

Maktförskjutning i BDSM-relationer och dess betydelse för personlig utveckling

Rebecca Jalksjö och Monika Sers

Kandidatuppsats i psykologi, VT 2018
Kurskod: PSA122
Program: Beteendevetenskapliga programmet
Handledare: Farah Moniri
Examinator: Per Lindström

Maktförskjutning i BDSM-relationer och dess betydelse för personlig utveckling

Rebecca Jalksjö och Monika Sers

Det finns ett stigma runt individer som praktiserar BDSM och lever i relationer med någon form av maktförskjutning. Den här studien gjordes för att öka förståelsen för individer som själva valt att leva i en relation med inslag av maktförskjutning. Studien handlade om huruvida maktförskjutning påverkar individers syn på sig själva och deras personliga utveckling. Sju män och sju kvinnor intervjuades, både dominanta och undergivna. Resultatet gav fyra teman och åtta subteman. Centralt i resultatet var kommunikation, dominans, kärlek och personlig utveckling. Deltagarna berättade om hur relationen påverkat dem på olika sätt och genom att leva i en relation med maktförskjutning upplevdes en förstärkt självkänsla. De effekter som bland andra belystes av deltagarna, var att acceptera sig själv och att växa som människa och partner. Kärlek, kommunikation och samtycke är några essentiella begrepp inom BDSM-relationer, vilket även är vad majoriteten av deltagarna själva nämner som faktorer till deras personliga utveckling.

Keywords: BDSM, power-exchange, personal development, relationships

Inledning

BDSM är en akronym där B står för bondage, D för discipline och dominance, S för submissive (undergiven), sadomasochism och sadism och M för masochism (Connolly, 2006; Graham, Butler, McGraw, Cannes, & Smith, 2016; Hébert, & Weaver, 2014, 2015). BDSM innebär enligt RFSU att involverade personer i samförstånd söker njutning genom olika former av maktförskjutning (Riksförbundet för sexuell upplysning, 2016). Det innebär att en part i en relation har kontrollen över den andra parten. I vissa relationer innefattas det i endast sexuella sammanhang medan det i andra relationer sträcker sig utöver det sexuella, till exempelvis vardagsbestyr, ekonomi och val av kläder. Det kan även innefattas endast vid sexuella tillfällen till dygnet runt, alla dagar i veckan.

BDSM klassificeras som ett paraplybegrepp. Där under finns bland annat begreppet bondage och disciplin. Bondage som innebär att förhindra att ens partner rör sig genom att exempelvis använda sig av rep eller handbojor i njutningssyfte (Hébert, & Weaver, 2015). Disciplin innebär att genom antingen eller både fysisk och psykisk påverkan styra den undergivna, och från den undergivnas sida kunna släppa kontrollen och känslan av ansvar och fokusera på att lyda den som styr. "Disciplin handlar om styrning, kontroll, utdelande av belöning och bestraffning för olika beteenden[...]Det kan innebära att släppa sitt ansvar och visa fullständig tillit, eller att få ha ansvar och kontroll över en annan människa." (Riksförbundet för sexuell upplysning, 2018).

Inom BDSM finns bland annat olika sorters relationer. Exempel på detta är D/s-relationer (Dominant/submissiv) som syftar till att den ena parten, den dominanta, har kontrollen och den andra, den undergivna, ger bort kontrollen (Hébert & Weaver, 2014). Ett annat exempel är S/M (Sadism/Masochism/Sadomasochism) som indikerar på att ge och/eller ta emot smärta i njutningssyfte (Kolmes, Stock & Moser, 2016). Vidare finns benämningen power-exchange, som vi valt att benämna som maktförskjutning. Detta faller också in under begreppet D/s-relation.

Inom BDSM finns det olika definitioner på hur relationerna ser ut. Detta är högst individuellt, både hur relationen ser ut och hur dessa individer definierar sin relation. Ett återkommande begrepp inom BDSM och en klassificering av en relation är 24/7, detta syftar till att båda parter lever inom specifika ramar 24 timmar om dygnet, sju dagar i veckan (Dancer, Kleinplatz, & Moser, 2006). En sådan relation kan även benämnas som en TPE- (Total Power Exchange) alternativt TPT- (Total Power Transfer) relation. Dancer et al. (2006) beskriver en sådan relation som att den undergivna lämnar över all kontroll till den dominanta. Den undergivna väljer att låta sig styras av den andre. Detta kan ske utifrån olika roller som båda parter är överens om, som till exempel *ägare-slav* och *“förälder-barn”*. När det kommer till dessa relationer kan det finnas det olika benämningar på rollerna, som exempel kan ägaren tituleras som Master/Madam/Miss och slaven kan antingen tilltalas som just slav/slavinna alternativt med sitt tilltalsnamn eller ett smeknamn. Medan när det kommer till förälder-barn kan föräldern tilltalas som mamma/pappa medan barnet ibland tilltalas som *babygirl/babyboy*. Något som kan behöva påpekas är att detta är ett samtycke mellan två vuxna människor. Dock kan det behöva klargöras att dessa roller inte är något som är återkommande i alla relationer utan enbart något som kan finnas.

Vidare finns det även relationer där maktförskjutningen enbart förekommer vid speciella tidpunkter, dessa kan benämnas som EPE (Erotic Power Exchange) och syftar till att det inte finns en maktförskjutning utöver den som existerar i den sexuella interaktionen, med andra ord så är maktförskjutningen sessionsbaserad och inte något som finns med konstant i vardagen, till skillnad mot en TPE-relation (Dancer et al., 2006).

Att ha intresse för BDSM beskriver flera utövare att det är något de föddes med, alternativt är en del av deras personlighet snarare än något som de själva har valt att intressera sig för (Stiles, & Clark, 2011). Detta kan vara en anledning till skam, att inte kunna vara sig själv fullt ut, att istället förtrycka en del av sin personlighet (Bezreh, Wienberg & Edgar, 2012). Genom att visas i media så som internet, böcker och filmer upplevs BDSM inte längre är något som är helt och hållet dolt (Pillai-Friedman, Pollitt, & Castaldo, 2015). Det upplevs ha blivit mer accepterat och något gemene man fått mer insikt om. Ett fenomen som fått stort genomslag är Fifty shades-serien, som består av Fifty shades of grey (James, 2012a), Fifty shades of darker (James, 2012b) och Fifty shades of freed (James, 2012c) som handlar om Christian och Anastasia som inleder en relation där BDSM är en viktig komponent med fokus på dominans och sadism.

Något som är viktigt att belysa är att alla BDSM-utövare inte alltid inkluderar alla delar av begreppet i sin utlevnad, utan vissa intresserar sig bara för en eller fler specifika delar (Hébert, & Weaver, 2014). Individer kan ha olika förhållningssätt gentemot sin dragning mot BDSM, där vissa ser BDSM som en del av sin identitet eller något de är födda med, medan andra ser det som en del av sin sexuella läggning. Sedan finns det dem som ser det som en livsstil (Kolmes et al., 2016; Stiles, & Clark, 2011). Vidare finns det de som skiljer mellan BDSM och sex, medan det för andra går hand i hand (Ambler et al., 2017; Weinberg, Williams, & Moser, 1984). Många individer väljer även att särskilja sex och BDSM från sin vardag (Stiles, & Clark, 2011).

En annan sak som kan ses inom BDSM-världen är det faktum att det fokus som normalt ligger på parternas genitalier inte alltid är ett primärt fokus under en session, det är inte ens nödvändigt att genitalierna uppmärksammas överhuvudtaget. Det kan vara så att själva akten enbart handlar om exempelvis smisk, aga med hjälp av ett redskap eller bondage, och själva penetrationen eller beröring av genitalier finns inte med alls (Monteiro Pascoal, Cardoso, & Henriques, 2015). Något som verkar vara vanligt förekommande i 24/7-relationer är regler vilket Dancer et al. (2006) kommer fram till efter att ha gjort en undersökning med 146 individer som alla identifierade sig som undergivna i en 24/7-relation. Reglerna skiljer sig dock åt från relation till relation. Exempel på detta kan vara val av kläder eller särskilda etikettsregler.

