

Innledning for NRK Kringkastingrådet 8. desember 2011 i forbindelse med behandlingen av programserien "**Trekant**".

Takk for invitasjonen til å fortelle om mitt syn på programmet Trekant!

Mitt navn er **Gro Isachsen**, og jeg er klinisk sexolog og forfatter.

Før jeg går inn på hvorfor vi trenger et program som Trekant, vil jeg si litt om min bakgrunn – noe som er med på å forklare hvorfor jeg står her nå:

Jeg er utdannet spesialpedagog, og har erfaring fra psykiatrisk behandlingsinstitusjon for barn og unge.

Jeg har også 10 år bak meg som journalist med popularisering av forskning som spesialområde.

Etter mer enn fire års studier i faget sexologi, startet jeg for cirka 10 år siden som klinisk sexolog, men egen klinikk her i Oslo hvor jeg tar i mot klienter fra hele landet. I løpet av disse årene har jeg hjupet flere tusen menn og kvinner, med mange forskjellige seksuelle preferanser og av alle orienteringer, til et bedre seksualliv.

I 2000 overtok jeg etter professor **Berthold Grünfeldt** som ansvarlig for Forum for seksualitet hos **DoktorOnline**, som er en rådgivningstjeneste på Internett. Grünfeldt var min faglige rådiver, og konsulent for min første bok.

I mange år har jeg vært spaltist for avisa **Dagbladet** og ukebladet **Vi Menn** og svart på spørsmål om sex og samliv.

Jeg har etter hvert lang og bred erfaring fra ulike seksuelle rådgivningstjenester for både unge og voksne.

Siden 2000 har jeg skrevet fire bøker om sex. Jeg har den noe tvilsomme ære flere år på rad å ha vært en av de forfattere som det har blir stjålet flest bøker av på bibliotekene.

Heldigvis – de fleste kjøper sine bøker. Mine er tilsammen solgt i mer enn 50.000 eksemplarer – så behovet for informasjon er så definitivt til stede.

I 2002 startet jeg forskningsprosjektet "Seksuell lyst hos kvinner". Denne forskningen er grunnlaget for arbeidet mot min doktorgrad.

I flere år har jeg forelest i sexologi for medisinerstudenter hos **Medisinerne seksualopplysning**. Studentene reiser rundt til ungdomsskoler hovedsaklig i og rundt byene Oslo, Bergen, Trondheim og Tromsø og driver seksualundervisning.

Jeg underviste min første klasse om sex og forhold for mer enn 30 år siden, og jeg driver fortsatt seksualundervisning i ungdomsskolen når jeg har anledning.

De som ønsker å vite mer om meg og min virksomhet kan lese mer på [sexolog punktum no](#).

Med min bakgrunn var jeg naturligvis spent i fjor da **NRK** sendte første sesong av **Trekant**.

Som under forrige sesong med Trekant, har jeg nå smilt og frydet meg igjennom de fire programmene jeg så langt har rukket å se av denne sesongen. Gårsdagens program rakk jeg ikke å se, siden jeg hele kvelden satt opptatt med klienter i terapi.

Trekant viser mangfoldet i seksualiteten og gir smakebiter på den lekne sexen som svært mange har godt av å få med seg. Ikke bare de unge, men også mange eldre har godt av voksenopplæring på dette området. For de færreste har lært den gode sexen noen gang, noe sted. Derfor trengs TV-programmer som Trekant.

For at flest mulig skal få en god seksuell helse må målsettingen være at alle skal få tilgang til kunnskap og ha muligheten til å utvikle og bruke sitt erotiske potensiale til å nyte sex, så lenge sexen er **sikker sunn og samtykkende**. Trekant bidrar så langt til dette!

I forbindelse med min forskning har jeg har dybdeintervjuet mer enn 1100 kvinner og menn, single og par, om deres forhold til sin egen seksualitet. Ett av spørsmålene har vært hva og hvor de har lært om sex. Svarene har stort sett vært nedslående. I den grad de har fått noen som helst seksualundervisning har de ikke fått noe annet en flau forestillinger fra enda flauere lærere. Det vanligste svaret er imidlertid at de ikke har hatt noen reell undervisning og lært noe i det hele tatt.

Det er bra NRK tar ansvar der skolen har feilet. Dessverre har seksualundervisninga i skolen, om den i det hele tatt blir gitt, totalt gått ut på dato, og den har sett under ett aldri vært noe å rope hurra for.

I den grad skolen her i landet har gitt noen undervisning har den alltid startet for seint og hatt feil fokus.

