

Beschouwing

Een interpersoonlijk perspectief op seksualiteit: Over de rol van hechting en relaties

Marieke Dewitte

Samenvatting

Hoewel seks meestal plaatsvindt in de context van een relatie, is het onderzoek naar de interpersoonlijke dynamieken van seksualiteit eerder beperkt. Met het oog op het ontwikkelen van meer valide theoretische modellen die ook van toepassing zijn in de klinische praktijk, dienen we verder te gaan dan de studie van individuele factoren en dus rekening te houden met de relationele context en de responsen van beide partners. In dit artikel zal ik dieper ingaan op de wisselwerking tussen seks en relaties en hoe we dit kunnen benaderen vanuit de hechtingstheorie. Ik leg hierbij de nadruk op hoe individuele verschillen in hechtingsoriëntatie zich manifesteren in (seksuele) relaties en licht beknopt toe hoe zich dat vertaalt in de klinische praktijk. Daarnaast zal ik de link tussen seks en relaties vanuit een informatieverwerkingsperspectief beschrijven en een aantal suggesties doen om het dyadisch onderzoek naar seksualiteit vorm te geven. Door de seksuele met de niet-seksuele aspecten van de relatie te verbinden en de data van beide partners te includeren, krijgen we uiteindelijk een beter zicht op de determinanten van seksueel (dis) functioneren en seksuele beleving.

Seks vindt meestal plaats in de context van een relatie. Men zou dus verwachten dat seks- en relatieonderzoek sterk verweven zijn met elkaar. Dit blijkt echter niet het geval te zijn. Seks-onderzoekers houden maar weinig rekening met relationele factoren wanneer ze seksuele reacties bestuderen en relatie-onderzoekers vergeten het belang van seksuele variabelen in het beïnvloeden van de emotionele band tussen partners. Beide domeinen zijn dus relatief onafhankelijk van elkaar ontwikkeld, met elk hun eigen onderzoekstraditie, onderzoeksmethoden, literatuur, wetenschappelijke organisaties en congressen. Dit is merkwaardig gezien seks een belangrijke rol speelt in de ontwikkeling en bestendiging van de affectieve band tussen partners. Ook de DSM-5 reduceert seksueel disfunctioneren tot een individueel probleem waarbij enkel de individuele lastervaring in rekening gebracht wordt (en niet relationeel lijden wat voorheen wel een criterium was). Dit is een gemiste kans en doet onrecht aan de relationele en contextuele bepaaldheid van seksuele pro-

blemen (Laan, 2013). Onderzoek heeft aangetoond dat bevredigende seksuele interacties positieve emoties teweegbrengen, wat bijdraagt tot relatietevredenheid, terwijl negatieve seksuele interacties en seksuele problemen de verbondenheid tussen partners kan verbreken (Sprecher & Cate, 2004). Het verband tussen seks en relaties geldt ook in de andere richting, want de relatiecontext kan een risicofactor vormen voor het ontwikkelen van seksuele problemen, alsook een bron van steun en veerkracht zijn wanneer seksuele problemen zich voordoen binnen het koppel (Sprecher, 2002; Stephenson & Meston, 2010). Het is ook opmerkelijk dat, hoewel Masters en Johnson reeds in de jaren 70 aangaven dat het koppel en niet het individu de focus is van zowel onderzoek als behandeling, er nog maar weinig directe evidentie bestaat over de rol van relatie-kenmerken en partnerresponsen in seksueel functioneren. Het lijkt er dus op dat het interpersoonlijk perspectief op seksualiteit geïntegreerd werd in de klinische praktijk, maar niet ondersteund wordt door solide theorieën die verhelderen wat de invloed is van de partner op het individueel seksueel functioneren en hoe de seksuele responsen van beide partners interageren met elkaar. In dit artikel zal ik dieper ingaan op de wisselwerking tussen seks en relaties, met bijzondere aandacht voor de rol van hechting als verklarend kader. Daarnaast zal ik een theoretisch model aanreiken om de link tussen seks en relaties vanuit een informatieverwerkingsperspectief te begrijpen en een

Dr. M. Dewitte, psycholoog, seksuoloog, Department of Clinical Psychological Science, Universiteit Maastricht
Correspondentie: Universiteitssingel 40, 6229 ER Maastricht,
E: Marieke.Dewitte@maastrichtuniversity.nl

Ontvangen: 13 juli 2015; Geaccepteerd: 26 januari 2016

aantal suggesties doen om het dyadisch onderzoek naar seksualiteit vorm te geven.

