

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 (een) gedeelte(n) uit deze uitgave in bijvoorbeeld een (digitale) leeromgeving of een reader in het onderwijs (op grond van artikel 16, Auteurswet 1912) kan men zich wenden tot Stichting Uitgeversorganisatie voor Onderwijslicenties (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, www.stichting-uvo.nl).

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

info@bua.nl
www.boomuitgeversamsterdam.nl

Partnerrelatietherapie: een vak apart

gelezen. Er was voor mij veel herkenning, waardoor de presentatie in de structuur en context van het boek te plaatsen was. Het boek werd op het einde van het symposium aan alle deelnemers meegegeven. Ik heb het overbrengen van de vakinhoudelijke kennis van beide therapeuten als waardevol ervaren, om zelf meer vertrouwen te voelen in wat ik al doe met koppels en meer grip te krijgen op momenten waarop ik soms zoekende ben. Geïnspireerd door Sermijn zou voor mij en mijn manier van werken een narratieve inslag een waardevolle toevoeging kunnen zijn op hun integratieve model. Dit sluit aan op de uitspraak van Lens: 'Het verteren van wat je kan opnemen om het als het jouwe te maken', door middel van het werken vanuit je eigen stijl.

Let's talk about sex

Jaarlijkse studiedag georganiseerd door de BVRGS

[Antwerpen, 17 maart 2023]

Alexandra (Sandra) Nuytkens

We starten deze studiedag met een scherp fluitsignaal: iedereen wakker! Na een welkomstwoord van de voorzitter, An Van Herck en de dagvoorzitter, Sofie Dieltjens geniet ik van de artistieke introductie verzorgd door de dansstudio van Dries Verstrepen: een dansduet *Libertango*, gebracht door An Verheyen en Ive Gronier. Deze passionele dans brengt me in vervoring en helemaal klaar om de dag te beginnen.

De plenaire lezing 'Spreken over seksualiteit (in relatietherapie)? Kan (ik) dat wel?' wordt verzorgd door Paul Enzlin en Marieke Dewitte. Enzlin is klinisch orthopedagoog, klinisch seksuoloog en relatie-

Selma Kloeg is systeemtherapeut bij eigen praktijk Gidiz in Vught. E-mail: skloeg@gidiz.nl.

Literatuur

Hennik, R. van, Limpens, V., & Romer, M. (2021).

Het systemische kompas – Samenwerken, afstemmen en koers uitzetten in het veranderproces van systeemtherapie, supervisie en opleiding. *Systeemtherapie*, 33(1), 101-117.

Johnson, S. (2009). *Houd me vast – Zeven gesprekken voor een hechte(re) relatie*. Kosmos.

Michielsens, M., & Lens, J. (2022). *Relatietherapie – een vak apart*. Pelckmans.

Snarch, D. (1997). *Passionate marriage – Love, sex and intimacy in emotionally committed relationships*. W.W. Norton & Company.

en gezinstherapeut, verbonden aan het Instituut voor Familiale en Seksuologische Wetenschappen van de KU Leuven. Enzlin steekt dynamisch van wal met de bekende slogan van Barack Obama: 'Change we need! Yes you can!' Hij belooft vandaag niet alleen kennis in mijn mand te gooien maar mij ook te laten ervaren. Vier belangrijke kaders komen aan bod: psychologie, biologie, gedrag en cultuur. Vier kaders waarover de relatie- en gezinstherapeuten gewoon zijn te praten. Op die manier wordt de toon gezet: ook relatie- en gezinstherapeuten weten raad! Marieke Dewitte, klinisch psycholoog, seksuoloog verbonden aan Maastricht University, gaat verder met iets wat lijkt op de piramide van Maslow. Je start onderaan door proactief over seks te praten om daarna over te gaan naar een basis van psycho-educatie en te eindigen met specifieke suggesties en intensieve therapie. De psycho-educatie kan zinvol zijn om vooral mythes uit de weg te ruimen. Daarnaast stipt zij aan dat

Let's talk about sex

seks vele betekenissen heeft en voor iedereen anders is. Er zijn wel 237 redenen op te noemen om seks te hebben, maar 'plezier' werd en wordt nog vaak genegeerd. Hierbij is het belangrijk te weten dat de mannelijke blik lange tijd domineerde: we weten alles over de penis maar weinig over de clitoris.

In de therapieruimte gaan we samen met het koppel op zoek naar voorwaarden voor verlangen en spreken we over 'triggers' en 'killers' voor beide partners. Dewitte vervolgt door alle relatie- en gezinstherapeuten uit te nodigen om proactief het gesprek over seks aan te gaan met de cliënten en hierbij aandacht te hebben voor het koppelprobleem, de meervoudige partijdigheid en de mogelijke geheimen. Volgens Enzlin zijn er expliciete redenen waarom we als relatie- en gezinstherapeuten lijden aan 'seksuele anamnesedysforie'. De geneeskundige term 'dysforie' wordt gebruikt om een sombere, prikkelbare stemming aan te geven, die soms gepaard gaat met angst. Deze gemoedstoestand toont zich in algemeenheden zoals 'geen tijd' en 'de cliënt vindt het niet relevant', maar ook het 'zelf' van de therapeut speelt een belangrijke rol. Onze persoonlijke visie en attitude ten opzichte van seksualiteit bepalen, door opvoeding, persoonlijke ervaringen en maatschappelijke en culturele normen, onze denkbeelden. De lezing sluit af met een oefening waarbij we elkaar in duo's vragen stellen die niet beantwoord hoeven te worden. Het zijn vragen zoals: Wat vind je seksueel opwindend? Heb je een dildo? Heb je al eens pijn gehad bij het vrijen? De presentatie was mooi opgebouwd, inhoudelijk relevant en had een hoge graad van toepasbaarheid. We gingen helemaal opgeladen de eerste pauze in.

