

SEX TALK

CHARONA JANSSENS

SEX TALK

EEN INTEGRATIEVE MANIER OM SEKSUALITEIT
BESPREEKBAAR TE MAKEN IN HULPVERLENING

WITSAND UITGEVERS

Een boek van Witsand Uitgevers
www.witsand.be

© Witsand Uitgevers en Charona Janssens, 2021
D/2021/12.051/3 – NUR 770 – ISBN 978 94 9293 486 4

Boekverzorging: Lieverland / Castles & Sand

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden
verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand
en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij op
papier, in fotokopie, mechanisch, elektronisch of op enige andere
manier, zonder voorafgaande schriftelijke
toestemming van de uitgever.

Inhoud

Inleiding	7
I. De grondhouding: de basis voor elke talk	9
II. Say what? Praten over seksualiteit	15
III. Seksualiteit onder de loep	25
1. Wat is seksualiteit?	27
2. Uitingen van seksualiteit	29
3. De taal van de seksualiteit	30
4. Anatomie en fysiologie	31
4.1 De geslachtsorganen	31
4.2 De seksuele responscyclus	32
4.3 De psychosomatische cirkel van Bancroft	35
5. Hechting	37
6. Als het (even) niet lukt	48
6.1 Determinanten van seksueel functioneren	48
6.2 Seksuele disfuncties en parafilieën	50
IV. Seksualiteit in het I.V.-kader	53
V. Let's do this! Vertaling naar de praktijk	63
1. Inleiding	65
2. Methodieken	67
2.1 Permission	67
2.2 Limited information	70
2.3 Specific suggestions	74
2.4 Intensive therapy	76
VI. Besluit	97
VII. Lijst van tabellen en figuren	101
VIII. Literatuurlijst	105
IX. Bijlagen	111

Praten over seksualiteit is als dobberen op een bootje, gedragen door emoties, verwachtingen, gedachten, culturele waarden, enzovoort. Soms is er geen stroming aanwezig en lukt praten over seksualiteit heel goed. Soms is er een enorme stroming of is het bootje gezonken en is praten over seksualiteit onmogelijk. Het is dan wachten tot je als hulpverlener, via het anker, het bootje dichterbij kan trekken om nadien samen de schade op te meten. Maar altijd is praten over seksualiteit nodig. Nodig om te ontdekken hoe het zou kunnen zijn als het water rustig is.



Inleiding

Seksualiteit blijft een thema in de taboesfeer. Niet iedereen vindt het evident, makkelijk of zelfs aangenaam om het onderwerp aan te kaarten. De cliënt wordt, bij praten over seksualiteit, in een kwetsbare positie gesteld. En toch is het van groot belang dat je dit onderwerp als hulpverlener kan aankaarten én dat je dat op een goede, constructieve manier kan doen. Als je blokkeert, merkt de cliënt dit op en kan dat ten koste gaan van de relatie tussen jullie beiden.

Dit boek beoogt een praktische gids te zijn voor iedereen die zich in het hulpverlenerslandschap bevindt en bewust wil omgaan met het thema 'seksualiteit'. Hierdoor is het doel drieledig:

1. Het mogelijk maken om het onderwerp op een goede en laagdrempelige manier ter sprake te brengen, waardoor de cliënt zal ervaren dat er geen taboe heerst over het onderwerp in de gesprekken.
2. De hulpverlener voldoende praktisch uitgeschreven methodieken en informatie meegeven om seksualiteit bespreekbaar te maken. Het gaat hierbij om methodieken die uitgaan van een integratieve kijk op seksualiteit.
3. De hulpverlener aandacht leren hebben voor eigen grenzen en kaders inzake seksualiteit.

Wanneer de cliënt zelf een seksuele problematiek ter sprake brengt, kan deze gids mogelijkheden bieden om deze problematiek op een correcte manier te bespreken en te verdiepen. Een cliënt die de moed vindt om hier zelf over te beginnen, heeft ook ondersteuning nodig. Indien de cliënt aanmeldt met een andere hulpvraag, die niet gelinkt is aan enig seksueel verhaal, is het eveneens belangrijk om dit te bevragen. Ook hierin wil deze gids de nodige tools aanreiken om het onderwerp aan te kaarten.

Deze gids biedt je mogelijkheden, kaders en informatie om zelfstandig en onderbouwd rond seksualiteit te werken. Wel is het zo dat dit alleen betrekking heeft op omgaan met seksualiteit. Wanneer er op lichamelijk niveau opvolging dient te gebeuren, wordt er verwacht dat de hulpverlener doorverwijst naar een huisarts, een gynaecoloog, of een seksuoloog.