

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) 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).

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

info@boomamsterdam.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

Discussie

Reactie op ‘Partnerrelatietherapie en seksualiteit’

door Petra Deij & Judith van Verseveld

May Michielsen & Jan Lens

Eerst willen we onze waardering voor de rubriek De Praktijk in het tijdschrift *Systeemtherapie* uitspreken. Ook al is er niets zo praktisch als een goede theorie, die goede theorie ontstaat toch steeds in de dialoog tussen theorie-ontwikkelaars en de vele hardwerkende therapeuten die dagelijks worden geconfronteerd met specifieke, unieke vragen en problemen van hun cliënten. Het beschrijven van hun ervaringen met hun cliënten, zoals Deij en Van Verseveld (2015) in bovengenoemd artikel doen, vinden wij dapper en het nodigt ons uit onze eigen praktijkervaringen daaraan te toetsen. Vanuit die ervaringen hebben wij dan ook opmerkingen bij dit artikel.

De auteurs leggen op een duidelijke manier uit wat emotionally focused therapy (eft) en de hechtingstheorie te bieden hebben bij seksuele problemen die deel uitmaken van een destructieve interactiecirkel. Herstel van veiligheid en vertrouwen en herstel van kwetsbaarheid in de relatie zal ook tot herstel van de seksualiteit leiden, zo menen zij. Ze doen een pleidooi om seksualiteit expliciet als thema in het eft-werk te betrekken en er de koppels naar te vragen, ook wanneer het niet de eerste aanmeldingsklacht is. En zij geven een structuur en een kader voor therapeuten die minder vertrouwd met het bespreken van seksualiteit zijn.

Wij willen vooral reageren op de vanzelfsprekendheid waarmee door de auteurs wordt gesteld dat seksuele problemen vanuit systeemhoogpunt bijna altijd met die destructieve interactiecirkel rondom hechtingsnoden te maken hebben. En als dat niet zo is, zo zeggen zij, gaat het niet meer over relatietherapie en moet er naar de seksuoloog verwezen worden. De slotzin van het artikel is daar zeer duidelijk over: ‘Soms echter zijn er seksuele problemen aan de orde, die niet zonder meer als interactiethema in het kader van eft gezien en behandeld kunnen worden. Hierbij valt te den-

ken aan seksuele disfuncties of problemen, die het gevolg zijn van ziekten, lichamelijke handicaps of parafilieën. Dan zal een verwijzing naar een seksuoloog moeten plaatsvinden' (Deij & Van Verseveld, p.114).

Wij ontmoeten heel wat paren met seksuele problemen en vooral met een gebrek aan seksueel verlangen, die niet noodzakelijk uit elkaar gedreven zijn door destructieve patronen op basis van hechtingsangsten. De eft biedt daar niet noodzakelijk een antwoord op terwijl er toch ook geen sprake is van ziekte, lichamelijke handicaps of parafilieën.

Volgens ons is veilige hechting niet de enige basis van een partnerrelatie. En al helemaal niet waar het de seksualiteit betreft. Ook andere noden en behoeften spelen daarbij een rol. Wij denken dat seksualiteit niet altijd gediend is met het bevorderen van veiligheid. In ieder geval niet op de wijze die wij in deze praktijk menen te lezen. De uitdaging ligt dikwijls eerder in het bieden van grond om eigen angst en opwinding te leren dragen. Ook deze benadering zou je bevorderen van veiligheid kunnen noemen, maar wel op een heel andere manier. Veiligheid wordt hier niet 'aangeboden' door de partner maar ontstaat daar waar de persoon in staat is eigen angsten te verdragen, eigen behoeften te kennen en verantwoordelijkheid te nemen voor het vervullen van die behoeften.

Voor erotisch verlangen en opwindende seks, die ook kunnen blijven bloeien in een langdurige relatie, is zelfvalidatie en zelfregulatie fundamenteel, naast het gevalideerd en gereguleerd worden door de partner.

Greenberg en Goldman (2008) spreken in dit verband over de nood aan eigen identiteit en het belang van zelfregulatie ter aanvulling op de hechtingsnood in eft. En Schnarch (1997) noemt het belang van interpersoonlijke differentiatie. En zonder in de polemiek tussen Schnarch en Johnson te willen terechtkomen, helpt ons dit overstijgende begrip 'differentiatie' om de polariteit tussen verbondenheid en autonomie bij het werken met paren te begrijpen en bespreekbaar te maken. Zeker als het over de seks gaat.

Ook Perel, een Amerikaanse systeemtherapeut en seksuoloog, zegt dat seksuele problemen niet altijd het gevolg zijn van relationele problemen. De relatie verbeteren zal niet altijd automatisch de seks verbeteren. De wederkerige zorg en affectie versterken is niet altijd genoeg om erotisch verlangen te activeren. Wat we op emotioneel vlak zoeken, aldus Perel, is daarom niet wat ons seksueel opwindt. En omgekeerd: wat ons op emotioneel vlak beangstigt, kan op seksueel vlak begeerlijk en opwindend zijn (Perel, 2014).

Het viel ons op in de casus van Deij en Van Verseveld dat het juist de erkenning van de therapeut 'dat het ook normaal is dat het een beetje

Reactie op 'Partnerrelatietherapie en seksualiteit'

eng zal zijn' de vrouw, Janine, heeft aangemoedigd om initiatief te nemen. "En ik voelde me ook zo... zo stoer, en dapper." Ze straalt ervan en ook Matthijs straalt' (Deij & Van Verseveld, p.114). Dit is een mooi voorbeeld hoe een klein stapje in zelfregulatie en zelfvalidatie van deze vrouw de seksualiteit weer terughaalt in de relatie en haar doet groeien. Zij hebben hier beiden het verwachtingspatroon doorbroken dat hij het gevoel heeft ervoor te kunnen zorgen dat zij kan genieten (Deij & Van Verseveld, p.113). Als zij zich stoer en dapper voelt in haar initiatief, hoeft hij hier geen speciale prestatie meer in te leveren. Of, zoals we Perel afgelopen juni in Antwerpen op een studiedag over liefde, seks en relatietherapie hoorden zeggen: 'Als haar winkel gesloten is en er niemand aan de receptie is, kan hij van alles uit de kast halen om haar op te winden, maar dat zal niets opleveren.'

Wij hopen later in een uitgebreider artikel stil te staan bij deze en nog andere invalshoeken om te kijken naar seksualiteit en relaties. Wij denken namelijk dat het nodig is om het kader van veilige hechting te verbreden om de complexe en uitdagende materie van seksualiteit en erotiek in een partnerrelatie te kunnen begrijpen.

May Michiels is klinisch psycholoog en **Jan Lens** is maatschappelijk werkende. Beiden zijn gestalttherapeut en systeemtherapeut en werken in een zelfstandige praktijk voor psychotherapie in Antwerpen. Ze zijn opleiders in de School voor Relatietherapie in Antwerpen. E-mail: maymichielsen@schoolvoorrelatietherapie.be.

Literatuur

Deij, P. & Verseveld, J. van (2015). Partnerrelatietherapie en seksualiteit – Wat kan de systeemtherapeut ermee? *Systeemtherapie*, 27(2), 108-115.
Greenberg, L.S. & Goldman, R.N. (2008). *Emotion-focused couples therapy – The*

dynamics of emotion, love and power. Washington: American Psychological Association.

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

Schnarch, D. (1997). *Passionate marriage – Sex, love and intimacy in emotionally committed relationships*. New York: Norton.