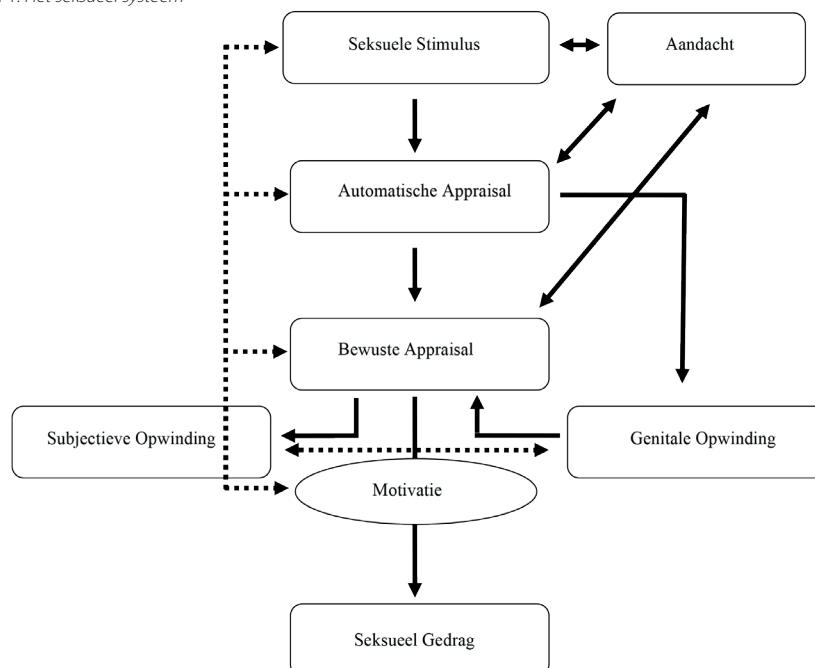
Een cognitief-motivationaleel perspectief op seks en relaties

Een belangrijke reden waarom dit interpersoonlijk perspectief tot nu toe zo weinig aandacht gekregen heeft, is omdat seksonderzoek een lange traditie kent om seks als een stabiel individueel kenmerk te bestuderen, waarbij men steunt op individualistische verklaringmodellen en individuele meet- en analysemethoden (Dewitte, 2014). Hoewel deze individuele focus duidelijk voordelen heeft en er voldoende evidentie bestaat dat seksualiteit bepaald wordt door persoonlijke factoren (Geer & Janssen, 2000; Toates, 2009), kunnen we er niet om heen dat seks ook een contextueel gegeven is en dus sterk beïnvloed wordt door dynamische en dyadische processen tussen partners. En zelfs wanneer we individuele seksuele responsen beschouwen zoals masturbatie of *casual* seks, dan nog kunnen we de invloed van de (vroegere en huidige) relationele context niet negeren. Uit een recente dagboekstudie blijkt immers dat masturbatie-gedrag bij mannen sterk beïnvloed wordt door de mate van relatietevredenheid en dat partnerresponsiviteit doorheen de dag een invloed heeft op hoe men de relatie en de partner ervaart de volgende dag (Dewitte, 2015). Dit impliceert dat zelfs op individueel niveau de relatie een impact heeft op de betekenis, beleving en expressie van solitaire seks.

Een tweede belemmering in het onderzoek naar de interpersoonlijke dynamieken van seks is het feit dat onderzoek zich vaak beperkt tot het vaststellen van verbanden tussen variabelen, terwijl het meer informatief is om de determinanten en tussenliggende processen van het verband tussen seks en relaties te onderzoeken.

In dit opzicht is het nuttig om seks te bestuderen vanuit een informatieverwerkingsperspectief omdat dit model toelaat om de processen tussen stimulus en respons op een gedetailleerde wijze te beschrijven (Dewitte, 2014; Janssen, Everaerd, Spiering, & Janssen, 2000). Dergelijke mate van specificiteit is noodzakelijk om de complexiteit van seksuele responsen te kunnen vatten en precies na te gaan in welke fase van het verwerkingsproces eventuele verstoringen kunnen optreden en in welke fase relationele ervaringen de meeste invloed zullen hebben. Het meest vernieuwende inzicht van dit model – gebaseerd op de idee van *incentive motivation* (Both, Everaerd, & Laan, 2007) – is de bevinding dat verlangen, opwinding en orgasme niet noodzakelijk een lineair-sequentieel verloop in de tijd kent. In plaats van seks te beschouwen als een instinctieve drift, gaat dit model ervan uit dat seks een dynamisch proces is dat getriggerd wordt door een seksuele stimulus en een aantal emotionele, cognitieve en motivationele processen in gang zet. Dit komt tegemoet aan de observatie dat de seksuele respons eerder circulair opgebouwd is (zie figuur 1). Concreet betekent dit dat het seksueel systeem automatisch getriggerd wordt door een seksuele prikkel die de *aandacht* trekt en als seksueel betekenisvol geëvalueerd wordt. Deze prikkel kan fysiek of cognitief (bv. vanuit fantasie) zijn en heeft vaak een belonende waarde gekregen op basis van voorgaande ervaringen. Deze automatische *betekenisverlening* lokt *genitale opwinding* uit. Wanneer we ons min of meer bewust worden van de op gang zijnde seksuele opwinding, wordt er steeds meer aandacht besteed aan de seksuele prikkel en wordt deze meer *bewust verwerkt*, wat uiteindelijk leidt tot een *subjectief* gevoel van *opgewonden* zijn. Dit gevoel van verlangen zal uiteindelijk de beleving van fysieke en sub-

Figuur 1. Het seksueel systeem



jectieve opwinding verder versterken, waardoor men ook *gemotiveerd* wordt (i.e., zin krijgt) om iets met die seksuele prikkel te gaan doen. Hoewel dit een hoofdzakelijk psychologisch model is, bestaat er geen twijfel dat ook biologische correlaten interageren met deze psychologische mechanismen. Onder meer hormonen zoals testosteron, oxytocine en dopamine kunnen de belonende en motivationele waarde van de seksuele triggers sterk beïnvloeden (Brom, Both, Laan, Everaerd, & Spinhoven, 2014).

