

Dwarslaesie Organisatie Nederland

Landelijke Laesiedag

Intimiteit en seks met een laesie

Jim Bender

GZ psycholoog-seksuoloog NVVS

20 oktober



Wie ben ik? Wie zijn jullie?

- Wie heeft hier een laesie? en de anderen?
- Leeftijd
- Hoe lang geleden is de laesie ontstaan?
- Single? Wie heeft een relatie?
- Bespreekbaar gemaakt? Zelf ter sprake gebracht?



7 uitdagingen rond intimiteit en seks

1. Jij hebt nieuwe gebruiksaanwijzingen. Ook voor seks!

- De “bedrading” is ontregeld.
- Hoe werkt het allemaal? Zin, vochtig, stijf, klaarkomen?
- Seks is bewegen, voelen, strelen. Wat kan ik nog?



7 uitdagingen rond intimiteit en seks

2. Ik beleef /ervaar intimiteit en seks anders.

- Sensibiliteit
- Emotioneel
- Betekenisgeving



7 uitdagingen rond intimiteit en seks

3. Veranderingen in de intieme relatie.

- Voor de partner is de seks ook anders.
- Gewoontes en patronen veranderen. Afstemmen opnieuw!
- Soms is het nieuwe ronden, nieuwe kansen?
- Beste minnaar ooit!



7 uitdagingen rond intimiteit en seks

4. Praktische problemen-praktische oplossingen.

- Spelbrekers
- Speeltjes, steunkussens, medische hulpmiddelen
- Plannen, afspreken, erover praten!



7 uitdagingen rond intimiteit en seks

5. Als het niet kan zoals het moet, moet het zoals het kan.(behalve als het om seks gaat?!)

- Normen en waarden kunnen knellen.
- Seks hoort spontaan en vanzelf te gaan.
- “Achteruitkijkspiegel”
- Nieuwsgierigheid en creativiteit



7 uitdagingen rond intimiteit en seks

6. Jij bent jong en je wil wat!

- Intimiteit en seks moet je leren!
- Hoe zit ik in elkaar?
- Hoe moet dat met solo-seks?
- Hoe kom ik aan een relatie?



Uitdaging 7: Leer erover te praten!

- Met jezelf
- Met je partner
- Met lotgenoten
- Met hulpverleners (zo nodig)

