

Liefde en vrijheid in gay-relaties

Weideveld, M. (2024) • Boom

Vincent Ronse De Craene •

Marc Weideveld is EFT-relatietherapeut met een eigen praktijk voor psychotherapie, relatietherapie en coaching. In zijn klinisch werk specialiseert hij zich in de begeleiding van homoseksuele paren en die opgebouwde ervaring resulteerde in het boek *Liefde en vrijheid in gay-relaties*. Hierin beschrijft hij hoe mannelijke same-sex paren de verbinding in hun relatie kunnen herstellen na overspel en hoe veiligheid en vertrouwen kunnen worden opgebouwd door (zelf)reflectieve en communicatieve oefeningen. Zijn primaire doelpubliek zijn mannelijke same-sex paren. Vervolgens wordt het doelpubliek uitgebreid naar therapeuten die met deze doelgroep in aanraking komen.

Bij de vraag om een bespreking van dit boek te schrijven, kwam een golf van enthousiasme over me heen. Vooral het lezen vanuit een dubbele rol, die van homoseksuele man in een relatie en die van systeemtheoretisch psychotherapeut, prikkelde me. Ik stelde me de vraag wat ik persoonlijk uit het werk zou kunnen halen, maar ook hoe ik het vanuit mijn professionele, systemische bril zou ervaren. Deze bespreking schrijf ik vooral als therapeut die ook werkt met homoseksuele paren, al is beïnvloeding vanuit mijn persoonlijke ervaringen als homoseksuele partner niet weg te denken.

Ik ben stevast voorstander van het diversifiëren, uitbreiden en zichtbaar maken van een verscheidenheid aan relatie- en gezinsvormen in populaire

-
- Assistent en doctoraatsonderzoeker aan de vakgroep Experimenteel-Klinische en Gezondheidspsychologie aan de UGent. Systeemtheoretisch psychotherapeut bij Hinde, Huis voor Psychotherapie. E-mail: ronsevincent@hotmail.com

media, een verbreding van de norm. Een boek gericht op homoseksuele paren lijkt me dus maatschappelijk relevant, ondanks de toegenomen zichtbaarheid van niet-heteronormatieve seksualiteit (en genderbeleving) in de laatste jaren. Thema's als seksuele- en/of genderoriëntatie zijn meer en meer onderwerp van debatten, die naar mijn gevoel vaak polariserende effecten hebben, en waarbij soms wordt voorbijgegaan aan huidige, wetenschappelijke evidenties.

In het boek verzamelt de auteur relevante theoretische kaders en communicatieve richtlijnen die kunnen helpen om bij vernauwing in een relatie te zoeken naar verbreding. Ik heb echter het gevoel dat de complexe sociale werkelijkheid waarin relationele uitdagingen tot uiting komen en waarin paren navigeren niet voldoende wordt ontrafeld, erkend of onderzocht. Dit heeft volgens mij generaliserende en reductionistische effecten. Er komt veel druk te liggen op wat intern, binnen het paar, en dus tussen partners gebeurt. De focus ligt met andere woorden eerder op de draag- en veerkracht om met uitdagingen om te gaan dan dat de auteur systemische invloeden exploreert. Nochtans hebben koppels onvermijdelijk met een verscheidenheid aan contextuele invloeden te maken.

De omvangrijke en brede titel lijkt me enigszins misleidend, omdat het boek (aanvankelijk) hoofdzakelijk ingaat op het thema overspel. Desondanks draagt het boek een onmiskenbare meerwaarde aan tips, adviezen en reflecties voor de cognitief draagkrachtige lezer die proactief en zelfregulerend met de eigen relatie aan de slag wil.

De eerste negen hoofdstukken van het boek behandelen hoe je als paar omgaat met de schokgolf die overspel vaak is, gaande van onthulling en crisis-hantering tot verzoening. De auteur geeft verschillende oefeningen, adviezen en do's-and-don'ts, met een korte illustratie of introductie vanuit zijn praktijk. Helpend voor velen, hoewel de talrijke aanbevelingen de persoonlijke en culturele contexten van mensen over het hoofd lijken te zien. Hoe denken partners bijvoorbeeld dat hun naasten of de bredere maatschappij zullen reageren op wat er zich tussen hen ontvouwt? Hoe reageert een netwerk effectief? Hoe verhoudt een individu zich daar vervolgens toe? En wat

met zijn partner en netwerk? Tussen de lijnen van de eenduidige, soms simplificerende, adviezen sluipt een idee over maakbaarheid van relaties, wat misschien druk genereert voor paren. Vanuit een cognitief en wilskrachtig kader toewerken naar verbinding lijkt me zeker een meerwaarde te hebben voor heel wat paren, al lijkt ook dit voorbij te gaan aan de woelige waters en complexe emotionele processen waar mensen soms in ploeteren. Zo kan een signaleringsplan rond overspel helpen om bewustwording te genereren, al zorgt dit er niet per definitie voor dat mensen zich er in the heat of the moment aan houden. Met andere woorden: een rationele benadering of analyse van emoties leidt niet altijd tot emotionele verschuiving of verandering in gedrag. Of: tijdens het verdrinken zijn mensen niet altijd gebaat bij instructies over hoe ze moeten zwemmen, al hebben dergelijke instructies wel hun plaats in een zwemles.

