

ALT FOR MANGE FORVENTER, AT DERES LYST SKAL VENDE TILBAGE UD AF DET BLÅ, ELLER AT DET ER PARTNERENS ANSVAR AT GIVE HENDE LYSTEN TILBAGE. DET ER DET IKKE

ter tror, at de ved, hvad den anden ønsker og mener. De har glemt at lytte til hinanden. Når den ene siger ét, hører den anden noget andet.

Her er det sexologens opgave at hjælpe med at få sat ord på de budskaber, som parret har til hinanden. Tit møder folk først op, når kommunikationen mellem dem er kørt helt af sporet, og alle diskussioner om sexlivet ender i skænderier og gråd – eller de er helt ophørt.

Er det alt – skal der ikke mere til end at få snakket om det?

Nej, det er ikke al tid nok bare at sætte ord på. Ofte skal der gøres en indsats i form af hjemmøvelser og opgaver. Øvelserne afhænger selvfølgelig af, hvilket problem det drejer sig om, men som regel er det meget effektivt.

Desværre er der nogen, der melder

afbud, når de ikke har "lavet lektierne" – det er ærgerligt, for det kan være lige så vigtigt at få snakket om, hvorfor man IKKE har fået gennemført øvelserne.

Hvad skal man gøre, hvis man ikke har råd til at betale for en sexolog?

Desværre skal man selv betale for konsultationerne hos en privatpraktiserende sexolog, og det kan være svært at komme til på de få offentlige klinikker, der findes.

Men pengene er ofte blevet rigtig godt ud. Som regel skal der ikke nær så mange samtaler til, som folk forestiller sig. Måske kun en, hvis problemet ikke bundet dybt, og parholdet ellers er velfungerende.

Jeg oplever, at man generer sig bafter, fordi de ikke er kommet noget før og har pildt for mange år med et haltende samliv, når det viser sig, at det var så forholdsvis nemt at få has på problemerne. Men i stedet for at ærgre sig over den tid, der gik dårligt, skal de glæde sig over det gode samliv, der ventede dem i

fremtiden. Nu ved de, hvordan de skal tackle problemerne og gøre noget ved dem, inden de vokser sig for store.

Er det alle parforhold, der kan reddes med terapi?

Det sker også, at et terapiforløb resulterer i en skilsmisse. I løbet af samtalerne går det måske op for parterne, at de er så langt fra hinanden og har så forskellige forventninger og ønsker til sexlivet, at de vil blive lykkeligere hver for sig.

I de tilfælde kan sexologen være en støtte og vejleder, så parret kan skilles på en værdig og respektfuld måde uden at såre og nedgøre hinanden.

En skilsmisse kan også være en happy ending, hvis den er alternativet til en fremtidig store frustrationer og opslidende skænderier.

Læs også brevkassen på side 68