BDSM som sexuell avvikelse och stigma

Det finns mycket icke-empiriska studier om BDSM, speciellt inom den psykoanalytiska litteraturen där det finns hypotetiska diskurser som medför fördomar om att det är på grund av psykopatologi som individer utövar BDSM (Connolly, 2016). I studien som gjordes så visade det inte på någon korrelation mellan BDSM-utövande och psykiska störningar, till exempel depression och ångest. Inte heller finns det en korrelation med personlighetsstörningar, exempelvis borderline eller schizofreni.

I DSM-V (Diagnostic and Statistical Manual of mental disorders, fifth edition) så finner man att sadism och masochism hamnar under benämningen för sexuell avvikelse och därmed kan klassas som en mentalsjukdom (American Psychiatric Association, 2013). Dock framgår det enligt KSH97 (klassifikation av sjukdomar och relaterade hälsoproblem, 1997) att både sadism och masochism togs bort som diagnoser 1 januari 2009 (Socialstyrelsen, 2010). Något som dock är viktigt att påpeka är för att bli diagnostiserad med någon av dessa sexuella störningar behöver den påverka vardagslivet negativt, som till exempel att känna skuld, skam eller ångest på grund av sin sexuella dragning och att den känslan går ut över andra delar av livet (American Psychiatric Association, 2013). Förutom att det för att klassas som en sexuell störning ska komma att påverka vardagslivet negativt, så räknas det även som en sexuell störning om dragningen innefattar ovanliga objekt eller handlingar samt att personen ska ha känt av denna dragning i minst 6 månader. Före 1997 räknades sadism och masochism till samma sorts mental avvikelse som pedofili.

Kolmes et al. (2006) beskriver hur BDSM-utövare blir stigmatiserade och klassificerade som avvikande på grund av en okunskap som finns i samhället. De nämner även det faktum att individer som saknar kunskaper om denna subkultur även har en förmåga att inte acceptera de individer som har en dragning mot BDSM. Denna stigmatisering kan även skapa problematik för den individ som har en önskan att träda in i BDSM-världen. Individer kan tänkas uppleva en inre konflikt när det kommer till accepterandet av sin önskan att få leva ut BDSM-fantasier (Hébert & Weaver, 2015). Anledningen till denna stigmatisering kan bland annat bero på de fördomar som finns runt ämnet. Det finns fördomar om att BDSM-utövare tidigare blivit utsatta för psykisk misshandel, alternativt sexuella övergrepp (Kolmes et al., 2006; Nichols, 2006). När det kommer till sexuella övergrepp skriver Wright (2006) att det är något som BDSM-utövare tar avstånd från och separerar ordentligt, istället läggs fokus på att BDSM handlar om ett ömsesidigt samförstånd mellan alla inblandade parter. Likaså att det är osannolikt att BDSM-intresset kommer sig av tidigare traumatiska sexuella upplevelser (Wismeijer & van Assen, 2013). Även de faktum att BDSM inte är ett patologiskt symptom beroende av tidigare sexuella övergrepp alternativt problematik med vad som benämns som ”normalt” sex (Richters, de Visser, Rissel, Grulich, & Smith, 2008).

På grund av det stigma som genomsyrar BDSM-samhället medför det att utövarna i många fall döljer denna sidan av sig själv för bland annat familj, vänner och även så läkare, trots att BDSM-samhället i sig och kunskaperna om det har ökat på senare tid (Wright, 2016). Att lära sig om BDSM utifrån den stigmatisering som råder kan det skapa en känsla av skam och isolering hos de individer som har en dragning gentemot det (Bezreh et al., 2012).

Något som är viktigt att belysa när det gäller BDSM-relationer är att det finns några gemensamma nämnare, framför allt att det finns ett samförstånd mellan alla inblandade parter, likaså att det behöver definieras gränser som skapar en ram för alla att hålla sig inom (Dancer et al., 2006). Vidare nämner Dancer et al. att det finns olika former av gränser, exempelvis ”hårda” och ”mjuka”, där de hårda gränserna är definitiva och inte får överskridas medan de mjuka kan innefatta viss form av utforskning vilken menar på att dessa gränser finns det en möjlighet att tänja på.

En studie gjordes angående BDSM-utövare som haft kontakt med psykoterapi. Undersökningen visar på att det endast är en minoritet av de som söker hjälp gör det av psykiska besvär som uppstått till följd av sina sexuella preferenser. Dock belyses det faktum

att det finns ett behov av att terapeuter ökar sin medvetenhet om denna livsstil innan de behandlar klienterna (Kolmes et al., 2016). Anledningen till detta var att det hade visat sig att terapeuter hade ordinerat dem att sluta med BDSM, detta gjordes även om de problem patienterna sökte för inte hade en koppling till BDSM. Detta tydliggör det faktum att det kan behövas en större medvetenhet om denna sexuella läggning och även en avdramatisering. Flera som medverkade i undersökningen gjorde ett aktivt val att inte nämna sin sexuella preferens då de kände en oro för hur det skulle mottas av terapeuten.

Även Bezreh et al. (2012) belyser problematiken som kan uppstå på grund av dålig information och upplysning om BDSM. Dels av anledning att det kan leda till skuld och skam hos individer med denna sexuella preferens i och med att det anses fel, konstigt och äckligt och dels då det kan bli farligt om personer som utövar BDSM inte har kontroll eller är medvetna om eventuella risker som finns. I en studie berättas det om en person som upplevde psykologiska besvär på grund av att personen fått höra att denne var sjuk och depraverad med anledning av sina sexuella preferenser (Kolmes et al., 2016).

En undersökning gjord av Hébert och Weaver (2014) fokuserade på personligheter hos utövare av BDSM där deras resultat visade på att det inte fanns någon skillnad gentemot kontrollgruppen som bestod av individer som inte hade någon relation till BDSM. Forskarna vill poängtera att BDSM-utövare inte skiljer sig nämnvärt från individer som inte utövar BDSM eller som saknar intresse för det.

Maktfördelning

Som tidigare nämnt finns det olika grader av maktförskjutning inom BDSM. Något som däremot är gemensamt för dessa relationer är samtycke (Dancer et al., 2006). Detta är något som bör belysas tydligt då det är en central del i relationer där det finns en obalans i makten. Utan samtycke är det svårt att känna en trygghet och tillit till sin partner vilket även är en central del i en relation av denna art. Tryggheten och tilliten behövs från båda hållen då det är lika viktigt för den dominanta att lita på den undergivna som vice versa. Dancer et al. skriver att ett vanligt sätt att beskriva en TPE-relation är ”*consensual non-consent*”. Detta kan översättas som *samtycke utan samtycke*. För att förtydliga ytterligare innebär det att det finns en gemensam överenskommelse i grunden men att den dominanta har kontrollen i slutänden och den undergivna får rätta sig efter det som blir bestämt. Dock så gäller det att ingen av parterna på något sätt mår dåligt och det är där samtycket kommer in.

När det kommer till samtycke är det inte enbart viktigt i relationer med maktförskjutning utan i alla relationer överlag. Även om det är inom BDSM det lyfts och talas om som en viktig del. Ett annat uttryck som belyses är ”*safe, sane and consensual*” (Damon, 2014), som kan översättas som säkert, sunt och i samförstånd. Dessa tre tillsammans med samtycke kan ses som fyra grundpelare inom BDSM. Detta kan även ses som sociala normer inom BDSM-världen, som lägger stor vikt och betoningen på samtycke och säkerhet (Graham et al., 2016). Hébert och Weaver (2014) undersökte bland annat önskan efter kontroll hos dominanta och undergivna. Resultatet visade att de dominantas önskan efter kontroll var högre än de undergivnas även om båda fick resultat som inte stack ut utanför det som ansågs vara normalt för den variabeln.

BDSM, personlig utveckling och identitet

Trots den stigmatisering som finns omkring BDSM och dess utövare finns det studier som visar på att det förekommer en hög grad av subjektivt välmående bland de individer som inkluderar sig i den världen (Richters et al., 2008; Wisnijer & van Assen, 2013). Där framgår

det att män rapporterar lägre nivåer av psykisk ohälsa medan kvinnornas nivåer dock var högre än kontrollgruppen som innefattar individer utan BDSM-relaterade preferenser. Dessa resultat var inte tillräckliga för att visa på en statistisk signifikans. BDSM-utövare vill själva påpeka att de genom utövandet av BDSM upplever ett berikande av deras liv och har även påverkat deras personligheter i den utsträckning att de själva anser sig blivit bättre människor (Hérbert & Weaver, 2015).

