativitet, ry og rygte, dobbeltmoral)	Har din tilfredshed med egen krop ændret sig over tid? Hvordan har du det med at tale om sex? Tænker du over hvad andre måtte tænke om dig og dine seksuelle vaner? Har du undladt at tænke eller gøre noget du egentlig havde lyst til pga din forestilling om andre menneskers reaktion? Eller af angst for at "falde ved siden af" eller ikke at være "rigtig" Er der seksuelle erfaringer du endnu ikke har haft og som du godt kunne tænke dig? Ved du hvad der muligvis holder dig tilbage? Kunne det tænkes at der er fordi du er bange for at gøre noget som andre (eller du) synes er "forkert"? Hvordan vil du beskrive din seksualitet? (Hvilke erfaringer har du med at have sex med dig selv? Og porno? Sexlegetøj?) Deler du dine seksuelle tanker med nogen? Deler du seksuelle bekymringer med nogen? (Det kan være nedsat lyst eller besvær med at få orgasme?) Hvordan vil du beskrive den kultur der florere på det seksuelle område? Hvordan ser du den påvirke din seksualitet?

Selvkritisk blik - er det ødelæggende for seksuel udfoldelse	Forskningen viser at rigtig mange unge kvinder er utilfredse med deres udseendet? Faktisk helt op til 60 %. Hvordan har du det med dit udseende? Er det noget som påvirker din opfattelse af dig selv - og evt. din seksualitet. (Kommentaterspor) Ved du hvor det kritiske blik på dig selv kommer fra? Har du nogensinde oplevet at begrænse dig seksuelt af hensyn til gældende normer og regler (kommentaterspor) <i>NB: De ældre kvinder: Hvordan ser du at kulturen på det seksuelle område har forandret sig? (Hvis den har!) Og hvilken indflydelse har det haft på dig gennem dit liv?</i> <i>Er det svært at blive ældre og være åben omkring sin seksualitet?</i> (Kultur - normer og (uskrrevne)regler for vaner og adfærd)
Barrierer for at finde og vedkende sig sine egne (seksuelle) grænser og behov	Kan du fortælle lidt om dine oplevelser i forbindelse med at finde dine egne grænser seksuelt - Hvad vil jeg være med til? - Sige til og fra? Hvor bevidst er du om dine egen (seksuelle) behov? Har du frit kunne afprøve dine seksuelle tanker? F.eks om du var til piger
Barrierer ang. alder (aldersdiskrimination/stigmatisering)	Er du stødt på nogle fordomme om sex og alder?
Skamfuldhed i forbindelse med sex og alder	Er der nogle særlige forventninger man skal leve op til ift ens alder?
Sex som en raskhedsfaktor	Har du oplevet at din seksualitet har været den direkte årsag til at du er kommet gennem en svær periode/sygdom/parforholdskrise?

Forskningsspørgsmål 2: Hvilke håndteringsstrategier anlægger kvinder, hvis de oplever seksuelle problemer knyttet til skam?

Hvad vil vi gerne vide noget om?

Interviewspørgsmål

Hvad skal der til før kvinden er tryk og kan blive selvforglemmende? Hvad skaber utryghed/skamfuldhed?	Hvilke faktorer gør at du både bliver tændt og kan give dig hen? Ved du hvilke faktorer der kan bremse dig? Hvilke negative tanker kan du få under en seksuel aktivitet og hvordan påvirker det din nydelse? Hvordan handler du på oplevelsen af de negative tanker? (Søger du hjælp hos veninde, læge, på nettet)
Oplevelser og håndteringsstrategier ang. seksuelle problemer Har personen oplevet skam ifm at præstere seksuelt? Har skamfuldheden påvirket deres håndtering?	Har du oplevet nogen former for seksuelle vanskeligheder (problemer)? Hvad tror du de vanskeligheder skyldes? Hvad har du gjort de gange du har haft vanskeligheder? Har dine måder at håndtere vanskeligheder forandret sig over tid?
Tabuisering af seksualitet eller seksuelle emner - utroskab, skamfuldhed ift seksuelle sygdomme eller aktiviteter	Har du oplevet noget hvor du har tænkt at det var bedre at skjule det? - fordi du tænkte at det ville falde tilbage på dig (og sige noget om hvem du er). Har du oplevet noget seksuelt, som du ikke har lyst til (på nogen måde) at fortælle andre? Fordi du er bange for deres bedømmelse?