Seksualundervisninga har i alle år hovedsakelig handlet om de negative konsekvensene av sex; om seksuelt overførbare infeksjoner, prevensjon, abort og overgrep. Når undervisninga kun får en slik vinkling fører den ikke til glede, lek, nytelse og morro, men heller til tabuer, skam og utrygghet.

Selvfølgelig er de negative sidene også viktige temaer, men de må settes inn i en sammenheng med den gode sexen. Faglig går disse temaene inn i læren om egen helse, og burde for lengst vært tatt ut av seksualundervisninga.

Mange helsearbeidere bistår skolene og gjør en god jobb med denne delen av den seksuelle helse.

Mange lærere og andre bidragsytere i seksualundervisningen gjør en god jobb ut fra forutsetningene. Dessverre er kvaliteten ofte avhengig av den enkelte lærer og skole. Undervisningen mangler dessuten ressurser og et klart definert innhold for å kunne formidle kunnskap om den gode sexen.

Med tilbudet **Sex og samfunn** er, etter det jeg vet, Oslo den eneste byen som har et obligatorisk og permanent undervisningstilbud for alle elever på ungdomsskolenivå. Dessverre dreier det seg kun om to til tre timers undervisning. Da blir det uansett hvor dyktige de som underviser er, svært liten tid til informasjon om den gode sexen, når tiden også skal brukes på de negative konsekvensene av seksualiteten.

Prøving og feiling er fortsatt den vanligste fremgangsmåte for læring om sex. For de som kommer til meg som klienter har ofte feilingen blitt et mønster. Cirka 80 prosent av mine klienter sliter med manglende lyst på sex. De fleste har mistet lysten på grunn av de over tid har hatt dårlig sex på grunn av manglende kunnskap på ett eller flere områder, eller på grunn av fordommer. Og det er ofte de med et langt liv foran seg som søker hjelp. Gjennomsnittsalderen for mine klienter er litt under 30 år.

Til tross for den seksualiseringen av samfunnet vi ser rundt oss til daglig står det sørgelig dårlig til med kunnskapen om den gode sexen hos dagens unge. Mange medier bidrar til denne seksualiseringen ved så ofte de kan å henvise til at **noen** eller **noe** er sexy. Å bevisst spille på sex på denne måten blir gjort for å tiltrekke lesere, og er ikke noe mål på hvordan det står til med **kunnskapen** om sex i samfunnet.

Jeg har registrert at den første sesongen med Trekant førte til en viss endring, men det trengs fortsatt mer informasjon, og den må hele tiden gjentas. Det er viktig å huske på at vi hvert år får 60.000 nye 15-åringer som trenger kunnskap.

Fram til nå har de fleste unge, både gutter og jenter, lært det meste om sex fra porno. Pornoen er ofte den eneste kanalen vi har for å se andre ha sex. Dessverre viser nesten all porno stereotyp, kjedelig sex basert på å gi menn tenning og nytelse, og den gir sjelden den rette oppskriften til kvinners nytelse.

Da Trekantredaksjonen for noen uker siden brøt en barriere og viste hvordan svært mange kvinner får orgasme ved stimulering av klitoris, var det en nødvendig, saklig og informativ motvekt til pornoversjonen av hva som er god sex. At NRK viste **Carlin Ross** onanere seg fram til orgasme og samtidig intervjuet over 80 år gamle **Betty Dodson**, – takker jeg redaksjonen for. Det var på tide.

Etter 50 år med TV var det på tide at noe så menneskelig og naturlig som å onanere ble vist. Jeg har i det samme tidsrommet ikke tall på alle de ulike måter jeg som moderat TV-titter har sett folk bli myrdet og lemlestet. Sex er tydeligvis for mange fortsatt mer skremmende enn all verdens vold.

Betty, Carlin og jeg har hatt grundige diskusjoner om forutsetningene for den gode sexen. Ikke uventet er vi alle enige om at kunnskap er og blir den viktigste forutsetningen.

Betty Dodson har i alle år vært en stor inspirasjonskilde for meg og svært mange andre som jobber med seksuelle problemer. Jeg har i mange år brukt hennes videoer som inspirasjons- og informasjonskilde for klienter som har slitt med å få orgasme – hennes råd og instruksjoner virker for de fleste. Betty har lært mange millioner kvinner over hele verden å få orgasme, og seertallene etter det andre programmet av Trekant tyder på at mange også her i landet har hatt behov for slik lærdom.