Andra studier visar på ett resultat angående att BDSM-utövarnas subjektiva självkänsla medför både en betydande grad av psykologisk och interpersonell styrka såsom självständighet, och inte av en oanpassningsbar karaktär (Wismijer & van Assen, 2013). Vidare finns det en studie som visar att genom att vara en del av BDSM-världen medför det personlig utveckling hos individerna; studien berör bland annat hur BDSM-utövare kan uppleva personlig utveckling (Graham et al., 2016). Även psykologiska och sociala fördelar kan komma till följd av BDSM-utlevnad. Aspekter som personlig utveckling, förbättrade relationer och självuttryck behandlas (Williams, Prior, Alvarado, Thomas, & Christensen, 2016).

Deltagare i en undersökning berättar om flera olika orsaker till deras dragning gentemot BDSM. Bland annat nämns saker som tonvikten på samtycke och kommunikation, att lära sig hur ens egen kropp fungerar, självutforskning och emotionella upplevelser. Vidare nämns hur flera av deltagarna beskriver en känsla av att komma hem när de för första gången socialiserar med andra BDSM-utövare, vissa beskriver en känsla av att äntligen känna tillhörighet (Bezreh et al., 2012). Att få ta del av gemenskapen och socialisera med andra BDSM-utövare har en positiv inverkan på individerna då det får dem att känna sig accepterade och där de inte upplever sig dömda och utanför. Även de tidigare nämnda emotionella upplevelserna var till stor del till följd av gemenskapen som kan upplevas inom BDSM-världen (Graham et al., 2016).

När det kommer till självförtroende indikerade tester att dominanta hade en högre nivå av självkänsla jämfört med de undergivna (Damon, 2003; Hébert, & Weaver, 2014). Även om de undergivna hamnade på en lägre nivå måste det framhävas att de inte hamnade under vad som anses vara en normal nivå gällande självkänsla. Något som även det kan bidra till välmående är som tidigare nämnt att fokus inte alltid ligger på genitalier utan mer på upplevelser vilket i sin tur kan medföra att kvinnor blir mindre oroliga för sina kroppar som något sexuellt och med det kan slappna av på ett annat sätt (Monteiro Pacoal et al., 2015).

I kontrast till tidigare nämnd forskning som har haft fokus på de positiva aspekterna som BDSM kan ha på bland annat välmående finns det en risk att undergivna kan utveckla känslor av otillräcklighet (Damon, 2013). Detta skulle i sin tur kunna kopplas samman med Hébert och Weaver (2015) som skriver om hur de undergivna i många fall beskriver sig själva som att de vill vara andra till lags och sätter andras behov före sina egna.

Syfte och frågeställning

Syftet med denna uppsats är dels att öka medvetenheten runt BDSM i allmänhet och maktförskjutning i relationer i synnerhet och vad som gör att individer väljer att leva i en relation där det finns maktförskjutning. Detta dels för att få en djupare förståelse för hur individer själva upplever sin relation, primärt i hur den påverkar deras personlighet och om det även medför personlig utveckling hos dem. Stigmatiseringen som upplevs finnas runt dessa relationer och framför allt när det är kvinnan som identifierar sig som den undergivna då det kan tänkas liknas vid våld i nära relation. Våld i nära relationer är ett samlingsnamn för fysiskt, psykiskt och/eller sexuellt våld av någon man har eller har haft en nära relation med, exempelvis i ett äktenskap eller samboskap (Polisen, 2018). Av den anledningen finns ett behov av att lyfta fram båda parter upplevelser och tankar för att se vad de får ut av

relationen. Den frågeställning som använts är huruvida relationen med maktförskjutning enligt individens subjektiva upplevelser påverkat deras syn på sig själva och deras personliga utveckling.

Metod

Deltagare

Ett handplockat urval användes för att få fram undersökningens deltagare. Dessa deltagare kontaktades via privata meddelanden på sociala medier som inriktar sig på människor med intresse för BDSM. Det var 14 individer som deltog i undersökningen, varav sju kvinnor och lika många män. varje individ levde i en relation med en av de andra deltagarna där någon form av maktförskjutning förekom. Deltagarna befann sig i ett åldersspann mellan 25 och 56 med en genomsnittlig ålder på 39. Geografiskt sett var deltagarna spridda från södra Sverige upp till Mellansverige och resterande bosatta däremellan.

Några av de yrkena som representerades bland de medverkande var undersköterska, designer och säljare. Av de 14 deltagarna var det fem män och två kvinnor som definierade sig som dominanta och fem kvinnor och två män som definierade sig som undergivna. Vissa av paren levde i relationer där maktförskjutningen fanns med 24 timmar om dygnet medan andra enbart hade den när det kom till interaktionen i det sexuella. Kriterierna för deltagarna var att de skulle befinna sig i någon form av relation med maktförskjutning för att kunna få en bild av båda sidorna i relationen och att de skulle ha levt så under minst sex månader. I och med detta fanns det även ett samtycke från båda parter att öppet prata om relationen med författarna. Alla 14 deltagarna som medverkade i denna undersökningen befann sig i en heterosexuell relation, vilket inte var ett medvetet val utan en variabel som uppstod av en tillfällighet.

Material

Intervjuguiden bestod av 15 frågor där alla gav utrymme för förklaringar och eventuella följdfrågor. De frågor som användes i intervjuguiden gav deltagaren en möjlighet att kunna ge information om sin ålder och sysselsättning, för att sedan gå över till att berätta om sin relation och hur maktförskjutningen ser ut i relationen. Vidare ställdes frågor om huruvida maktförskjutningen bidragit till deltagarens personliga utveckling och på vilket sätt. Intervjuaren följde intervjuguiden i alla intervjuer men beroende på svaren ställdes följdfrågor som bjöd in deltagaren till att berätta mer ingående om dennes subjektiva syn på relationen. Ett exempel på en följdfråga på intervjufrågan "Hur har maktförskjutningen påverkat dig som individ?" kunde vara "Hur märker du av denna förändring i ditt dagliga liv?"

Det var semistrukturerade intervjuer som gjordes då det fanns en eftersträvan att få ett kvalitativt representativt urval eftersom det var relevant att få så mycket information som möjligt utifrån de olika sidorna av en relation med maktförskjutning. Inspirationen till detta kommer ifrån det stigma som finns gällande relationer med maktförskjutning då det kan tänkas jämföras med våld i nära relationer, och en förhoppning om att kunna stärka och tydliggöra skillnaden mellan relationer med maktförskjutning och våld i nära relationer. En annan anledning till utformningen av frågorna var de två ämnena som undersökningen ämnade kretsa runt; maktförskjutning och personlig utveckling, och huruvida dessa hade ett samband till varandra eller inte. Det fanns även ett behov av att se hur deltagarna själva såg på dessa två

begrepp och hur de definierar dem, vilket bedömdes relevant för att inte skapa egna definitioner och på så sätt riskera att tappa syftet med undersökningen.

Procedur

Ett missivbrev skickades ut till deltagarna via sociala medier. Detta innehöll information om författarnas namn, utbildning och inriktning. Det innehöll även varifrån intresset för uppsatsens ämne kom ifrån och syftet med den. Syftet som angavs med arbetet var om och i sådana fall hur en BDSM-relation med maktförskjutning påverkar individers personlighet och personliga utveckling. I brevet kunde även mottagaren ta del av Vetenskapsrådets etiska principer (Vetenskapsrådet, 2011) gällande informationskravet, samtyckeskravet, konfidenskravet och nyttjandekravet. Detta innebär att deltagarna fick information om studiens syfte och att deras medverkan var helt frivillig, och rätten att avbryta sitt deltagande närhelst de önskade. Deltagarna fick också information om deras medverkan skulle vara konfidentiell, vad det insamlade materialet skulle användas till samt att informationen endast skulle komma att användas i utbildningssyfte.