In verschillende fasen van de seksuele respons zullen relatie-schema's – mentale representaties die opgebouwd zijn op basis van voorgaande relationele ervaringen – een belangrijke rol spelen. Vooral de betekenisverlening van seksuele prikkels als al dan niet belonend en seksueel stimulerend wordt grotendeels bepaald door vroegere relationele ervaringen (Dewitte, 2012). Om deze dynamiek beter te begrijpen biedt de hechtingstheorie een interessant heuristisch kader. Meer nog, van alle relatie-theorieën die voor handen zijn, heeft de hechtingstheorie wellicht de meest verklarende waarde wat betreft de studie van relationele dynamieken onderliggend aan functionele en dysfunctionele seksuele interacties (Dewitte, 2012; Mikulincer & Shaver, 2007, voor een overzicht).

Seks en relaties vanuit een hechtingsperspectief

De link tussen seks en hechting kan vanuit verschillende perspectieven bestudeerd worden (Dewitte, 2012). Zo stelt het evolutionair perspectief dat de hechtingsband tussen ouders de overlevingskansen van het kind vergroot en op die manier bijdraagt aan '*reproductive succes*', wat de uiteindelijke evolutionaire functie is van seksueel gedrag (Buss & Kenrick, 1998). Dit impliceert dat seks hechting faciliteert en dat hechtingsrelaties seks faciliteren. Wanneer mensen seksueel opgewonden zijn, wordt hun gedrag dus niet enkel geleid door de motivatie tot reproductie, maar ook door de motivatie om de relatie te verstevigen en bestendigen (Fisher, 1992). Ook op neurobiologisch niveau zijn seks en hechting duidelijk aan elkaar gelieerd via oxytocine, dat zowel tijdens seksueel- als hechtingsgedrag vrijkomt en een sterk conditionerend effect heeft, waardoor de belonende waarde van seks gekoppeld wordt aan die ene specifieke partner (Carter, 1998; Fisher, 1998). Tenslotte kan de link tussen seks en hechting ook bestudeerd worden vanuit het hechtingsperspectief zelf dat liefde conceptualiseert als de integratie tussen seks, hechting en wederzijdse zorg voor elkaar (Hazan & Shaver, 1987). Het basisidee van de hechtingstheorie is dat ervaringen met primaire zorgverleners en andere belangrijke personen doorheen het leven opgeslagen worden in relatie-schema's die onze gevoelens en gedrag in relaties zullen beïnvloeden, alsook seksueel gedrag (Shaver & Mikulincer, 2006). Die verschillende relatie-ervaringen geven aanleiding tot het ontwikkelen van verschillende hechtingsoriëntaties, waarbij men een onderscheid maakt tussen positieve ervaringen die resulteren in

veilige hechting en negatieve ervaringen die resulteren in angstige of vermijdende hechting. De combinatie van angstige en vermijdende hechting wordt soms beschreven als gedesorganiseerde hechting ('*fearful attachment*') en zou een ernstige kwetsbaarheidsfactor vormen voor het ontwikkelen van psychopathologie. Aangezien er nog maar weinig onderzoeksevidentie voor handen is over de relationele en seksuele karakteristieken van deze hechtingsoriëntatie, richt ik me primair op het beschrijven van hoe mensen met een overwegend veilige, angstige en vermijdende hechting vorm geven aan hun seksuele relatie.

Veilige hechting kenmerkt zich op relationeel vlak door vertrouwen, wederzijdse steun, tevredenheid, verbondenheid, constructieve conflictoplossing, open communicatie, zelfonthulling, positieve overtuigingen over relaties, en een balans tussen nabijheid en autonomie. Angstige hechting, daarentegen, uit zich in relatieontevredenheid, conflict, obsessieve liefde, vastklampend en controlerend gedrag, jaloezie, wantrouwen, angst om in de steek gelaten te worden, overmatige zelfonthulling, drang naar extreme nabijheid en intimiteit (die nooit genoeg is), een gevoel van leegte en hulpeloosheid en ambivalentie wat zich manifesteert als een verlangen naar nabijheid in combinatie met angst voor afwijzing. Vermijdende hechting, tenslotte, wordt gekenmerkt door minder interesse in relaties, instabiele relaties, minder openheid en warmte, interpersoonlijke afstand, minder betrokkenheid, minder zelfonthulling, nood aan onafhankelijkheid en autonomie, weinig empathie en medeleven, onderdrukking van emoties en weinig aandacht voor de noden van de partner (Mikulincer & Shaver, 2007, voor een overzicht).