Ik koos als eerste workshop 'Seksuele gevoelens van hulpverleners in supervisie',

gegeven door Els Van Daele, klinisch seksuoloog, systeemtherapeut, forensisch therapeut, opleider aan de Thomas More Hogeschool en supervisor aan het Instituut voor Psychotherapeutische Relatie en Reflectie (IPPR). We ervaren bij de eerste oefening meteen onze grenzen en de overschrijding ervan! Van Daele geeft de opdracht drie redenen op te schrijven waarom we iemand graag zien om daarna het stukje papier tot een propje te maken en in de prullenmand te gooien. Iedereen in de groep volgt dit op, weliswaar met tegenzin. Het toont aan hoe subtiel het thema 'omgaan met grenzen' is in de relatie tussen therapeut en cliënt. Naar aanleiding van een casus waarbij de therapeut en de cliënt elkaar in de armen vallen en kussen nadat de cliënt zijn seksuele fantasieën vertelt, oefenen we verder aan de hand van vragen. Wat voel je? Onder welke omstandigheden omhels je je cliënt? Hoe reageer je wanneer jouw collega je dit verhaal doet? Wat zou je doen als je dit overkomt? Er volgt een boeiend gesprek waarbij de verschillende meningen en reacties van de deelnemers ruimte krijgen. Een variatie aan verschijningsvormen van moeilijke gevoelens, fantasieën, gedachten en gedragingen over seksuele grenswijvingen en grensoverschrijdingen bij hulpverleners wordt verkend en besproken. Het thema brengt een zekere heftigheid met zich mee, zowel in hoofd als lichaam.

De lunchpauze komt dan ook niets te vroeg. We genieten niet alleen van de lekkere broodjes, maar ook, en vooral, van het kunnen delen van onze ervaringen, opgedaan tijdens de inspirerende voormiddag. Alvorens weer van start te gaan, genieten we van twee jonge dansers, Juliette Hendrickx en Milan Vercammen, *A duet about her, a duet about him*.

De tweede workshop 'De effecten van wel of niet spreken over seksualiteit' ge-

geven door Anke Raymaekers, seksuoloog, systeemtheoretisch psychotherapeut in Praktijk Anker en freelance docent aan de Interactie-academie, confronteert mij met eigen drempels en aarzelingen in het praten over seks. Tijdens deze workshop ervaren we hoe denkbeelden en vooroordelen van zowel de therapeut als de cliënt de sfeer in de kamer bepalen en de therapeutische relatie beïnvloeden. We staan stil bij de vraag 'Is seksualiteit een thema als een ander?' waarbij betekenis, sociale en interpersoonlijke perspectieven, benadeling, verschil, complexiteit en het sociale discours een rol spelen. Raymaekers reikt ons concreet gereedschap aan, zoals: maak een seksuele tijdslijn, bespreek de gevoelens en de gedachten alsook het autonome lichaam (denk daarbij aan vaginisme, erectieproblemen). We sluiten af door samen na te denken over de taal die we hanteren: in hoeverre sluiten we aan bij de taal van het koppel en hoe bewaren we hierbij onze eigen grenzen? Tijdens deze workshop geeft ze ons heel wat bruikbare informatie, en met een vol hoofd gaan we de pauze in.

Tijdens de laatste workshop neemt Bart Heirbaut, maatschappelijk werker, master in familiale en seksuologische wetenschappen, relatie- en gezinstherapeut in eigen praktijk Onder de luifel en opleider bij Rapunzel, me mee naar mijn eigen geschiedenis en in het bijzonder naar hoe in mijn gezin van herkomst gepraat of juist niet gepraat werd over seks. Het thema 'Werken met gezinnen en seksualiteit' raakt aan onze eigen waarden en normen. Het belang van het bespreekbaar maken van intimiteit, seksuele en relationele ontwikkeling in gezinnen wordt tijdens deze

workshop in de verf gezet. Door het eigen gezin van herkomst op de voorgrond te zetten, maak ik wederom kennis met de impact van het eigen opgroeien in mijn werk als relatie- en gezinstherapeut. Het 'matrasmodel' leert hoe een veilige ruimte te maken tijdens de gesprekken met gezinnen, door aan te sluiten bij hun waarden en normen en hun regels. De naam 'matras' refereert naar de veilige ruimte die opgebouwd wordt en waarop tijdens het groeien teruggevallen kan worden. Belangrijke vragen zoals: Wat willen ouders meegeven aan hun kinderen? Wat zijn grenzen? Hoe kunnen we als gezin groeien door te confronteren en te corrigeren? maken deel uit van de gezinstherapie.

Deze leerrijke en inspirerende dag wordt afgesloten met een laatste dans: *A duet about an internal fight between what you want, and what's actually good for you.* Dansers Juliette Hendrickx en Ward Maris brengen mij een laatste keer in vervoering. Met een volle mand aan kennis en een lichaam vol ervaring keer ik huiswaarts. Voortaan hoef ik niet bang te zijn om te spreken over seks in relatie- en gezinstherapie. De sprekers van vandaag zijn erin geslaagd mij gerust te stellen: ook relatie- en gezinstherapeuten hebben de vaardigheden en de kennis om dit belangrijke thema bespreekbaar te maken.

Alexandra (Sandra) Nuytkens is klinisch psycholoog, contextueel systeemtherapeut, rouwtherapeut en supervisor in opleiding. Zij werkt in een eigen praktijk Contextpsycho te Antwerpen en in een groepspraktijk Praktijkhuis Integraal te Wilrijk. E-mail: info@contextpsycho.be.