

Casus: Seksuele onervarenheid

Coachingvraag:

Cliënt vraagt coaching, omdat hij onzeker is over zijn vrijgedrag bij zijn nieuwe vriendin.

Situatiebeschrijving:

Hans is na een huwelijk van 30 jaar 3 jaar geleden gescheiden. Hij heeft sinds een half jaar een nieuwe vriendin en is erg onzeker over zijn "vrijgedrag". Vraagt zich af, of hij het wel "goed" doet. Zijn ex-vrouw was ook meteen zijn eerste vriendinnetje en hij heeft verder nooit een andere vrouw in zijn leven gehad. En hoewel ze samen 3 kinderen hebben, was het seksleven met zijn ex-vrouw nooit echt geweldig. Zij vond er weinig aan en toen de kinderen het huis uit waren, wilde ze seksueel helemaal niets meer van hem weten. Dat was ook de mede-oorzaak van de scheiding.

De nieuwe vriendin van de man is nooit getrouwd geweest en heeft vele seksuele partners in haar leven gehad. Hans voelt zich daar erg onzeker over, temeer daar zij de laatste tijd opmerkingen begint te maken over zijn onervarenheid en onhandigheid op seksueel gebied. Met haar medeweten gaat hij deze coaching aan.

Doelstelling en Aanpak

De doelstelling van de coaching is, dat Hans zich zelfverzekerder gaat voelen op seksueel gebied. (Op een schaal van 1 tot 10 geeft hij zichzelf een 2 a 3 als goede minnaar).

De aanpak bestaat eruit, dat in de sessies wordt gewerkt aan kennisvermeerdering over seksualiteit (met name ook de anatomie van de man en de vrouw, waar hij weinig van bleek te weten), met rollenspel, met massagetechnieken en tantrische technieken en surrogate-partnerschap.

Boeken en instructie-video's worden als huiswerk aan hem meegegeven en in de daaropvolgende sessie besproken en naar gelang de behoefte ook daadwerkelijk beoefend.

Na elk rollenspel, waarin Hans het samenzijn met een vrouw oefent, wordt feedback gegeven. Omdat hij nooit geleerd heeft om zijn emoties te tonen en zijn gevoel te uiten, wordt daar extra aandacht aan besteed. Hem wordt "liefdestaal" geleerd. (lieve woordjes zeggen, complimenten maken, uitspreken van zijn gevoelens e.d.). Vooral in de massage- en tantrische technieken blijkt Hans zeer geïnteresseerd. Die worden dan ook uitgebreid beoefend. Hij brengt het geleerde daarna meteen in de praktijk bij zijn vriendin, die er heel enthousiast op reageert. Het blijkt zelfs, dat zij nu door hem seksuele ervaringen beleeft, die zij niet voor mogelijk had gehouden.

Na 5 sessies van 3 uur, verspreid over bijna 5 maanden, voelt Hans zich zelfverzekerder genoeg om zelfstandig verder te gaan. (Op de goede minnaarschaal geeft hij zichzelf nu een 8 a 9).

Bovendien is zijn vriendin zo enthousiast geworden over de tantrische technieken, die hij inbracht, dat zij zich hebben opgegeven voor een tantra-parenworkshop om hun relatie verder te verdiepen.

Conclusie:

Hans is door de coaching veel zelfverzekerder geworden als minnaar.

Hij is vrolijker en straalt ook meer mannelijkheid en kracht uit dan voorheen.

Hij heeft vele nieuwe vaardigheden geleerd en veel nieuwe seksuele informatie gekregen.

Hierdoor kon hij zelfs aan zijn seksueel ervaren vriendin nieuwe ervaringen meegeven.

De gelijkwaardigheid en intimiteit in de relatie is daardoor enorm toegenomen en hun toekomst ziet er rooskleurig uit.

Lering uit deze casus:

Het was een voordeel, dat de vriendin van Hans helemaal achter de coaching stond en hem hierin steunde. Daardoor kon hij het geleerde ook meteen met haar in praktijk brengen en konden ze samen "oefenen" en hierin groeien. Dit zorgde ervoor, dat cliënt al na 5 sessies kon afsluiten.

Luna van der Velde
31-3-2009