In vergelijking met de uitgebreide onderzoeksliteratuur naar de invloed van hechtingsoriëntatie op relationele ervaringen, is er veel minder onderzoek naar het verband tussen hechting en seks. Nochtans kan de studie van hechting ons helpen om individuele verschillen in seksueel gedrag beter te begrijpen. Uit eerste onderzoeken blijkt dat veilige gehechte personen een goede balans vinden tussen relaties en seks (Feeney & Noller, 2004; Shaver & Mikulincer, 2006). Omdat ze een positieve perceptie hebben op zichzelf en relaties kunnen ze seks met een open *mind-set* benaderen, waardoor ze vooral seks hebben om wille van het plezier en niet om hechtingsnoden te bevredigen. Verder hebben ze aandacht voor de seksuele noden en wensen van hun partner, zijn ze gericht op wederzijdse bevrediging en houden ze van aanrakingen en strelingen tijdens seks. Ze hebben een grotere seksuele frequentie, een gevarieerd seksueel script, meer open seksuele communicatie, een groter seksueel zelfvertrouwen, ervaren meer positieve en minder negatieve emoties tijdens seks en zijn minder gepreoccupeerd met hun seksuele prestatie. Bovendien hebben ze een voorkeur voor seks in een vaste relatie, eerder dan *one-night stands* en *casual* seks.

Voor angstig gehechte personen lijken liefde en seks

samen te vallen. Omdat ze vooral seks hebben om hun hechtingsbehoeftes te bevredigen en dus gepreoccupeerd zijn met het bevredigen van hun nood aan intimiteit en nabijheid, ervaren ze maar weinig plezier aan seks. Verder zorgt hun gepieker en angst ervoor dat ze zich moeilijker kunnen ontspannen en laten gaan, wat zich manifesteert in opwindingsproblemen, orgasme-problemen en seksuele ontevredenheid. Op seksueel vlak worden ze ook gekenmerkt door een laag zelfvertrouwen en piekeren ze over hun seksuele prestatie en aantrekkelijkheid. Deze onzekerheid zorgt er ook voor dat ze vooral seks hebben om nabijheid en geruststelling te bekomen, om zich geliefd te voelen en om te voorkomen dat hun partner hen zou verlaten of afwijzen. Dit maakt hen aanzienlijk gevoeliger voor seksuele dwang en seksueel risicogedrag. Angstig gehechte personen blijken ook minder open te zijn in hun seksuele communicatie met de partner en hebben een voorkeur voor de intieme aspecten van seks (knuffelen, kussen, strelen), eerder dan de genitale aspecten. Seks vormt voor hen een barometer van relatiekwaliteit, wat impliceert dat de liefde van hun partner afgemeten wordt aan diens seksuele interesse. Hierdoor zijn ze hypervigilant voor signalen van verminderd verlangen, wat heel wat druk legt op de partner. Dit kan aanleiding geven tot een dynamische interactie tussen de relatie-schema's van beide partners. Het veeleisende en drukkend seksueel gedrag van een angstig gehechte partner kan er bijvoorbeeld voor zorgen dat de andere partner zich terugtrekt en zijn/haar seksueel verlangen inhibeert.

Vermijdende hechting kent op seksueel vlak veel gelijknissen met angstige hechting, zo blijkt uit de verhoogde prevalentie van opwindings- en orgasme-problemen, minder open seksuele communicatie, minder seksuele exploratie, minder seksuele tevredenheid, twijfels over hun seksuele prestatie en kwetsbaarheid voor seksuele dwang. Ze onderscheiden zich echter op een belangrijk punt, namelijk hun voorkeur voor fysieke en emotionele afstand waardoor seks en liefde onafhankelijk zijn voor hen. Dit impliceert dat ze de seksuele noden van hun partner lijken te negeren, minder seksueel verlangen en minder seks hebben, minder plezier in seks, een voorkeur voor de genitale aspecten van seks eerder dan knuffelen/strelen, meer *casual* seks en *one-night stands*, meer seksuele promiscuïteit (pornoverslaving), meer masturbatie en meer overspel. Als adolescent vindt de seksarche plaats op latere leeftijd omdat ze meer seksuele angst hebben en blijken ze vooral seks te hebben om erbij te horen of op te schepen. Verder hebben ze vooral seks om niet-relationale redenen zoals spanningsreductie en zelfbevestiging (Dewitte, 2012, voor een overzicht van bestaand onderzoek naar hechting, seks en relaties, zie ook Mikulincer & Shaver, 2007).

Geen hoop voor onveilige hechting?