Hoofdstuk tien en elf gaan vervolgens over seksualiteit en hoe je een brug kan bouwen naar elkaar als partners in dat specifieke aspect van je relatie. Ook hier wordt een gefaseerd stappenplan naar voor geschoven om verbinding te genereren. De tastbare en concrete oefeningen lijken me een grote meerwaarde voor partners in een prille relatie die samen aan de slag willen in het coconstrueren van hun gezamenlijke seksualiteit. De auteur tracht het autoerotische (persoonlijke verlangens, wensen, fantasieën et cetera) van partners te accepteren en te normaliseren om zo een brug te slaan naar een gezamenlijke, gedeelde erotiek. Ook hier kom ik weer in een spreidstand waarin ik de onmiskenbare meerwaarde van dergelijke literatuur erken, maar bots op het reductionistische effect. De oefeningen zijn helder, duidelijk en concreet. Het zijn richtingaanwijzers op het pad naar herverbinding in seksualiteit, al wordt er opnieuw onvoldoende aandacht besteed aan de complexe sociale werkelijkheid van mensen (eigen netwerk; interpersoonlijke perspectieven, bijvoorbeeld: ‘Wat denk ik dat mijn partner over me denkt?’; sociale en maatschappelijke perspectieven zoals: ‘Wat is een goede partner?’ enzovoort). In het grote stappenplan of de opsomming van oefeningen zit opnieuw de onuitgesproken, onderliggende boodschap van maakbaarheid in relatie of dat ‘betere’ communicatie de facto leidt tot optimalisatie van de relatie of verbinding. Dit lijkt me niet altijd toepasbaar, maar we kunnen ons ook de vraag stellen of een boek op iedereen toepasbaar kan en moet zijn.

In een twaalfde en laatste hoofdstuk worden monogamie en meer open relatievormen besproken, al blijf ik hier wat op mijn honger zitten en lijkt een verdere uitdieping wenselijk.

Doorheen het boek maak ik me, naast bovenstaande reflecties, nog een bedenking. Zoals ik al schreef, vind ik het fantastisch dat dergelijke literatuur verschijnt en dat diverse relatievormen zichtbaarder worden in onze maatschappij. Toch vraag ik me af welk beeld we creëren van sommige subgroepen, in dit geval homoseksuele mannen. Doorheen het boek sluipt een beeld van de homo als een vrijpostig en promiscue wezen dat ook middelengebruik niet schuwt, wat vervolgens leidt tot meer complexiteit en moeilijkheden. Wat met homoseksuele paren die zich niet in dat profiel herkennen? Wat met de opportuniteiten, krachten en sterktes van niet-heteroseksuele relaties? Kan ook dat belicht worden? Wat met homoseksuele paren die gedijen en floreeren en dit vervolgens attribueren aan hun seksuele oriëntatie? Ik denk dat de zienswijze waarmee we andersoortige relatievormen benaderen nog verder gediversifieerd kan worden vanuit een positieve, krachtgerichte bril. Het in het boek beschreven profiel zegt misschien eerder iets over welke homoseksuele paren hun weg vinden naar de private therapeutische praktijk of alleszins die van Weideveld?

Concluderend: als homoseksuele man ben ik blij dat dergelijke literatuur verschijnt en wil ik vooral de toegevoegde waarde van dit boek aan de huidige verzameling zelfhulpboeken in de psychologie benadrukken. Als systeemtheoretisch psychotherapeut erken ik zeker en vast die meerwaarde, al komt daar een genuanceerde kritische noot bij, zoals hierboven verwoord. Ik heb de indruk dat het voor vele schrijvers een uitdaging blijkt om een evenwicht te vinden tussen een krachtgericht discours dat lezers ondersteunt én tegelijkertijd erkenning geeft aan de intensiteit en hardnekkigheid van last. Misschien moet ik dat ook niet verwachten. Voor een cognitief en wilskrachtig deel van de mannelijke same-sex paren zal dit boek ongetwijfeld een bijdrage leveren in de zoektocht naar herverbinding. En dat andere deel van die doelgroep wens ik een productieve verdere (systemische?) zoektocht naar wat dan wel helpen kan.