

Wie niet weg is, is gezien! Over onthulling en verhulling in psychotherapie.

‘k Zie het al. Jij bent er ook zo één!’ , zegt een moeder tegen me wanneer ik de deur van het centrum geestelijke gezondheidszorg waar ik werk opende. Toegegeven: ik had een betere camouflage kunnen kiezen dan het dragen van een roze T-shirt en bloemenshort. Een doodsteek voor een vrouw wiens zoon – pardon: enige dochter, ja! – ik in begeleiding had om te spreken over zijn zoektocht als transgenderman.

Dat een transgenderidentiteit écht wel iets anders is dan een seksuele geaardheid en (eventuele) identiteit, was voor mevrouw mogelijks net een brug te ver om op dat moment aan te nemen van iemand zoals ik: een homoseksuele psycholoog.

Oefeningen in het therapeutisch spreken

Het gebeurt wel eens vaker dat cliënten vissen naar mijn geaardheid, maar doorgaans gebeurt dit op een iets subtielere manier. ‘X is mijn beste *gay friend*. Ik zal je eens een foto tonen. ’t Is een mooie jongen hoor!’ Of ‘Alles went behalve een vent. Jij kan daar ook wel over meespreken zeker?’ Of een ouder die zegt dat kindlief over holebi’s leerde op school en mij als voorbeeld aanhaalde om aan het kind duidelijk te maken dat ze ook een homoseksueel persoon kent. ‘Ja toch hé? Allé, ik hoop dat je me dat niet kwalijk neemt, maar ik dacht...’.

Wat kan ik anders dan in deze situaties eventjes schaapachtig te lachen? Lastiger wordt het wanneer een cliënt afgeeft op *die vieze, vuile homo’s*. Of schunnige opmerkingen geeft over de liefde tussen twee vrouwen. Om nog maar te zwijgen over wat ik soms hoor zeggen over transgenderpersonen. Het is een struikelblok voor me om tegen dergelijke beledigingen in te gaan. Het maakt me kwaad en normerend. Tot zover mijn therapeutische houding.

Al ga ik ermee aan de slag in supervisie. En ja hoor, cliënten bieden me kansen te over om te oefenen in het ophouden van een therapeutische pet.

Maar mijn oefening in het therapeutisch spreken over onderwerpen als seksualiteit, seksuele geaardheid, genderidentiteit, enzovoort, is slechts één element in dit verhaal.

Hoe komt het bijvoorbeeld dat ik me als hulpverlener niet automatisch geneigd voel te antwoorden op vragen van cliënten over mijn seksuele identiteit?

Het dilemma onthulling – verhulling

Een tweede aspect betreft het dilemma onthulling – verhulling. Transparantie in de therapeutische werkrelatie staat hoog aangeschreven, toch? Het is interessant hoe we van cliënten als het ware automatisch aannemen dat ze over hun kwetsbaarheden, relaties, seksualiteit, ... vertellen, maar onszelf er bij voorkeur van weerhouden iets van onszelf kenbaar te maken.

Een heteroseksuele identiteit geldt doorgaans nog steeds als *default option*. Hoe komt het dat ik me dergelijke assumptie laat welgevallen? Is mijn seksuele identiteit louter een detail; een verschil dat niet benoemd hoeft te worden? Of voel ik me net comfortabeler bij het niet benoemen van het verschil? Zo ja, betekent dit dan dat ik niet goed in m'n vel zit? Behoor ik net niet *out, loud and* (vooral) *proud* te zijn?

De huidige dominante (Westerse) invulling van homoseksualiteit heeft immers betrekking op identiteit. Als “lid” van de holebi-gemeenschap word je verondersteld je te outen. Zeker de dag van vandaag. Want het is nu toch wel veel eenvoudiger en maatschappelijk aanvaard om ho, le, bi (?) en/ of zelfs trans te zijn? Er is bijgevolg geen enkele reden meer om in de kast te zitten of selectief aan zelfonthulling te doen.

In het artikel ‘*To bi or not to bi? That’s the question*’ beargumenteerde ik dat een biseksualiteit als een rechtmatige seksuele geaardheid en identiteit vaak in vraag gesteld wordt. De keuze voor “en/ of” is bewust, daar een genderidentiteit, seksuele geaardheid en seksuele identiteit niet noodzakelijk in elkaars verlengde liggen. Met het *-symbool na trans, tenslotte, verwijst ik naar de brede definiëring van transgenderisme.

Hoe komt het bijvoorbeeld dat ik me als hulpverlener niet automatisch geneigd voel te antwoorden op vragen van cliënten over mijn seksuele identiteit? Het kan immers heel eenvoudig zijn: in het Centrum voor Integrale Jeugd- en Gezinszorg waar ik voor mijn aanstelling in het Centrum Geestelijke Gezondheidszorg werkte, stond ik voor de kinderen in de leefgroep bekend als “de homo met feestkledij”. Ik kreeg zelfs tekeningen van de kinderen. Van mij als meisje, welteverstaan. Ik bewaar ze nog steeds.

Je zou het me misschien niet nageven als je dit leest, maar ik doe nochtans echt wel mijn best om zo *straight* mogelijk over te komen. Soms lukt dat. Een vader beweerde bijvoorbeeld, om het conflict na scheiding nog wat meer aan te zwengelen, dat ik een seksuele verhouding heb met de moeder van hun zoon. Ik was op slag gelukkig. Een groter geschenk had hij me niet kunnen geven. Tot grote hilariteit van mijn collega's.

