

Bedankt voor het downloaden van dit artikel. De artikelen uit de (online)tijdschriften van Uitgeverij Boom zijn auteursrechtelijk beschermd. U kunt er natuurlijk uit citeren (voorzien van een bronvermelding) maar voor reproductie in welke vorm dan ook moet toestemming aan de uitgever worden gevraagd.

# Boom

Behoudens de in of krachtens de Auteurswet van 1912 gestelde uitzonderingen mag niets uit deze uitgave worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikelen 16h t/m 16m Auteurswet 1912 jo. Besluit van 27 november 2002, Stb 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht te Hoofddorp (postbus 3060, 2130 KB, [www.reprorecht.nl](http://www.reprorecht.nl)) of contact op te nemen met de uitgever voor het treffen van een rechtstreekse regeling in de zin van art. 16l, vijfde lid, Auteurswet 1912.

Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot de Stichting PRO (Stichting Publicatie- en Reproductierechten, postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, [www.cedar.nl/pro](http://www.cedar.nl/pro)).

*No part of this book may be reproduced in any way whatsoever without the written permission of the publisher.*

[info@boomamsterdam.nl](mailto:info@boomamsterdam.nl)  
[www.boomuitgeversamsterdam.nl](http://www.boomuitgeversamsterdam.nl)

### **Attachment, security and erotic life**

Studiedag met Esther Perel, georganiseerd door de sectie Partnerrelatietherapie van de NVRG

[Beilen, 27 juni 2014]

#### **Marianne Emmelkamp**

De sectie Partnerrelatietherapie nodigde Esther Perel uit voor de jaarlijkse studiedag en maakte daarmee de keus om een belangrijk dilemma aan de orde te stellen waarin paren veelal verwickeld raken: hechting en veiligheid aan de ene en erotiek aan de andere kant. Liefde en lust dus op deze dag, de ideeën daarover en de praktijk van het gesprek met echtparen rond dit dilemma. Een belangrijk thema voor de echtpaartherapiepraktijk, want uit onderzoek blijkt dat in paarrelaties op termijn de veiligheid en vertrouwdsheid aan belang winnen en de lust het onderspit delft. Paren zijn vaak ontevreden over het gebrek aan lustvolle seks, maar ze begrijpen niet hoe dat zo is gekomen omdat zij wel van elkaar houden. Ze voelen zich onmachtig om er iets aan te veranderen en zoeken hulp.

Esther Perel is systeemtherapeut en seksuoloog. Zij werkt aan de Universiteit van New York en aan het Ackerman Institute. Haar boek *Mating in captivity* (2007), vertaald als *Erotische intelligentie* (2014), heeft in de media veel aandacht gekregen, omdat haar visie op dit thema heel aansprekend is voor zowel professionelen als voor een groot publiek.

Uit haar introductie wordt duidelijk dat wij van haar geen methode, geen protocol en geen waarheid moeten verwachten. Ze brengt wel een visie en een benadering. Zij neemt steeds de vrijheid om op grond van ervaringen in haar werk haar visie aan te scherpen. Vrijheid nemen in paarrelaties zal de rest van deze dag ook een belangrijk

element blijken om levendigheid en speelsheid te behouden.

Na deze introductie neemt Perel ons eerst mee in de geschiedenis van huwelijksrelaties. Zij betoogt dat wat wij, in de westerse wereld van vandaag, van ons huwelijk verwachten nog maar zeer recent is. Het brengt ook nieuwe problemen met zich mee. Ooit gaf het huwelijk vooral zekerheid en was er intimiteit in samen het land bewerken of een bedrijf voeren, samen kinderen groot brengen, armoede bestrijden, etc. De identiteit werd bevestigd door deel te nemen aan de familie, de groep, het dorp of de stad.

Nu moet onze partner luisteren, begrijpen en bevestigen dat we van waarde zijn, en ons ook nog seksueel bevredigen. Voor het eerst in de geschiedenis wordt huwelijksgeluk verbonden met bevrediging op seksueel gebied. In het huidige romantische ideaal hebben wij in ons huwelijk recht op liefde en op begeerd worden. Dit is de seksualisering van de liefde. Onze partner moet enerzijds onze beste vriend, ons anker, steun en toeverlaat zijn en anderzijds ook de hartstochtelijke minnaar of minnares. Dat is een moeilijke combinatie van twee wel heel verschillende en ook wel strijdige kanten. Perel zet hiermee de culturele context waarin wij en onze cliënten leven duidelijk neer.