Min og andres forskning har vist hvor viktig det er å onanere – ikke bare for nytelsens skyld, men også for å bli kjent med egen seksualitet og tenningsmønster. Hvordan vi onanerer får også betydning for parsexen, enten det gjelder hvordan vi senere ønsker å ha sex, om vi blir i stand til å få orgasme når vi er sammen med en partner og hvor lenge sexen vil vare. Å lære å onanere på en måte som kan brukes i parsammenheng, slik Carlin viste norske kvinner, er derfor svært viktig.

Å se fremgangsmåten til Carlin var ikke bare frigjørende for kvinner som ikke har skjønnt hvordan de kan onanere. Svært mange kjenner heller ikke på tillatelsen til å gjøre det. **Pene piker gjør da ikke slikt** er fortsatt innstillinga til mange.

Det eksisterer fortsatt en rekke fordommer om at onani er skadelig, særlig i fundamentalistiske religiøse miljøer. Både muslimske og konservative kristne miljøer disiplinerer fortsatt sine tilhengere ved å forby og fordømme onani.

Spesielt er det mange unge muslimske menn som blir lært opp til at den eneste og riktige formen for sex til en hver tid er den mellom mann og kvinne, og at onani er synd. Dette er spesielt frustrerende siden de er i alderen for seksuell oppvåkning. Loyalitetskonflikt mellom egne behov og tradisjon og tro fører mange av disse unge til mitt kontor.

Å vise onani er også frigjørende for de mange kvinner som dermed skjønner at de ikke er alene om **ikke** å ha den store uttellingen av samleier uten klitorisstimulering. Å få forklart hvorfor det er slik er en absolutt nødvendighet for å skjønne ulikhetene mellom kvinners og menns seksualitet.

At flere kalte Carlins og Bettys innføring i kvinnelig onani for pornografi, sier mest om de som uttaler seg. Pornografi betyr **til opphisselse**. De som kaller dette for pornografi ble med andre ord opphisset, og ser antakelig på opphisselse og seksuelt begjær som negativt.

Seer-statistikken viser at det er mange menn, også menn over 50, som har sett på Trekant. Dette blir av noen sett på som negativt. Hvorfor er det slik at når menn, spesielt de over 50, viser interesse for seksualiteten så sees de på som gamle griser? Hvorfor skal ikke både voksne menn – og for den saks skyld også kvinner – ha mulighet for informasjon på lik linje med ungdommen? Trekant har klart å fange interessen til flere generasjoner. Det skal de være stolte av.

Ja porno er til opphisselse, og ikke til informasjon om den gode sexen. En undersøkelse som ble gjort for noen år siden viste at de fleste unge gutter bruker porno som eneste informasjonskilde om sex. Flere undersøkelser de siste årene viser at jenter er på god vei til å ta igjen guttene i pornobruk.

I pornoen lærer en sex som i de aller fleste tilfeller fører til manglende lyst hos kvinner. Porno har stort sett fullstendig mangel på troverdighet i forhold til hvordan kvinner fungerer seksuelt.

En episode som har brent seg fast hos meg, og som jeg har beskrevet i min siste bok, er møtet med ei jente i slutten av 20-årene. Hun fortalte at hun hadde spilt skuespill hele sitt seksuelle liv. Hun hadde sett en dårlig pornofilm da hun var 13 år gammel, og hadde siden spilt pornodronning. Hun trodde måten hun hadde sex på, var slik alle andre gjorde det – hun hadde jo sett det i pornofilmen. Hun mente det måtte være noe galt med henne, siden hun aldri hadde vært i nærheten av å kjenne all den nytelsen hun gav uttrykk for at hun følte.

ex.

Jeg er skeptisk til å sette en absolutt 15-års grense for programserien. Om vi ser for oss ungdomsskoleklassen vi selv gikk i er det enkelt å skjønne hvorfor. Ungdom er jo så forskjellige. Noen er ikke modne til å ha sex før de nesten har passert tenårene. Andre er bråmodne før tenårene begynner og hormonene herjer med dem uten at mange av dem skjønner helt hva som skjer hvis de ikke får det forklart.

Svært mange unge debuterer før de er 15. En omfattende undersøkelse som ble gjort i Alkershus for noen år siden, viste at 20 prosent av alle 14 åringer allerede hadde debutert. Desto mer kunnskap ungdom har med seg i bagasjen jo større trygghet, og jo bedre blir forhåpentligvis første forsøk – og desto flere vil beskytte seg. Det vil også bety at færre debuterer og har sex når de er ruset.