Uit voorgaande uiteenzetting blijkt dat onveilige hech-

ting interfereert met wederzijdse bevredigende seksuele relaties. Dit impliceert echter niet dat onveilig gehechte individuen voorbestemd zijn om interpersoonlijke moeilijkheden en negatieve seksuele interacties te ervaren. Vanuit een contextueel perspectief op relaties, kan ervan uitgegaan worden dat zelfs onveilig gehechte individuen een bevredigende relatie kunnen hebben zolang er maar protectieve factoren zijn die een buffer vormen tegen de negatieve impact van hun onveilige hechtingsschema's (Karney & Bradbury, 1995). Intimiteit-bevorderende gedragingen zoals seksuele activiteit kunnen als beschermende factor fungeren. Zo blijkt uit een dagboekstudie waarin koppels gedurende 30 dagen dagelijks rapporteerden over hun hechtingsstijl, relatietevredenheid, seksuele tevredenheid en seksuele frequentie, dat seksuele activiteit en tevredenheid het negatieve effect van onveilige hechting op relatietevredenheid kunnen neutraliseren (Little, McNulty, & Russel, 2010). Nog een andere studie toonde aan dat het toegankelijk maken ('*primen*') van veilige hechtingsrepresentaties (denken aan iemand of aan een bepaalde interactie waaruit je steun haalt) een verhoogde interesse voor lange-termijn relaties oproep bij vermijdend gehechte individuen en zelfs hun verlangen naar korte-termijn relaties reduceerde (Gillath & Schachner, 2006). Deze studies leiden tot de belangrijke conclusie dat onveilige hechting buigzaam is en dat het al dan niet negatief effect van hechtingsonveiligheid op de (seksuele) relatie afhangt van de bredere situationele en relationele context en de aanwezigheid van corrigerende ervaringen. Dit heeft belangrijke klinische implicaties en suggereert dat interventies zich kunnen richten op het mentaal trainen van veilige interacties (Carnelley & Rowe, 2007; Gillath, Selcuk, & Shaver, 2008).

Naar de klinische praktijk

Wanneer we voorgaande ideeën over hechting en relaties koppelen aan de klinische praktijk, springen bepaalde therapeutische kaders in het oog. Emotionally Focused Therapy (EFT) is rechtsreeks afgeleid van de hechtingstheorie en benadert relationele en seksuele problemen als een uiting van angst voor verlies van verbondenheid (Johnson, 2008). EFT leert koppels om elkaars hechtingskreet en verlangen naar genegenheid te horen zodat ze die kunnen beantwoorden met tenderheid ipv. verwijten. Seks en aanraking zijn middelen om de emotionele band tussen partners te versterken. In tegenstelling tot het nastreven van ultieme verbondenheid laat David Schnarch (1991, 1997, 2002, 2009) een ander geluid horen en promoot hij een balans tussen autonomie en relationele betrokkenheid als sleutel tot bevredigende relaties. Volgens Schnarch zijn seksuele problemen een bijproduct van relaties en vormen ze leermomenten die kansen bieden tot groei. Differentiatie staat centraal in zijn behandeling en impliceert dat men trouw blijft aan zichzelf in verbondenheid met de ander. De idee dat differentiatie een belangrijke sti-

mulator is van seksueel verlangen, zit ook vervat in het denken van Esther Perel (2007). Zij geeft aan dat erotiek en verlangen voortbouwen op nieuwsgierigheid, verrassing en onvoorspelbaarheid eerder dan veiligheid. Het is een uitdaging om binnen de context van een duurzame relatie de mystiek van seks te herintroduceren. De hechtingsgeschiedenis speelt een belangrijke rol in het bepalen of men zichzelf al dan niet de moeite waard vindt om zich te mogen en willen geven in de seksuele relatie.

Een stap verder: aanbevelingen voor onderzoek

Hoewel bovenstaande correlatieve bevindingen een belangrijke eerste stap vormen in het onderzoek naar de link tussen seks en hechting, is het noodzakelijk om verder te gaan dan dit beschrijvend niveau en op zoek te gaan naar verklaringen voor de impact van hechting op seksuele beleving en gedrag. Daartoe vormt het eerder beschreven informatieverwerkingsmodel een goede aanzet. Dit model laat immers toe om op een gedetailleerde manier te onderzoeken hoe bepaalde hechtingsschema's - en ook algemener relatie-schema's - de regulatie van seksuele responsen beïnvloeden. Een vermijdende hechting kan er bijvoorbeeld voor zorgen dat men minder aandacht besteedt aan seksuele prikkels of dat men de belonende waarde van seksuele prikkels devalueert om zich aldus te distantiëren van seks, waardoor het seksueel systeem niet op gang komt. Dit biedt aangrijpingspunten voor de behandeling door bijvoorbeeld in te zetten op het verhogen van aandacht voor fysieke sensaties en het verlenen van een relationele betekenis aan seksuele prikkels. Ook een angstige hechting kan een vertekening teweegbrengen op betekenis-niveau, waarbij seksuele prikkels vooral hechtingsnaden oproepen (bv. angst om partner te verliezen) eerder dan de gedachte aan een seksuele beloning. Dit heeft belangrijke implicaties voor de behandeling en wijst erop dat we verder moeten kijken dan alleen seksueel gedrag. Immers, een hoog seksueel verlangen dat gedreven is door onzekerheid is minstens even destructief als een laag seksueel verlangen. Uit voorgaande blijkt dat verschillende relatieschema's een verschillend effect hebben op seksuele ervaringen via de invloed op aandacht, betekenisverlening en motivatie tav. seksuele prikkels. Door de sequentie van processen te beschrijven waarop veilige en onveilige hechtingsschema's kunnen ingrijpen, worden er handvaten aangereikt voor klinische interventies. Interventies in de eerste fasen van het seksueel proces (bv. zorgen voor adequate seksuele stimulatie, voldoende aandacht voor prikkels door de geest vrij te maken van zorgen, en een positieve seksuele betekenisverlening) zullen uiteindelijk ook de volgende fasen van seksuele opwindning en gedrag gaan beïnvloeden. Hoe eerder we ingrijpen in het proces van emotiegeneratie, hoe beter (Gross, 1998). Het verhogen van seksueel plezier kan dus deels gerealiseerd worden door een veilige hechtingscontext te creëren waarin seksuele

prikkels op een ontspannen, niet-vertekende manier benaderd en verwerkt kunnen worden.

