

# Så kom avslutningen....

Det er alltid vemodig å avslutte noe som har betydd mye, og i dag avslutter jeg min «penn» her i Hverdagsliv etter nærmere seks år som spaltist. Denne aller siste artikkelen har vært veldig vanskelig å skrive. Jeg vet ikke hvor mange ganger jeg har utsatt det å sette meg foran pc, eller hvor mange utkast som ble kastet før disse ordene endelig ble skrevet ned.

Da jeg sendte mail til Ove Mellingen for å annonsere min avslutning fikk jeg disse gode ordene tilbake: «Tusen takk for innsatsen. Det har vært så bra. Og jeg tror også det har vært viktig».

Jeg vil takke både ham og TA for tilliten de har gitt meg ved å få informert, opplyst og forhåpentligvis gledet Telemarks befolkning om sex og samliv; for seksuell helse er så mye viktigere enn man tror. Du har ikke god fysisk eller psykisk helse hvis du ikke har god seksuell helse!

Verdens helseorganisasjon definerer seksualitet på en så god og beskrivende måte: «seksualitet er en integrert del av ethvert menneskes personlighet; mann, kvinne og barn, og som ikke kan skilles fra andre livsaspekter». For svært mange mennesker forbinder begrepet seksualitet med samleie og orgasme, men seksualitet omfatter så mye mer; den finnes i energien som driver oss til å søke kjærlighet, kontakt, varme og nærhet.

Dette flotte budskapet håper jeg at jeg har klart å formidle blant både morsomme og noen mer alvorlige temaer, og ikke minst at det har vært nyttig og lærerikt.

Det har også vært overraskende, flott og hyggelig for egen person hver gang en av dere lesere har gitt meg tilbakemelding på en artikkel, alle foredragene jeg har fått muligheten til å holde både i Telemark og resten av landet, og ikke minst dere som har søkt profesjonell hjelp for par – eller seksuelle utfordringer.

Grunnen til at jeg nå avslutter hverdagslivspalten er stor pågang i forhold til medier, foredrag og ikke minst 100% jobb som sexolog ved DPS Notodden.

Det er utrolig givende og ikke minst inspirerende å få jobbe med «nybrotsarbeid» innen et fagfelt som tidligere ikke har fått den anerkjennelsen og plassen innen norsk helsevesen som det fortjener. Heldigvis finnes det dyktige fagpersoner som blant andre psykiater Kjetil Dale som ønsket min kompetanse ved Sykehuset Telemark, og etter å ha vært ansatt i over ett år ser vi virkelig behovet i form av mange og økende henvisninger til poliklinikken.

En annen som fortjener både ros og takksigelser i dag er min gode venn og tidligere kollega Heidi Heiberg som har lest over og redigert alle artiklene før de kom på trykk. De har ikke vært de samme uten henne!

Helt til slutt vil jeg sitere Helse- og omsorgsminister Bent Høie: «Vi snakker fortsatt for lite og for sjelden om at seksualitet er en fantastisk kraft som kan gi god helse og høy livskvalitet.

Når du er ung eller gammel. Når du er frisk eller syk. Vi må snakke mer om seksualiteten vår og dens fantastiske kraft»!

Godt velsignet nyttår Telemark, og ikke minst tusen takk for meg!