Daarna komt ook de individuele geschiedenis van de partners aan bod. Hier put zij uit het gedachtegoed van Bowlby. Sommigen van ons komen uit de kindertijd met meer behoefte aan vrijheid en avontuur, anderen meer met behoefte aan veiligheid en voorspelbaarheid. Zij gebruikt de verschillende hechtingsstijlen van de partners in haar denken over de dynamiek in relaties — de dynamiek tussen de behoefte aan gezamenlijkheid en veiligheid enerzijds en de behoefte aan individualiteit anderzijds. Bij paren waar de lust

nog maar weinig plaats heeft maar wel sprake is van liefde, schort het met name aan de individualiteit. Ze hebben het wel knus en vaak knuffelen ze ook, maar voor lustvolle erotiek zijn ze te zeer op de ander en op de harmonie gericht. 'Fire needs air', zegt Perel. De lucht, de vrijheid, die nodig is om te begeren. Voor lustvolle seks is het begeren nodig. Het begeren moet de ruimte openen die de liefde dicht maakt.

Maar aan het begeren zit een egocentrische kant die moeilijk past bij het moderne ideaal van het romantische huwelijk. Om lustvolle en erotische seks te hebben moeten partners dus vrijheid durven nemen zonder de verbondenheid te verliezen.

Hoe dat bij de paren waarmee zij werkt concreet naar voren komt, ziet zij terug in hun seksueel en erotisch liefdespatroon. En omdat het een 'oud' patroon is, noemt zij het 'the erotic blueprint'.

Dat seks lang niet altijd erotische seks is, vindt Perel belangrijk om te benadrukken. Zij zegt: 'Sex is not something you do, it is a place you go.' Seks is een plaats waar de verbeelding, het plezier en de opwindende baas zijn. Welke delen van jezelf ontmoet je in die ruimte? Ben je de speelse, de stoute, de brave of degene die de baas wil zijn? Welke kant van jou is er? Het zijn vragen die ze aan haar cliënten stelt.

Perel heeft veel te vertellen, praat makkelijk en met veel plezier. Haar betoog is helder en enthousiasmerend, haar taalgebruik ontwapenend. Zij is er tijdens de dag steeds op uit om de toehoorders actief te laten deelnemen. In kleine oefeningen laat zij ons ervaren hoe de vragen die zij aan haar cliënten stelt ook bij ons werken. Cliënten die bij haar in therapie zijn vullen individueel een formulier in met vragen over liefde en verlangen.

- ▶ Als ik aan liefde denk, denk ik aan ...
- ▶ Als ik liefheb dan voel ik ...

- ▶ Als ik geliefd wordt dan voel ik ...
- ▶ Als ik vandaag aan liefde denk tussen mij en mijn partner dan voel ik ...
- ▶ Wanneer ik aan seks denk, denk ik aan ...
- ▶ Als ik verlang dan voel ik ...
- ▶ Als ik begeerd wordt, voel ik ...
- ▶ Als ik aan de seks denk tussen mij en mijn partner, voel ik ...

In het gesprek met de cliënten is zo'n ingevuld formulier een springplank om het gesprek te openen. De taal die geïntroduceerd wordt helpt het gesprek op gang. Perel is er zeer stellig in dat therapeuten het thema erotiek en seksualiteit in de therapie van meet af aan moeten aansnijden. Het idee dat eerst de andere problemen opgelost zouden moeten worden en dat dan de seks komt, of dat dan de seks vanzelf gaat, wijst zij rigoureuze af.

Mij sprak het aan dat zij de partners verantwoordelijkheid laat nemen voor de eigen erotiek, verantwoordelijkheid tot vrijheid. Zij herbenoemt een verwijt als 'Jij windt mij niet op als je zus of zo doet' naar 'Ik wend me van je af wanneer ...'. En 'Ik weet allang wat jij weer wilt' wordt eerder 'Ik schrik ervan dat je wilt vrijen want ik weet niet zo goed wat ik zelf wil.' Vragen van de therapeut als 'Zou u seks willen hebben met uzelf?' en 'Wat deed u vroeger graag voor u seksueel gestorven was?', helpen om cliënten uit hun vaste patroon van denken en praten te krijgen.