Een tweede belangrijke stap die het onderzoek naar seks en relaties kan bevorderen is het includeren van de responsen van beide leden van het koppel, en dit zowel op vlak van beleving (bv. subjectieve opwindning) als fysiologie (bv. genitale opwindning). In eerste instantie is het belangrijk om de modulerende invloed van de partner op de beleving van het seksueel probleem te onderzoeken. De ernst van het probleem en de mate waarin het seksueel probleem als belastend ervaren wordt, hangt immers deels af van de manier waarop de partner het probleem benadert (Rosen, Bergeron, Lecer, Lambert, & Steben, 2010; Rosen, Muise, Bergeron, Delisle, & Baxter, 2015). De partner is getuige en deel van het seksueel probleem en kan dus via communicatieve en gedragsmatige signalen al dan niet bewust het dysfunctioneel seksueel gedrag bekrachtigen en uiteindelijk bestendigen. Dat partners onderling afhankelijk zijn van elkaar blijkt ook duidelijk uit het feit dat seksuele problemen bij de ene partner vaak gepaard gaan met seksuele problemen bij de andere partner (Fugl-Meyer & Fugl-Meyer, 2002; Laumann, Paik, & Rosen, 1999). Het is plausibel dat de mate van seksuele opwindning bij de ene partner een versterkend versus inhiberend effect zal hebben op de seksuele opwindning van de andere partner. Dit verwijst naar het fenomeen van "coregulatie" dat beschrijft hoe partners hun seksuele responsen afstemmen op elkaar en streven naar een punt van psychofysiologische homeostase in hun relatie (Sbarra & Hazan, 2008). Het is nog onduidelijk wat de (mal)adaptieve waarde is van coregulatie in de context van seksuele problemen. Wanneer de ene partner minder seksuele opwindning ervaart kan dit een feedback proces op gang brengen waardoor de andere partner zijn/haar seksuele opwindning inhibeert om aldus de homeostase in de seksuele relatie te bewaren. Dit kan ertoe leiden dat het koppel vastgeraakt in een cascade van negatief seksueel functioneren. Inzicht krijgen in de psychologische en fysiologische afhankelijkheid van seksuele partners vormt dus een interessante piste voor toekomstig onderzoek die zowel theorievorming als klinische praktijk verder kan informeren. Dergelijk onderzoek naar de wisselwerking tussen beide partners vergt een nieuwe methodologische aanpak. Tot nu toe beperkt seksonderzoek zich al te vaak tot het meten van seksuele opwindning van een individu tijdens het kijken naar een pornografisch filmfragment. De uitkomst hiervan zegt echter meer over solitaire seksuele activiteit dan over partnerseks. Aangezien seksuele problemen zich veel vaker voordoen in de context van een relatie eerder dan tijdens masturbatie, is deze individuele onderzoeksbenadering ontoereikend. Om uitspraken te doen over de dynamische interactie tussen partners, is het noodzakelijk om beide partners te betrekken in het onderzoek en na te gaan hoe ze hun seksuele responsen en opwindning, zowel subjectief als fysiologisch, afstemmen op elkaar.

Een derde belangrijke stap is om het onderzoek naar seks en relaties verder uit te breiden dan enkel laboratoriumonderzoek en vragenlijststudies. Hoewel deze methoden relevante en valide informatie opleveren, kunnen ze slechts een retrospectieve, cross-sectionele tijdsopname van seksuele ervaringen vastleggen. Bovendien is het kijken naar seksueel beeldmateriaal in het lab niet vergelijkbaar met de complexe en dagelijkse realiteit van dyadische seks, wat vragen oproept bij de ecologische validiteit van lab-onderzoek. Om hieraan tegemoet te komen, kunnen we gebruik maken van dagboek- en 'experience sampling'-methoden die de seksuele en relationele ervaringen van beide partners op een gedetailleerde manier in kaart brengen nabij het moment van voorkomen en in de dagelijkse context van de relatie (Laurenceau, & Bolger, 2005). Zo leverde een recente dagboekstudie een aantal interessante inzichten op over het belang van relationele factoren in het voorspellen van seksueel gedrag (Dewitte, 2015). Relatietevredenheid en partner gedrag doorheen de dag bleken significante voorspellers te zijn van seksualiteit en intimiteit, die ook op hun beurt een voorspellende waarde hadden ten aanzien van relatietevredenheid en partnergedrag de volgende dag. Dit patroon werd zowel bij mannen als vrouwen geobserveerd, wat aantoont dat in langdurige relaties niet alleen de vrouwelijke, maar ook de mannelijke seksualiteit relationeel gedetermineerd is. Deze bevindingen demonstreren het belang om beide partners van het koppel te includeren in onderzoek en om genderverschillen – die nochtans uitgebreid beschreven worden in de literatuur - niet als absolute fenomenen te beschouwen, zeker niet wanneer we relationele factoren in rekening brengen.

