

De relatietherapeut

Mijn vrouw en ik zijn al meer dan vijftien jaar getrouwd. We hebben twee kinderen, een zoon en een dochter. Ze zijn dertien en tien. Samen vormen we een gelukkig gezin.

Mijn vrouw heeft een job als Sales Manager in een boetiek in hartje Brussel. Ik werk al enkele jaren als zelfstandige architect. We verdienen beiden goed. Zij en ik vormen ook een goed team.

Ik ben de rustige zelve, als er conflicten zijn, zij is eerder het type dat uit razernij begint te roepen. Als de storm is gaan waaien dan leggen we het altijd bij, door met elkaar opnieuw te praten. Zij geeft dan eerlijk toe dat ze niet had moeten roepen en ik geef toe dat ik me meer had moeten openstellen tijdens het gesprek om bepaalde beslissingen te maken.

Het enige wat in onze relatie te kort schiet is dat we op vlak van intimiteit amper tot niets meer doen. We gaan wel eens naar de cinema of we gaan samen uit eten, maar tussen de lakens gebeurt er niets meer.

Toen we elkaar leerde kennen was zij het die de eerste stap zette, ook zij gaf me als eerste een zoen op de mond. Zij was ook de eerste die de stap zette om met elkaar seks te hebben. Het kwam altijd van haar kant, en dat vond ik leuk, zelfs opwindend.

Wanneer onze dochter kwam, was de seks minder, maar dat kwam snel terug, eenmaal onze dochter zes maand oud was en in haar eigen kamer sliep. Ons seks leven werd terug zoals voordien.

Wanneer onze zoon kwam, duurde het meer dan één jaar voor de intimiteit weer op gang kwam, maar dat kwam vooral omdat ze tijdens bevalling een knip had gekregen en die herstelde heel moeizaam.

Ons seks leven was goed tot wanneer ze vijf maand geleden een affaire kreeg met een collega. Ze was met enkele vriendinnen weggegaan en had daar iemand leren kennen. Ze was helemaal in de ban van die gast, al snap ik nog steeds niet waarom. Hij gaf haar dezelfde aandacht als ik, dus wat miste ze dan.

Vier maand geleden ontdekte ik, via haar smartphone, dat ze me bedroog. Ik voelde me niet boos, want ik verhief mijn stem niet eens, maar ik voelde me heel zwaar gekwetst. Mijn levenspartner had me op alle vlakken gekwetst, zowel fysiek als mentaal. Het vertrouwen, de eerlijkheid, onze innige band...dat voelde allemaal plots heel wantrouwig. Ze had spijt van haar affaire en smeekte me om haar niet te verlaten. Ik heb het ook niet gedaan, waarom omdat ik niet de man ben die zou scheiden van de vrouw waar ik zo van hou. Voor mij was alles perfect, maar dat was het niet voor haar.

We hebben, samen in overleg, beslist om naar een relatie therapeut te gaan. Ondanks dat ik mijn huwelijk wou redden, voelde dit allemaal heel onwennig aan. Een vreemde die zich lekker gaat moeien met mijn gezin, nee dank u.

Ik vond het al helemaal niet kunnen ,wanneer mijn vrouw, huilend haar verhaal deed bij de therapeut. De dingen die ik toen heb moeten horen. Ik had totaal geen idee dat mijn vrouw zo ongelukkig was met mij. Het is daar dan ook de eerste keer dat ik me heel kwaad heb gemaakt. 'Je zegt dat ik nooit geen initiatief neem, terwijl ik altijd voor je zou springen. Je weent omdat ik nooit naar je luister, terwijl ik altijd één en al oor ben met je. Je verwijt mij, omdat ik je in de armen van die man heb geduwd, terwijl ik niet eens weet wie die paljas is.' De therapeut keek, zweeg en noteerde. Daar werd ik al helemaal nijdig van. 'En jij, jij wordt betaald door mij en je doet niets!' Achteraf heb ik me om dat laatste geëxcuseerd.

Toen de therapeut me vroeg wat mijn kant van het verhaal was, klonk het als volgt: 'Ik ben heel gelukkig met mijn vrouw en kinderen, alsook met mijn job. Ik sta altijd klaar voor hen als ze me nodig hebben.' En dat was het dan.

'Als je vrouw praat over haar gevoelens luister je wel, maar hoor je ook wat ze zegt?' vroeg de therapeut plots. Wat bedoelde ze daarmee, natuurlijk luister ik en ik hoor het toch ook. Pas wanneer de therapeut uitlegde dat er een verschil is tussen luisteren en horen, begreep ik inderdaad dat ik nooit gehoord heb naar mijn vrouw. Als zij me vertelde dat ze ik wat meer haar op mijn tanden

moesten hebben of dat ik ook eens het initiatief mocht nemen om iets te doen, dan luisterde ik wel maar ik hoorde het niet.

Dit waren één van de noodkreten die me ontglipte. Ik negeerde ze of durfde me niet open te stellen om er iets aan te doen.

