

Tekst til Hverdagsliv spalten i TA den 23.04.16

Av Beate Alstad

Hvem er de lykkelige parene?

En finsk studie ledet av forskeren og sexologen Osmo Kontula har gjennom åtte år fulgt par som inngikk ekteskap i 2005. Målet var å finne svar på hvorfor par holder sammen eller går fra hverandre, hvorfor noen er lykkelige mens andre ikke er det. Det ble også undersøkt hvor tilfredse disse menneskene var med sitt parforhold, og med seksualiteten.

Studien viste at de "lykkelige" parforholdene var karakterisert av en sterk følelse av samhørighet. Samhørigheten ble beskrevet ved gjensidig oppmerksomhet som partnerne ga hverandre, hvor gode de var til å lytte til hverandre og til å uttrykke egne følelser. Samhørigheten ble forsterket ved en grunnleggende god kommunikasjon og evnen til problemløsning. I tillegg ble det vektlagt opplevelsen av at den andre var til stede, og ikke minst den sterke overbevisningen om at nettopp det forholdet man selv var i var bedre enn andres.

I tillegg til følelsen av samhørighet var det ifølge undersøkelsen viktig å ha et aktivt og nytelsesfylt sexliv. Begge partene i paret opplyste å ha lyst på sex oftere enn andre par, og de oppfattet partneren sin som spesielt dyktig eller god på det seksuelle området. Kort og godt var svaret at man følte seg heldig med partneren, og hadde en opplevelse av at hun, han eller hen hadde noe som var helt unikt.

Av de parene var mest tilfredse med parforholdet sitt var det 60 % som kysset hverandre daglig, mot de mest utilfredse parene hvor det var kun 14 % som kysset hver dag. I forhold til sexliv og kysning var det 62 % av kvinnene og hele 70 % av mennene som sa at de kysset hver dag, og de var også de som var mest fornøyde med sexlivet sitt.

Stoffet oxytocin utløses ved kyss og berøring av en person man liker. Dette stoffet har en viktig betydning for tilknytning til hverandre, en følelse av samhørighet.

Undersøkelsen viste også at noe av det viktigste for et vitalt og aktivt sexliv var at begge hadde lyst på fysisk kontakt med partneren i hverdagen, og tok initiativ til det. Par som tok på hverandre hadde hyppigere sex enn andre par. En interessant oppdagelse i studien var at kvinnenes forhold til seksualitet hadde stor sammenheng med om parets seksualitet fortsatte å fungere på lang sikt. Det var også viktig for begge å føle at de fortsatt var seksuelt attraktive, spesielt for partneren sin, men også generelt for andre mennesker. Spesielt kvinnene i studien sa den seksuelle selvtiliten var viktig, fordi den gjorde henne mer bevisst på seksuelle situasjoner og partnerens seksuelle innspill. Det hadde også en positiv betydning for kvinnens seksuelle selvtilit å flørte aktivt med partneren sin.

Halvparten av de som ble skilt under studien fortalte at de hadde hatt konflikter rundt seksuelle temaer minst en gang i måneden. Mer enn halvparten av de skilte beskrev manglende intimitet, at de selv manglet seksuell lyst, kysset lite, sjelden hadde samleie og at de ikke opplevde at den andre begjærte dem.

Så en kort "trøndersk" konklusjon på studien må bli; "kyss og prat med partner `n din kvar dag"!

God helg Telemark.