Deltagarna fick i missivbrevet ta del av ett utdrag från intervjuguiden och om så önskades kunde hela intervjuguiden skickas innan intervjuerna skulle äga rum. Intervjuguiden i sin fulla form skickades ut till två deltagare. Missivbreven skickades ut och deltagarna blev även informerade om att de skulle komma att kontaktas inom ett par dagar för att bli tillfrågade om deltagande tillsammans med kontaktinformation till forskarstudenterna. Intervjuerna beräknades i förhand ta cirka 45 minuter. Den kortaste intervjun uppgick till 34 minuter, och den längsta en timme och 23 minuter. Detta berodde på att längden på svar helt baserades på hur mycket deltagaren valde att berätta och vilka följdfrågor detta genererade. Det var ingen skillnad tidsmässigt på de intervjuer som gjordes över telefon eller öga mot öga. Intervjupersonerna bestod av ett handplockat urval som kontaktats via en internetsida med fokus på BDSM. Dessa par valdes medvetet då deras relationella dynamik gav spridning från TPE till EPE.

Alla deltagare uppmärksammades på att intervjuerna skulle spelas in, detta för att kunna transkribera dem vid ett senare tillfälle. På grund av geografisk problematik så genomfördes vissa intervjuer över telefon medan andra gjordes öga mot öga. De intervjuer som ägde rum öga mot öga planerades in för att genomföras under en helg på en BDSM-tillställning. De som genomfördes över telefon gjordes med hjälp av en inspelningsapplikation som spelade in samtalen. Alla inblandade parter var med och planerade när detta skulle ske. Att samtalet planerades att spelas in fick deltagarna tydlig information om i en dialog mellan de inblandade parterna innan intervjun skulle genomföras och den ungefärliga tiden det skulle ta så att ingen stress eller andra störande moment skulle tillkomma under intervjuernas gång tillika att båda parter kunde befinna sig i en trygg miljö för att kunna slappna av och lättare fokusera på frågor och svar.

Databearbetning

Transkriberingen uppgick till sammanlagt 56 sidor. Efter intervjumomentet inleddes transkriberingsfasen. Allt som eventuellt skulle kunna vara relevant för undersökningen från varje intervju dokumenterades noggrant ner för hand; både hela meningar samt enstaka ord. Efter första steget i transkriberingen påbörjades meningskoncentrerings av varje intervju för sig där alla överflödiga ord så som "och" "jag", "vi" et cetera plockades bort och endast kärnord från varje mening återstod, exempelvis meningen "jag är undergiven" koncentrerades ner till "undergiven". Detta gjorde i alla intervjuer för att få fram koncentrerade ord inför nästa

moment, som bestod av att sammanfoga alla ord från alla intervjuer till ett och samma dokument vilket resulterade i en lista om cirka 150 ord. Nästa steg var att upptäcka och sammanföra ord som var likadana och hade samma mening, exempelvis: “trygg” och “trygghet” sammanfördes till “trygghet” och där ord som “straff” och “påföljd” sammanfördes till “konsekvens”. Sedan fördes alla ord över till ett nytt dokument för en bättre översikt. Ord som förekommit flera gånger under intervjuernas gång plockades bort så de bara listades en gång men räknades samtidigt, och ord som inte förekom mer än enstaka gånger plockades bort. Ord som föreföll relaterade till varandra sammanfördes också för att få fram olika teman och subteman som var relevanta i den här undersökningen.

Efter detta moment kvarstod 61 ord från samtliga intervjuer. Dessa ord ställdes upp i en tabell för att ge en tydligare överblick. En författare sammanställde orden till sammanlagt fyra teman, beroende på huruvida orden var relaterade till varandra. Efter att detta gjorts tog den andra författaren vid. Dock enbart med de olika temana och listan på de 61 ord som sammanstälts från intervjuerna och gjorde ytterligare en överblick för att se vilka ord som föreföll hamna under samma tema. Det gjordes för att kunna göra ett interbedömarreliabilitetstest. Detta test visade resultat på Cohens kapp $=.72$. Det resultatet tyder på att de teman som arbetats fram var tillförlitliga och kunde användas under tolkningen av resultatet. Efter kategoriseringen av orden kom författarna fram till vad de olika temana skulle döpas till och sedan samla resterande ord under respektive tema. Namnet på temana valdes genom att ett ord genomsyrade majoriteten av de sammanställda orden i vardera kolumnen. De teman som identifierades var; att dominera och underkasta sig en annan människa, kärlek i relationen, vikten av kommunikation, och personlig utveckling i relation till dominans och undergivenhet. Ordningen av temana bestämdes efter meningskoncentreringens sammanfattning och förekomsten i intervjuerna där varje tema har tre subteman. Efter att alla intervjuer blivit transkriberade och meningskoncentrerade raderades de. Deltagarna namngavs som D1, D2 och så vidare upp till D14.

För att analysera insamlingsdatan användes tematisk analys, det var både en deduktiv och induktiv metod som användes. Detta innebär att temana till viss del var förutbestämda då vi hade tankar om hur materialet skulle kunna komma att kategoriseras, men även att temana togs fram allt eftersom. Denna studie validerades efter att temana och resultatet tagits fram. Detta gjordes genom deltagarvalidering, som innebär att de resultat som tagits fram i studien presenteras för en del av eller alla deltagare som medverkat i studien. Författarna valde att kontakta sex av de deltagare som använts i studien. Två kvinnor och fyra män valdes slumpmässigt ut som fick frågan om de ville delta. De som tillfrågades accepterade och de fick delar av studien och dess resultat skickat till dem via e-mail och privat meddelande på sociala medier, och fick sedan återkoppla med egna tankar och åsikter.

Resultat

Studien resulterade i ett antal tema- och subtemaord utifrån de intervjuer som gjordes. De teman som arbetades fram var Att dominera och underkasta sig en annan människa, Kärlek i relationen, Vikten av kommunikation och Personlig utveckling i relation till dominans och undergivenhet. Något som framkom väldigt tydligt var hur de olika temana och subtemana flöt samman och gick hand i hand (se Tabell 1).

Tabell 1

Meningskoncentrering, teman och subteman som identifierades inom 14 intervjuer

Exempel meningskoncentrering	Subtema	Tema
”i en relation med maktförskjutning finns ett stort ansvar hos båda parter”	Ansvar Makt	Att dominera och underkasta sig en annan människa
”det har blivit mycket mer ömhet mellan oss”	Omhändertagande Trygghet	Kärlek i relationen
”kommunikationen är fundamental för en relation med maktförskjutning”	Dialog Lyhördhet	Vikten av kommunikation
”jag har vuxit som individ och kan vara mig själv fullt ut”	Vara sig själv Styrka	Personlig utveckling i relation till dominans och undergivenhet

Att dominera och underkasta sig en annan människa

Det första temat; dominans var något som genomsyrade alla de 14 intervjuer som gjordes. Ett inslag som fanns med i alla relationer och nämnts återkommande av både de som identifierade sig som dominanta och de som definierade sig som undergivna, även om deras syn på dominans till viss del skilde sig åt. Detta gjordes bland annat genom som tidigare nämnt att vissa levde med det 24/7 (TPE) medan andra enbart hade ett inslag av det i sexuella sammanhang. Vidare kunde även skillnader i hur dominansen uttryckte sig urskönjas, där en del par hade tydliga ritualer alternativt regler. Några berättade om hur de fick be om lov för att gå på toaletten och andra berättade om hur de var kväll gick igenom dagen, innan de skulle gå och lägga sig. D11 som under flera år levde tillsammans med sin partner utan inslag av BDSM berättar hur relationen var på väg att ta slut innan de tillsammans upptäckte maktförskjutningen: “Anledningen var ju det att vi var så nära en skilsmässa som det kan va så när [...] skrev ett SMS och frågade om vi skulle börja med kyskhetsbur så tyckte jag det, ja vad har vi att förlora.” Vilket skapade en nytändning i relationen. Under dominans följde två subteman: Ansvar och makt.