‘Hoe is je relatie met je ouders? En hoe was je jeugd?’ Wat hebben die vragen nu te maken met de crisis die ik en mijn vrouw meemaken. Niks toch!

‘Goed, denk ik.’

‘Mocht jij ooit beslissingen nemen of het woord voeren tijdens een gesprek binnen het gezin?’ vroeg de therapeut als volgt. Nee dat was mocht in geen geval. De enige die het woord voerde in ons gezin, was mijn vader. Hij had het eerste, maar ook het laatste woord. Mijn moeder, net als ik, zwegen en knikte enkel als hij iets zei.

En terwijl ik dat vertelde aan de therapeut, begreep ik waarom ik in mijn eigen relatie nooit het woord voerde, het initiatief nam of het laatste woord uitsprak. Het kwam allemaal, omdat ik zo niet was opgevoed.

Toen ik hier binnenstapte, ergerde ik me binnenin aan die onbekende, maar na één uur in haar oncomfortabele bank te hebben gezeten, snapte ik wat de oorzaken waren in mijn gezin. Ik realiseerde me en begreep mijn vrouw meer dan dat ik op die vijftien jaar tijd heb gedaan. Zij moest altijd de beslissingen nemen, zij moest steeds het initiatief nemen, zij moest zich kwaad maken. Ze wou dit allemaal niet, maar ze kon niet anders. Als zij het niet zou doen, wie zou het dan wel gedaan hebben in ons gezin. Mijn vrouw vertelde, tijdens haar deel van het verhaal, dat ze het moe was. Nu begreep ik dat het inderdaad heel vermoeiend voor haar moet geweest zijn, om altijd de leiding te nemen. De verantwoordelijkheid die zij steeds moest voelen. Jeetje, ik heb mijn vrouw van me weggeduwd, zonder dat ik het besepte.

Na een tweede en derde sessie kon ik aanvaarden en begrijpen dat mijn vrouw ook begeerd wou worden tijdens een vrijpartij. Ze vond het leuk, en ik ook trouwens, als ze de touwtjes in handen had tijdens het vrijen. Maar diep vanbinnen verlangde ze er ook naar om eens ruw tegen de muur genomen te worden. Daarom dat de korte affaire met die nietsnut haar uitlaatklep was. Hij greep haar wel stevig bij de heupen of stopte plots aan een verlaten parking om haar lekker te vingeren. Het geeft me nog de nodige rillingen als ik hier aan denk, maar aan de andere kant, het had vermeden kunnen worden als ik wat meer ballen aan mijn lijf zou hebben.

Begrijp me niet verkeerd, bij zo een therapeut, gaat het niet om wie de schuldige is. Het gaat erom dat je met beide ogen kan inzien dat zowel je partner als jijzelf onopzettelijke fouten begaat en dat je daar als koppel uit kan leren.

Zij weet nu ook dat haar temperament me schrik aandoet, dat het me doet denken aan mijn vader. Hij riep ook altijd tegen mijn moeder en ik. En als ik haar hoor roepen dan wekt het dingen bij me op dat me angstig maken.

Dankzij de therapeut leren we om al deze prikkelingen in onze relatie anders aan te pakken. Ik leer om meer het initiatief te nemen en om beslissingen te nemen. Als mijn kinderen vragen of ze weg mogen, schoof ik het altijd: ‘Vraag het maar aan mama.’ Nu zeg ik dat het prima is of dat ik het helemaal niet goed vind. Voor hen is het ook wennen, als ik als vader nee zeg, maar ze vinden het wel oké. Mijn vrouw leert vooral om haar furieuze momenten te kalmeren door ademhalingsoefeningen te doen, vooral wanneer ze een zware werkweek achter de rug heeft en aanvoelt dat ze ieder moment gaat losbarsten.

Op het intieme vlak durf ik nog altijd niet om het initiatief te nemen. Het voelt aan alsof ik bang ben om de controle te nemen. Mijn vrouw is begripvol, als we in bed hierover praten. Ze begrijpt waar het probleem is en vandaan komt. ‘Stap voor stap.’ zei de therapeut. Ik hoop echt dat ik de man kan worden, die ik diep vanbinnen wel wil zijn, maar niet durf te zijn. Ik weet ook dat ik hierdoor mijn vrouw misschien kan verliezen of dat zij opnieuw een nieuw affaire zou aangaan. Ik ben er bang om, maar ik zou het haar niet verwijten. De behoefte die een mens heeft daar kan je die persoon niet om verwijten.

We komen er wel uit, denk ik, hoop ik. We zijn enkele dagen geleden naar theater geweest. Tijdens de rit naar huis, durfde ik achter het stuur mijn vrouw over haar been te strelen. Ze vond dat heel opwindend, en ik ook trouwens. Verder durfde ik nog niet te gaan, maar wie weet stop ik een volgende keer aan een verlaten parking en trek ik haar panty's los om haar vervolgens een lekkere beurt te geven. In mijn fantasie zit het goed, nu de stap zetten in de echte wereld....

A. Lilou