

Gewoon seks

Ga je met me mee? Zigzaggend door een aantal werkweken heen. We kijken naar ontmoetingen met cliënten die gaan over intimiteit, verliefdheid en seksualiteit.

“Ik ga straks naar mijn huisarts om een afspraak te maken bij een seksuoloog,” zegt Diana. Ik hoef haar alleen maar aan te kijken en de rest van haar verhaal komt vanzelf. “Ik voel elke dag, soms meerdere keren, aan mezelf en als ik klaarkom schok ik helemaal. Dat is toch niet normaal? Ik blijf maar seksspeeltjes kopen, maar het wordt alleen maar erger.”

Diana heeft LVB en ondersteuning nodig bij een gezonde seksualiteitsbeleving. Ik stel haar vooral gerust en de huisarts geeft de nodige duidelijkheid. Tijdens een volgend huisbezoek krijg ik te horen dat haar clitoris overbelast is en dat ze op doktersadvies een paar dagen rust moet nemen. Haar zorgen zijn weg en we kunnen hier samen om lachen.

Een andere ontmoeting was met Daniel. “Mijn vriendin wil graag een kindje,” vertelt hij. Hij weet niet goed wat hij zelf wil. Hij heeft een dochter met wie hij geen contact heeft. Dit is een gevoelig onderwerp. Daarnaast is zwanger worden moeilijk omdat zijn vriendin nauwelijks een eisprong heeft. Dat Daniel en zijn vriendin geen seks hebben, wordt pas later duidelijk. ADD, angst en trauma zitten in de weg. We gaan met elkaar in gesprek volgens het programma ‘Nu niet zwanger’ van de GGD. De grote kindwensvraag wordt opgesplitst in kleinere vragen. Ondanks de spanning helpt dit Daniel en zijn vriendin om rustig in gesprek te gaan.

En dan Michiel. Hij vertelt mij over berichten van mooie vrouwen die met hem af willen spreken. Zijn telefoon slaat op hol. Iets met “milfs”, vertelt hij erbij. Hij wordt er gek van en wil ervan af. Deze man was een poosje verliefd op mij, zoals een kleuter op zijn juf. Onschuldig maar intens. Als ik uitleg dat hij waarschijnlijk porno heeft gekeken en ergens op heeft geklikt, wordt hij rood. Maar als hij merkt dat ik gewoon blijf doen, ontspant hij en vertelt hij verder. “Er gaat een filmpje van mij rond waarop ik masturbeer. Ik weet het niet meer, ik had gebruikt.” Drugs, bedoelt hij. “Mijn vader is midden in de nacht hierover gebeld door een vriend.” Michiel was compleet in paniek en de weg kwijt. Nu opgelucht dat hij het met mij kan delen. Een blik van vertrouwen. Nadat ik heb uitgelegd wat een milf is en wat er waarschijnlijk fout is gegaan, maken we zijn telefoon schoon en veilig.

Als laatste Miranda. Zij zit midden in een intensief traject op zoek naar herstel van post-COVID klachten. Het traject is zwaar, haar energie laag. Haar huiswerkmap ligt open met de opdracht om een dopaminemenu voor zichzelf samen te stellen. Na twintig andere voorbeelden van fijne activiteiten staat ook seks met haar man op de lijst. Mooi, dit is gezonde seksualiteit. Hier speelt dopamine en het beloningssysteem van de hersenen een rol in wat prettig voelt, in balans met rust, prikkels en herstel.

En telkens weer zien we dat seks, intimiteit en verliefdheid bij ons werk horen, daar waar kwetsbaarheid en vertrouwen samenkomen.