Ik denk ook aan een 17-jarige jongen, die nu een tweetal jaar bij mij op gesprek komt. Meermaals liet hij zich reeds negatief uit over holebi- en transgenderpersonen. In ons laatste gesprek zei hij dat al die van Brugge homo zijn (Oef! Ik ben van Gent), net als alle boeren. Hij werkt zelf op een zorgboerderij (Oei, kortsluiting!). En de boeren die met hem werken, zijn geen homoseksuele mannen. Mocht dat zo zijn, dan zou hij zijn riek wel steken op plaatsen waar het daglicht niet komt!

Ik voel de spanning stijgen. De zenuwen borrelen in me op. De sessie zit er bijna op. Is dit het moment suprême? Hij merkt dat ik me opeens minder op m'n gemak voel en neemt er de dokterstas bij. ‘Ik ga je onderzoeken’, zegt hij. ‘Je ziet er precies wat gebroken uit.’

‘Daar zou je wel eens gelijk in kunnen hebben.’, antwoord ik. ‘Hoezo?’ Hij luistert met de stethoscoop niet naar mijn longen, maar naar mijn hart. Ik waag m'n kans en zeg dat het gedaan is met mijn lief. Hij bergt de stethoscoop op en vraagt, zijn rug naar mij gekeerd, ‘Welk lief heb je?’ - ‘Ik denk dat je dat zelf wel weet hé, B.?’ ‘Een man?’ ‘Jazeker.’

Even is het stil, waarna ik zeg dat ik het best begrijp als hij de gesprekken met mij wilt stopzetten. Maar een klein wonder geschiedt: hij dacht het wel al langer. Alle puzzelstukjes vallen op z'n plaats. Dat ik nooit met hem de meisjes die op straat passeren terwijl hij uit het raam van het therapielokaal

kijkt, achterna fluit. En dat ik moeilijke vragen stelde om beter te begrijpen wat hij zo afstotelijk aan holebi's en transgenderpersonen vindt en hoe daar door anderen over gedacht wordt. En waarom zijn pleegmama hem telkens maar opnieuw zegt dat homo's lieve jongens zijn wanneer hij een afspraak met mij heeft.

Neen, de therapie hoeft niet gestopt te worden. Ik ben zijn vriend en hij zal me nog steeds verdedigen als ik in nood ben. Mijn diploma als geheime agent wordt niet ingetrokken. 'Ik ben blij dat je uit de kast bent.', zegt hij, groet me met een schouderklopje gedag en tot de volgende afspraak.

Wellicht stelt elke therapeut, of deze nu tot één of meerdere minderheidsgroepen behoort of niet, zich in de loop van een therapeutisch traject de vraag of zelfonthulling opportuun is of niet

Afwegingen en mogelijkheden

Misschien is de ervaring holebi- en transgenderhulpverleners enigszins vergelijkbaar met hulpverleners met een migratieachtergrond – vooral dan wanneer men als *white passing* kan doorgaan en het verschil niet meteen opvalt. Bespreek je dergelijke “onzichtbaarheden” of laat je deze onbenoemd?

Wellicht stelt elke therapeut, of deze nu tot één of meerdere minderheidsgroepen behoort of niet, zich in de loop van een therapeutisch traject de vraag of zelfonthulling opportuun is of niet. Zelfonthulling doe je immers niet zomaar. Er wordt verondersteld dat dit ook een therapeutische bijdrage heeft – of kan hebben. Misschien worstelde bovengenoemde cliënt met heel ambivalente gevoelens door bij mij op gesprek te komen.

Hoe kan hij de gesprekken met mij appreciëren wanneer hij afkerend staat ten aanzien van holebi's? Hoe is dit voor hem om mij deelgenoot van zijn ervaringen en kwetsbaarheden te maken en me als zijn “goede vriend” te beschouwen, terwijl ik tot de groep van die van Brugge en de boeren behoor? Misschien kleurt ons contact voortaan anders en kan hij minder bevooroordeeld naar de wereld rondom zich kijken? Of misschien ben ik de uitzondering die de regel bevestigt. 'Ik heb niets tegen homo's, maar...' Net zoals: 'Ik heb vrienden die Marokkaans/ ... zijn dus ik heb niets tegen vreemdelingen, maar ...'.

De professionele afweging over de therapeutische meerwaarde van onthulling en transparantie voor de cliënt(systeem) raakt m.i. ook aan het menselijke geraakt zijn door het verhaal van de cliënt. Het delen van een eigen geraaktheid (bv. 'De vijandigheid waarop je over holebi's spreekt, treft me.') is daarom nog niet hetzelfde als een zelfonthulling (bv. 'Ik ben een homoman.').

Is het mogelijk dat hulpverleners voorzichtig zijn met het inbrengen van een eigen ervaring en/ of visie, vanuit de opvatting dat dit weinig professioneel is? Zou het kunnen dat de complexe verhouding tussen onthulling en persoonlijke geraaktheid leidt tot handelingsonzekerheid? Is er een verschil wanneer de cliënt jou een rechtstreekse vraag stelt, dan wanneer je uit jezelf iets deelt?

Deze vragen en bedenkingen houden me alvast beroepsmatig bezig.
Misschien u ook?