

# Na ontboezeming van Jana in ‘Blind getrouwd’ over seksuele voorkeuren: hoe ga je als koppel om met uiteenlopende wensen?

Het Nieuwsblad - 01 Nov. 2022

*“Ik wil geen lieve man in bed.” Het was even slikken voor Christiaan toen Jana haar seksuele voorkeuren deelde in de meest recente aflevering van Blind getrouwd. Hij is namelijk wél lief. Hoe ga je daar als koppel mee om, als de seksuele voorkeuren uiteenlopen? “Dat hoeft geen probleem te zijn.”*

Jana en Christiaan uit ‘Blind Getrouwd’ nemen geen blad voor de mond, zoveel is duidelijk. Communicatie is een van de sterkere punten van het koppel. Moeilijke onderwerpen worden bespreekbaar gemaakt, gaande van de afstand tussen hun woonplaatsen - is die overbrugbaar? - tot de status van hun intimiteit. Jana sprak zich zelfs openlijk uit over haar wensen in bed. Met enige voorzichtigheid, dat wel. Maar toch was niet alleen Christiaan maar ook tv-kijkend Vlaanderen getuige van haar persoonlijke ontboezemingen.

“Ik vind dat positief”, zegt Sarah Hertens, relatietherapeut en een van de experten die het koppel begeleidt in het programma. “Seksualiteit is een belangrijk onderdeel van de relatie, als koppel moet je ook op dat gebied een klik vinden. Alleen door erover te praten, kan je er als koppel in groeien.” Ook wanneer dat op nationale televisie gebeurt? “Dat gebeurde in de vorige seizoenen ook, maar misschien minder openlijk. Het is heel knap en een teken van maturiteit dat zij dat durven. Uiteindelijk spreken ze zich uit over iets waar iedereen het toch over heeft.”

Kleine kanttekening: de deelnemers van Blind getrouwd worden nooit gepusht om intiem te zijn met elkaar. “We zeggen wel dat het belangrijk is”, zegt Hertens. “Of toch om enige vorm van intimiteit te beleven. Maar het is natuurlijk geen must. Ze kennen elkaar uiteraard nog niet lang.”

## Dominante man

Christiaan is erg lief, maar Jana is niet op zoek naar een lieve man in bed, zo vertelde ze tijdens een koppelgesprek. “Ik zoek een dominante man die mij durft op bed smijten. Iemand die zacht zijn hand op mijn lichaam legt, dat is niet wat mij triggert op dat moment.” Christiaan kan zich niet meteen een beeld vormen van wat hij dan wel moet doen. “Moet ik dan onmiddellijk op haar springen en haar pyjama kapottrekken? Dat ligt me niet.” Uiteenlopende voorkeuren, dus. Hoe ga je daarmee om? “Ik weet niet of je bij een pril koppel al kan spreken van zeer uiteenlopende wensen in bed. Als je elkaar leert kennen en in volle verliefdheid belandt, is er eerder sprake van lust. Of proberen de ander zo veel mogelijk te pleasen”, aldus Hertens.

Het is pas in een latere fase van de relatie, wanneer de eerst verliefdheid gaat liggen, dat koppels elkaar beter leren kennen op het vlak van seksualiteit. “Dan pas ga je meer praten over de eigen verlangens of fantasieën gaan delen.” Als daaruit blijkt dat partners niet op dezelfde lijn zitten op het gebied van seksualiteit, hoeft dat nog steeds geen probleem te zijn voor de relatie. “Natuurlijk zijn er extreme situaties waarbij het moeilijk wordt om tegemoet te komen aan je partner, bijvoorbeeld wanneer je er zelf helemaal anders tegenaan kijkt. Maar in de meeste gevallen is het haalbaar om mee te gaan in bepaalde verlangens of wensen.”

Dat tegemoetkomen aan de wensen van je partner kan op verschillende manieren. “Het hoeft niet altijd volledig te zijn zoals de ander het wilt, maar je kan wel gaan exploreren wat mogelijk is.”

## Prikkelen en uitdagen

Als een van de partners zijn of haar wensen uitspreekt, kan dat vaak intimiderend overkomen voor de ander. “Het kan inderdaad voorvallen dat de ander uit de lucht valt, perfect tevreden is met hoe alles verloopt. Op zo’n moment kan dat binnenkomen of gepaard gaan met gevoelens van afwijzing. ‘Waarom mag ik niet gewoon mezelf zijn? Ben ik niet goed genoeg?’ Dan is het een kwestie van het niet persoonlijk op te nemen en gesprek open te trekken, te kijken wat erachter die verlangens zit.”

Volgens Hertens is het onderliggende vaak een verlangen naar spanning of prikkeling in de relatie. “Soms mist een man of vrouw een stukje uitdaging. Een belangrijke basis in iedere relatie is stabiliteit en vertrouwen, maar tegelijkertijd zijn dat ook de dooddoeners van de relatie. Het is net dat vleugje mysterie en spanning die het geheel prikkelend houdt.” Het is zaak van de juiste balans vinden. “Dat is inderdaad een belangrijke evenwichtsoefening, enerzijds verbinding en vertrouwen vinden, anderzijds elkaar blijven prikkelen en uitdagen.”