Ansvar. Ansvar var något som var återkommande i intervjuerna och poängterades som väldigt centralt i relationer med maktförskjutning. Dock var det tydligt att ansvaret låg hos båda parter då en relation av detta slag behövde tillit för att fungera långsiktigt. Flertalet av de som identifierade sig som undergivna talade om en utsatthet när det kom till att vara den som följer, hur de genom att ge över makt och ansvar till en annan individ satte sig själva i en sårbar och utsatt situation. Något som dock var tydligt var deras uttryckliga önskan om att få göra det, att få uppleva den känslan. Bland annat pratade D6 om: “en trygghet som kom i samband med att bara få följa och få lämna ifrån sig makten till min partner”.

Makt. Det handlade om upprätthållandet av den maktförskjutning som de olika relationerna hade. D1 pratade om hur det i relationen hon levde i fanns olika ansvarsområden som den undergivna parten hade hand om i och med att den undergivna var bättre på dessa, så även om den undergivna hade så gott som fria händer inom det specifika området så var det på grund av att den dominanta hade gett tillåtelse till det. Flera deltagare pratade om rutiner och att det var en viktig del för att upprätthålla maktbalansen i vardagen. D13 berättade om hur vardagens

alla bestyr lätt kunde medföra att relationen blev åsidosatt och att de rutiner som fanns kändes viktiga för att inte tappa känslan. D3 berättade att i sin relation var det en rutin att gå igenom dagen med sin partner innan läggdags, att prata om hur dagen varit, hur de båda mådde och om det var något speciellt någon av dem behövde eller ville ta upp. D6 som levde i en TPE-relation med sin partner sade: ”Jag känner mig så oerhört trygg med honom och att jag är helt säker på att han gör allt han kan för att göra det bästa för oss och för mig”. Även D9 beskrev den kontroll som fanns i dennes relation: ”Det innebär ett totalt styre från den dominanta som inte enbart innefattar det sexuella utan även exempelvis hushållssysslor, mitt utseende, min träning och mitt livs övriga förpliktelser”. Makten var också ett verktyg för att förstärka skillnaden mellan den dominanta parten och den submissiva parten. D9 berättade hur makt och kontroll fanns med i många olika situationer, oavsett om det innefattat andra människor eller inte. Andra människor märkte inte alltid av det, och det kunde räcka med en blick, ett ord eller en rörelse som bara den submissiva uppfattade. Flera deltagare nämnde en situation som ofta förekom; att den undergivna var tvungen att be om lov för att få göra någonting, exempelvis gå på toaletten, eller att denne inte fick börja äta innan den dominanta parten börjat. D10 beskrev en sådan situation som kunde utspela sig bland andra människor: ”...en sådan enkel sak som att sambon får vänta på ”var så god” innan hon får äta kan skapa intressanta reaktioner”. Den typen av makt och kontroll skulle i dessa relationer inte ha kunnat utövas om inte alla parter hade gett sitt samtycke till detta.

Sammanfattningsvis kan sägas att dominans och undergivenhet är centrala i alla relationer och att det krävs en jämvikt mellan dessa. Som tidigare nämnt var det skillnad mellan hur deltagarna definierade dominans och undergivenhet även om alla hade samma utgångspunkt. Viktigt att påtala är dock att det inte finns någon mall över hur en dominant eller hur en undergiven person ska vara. Detta framträdde tydligt under intervjuerna på så sätt att de dominanta alla hade sitt sätt att dominera medan de undergivna hade sina sätt att känna sig undergivna. D2 som identifierade sig som undergiven hade vad som kallas kyskhetsbälte merparten av tiden vilket innebar en oförmåga till sexuella handlingar, och den dominanta bar nyckeln för att låsa upp bältet i en kedja runt halsen. Just denna form av utövande fanns bara hos ett av de par som intervjuades, medan regler och ritualer var något mer genomgående, även om dessa såg helt olika ut från par till par.

Kärleken i relationen

Tema nummer två handlade om kärlek. Detta var något som inte bara uttalades utan även kunde höras och ses hos individerna. D13 berättade hur kärleken hade blommat upp igen efter flera år när de båda hade funnit maktförskjutningen och hur relationen hade fördjupats på ett helt annat plan. Hur de genom maktförskjutningen hade hittat tillbaka till varandra och åter igen blivit kära på nytt. Vid frågan om vad som var det bästa med att leva i en relation med just maktförskjutning så svarade flera av deltagarna utan tvekan att det var sin partner. Ett av de par som intervjuades hade dock ingen kärleksrelation till varandra även om de levde i en TPE-relation. Trots det fanns där ändå en ömsesidig respekt och en kärlek till varandra. Kärlek var också det som överhängande var det som fick deltagarna att utvecklas och kunna växa som människor genom den trygghet och respekt som innefattas i dessa relationer. D11 berättar: ”jag tror det har blivit mycket mer ömhet mellan oss om man säger så” detta sen maktförskjutningen gjorde inträde i relationen. Under temat kärleken i relationen följde två subteman: Omhändertagande och trygghet.

Omhändertagande. Det handlade om den omtanke och omhändertagande som fanns med i varje relation. En aspekt framkom från D5 som nämnde vikten av att som dominant vara omhändertagande på följande vis:

Det som kanske är intressant att kartlägga är ju dom egenskaper som man själv kanske fokuserar på som dominant, och jag säger att den absolut främsta det är ju omhändertagandet. Det är väldigt mycket fokus på själva makten och maktförskjutningen men den har ju ingen livslängd om det inte finns ett omhändertagande i bakgrunden som gör att den undergivna mår bra. Och det ser jag som väldigt centralt i den här relationen, att den dominanta parten är omhändertagande, och därigenom vårdar både den undergivna och relationen och utvecklar det hela.

Vilket i sin tur kunde återkopplas till en kommentar som D6s uttryckte angående tryggheten i att veta att hennes partner gör det som är bäst för henne och för relationen i sin helhet. Så att som dominant vara omhändertagande och lyhörd inför behoven som fanns hos den undergivna kunde ses som central för att skapa en trygg relation.

Trygghet. Det kopplades till den känsla som uppstod tillsammans med den närhet och det omhändertagande som fanns i dessa relationer. Några deltagare förklarade även att de hade en helt annan sorts närhet till varandra än i tidigare relationer utan maktförskjutning. En deltagare menade att det ibland kändes lättare att fly från problem som uppstod i en relation. Deltagare nummer 13 fortsatte med att förklara att det inte fanns utrymme för ett undflyende beteende genom sitt konstaterande: "springer jag så springer han efter och fångar in mig". I tre av intervjuerna framkom det även information om tidigare psykisk ohälsa som efter att ha ingått en relation med maktförskjutning blivit avsevärt bättre och i en av intervjuerna helt försvunnit, på grund av att deltagaren kände sig helt trygg, älskad och hade möjlighet och utrymme att få vara sig själv.

Majoriteten av de deltagare som medverkade i intervjun hade en kärleksrelation, endast ett par hade en annan form av relation. Detta var trots det en huvudanledning till att det fanns utrymme för parterna att växa och utvecklas i relationen. Detta tema med tillhörande subteman är inte något som enbart finns i dessa relationer, dock ska det påpekas vilken stor vikt alla deltagarna lade vid dessa ord och känslor.

Vikten av kommunikation

Kommunikation, tema tre var utifrån deltagarnas egna utsagor en av de allra viktigaste delarna i en relation i allmänhet och i en relation med maktförskjutning i synnerhet. Att det var viktigt som dominant att vara lyhörd och kunna läsa av den undergivnas signaler och kroppsspråk. Det påtalades även att förmågan att kunna vara ärlig, rak och tydlig var viktiga delar, att lyssna på varandra och våga säga sin åsikt. Att det fanns ett ansvar hos båda parter att kommunicera med den andra, att ha en öppen dialog. En deltagare berättade om en bok de har i relationen, där båda kunde skriva ner tankar, funderingar och önskemål när det inte fanns möjlighet eller tid att prata öppet om det eller när den ena till exempel inte var hemma som sedan lades på partners kudde att läsa när tillfälle gavs. Kommunikation var något som återkom under alla intervjuer. Två deltagare uttryckte att de kommunicerade mer med sin partner i sin nuvarande relation med BDSM-inslag än vad de gjort med tidigare partners i relationer som inte innefattat detta inslag. Det visade sig att en av anledningarna till att det var så viktigt med kommunikation var att det riskerade att bli fel och att det var riskfyllt ifall problem och frågor låg och bubblade under ytan snarare än att ta tag i problemet eller frågan när den uppkom. Detta blev ytterligare tydligt i D3's uttalande om böckerna som lades på sin partners kudde. En annan deltagare förklarade: "vi har levt ihop 25 år innan men det är under de sista fem åren som vi verkligen lärt känna varandra". Två subteman identifierades i samband med temat kommunikation: Dialog och lyhördhet.