Kunnskap gir også trygghet til å si nei, både til å debutere seksuelt og til å ha sex som er utenfor egne grenser. Måten ungdommene som fungerer som programledere kommenterer og ser på ulike seksuelle praksiser gjør tryggheten større blant vanlige ungdommer. De får rollemodeller som sier at dette er ikke noe for meg, men jeg respekterer andre som tenner og bygger

op sin seksuelle spenning på denne måten. Når tryggheten er der er det også mer trolig at de unge velger å bruke kondom som beskyttelse mot seksuelt overførbare infeksjoner og graviditet.

Vi ser på det som en selvfølge at vi har kunnskapsoverføring om alt annet enn sex i dagens samfunn. Med en gang det blir snakk om at vi skal lære av andres feil også når det gjelder sex, blir motivene ofte mistenkeliggjort og satt på linje med pornoindustrien.

Sex må være det eneste området hvor kunnskap og erfaring for noen oppfattes som negativt.

Teoretisk kunnskap om den gode sexen er uten tvil nødvendig. Alt for mange tror vi er fødte som gode elskere og elskerinner, men slik er det ikke ...

I mitt virke som klinisk sexolog ser jeg svært ofte tilfeller hvor seksualiteten har blitt et problem, hvor lekenheten og mangfoldet er borte, der sex er noe den ene eller begge føler de skal, bør og må gjøre. Sex blir en plikt og en tvangstrøye og noe de har store problemer med å snakke om. Ordene mangler for mange. Her er også Trekant en hjelp. Når ungdom og voksne ser med hvilken selvfølgelighet de flotte programlederne snakker om sex, blir det lettere for dem å sette ord på egne følelser og seksuelle behov overfor sine partnere.

Programlederne tør også å by på seg selv. At en av programlederne er homse gir mange unge homofile en god rollemodell. Homse er fortsatt det mest brukte skjellsordet mot gutter i ungdomsskolegårdene rundt om i landet, som hore er det for jentene.

Når vi vet at mange sliter med å akseptere og åpent stå fram som homofile, og når vi vet at så mange som en av fire går med selvmordstanker, er det godt å se at homofili alminneliggjøres på en slik fin måte i Trekant.

Å vise mangfoldigheten i seksualiteten slik Trekant har gjort, har ført til ulike reaksjoner fra mange hold. Fra de mest negative fordømmende til mitt ståsted – en ubetinget glede over god informasjon om sex.

Med kunnskap skapes trygghet, og trygghet gir bedre og sikrere sex.

En flott og klok kvinnelig klient, som i alle år har slitt med lysten, fortalte at hun ba sine døtre i puberteten om å se Trekant for at de skulle unngå å få de samme problemene som hun alltid hadde hatt. Hun mente at hadde det blitt vist et lignende program da hun var ungdom kunne hun sluppet årevis med trist sex uten tenning, og år med følelse av å komme til kort overfor de seksuelle behovene til mannen hun elsket.

Manglende informasjon fører til manglende kunnskap, som igjen fører til usikkerhet, manglende selvtillitt og fordommer – seksualitetens verste fiender.

En liten innvening på tampen. Det jeg har sett til nå av programserien har stort sett inneholdt smakebiter av mangfoldet og leken ved sex. Det blir dessverre litt overflatisk kunnskap, og vi får hovedsaklig kun sett det positive ved sex.

Jeg håper vi i fortsettelsen av programmet også får litt om det som kan føre til den vonde sexen. Om gutter som sliter med prestasjonsangst eller smerter på grunn av for trang forhud og, og jenter som har smerter under samleiet. Jeg har utallige ganger sett eksempler på at ingen får lyst på noe som gjør vondt.

Jeg håper derfor programmet kommer inn på hva som kan gjøres for å unngå slike plager, Det skal så lite til av alminneliggjøring av slike plager og litt generell kunnskap for å unngå at mange går baklengs inn i seksualiteten.

Noe mer ensomt og fortvilet enn de som kun forbinder sex med smerter og nederlag finnes nesten ikke. Det gjør at mange stopper sin seksuelle utvikling og skremmes fra å gå videre og finne sin seksuelle identitet, som jo programmet ellers så glimrende legger opp til.

Fordi Trekant tar opp tema som fortsatt er preget av mye uvitenhet og fordommer, vil det selvfølgelig dukke opp flere spørsmål enn det er mulig å belyse i den form serien har.

Jeg kjenner ikke til innholdet i de programmene som ennå ikke er sendt. Jeg skulle imidlertid ønske Trekant-redaksjonen vil samle de mest nødvendige av disse ubesvarte spørsmålene og la programlederne formidle svarene i et eget program. Det ville hevet nytteverdien av programserien

Takk for oppmerksomheten!