Conclusie

Seksonderzoek heeft zich traditioneel gericht op het meten van individuele seksuele responsen waardoor de sociale dimensie van het biopsychosociaal model tot nu toe onderbelicht bleef. Uit voorgaande uiteenzetting blijkt duidelijk dat onderzoek naar seks en relaties gekenmerkt wordt door complexiteit en daarom een dyadische, multi-methodische onderzoeksbepanding vereist. Het uiteindelijke doel is om de klinische praktijk verder te informeren door inzichten te verlenen in de etiologische en instandhoudende factoren van seksuele problemen om op die manier de processen te specificeren waarop de behandeling zich kan richten. Aangezien relatiedynamieken zowel een risicofactor als protectieve factor vormen voor de ontwikkeling van seksuele problemen, is de relatie een belangrijke *target* van behandeling. Concreet betekent dit dat therapie specifiek aandacht dient te besteden aan de hechtingsgeschiedenis van beide partners en de manier waarop deze relatie-schema's inwerken op de verschillende fasen van seksueel functioneren. In deze context is het nuttig om zich niet alleen te richten op de seksuele functie, maar vooral op de seksuele betekenis. Daar-

naast is het belangrijk om de dynamische interactie tussen partners te beschouwen, zowel in onderzoek als in de klinische praktijk. Seksueel functioneren binnen een koppel is immers een relatief fenomeen en kan dus niet gelijkgesteld worden aan de som van individuele responsen.

Literatuur

- Both, S., Everaerd, W., & Laan, E. (2007). Desire emerges from excitement: A psychophysiological perspective on sexual motivation. In E. Janssen (Ed.), *The psychophysiology of sex* (pp. 327-339). Bloomington: Indiana University Press.
- Brom, M., Both, S., Laan, E., Everaerd, W., & Spinhoven, P. (2014). The role of conditioning, learning and dopamine in sexual behavior: A narrative review of animal and human studies. *Neuroscience and biobehavioral Reviews*, 38, 38-59.
- Buss, D.M., & Kenrick, D.T. (1998). Evolutionary social psychology. In D.T. Gilbert, S.T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology* (Vol. 2, pp. 982-1026). New York: McGraw-Hill.
- Carnelley, K. B., & Rowe, A. C. (2007). Repeated priming of attachment security influences immediate and later views of self and relationships. *Personal Relationships*, 14, 307-320.
- Carter, C.S. (1998). Neuroendocrine perspectives on social attachment and love. *Psychoneuroendocrinology*, 23, 779-818.
- Dewitte, M. (2012). Different Perspectives on the Sex-Attachment Link: Towards an Emotion Regulation Account. *Annual Review of Sex Research*, 49, 105-124.
- Dewitte, M. (2014). On the interpersonal dynamics in sexuality. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 40, 209-232.
- Dewitte, M., Van Lankveld, J., Vandenberghe, S., & Loeys T. (2015). Sex in its daily relational context. *Journal of Sexual Medicine*, 12, 2436-50.
- Feeney, J.A., & Noller, P. (2004). Attachment and sexuality in close relationships. In J. Harvey, A. Wenzel, & S. Sprecher (Eds.), *Handbook of sexuality in close relationships* (pp. 183-202). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Fisher, H.E. (1992). *Anatomy of love: the natural history of monogamy, adultery and divorce*. New York: WW Norton & Co.
- Fisher, H.E. (1998). Lust, attraction, and attachment in mammalian reproduction. *Human Nature*, 9, 23-52.
- Fugl-Meyer, K. S., & Fugl-Meyer, A. R. (2002). Sexual disabilities are not singularities. *International Journal of Impotence Research*, 14, 487-493.
- Geer, J.H., & Janssen, E. (2000). The sexual response system. In J. Cacioppo, L. Tassinari, & G. Bernston (Eds.), *Handbook of Psychophysiology* (pp. 315-341). New York: Cambridge University Press.
- Gillath, O., Selcuk, E., & Shaver, P.R. (2008b). Moving toward a secure attachment style: Can repeated security priming help? *Social and Personality Psychology Compass*, 2, 1651-1666.
- Gillath, O., & Schachner, D.A. (2006). How do sexuality and attachment interrelate? Goals, motives and strategies. In M. Mikulincer & G.S. Goodman (Eds.), *Dynamics of love: Attachment, caregiving, and sex* (pp. 337-355). New York: Guilford Press.
- Gross, J.J. (1998). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 224-237.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Janssen, E., Everaerd, W., Spiering, M., & Janssen, J. (2000). Automatic processes and the appraisal of sexual stimuli: Toward an information processing model of sexual arousal. *The Journal of Sex Research*, 37, 8-23.
- Johnson, S. (2008). *Hold me tight*. Little Brown and Company.