Dialog. Detta återkom i samband med andra teman och subteman, och innebar vikten av att ha en fungerande dialog med varandra. Att ha respekten och utrymmet att prata med varandra, att båda i relationen fick komma till tals även om det i slutänden var den dominerandes beslut att ta. Flera deltagare berättar även hur de utvecklats när det kommer till att föra en dialog med andra individer och inte bara sin partner. Denna utvecklade förmåga har då kunnat användas i andra delar av det privata livet likväl som i yrkeslivet.

Lyhördhet. Detta pratades om i form av att kunna tyda signaler och inte bara höra vad den andra sade, utan att verkligen lyssna. I flera fall nämndes det i samband med sessioner där det är viktigt för den dominanta och vara lyhörd inför den undergivna. Att verkligen känna av hur den andra reagerar och agerar, tillika att lyssna till sin egen kropp för att veta vart gränserna går. Att känna av dagsformen kan vara väldigt avgörande i en session berättar flera av deltagarna. Att detta är en grundpelare för en relation råder det ingen tvekan om när man hör deltagarnas ord. Utan kommunikationen skulle relationen inte överleva informerar mer än en deltagare om. Att kunna lita på att sin partner säger till när något inte står rätt till är av stor vikt och kan kopplas samman med ansvar som man finner under temat att dominera och underkasta sig en annan människa.

Personlig utveckling i relation till dominans och undergivenhet

Temat som behandlade "utveckling" nämndes i flera fall och handlade om att våga vara sig själv och att acceptera sig själv fullt ut. Genom att ingå i en relation med maktförskjutning beskrev flera av de individer som intervjuades hur de vuxit som människor och kunnat finna sina styrkor och svagheter. Vidare beskrevs det faktum att hitta hem, och i och med det även finna en inre trygghet. D13 belyste hur relationen med partnern hade utvecklats sedan de införde en maktförskjutning i relationen, detta dels eftersom kommunikationen som blivit en viktig del hade blivit bättre och dels eftersom hen som person vuxit i och med att hen nu än mer kunde vara sig själv fullt ut och få utvecklas tillsammans med sin partner. Vid frågan om de deltagare identifierade sig med sin roll som undergiven eller dominant var svaret i de flesta fall att det var en del av deras personlighet. Detta i sin tur medförde att de genom att få leva ut den sidan av sig själva även kände en inre frid och känsla av att vara sig själva. D3 uppgav: "jag känner mig friare och starkare som individ i och med att jag kan tillåtas bejaka de sidorna av mig själv och att få vara mig själv, jag behöver inte vara någonting som jag inte är" och D10 svarade liknande med:

Identifierar jag mig med min roll? Jo det gör jag. Hade jag inte haft viljan att styra saker som jag gör hade det nog aldrig funkat att till exempel "spela" styrande. Att spela ett spel går kanske för en kväll eller två. Men sedan kommer det lysa igenom om man inte trivs i rollen.

En annan deltagares svar på frågan om relationen med maktförskjutning påverkade den personliga utvecklingen handlade det om att hen upplevt sig ha blivit mer ödmjuk inför andra människor. Två subtema identifierades i samband med temat personlig utveckling: Vara sig själv och styrka.

Vara sig själv. Det handlade om att deltagarna först efter att ha ingått i en relation med maktförskjutning till slut kunde växa i sig själva och vara sitt "äkta jag" utan känslan av otillfredsställelse eller avsaknad av något i sin relation. Önskan att få ha makten över någon annan som dominant eller att som undergiven få lämna ifrån sig kontrollen. Endast en av de fjorton deltagare som deltagit i studien skiljde sig från de andra i frågan gällande definitionen

av sin roll i relationen. D9 menade: "...nej jag tror nog att jag övervägande inte identifierar mig med min roll som undergiven".

Styrka. Detta innebar att känna styrka i att kunna vara sig själv i relationen och att känslan av utrymme till att växa och utvecklas bidrog till detta. Vidare talades det om en inre styrka där en deltagare beskriver det som: "...genom att kunna slappna av i min roll som undergiven känner jag en större styrka i andra delar av livet". En annan deltagare berättar: "jag vågar mer efter jag fått bejaka min undergivna sida, att få testa mina gränser och att gå utanför min "comfort-zone", det känns liksom inte lika skrämmande längre". Även att kunna känna till sina svagheter är en styrka som påtalades, att veta vad man klarar av och inte.

För att sammanfatta detta tema kan det nämnas att även detta var något som var genomgående i de intervjuer som gjordes. Flertalet nämnde de faktum att de genom BDSM i allmänhet hade vågat utmana sig själva och testa nya saker vilket i sin tur medfört att de vuxit som individer och utvecklats. Något som framgått var det faktum att tryggheten i relationen medfört en inre trygghet och styrka. D11 svarar "...jag är öppnare, jag tar ju så klart initiativ till grejer, både sexuellt och annat. Innan höll jag nog mig tillbaka lite" när frågan om hur denna relation har påverkat denne ställdes.

Diskussion

Resultatdiskussion

Syftet med denna studie var att öka förståelsen för de individer som valt att leva i en relation med maktförskjutning och framför allt för att undersöka om det medförde några positiva effekter. Studien upplevdes viktig att göra utifrån flera aspekter. Dels att belysa eventuell personlig utveckling av parterna, samt att personer med okunskap gällande BDSM och maktförskjutning skulle kunna ha svårt att skilja på relation med maktförskjutning och en relation som innehåller fysisk och psykisk misshandel. Den största skillnaden mellan dessa olika sorters relationer är samtycke.

Det hade inte gått att göra en objektiv studie då den endast inriktat sig på personer med detta intresse. Frågeställningen för undersökningen handlade om huruvida individer som lever i en relation med maktförskjutning upplever att den relationen har påverkat deras syn på sig själva och deras personliga utveckling. De fyra olika temana som framkom under undersökningens gång var att dominera och underkasta sig en annan människa, kärleken i relationen, vikten av kommunikation och personlig utveckling i relation till dominans och undergivenhet. Dessa fyra sammanfattar deltagarnas relationer utifrån deras egna ord. Grunden i alla dessa relationer handlar om just dominansen och underkastelsen, som vidare bygger på kärlek och kommunikation vilket leder till att de upplever personlig utveckling och att växa som människa. Utveckling är som tidigare nämnt ett av de teman som kommit fram under denna undersökning och något flera deltagare nämnde att de upplevde på grund av den relation de valt att leva i. Williams et al. (2016) hävdar att fördelar, både psykologiska och sociala hos BDSM-utövare kan tänkas kopplas samman bland annat den personliga utveckling som är central i denna undersökning, men även kommunikation och kärlek. Att genom kommunikation utvecklas både psykiskt och socialt, men även att genom den tryggheten som kärleken kan innebära kunna växa som människa. Sedan finns det alltid en möjlighet att denna utveckling hade funnit hos dessa individer även om de inte hade haft en dragning gentemot BDSM. Dock nämner flera deltagare att dessa två är sammankopplade och att det är till stor del deras läggning/livsstil som medfört utvecklingen. Vidare kan denna utveckling även kopplas samman med de undersökningarna gjorda av Graham et al. (2016) samt Williams et

al. (2016). I dessa två undersökningar beskriver författarna hur individer som utövar BDSM kan uppleva både psykologisk och social utveckling. Flera av deltagarna i denna undersökning berättar om hur de genom sin utlevnad har kommit att acceptera och vågar vara sig själva. Det i sin tur kan vara en stor anledning till den utveckling de upplever. Detta i och med att de inte upplever någon skam och inget behov av att undertrycka en del av sin personlighet som Bezreh et al. (2012) nämner är förekommande hos de som har en dragning mot BDSM.