In haar therapie is Perel altijd op zoek naar de mogelijkheden om bij een paar beweging op dit gebied te genereren. Dat kan op individueel niveau in de erotische blauwdruk van een van de twee te vinden zijn, of op het niveau van de dynamiek rond afstand en nabijheid tussen hen beiden.

In de middag kijken we naar therapie-sessies met twee heel verschillende echtparen. We zien hoe bij deze echtparen het dilemma zich ontvouwt en hoe 'the erotic

*Attachment, security and erotic life*

blueprint' zichtbaar en bespreekbaar wordt gemaakt. Perel biedt mogelijkheden om de cliënten te helpen zichzelf ruimte in de relatie te geven zowel op vlak van erotiek als van liefde.

Wat mij betreft was deze keus voor een dag met Esther Perel een gouden greep. Duidelijk en praktisch in de visie die zij ontvouwde en ontroerend in de fragmenten die we zagen.

**Third Europe+ conference on narrative therapy and community work**  
[Iasi, Roemenië, 2-4 juli 2014]

**Tomas Van Reybrouck**

Na eerdere edities in Engeland (Brighton) en Denemarken (Kopenhagen) was het deze keer de beurt aan Roemenië om het derde Europese congres voor narratieve therapie te organiseren. In hun oorspronkelijke bedoeling om met deze locatie meer therapeuten uit Oost-Europa aan te trekken zijn de organisatoren, onder voorzitterschap van de Roemeense psycholoog en psychotherapeut Ovidiu Gavrilocici, slechts ten dele geslaagd. Er was een tachtigtal deelnemers ingeschreven, een pak minder dan in de vorige edities, en de delegatie uit Oost-Europa, met vooral Roemenen maar toch ook Russen, Letten en Hongaren, was uiteindelijk vrij bescheiden. Dat heeft ongetwijfeld met de moeilijke bereikbaarheid van de stad Iasi te maken, die in het uiterste Oosten van Roemenië naast de grens met Moldavië ligt. Het is nochtans een stad met een

**Marianne Emmelkamp** is psychotherapeut, systeemtherapeut en seksuoloog in eigen praktijk Emmelkamp Consult te Dalfsen, opleider en supervisor. E-mail: [emailkamp@wxs.nl](mailto:emailkamp@wxs.nl).

**Literatuur**

Perel, E. (2007). *Mating in captivity — Sex, lies and domestic bliss*. London: Hodder & Stoughton.

Perel, E. (2014). *Erotische intelligentie*. Amsterdam: Bruna.

TED-lezing van Esther Perel: [www.youtube.com/watch?v=sa0RUMGTCYY](http://www.youtube.com/watch?v=sa0RUMGTCYY)

verhaal in de bewogen geschiedenis van Roemenië. Iasi is de plaats waar zich in 1989 de eerste opstand tegen het bewind van Ceaușescu heeft voltrokken.

De opzet waarin de organisatoren wel slaagden, was om er een drie dagen durend intensief, gevarieerd en inspirerend congres van te maken. Wie dat wilde kon zelfs de dagen voor- en nadien extra workshops volgen in een pre- en postconferentie. Op de affiche van het congres stond een aantal grote namen uit de narratieve benadering geprogrammeerd, waaronder David Denborough uit Australië, John Winslade uit Nieuw-Zeeland en Hugh Fox uit het Verenigd Koninkrijk. In de ochtenden kregen we een aantal lezingen voorgeschoteld en in de middagen was er keuze uit heel gevarieerde workshops. Er was geen centraal thema gekozen, maar er waren toepassingen van de narratieve benadering op heel diverse niveaus te horen: van de begeleiding van individuele personen en gezinnen tot op het niveau van landen en bevolkingsgroepen. Ik zal in dit verslag de bijdragen beschrijven die mij het meest zijn bijgebleven.

David Denborough, van het Dulwich Cen-