- Karney, B.R., & Bradbury, T.N. (1995). The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, methods and research. *Psychological Bulletin*, 118, 3-34.
- Laan, E. (2013). Seksuele interesse/opwindingsstoornis bij de vrouw in de DSM-5: van 'libido' naar incentive motivation en seksueel plezier. *Tijdschrift voor Seksuologie*, 37, 131-136.
- Laumann, E. O., Paik, A., Rosen, R. C. (1999). Sexual dysfunctions in the United States: Prevalence and predictors. *Journal of the American Medical Association*, 281, 537-544.
- Laurenceau, J. P., & Bolger, N. (2005). Using diary methods to study marital and family processes. *Journal of Family Psychology*, 19, 86-97.
- Little, K.C., McNulty, J.K., & Russel, M.V. (2010). Sex buffers intimates against the negative implications of attachment insecurity. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36, 484-498.
- Mikulincer, M., & Shaver, P.R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press.
- Perel, E. (2007). *Mating in Captivity: Unlocking Erotic Intelligence*. Harper Collins: NY.
- Rosen, N.O., Bergeron, S., Leclerc, B., Lambert, B., & Steben, M. (2010). Woman and partner-perceived partner responses predict pain and sexual satisfaction in provoked vestibulodynia (PVD) couples. *Journal of Sexual Medicine*, 7, 3715-24
- Rosen, N.O., Muise, A., Bergeron, S., Delisle, I., & Baxter, M. (2015). Daily associations between partner responses and sexual and relationship satisfaction in couples coping with provoked vestibulodynia. *Journal of Sexual Medicine*, 155, 1028-1039.
- Sbarra, D.A., & Hazan, C. (2008). Coregulation, dysregulation, self-regulation: An integrative analysis and empirical agenda for understanding adult attachment, separation, loss, and recovery. *Personality and Social Psychology Review*, 12, 141-167.
- Schnarch, D. (1991). *Constructing the sexual crucible: An integration of sexual and marital therapy*. Norton & Co.
- Schnarch, D. (1997). *Passionate Marriage: Sex, Love, and Intimacy in Emotionally Committed Relationships*. Norton & Co.
- Schnarch, D. (2002). *Resurrecting Sex: Resolving Sexual Problems and Rejuvenating Your Relationship*. Harper Collins.
- Schnarch, D. (2009). *Intimacy & Desire: Awaken the Passion in Your Relationship*. Beaufort Books.
- Shaver, P.R., & Mikulincer, M. (2006). A behavioral systems approach to romantic love relationships: Attachment, caregiving, and sex. In R.J. Sternberg & K. Weis (Eds.), *The new psychology of love* (pp. 35-64). New York: Guilford Press.
- Sprecher, S. (2002). Sexual satisfaction in premarital relationships: Associations with satisfaction, love, commitment, and stability. *Journal of Sex Research*, 39, 190-196.
- Sprecher, S., & Cate, R.M. (2004). Sexual satisfaction and sexual expression as predictors of relationship satisfaction and stability. In J.H. Harvey, A. Wenzel, & S. Sprecher (Eds.), *Handbook of sexuality in close relationships* (pp. 235-256). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Stephenson, B.S., & Meston, C.M. (2010). When are sexual difficulties distressing for women? The selective protective value of intimate relationships. *Journal of Sexual Medicine*, 7, 3683-3694.
- Toates, F. (2009). An integrative theoretical framework for understanding sexual motivation, arousal and behavior. *Journal of Sex Research*, 46, 168-193.

Summary

An interpersonal perspective on sexuality: On the role of attachment and relationships

Although sex most often takes place in the context of a relationship, research on the interpersonal dynamics of sexuality is scarce. If we want to create more valid models of sexual functioning that can inform clinical practice, we must go beyond the study of individual factors and take into account the responses of both couple members and the relational context. In this paper, I will elaborate on the interplay between sex and relationships and approach this from an attachment perspective. I focus mainly on how individual differences in attachment orientation are manifested in (sexual) relationships and briefly explain how this is translated into clinical practice. Furthermore, I will describe the link between sex and relationship from an information processing perspective and provide several suggestions for dyadic research on sexuality. Linking the sexual with the nonsexual aspects of relationships and including data of both couple members is necessary to get clearer insight into the nature of sexual (dys)function and distress.

Keywords: attachment, relationship-schema, sexual (dys)function, sexual experience, dyadic research

Trefwoorden: hechting, relatie-schema, seksueel (dys)functioneren, seksuele betekenis, dyadisch onderzoek

ESSM Career Award 2016

voor Woet Gianotten, arts, psychotherapeut, seksuoloog NVVS

De Scientific Committee van de European Society of Sexual Medicine, overhandigde begin februari in Madrid tijdens haar jaarcongres, aan Woet Gianotten de ESSM Career Award voor zijn jarenlange verdiensten.

Uit de aanbevelingsbrief:

"You have been proposed and selected as an appreciation for your involvement in - and support of - our society over many years. The wishes to thank you for playing an important role in the development of European sexual medicine, and acknowledges your ability to unify the medical and psychological aspects of sexual medicine, your passion for education of the younger generations, putting onco-sexology and sexual dysfunction in the disabled and elderly on the map, and bringing the sex into sexual medicine."