En annan del som var tydligt genom de intervjuer som gjordes var vikten av kommunikation och att flera av deltagarna berättade om hur de lärt sig att kommunicera efter att ha en relation med maktförskjutning. Samtycke som är grundläggande i en relation av denna sort skapar ett behov av kommunikation. Dancer et al. (2006) nämner behovet av att definiera gränser, detta för att uppnå samtycke. Detta kräver en dialog mellan parterna för att bådadas gränser ska framträda och kunna tas hänsyn till. Något som dock framträder i flera intervjuer är det faktum att det finns en, vad man skulle kunna beskriva som, oro för att vara helt öppen inför folk i omgivningen, vilket kan kopplas samman med det stigma som finns runt BDSM. Att det finns en oro för att individer i omgivningen ska döma personen i fråga och inte acceptera dem, vilket kan bero på vad Kolmes et al. (2006) beskriver som okunskap om denna subkultur. Så även om kommunikationen i mångt och mycket avgränsat sig till att vara inom relationen, har dock några få nämnt det faktum att de blivit bättre på att uttrycka sig om känslor och upplevelser även till andra i sin omgivning.

Denna studie gjordes för att belysa de positiva effekterna en relation med maktförskjutning kan ha på de individer som valt att leva så. Bidraget till vidare forskning denna studie för med sig är att den visar på det välmående som deltagarna berättar om. Något som tydligt framgick under intervjuerna var att ingen av deltagarna upplevde någon form av negativ effekt av denna sort av relation. Vid frågan på vad som fungerade minst i relationen nämndes enbart, vad som kan uppfattas som normala problem, så som att vardagen ibland medförde att det inte fanns tid över för att fokusera på relationen. Även så nämndes det faktum att de inte kunde se att den specifika relationen hade några annorlunda negativa effekter än vad som nämndes som en "vanlig" relation. Som tidigare nämnt var det en positiv inställning bland deltagarna, anledningen till detta, som nämndes av flertalet, var att belysa denna sortens relation och öka medvetenheten. Att få gemene man att acceptera deras val och förstå vikten av samtycke och kommunikation istället för att likna det med våld i nära relationer. Vidare kan det i framtida studier vara relevant att undersöka om det finns skillnader mellan könen, alternativt mellan de som identifierar sig om dominanta respektive undergivna. Ett annat förslag till framtida forskning skulle kunna vara att undersöka likheter och skillnader på individernas subjektiva upplevelser på personlig utveckling hos personer som lever i en relation med maktförskjutning och dem som lever helt jämställt med sin partner. I denna studie upplevdes det inte finnas någon speciell skillnad mellan kön och roll, oavsett om det var en man eller kvinna som såg sig som den dominante respektive den undergivne. Skillnaden låg snarare mellan relationerna gällande regler och riktlinjer.

Metoddiskussion

Studien utfördes med önskan att öka medvetenheten och sprida ljus över relationer med maktförskjutning, och med anledning av att denna studie involverade känslor hos deltagarna var författarna noga med att efter att intervjuerna genomförts upplysa deltagarna om att de kunde ta kontakt igen om det var något de funderade över. Både före och under intervjuerna har deltagarna uttryckt en positiv inställning gentemot studiens ämne vilket har skapat en gemytlig och bra stämning mellan författarna och deltagarna. De påmindes även om de etiska riktlinjerna som tidigare benämnts i studien både i missivbrevet, vid intervjuernas start och även efteråt. Alla deltagare upplevdes även själva ha en önskan om att det var viktigt att mer rättvist speglad information gällande relationer med maktförskjutning då stigmat kring BDSM

skapades och belystes. En av studiens begränsningar var att den endast inriktat sig på relationer med maktförskjutning och den potentiella personliga utveckling en sådan skulle kunna ha på individerna. En annan begränsning är att enbart positiva effekter stod i fokus.

Deltagarvalidering användes för att få information om ifall deltagarna kunde känna igen sig i det resultat och de tolkningar intervjuerna lett till. Det kunde även vara så att en del inte kände igen sig i materialet. Anledningen till detta behövde inte betyda att studien inte var valid, utan skulle kunnat bero på att alla deltagare är individer och har olika perspektiv, synpunkter och förväntningar. En deltagare skrev att denne instämmer till fullo med det som tagits upp och att det beskrev den syn deltagaren själv hade på BDSM och maktförskjutning. En annan deltagare beskrev en annan uppfattning. Där kändes inte känslan av utsatthet igen i relationen, medan dessa känslor kunde vara en del av själva utlevnaden. Fokus lades dock på att relationsformen i sig upplevdes mycket trygg av båda parter. Det nämndes också att denna känsla av trygghet var unik och hade inte upplevts tidigare i någon relation utan maktförskjutning. Det här skulle kunnat bero på att information tolkas olika och ses utifrån olika perspektiv. I det här fallet tolkar deltagaren information endast utifrån sin egen förståelse och relation, medan det tagits hänsyn till alla deltagares intervjusvar för att komma fram till respektive teman och subteman. En annan deltagare som medverkade i deltagarvalideringen ansåg att dialog och lyssnande låg lite för nära i betydelse för att vara olika subteman. Denne fortsatte att vidare förklara sina tankegångar med att underkastelse kan finnas utan dominans. En annan deltagare menade att en relation där en person ska följa behöver alla delar som tagits upp finnas med. Vidare menade denne att det skulle kunna utvecklas till ett övergrepp om respekt saknades mellan parterna och att det var möjligt att styra en partner utan kärlek men inte utan respekt och lyhördhet. I den här studien har alla deltagare utom två haft en relation med sin partner där kärlek är grunden till relationen och BDSM-intresset varit det som gjort relationen till vad den är idag.

En aspekt för att en studie ska räknas som valid är trovärdighet, vilket innebär att studien måste utföras på rätt sätt. Det resultat som tagits fram ska vara i likhet med deltagarnas subjektiva verklighet så att de i sin tur kan validera om resultatet stämmer överens med vad forskarna kommit fram till. I den här studien har resultatet presenterats för sex deltagare som alla fick läsa de temaord med tillhörande subteman som tagits fram, samt resultatdelen. En negativ aspekt av deltagarvalidering kan vara att de medverkande kan undvika att ge eventuell negativ kritik om författarna för studien är bekanta med en eller flera deltagare. Detta skulle kunna vara en anledning till att vissa av de deltagare som tillfrågades om att ta del av resultatet som svarade jakande, i sin tur sedan inte gav någon sådan. Trots påminnelse har tre deltagare inte hörts av.

Att just välja att använda sig av kvalitativ metod i denna undersökning kom naturligt. Detta för att komma in på djupet och verkligen förstå individernas upplevelse likväl för att de själva skulle kunna få föra sin talan och med egna ord få berätta. Även om det i efterhand kunde ha gett bra respons även med en kvantitativ metod i och med att det inneburit fler deltagare. Detta i sin tur hade kunnat ge frågeställningen ett än tydligare svar. En annan anledning till valet av metod berodde på urvalet och svårigheten att hitta deltagare, då det fanns ett behov av att vara säkra på att deltagarna alla levde i en relation där maktförskjutningen var önskvärd från båda håll. Det kan dock vara en nackdel för undersökningen att deltagarna till olika stor del var bekanta med de som utförde intervjuerna, även om det i flera fall enbart var som ytligt bekanta. Detta kan också medföra att deltagarna gett svar som skulle kunna ha setts utifrån ett perspektiv om social önskvärdhet. Likväl kan det varit till vår fördel i och med att deltagarna kan ha upplevt att det var enklare att vara öppna gentemot författarna som redan visste om deras val av livsstil och därmed också kunna undvika eventuella förutfattade meningar.

Det hade varit önskvärt att kunna träffa alla intervjudeltagarna på grund av det känsleregister som ofta spelas ut i samband med att någon pratar om sin partner. Men på grund av geografiska begränsningar fick de flesta intervjuer utföras via telefon. Detta kan ha konsekvenser för tolkningen av resultatet då bland annat kroppsspråket försvunnit. Det

positiva med telefonintervjuer var det fokus som istället kunde läggas på det som sades och det som menas utan distraktioner från annat. De intervjuer som gjordes över telefon gjordes efter gemensam planering mellan både deltagare och intervjuare så att båda parter kunde befinna sig i en trygg och avslappnad miljö. Med telefonintervjuer var det även lättare att anpassa tid och dag än de som gjordes öga mot öga. Dessa blev tvungna att utföras under en specifik tillställning på en helg då det annars hade varit svårt att få till tid och plats. Det positiva gällande att träffa deltagarna under en sådan specifik tillställning var att de upplevdes vara mer bekväma och säkra i att prata om den delen av deras liv.

Som tidigare nämnt var författare och deltagare bekanta med varandra och detta kan omedvetet ha påverkat svaren som givits, med önskan att det ska upplevas så bra som möjligt. En positiv aspekt av denna relation skulle dock kunna vara att deltagarna kände sig mer avslappnade och trygga i vetskapen om att slippa bli bedömda och värderade. Detta skulle dock kunna medföra problematik när det gäller att replikera denna undersökning.

En av studiens styrkor var att författarna själva var involverade och införstådda i hur relationer med maktförskjutning har påverkat och främjat deras personliga utveckling, men samtidigt känt av det stigma som rör BDSM och maktförskjutning, och på grund av detta vilja lyfta ämnet. En alltför stor likhet dras till våld i nära relationer, och den osunda maktförskjutning som kan finnas där. Att även författarna var införstådda och involverade i relationer med maktförskjutning visste deltagarna om, då en av mötesplatserna som författare och deltagare lärt känna varandra var en frekvent återkommande BDSM-relaterad tillställning som endast riktas mot BDSM-utövare.

En deltagare som medverkade i den återkopplande deltagarvalideringen ansåg det märkligt i att underkastelse inte fanns med som tema men att detta kanske kommit från att deltagarna som medverkat i undersökningen helt enkelt såg D/s-relationen för given, alternativt inte reflekterat över det och att underkastelse inte förutsätter dominans per definition. Utöver deltagarens egen tanke gällande detta skulle vara att ta det ett steg längre genom att anta att dominans inte kan existera utan motpol, det vill säga undergivenhet; då en dominant inte kan utöva någon form av dominans utan en motpol som tillåter den dominanta att göra detta. I den del av resultatet som syftar till trygghet skulle det kunna ses som att utrymme gavs för D13 att ge uttryck för sin oro men att känna trygghet nog att tillsammans med sin partner kunna konfrontera det eventuella problem som uppkommit som i sin tur ledde till känslan att vilja fly.

I och med storleken på denna undersökning kan de resultat som författarna kommit fram till inte innefatta någon generaliserbarhet. Dock går det att urskilja att deltagarna i denna undersökning i mångt och mycket upplevde samma positiva effekter som tidigare undersökningar kommit fram till. Det som var önskvärt att få mer information om vid studiens början var bland annat om maktförskjutning i relationer bidrog till personlig utveckling, samt att belysa att sådana relationer inte är att liknas med våld i nära relationer. Detta anses ha uppnåtts i den mån det är möjligt i en kvalitativ studie, tillsammans med bidrag och öppnande för vidare forskning inom området.

Referenser

- Ambler, J. K., Lee, E. M., Klement, K. R., Loewald, T., Comber, E. M., Hanson, S. A., Cutler, B., Cutler, N., & Sagarin, B. J. (2017). Consensual BDSM facilitates role-specific altered states of consciousness: A preliminary study. *Psychology of Consciousness, 4*, 75-91. doi:10.1037/cns0000097
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington DC: American Psychiatric Association.

- Bezreh, T., Weinberg, T. S., & Edgar, T. (2012). BDSM disclosure and stigma management: Identifying opportunities for sex education. *American Journal of Sexuality Education, 7*, 37–61. doi:10.1080/15546128.2012.650984
- Connolly, P. H. (2006). Psychological functioning of bondage/domination/sado-masochism (BDSM) practitioners. *Journal of Psychology & Human Sexuality, 18*, 79-120. doi:10.1300/J056v18n01_05
- Damon, W. (2003). Dominance, sexism, and inadequacy: Testing a compensatory conceptualization in a sample of heterosexual men involved in SM. *Journal of Psychology & Human Sexuality, 14*, 25–45. doi:10.1300/J056v14n04_02
- Dancer, P. L., Kleinplatz, P. J., & Moser, C. (2006). 24/7 SM slavery. *Journal of Homosexuality, 50*, 81-101. doi:10.1300/J082v50n02_05
- Graham, B. C., Butler, S. E., McGraw, R., Cannes, S. M., & Smith, J. (2016). Member perspectives on the role of BDSM communities. *Journal of Sex Research 53*, 895-909. doi:10.1080/00224499.2015.1067758
- Hébert, A., & Weaver, A. (2014). An examination of personality characteristics associated with BDSM orientations. *Canadian Journal of Human Sexuality, 23*, 106–115. doi:10.3138/cjhs.2467
- Hébert, A., & Weaver, A. (2015). Perks, problems, and the people who play: A qualitative exploration of dominant and submissive BDSM roles. *Canadian Journal of Human Sexuality, 24*, 49-62. doi:10.3138/cjhs.2467
- James, E. L. (2012a). *Fifty shades of grey*. New York, NY: Vintage Books.
- James, E. L. (2012b). *Fifty shades of darker*. New York, NY: Vintage Books.
- James, E. L. (2012c). *Fifty shades of freed*. New York, NY: Vintage Books.
- Kolmes, K., Stock, W., & Moser, C. (2006). Investigating bias in psychotherapy with BDSM clients. *Journal of Homosexuality, 50*, 301-324. doi:10.1300/J082v50n02_15
- Monteiro Pascoal, P., Cardoso, D., & Henriques, R. (2015). Sexual satisfaction and distress in sexual functioning in a sample of the BDSM community: A comparison study between BDSM and non-BDSM contexts. *Journal of Sexual Medicine, 12*, 1052-1061. doi:10.1111/jsm.12835
- Nichols, M. (2006). Psychotherapeutic issues with “kinky” clients: Clinical problems, yours and theirs. *Journal of Homosexuality, 50*, 281–300. doi:10.1300/J082v50n02_14
- Pillai-Friedman, S., Pollitt, J.L., & Castaldo, A. (2015). Becoming kink-aware: A necessity for sexuality professionals. *Sexual and Relationship Therapy, 30*, 196–210. doi:10.1080/14681994.2014.975681
- Polisen. (2018). *Brott i nära relationer*. Hämtad från <https://polisen.se>
- Richters, J., de Visser, R. O., Rissel, C. E., Grulich, A. E., & Smith, A. M. A. (2008). Demographic and psychosocial features of participants in bondage and discipline, “sado-masochism” or dominance and submission (BDSM): Data from a national survey. *Journal of Sexual Medicine, 8*, 1660–1668. doi:10.1111/j.1743-6109.2008.00795.x
- Riksförbundet för sexuell upplysning. (2016). *BDSM*. Hämtad från www.rfsu.se
- Socialstyrelsen. (1997). *Ändringar i och tillägg till kvalifikation av sjukdomar och hälsoproblem 1997 (KSH97)*. Hämtad från www.socialstyrelsen.se
- Stiles, B. L., & Clark, R. E. (2011). BDSM: A subcultural analysis of sacrifices and delights. *Deviant Behavior, 32*, 158–189. doi:10.1080/01639621003748605
- Vetenskapsrådet. (2011). *God forskningssed*. Stockholm: Vetenskapsrådet. Hämtad från www.vr.se
- Weinberg, M. S., Williams, C. J., & Moser, C. A. (1984). The social constituents of sado-masochism. *Social Problems, 31*, 379–389. doi:10.1525/sp.1984.31.4.03a00020
- Williams, D. J., Prior, E. E., Alvarado, T., Thomas J. N., & Christiansen M. C. (2016). Is bondage and discipline, dominance and submission, and sado-masochism recreational leisure? A descriptive exploratory investigation. *Journal of Sexual Medicine, 13*, 1091-1094. doi:10.1016/j.jsxm.2016.05.001

- Wismeijer, A. A. J., & van Assen, M. A. L. M. (2013). Psychological characteristics of BDSM practitioners. *Journal of Sexual Medicine, 10*, 1943–1952. doi:10.1111/jsm.12192
- Wright, S. (2006). Discrimination of SM-identified individuals. *Journal of Homosexuality, 50*, 217-231. doi:10.1300/J082v50n02_10