

Vrouwen zijn van nature
monogaam Porno
Mannen is vooral een
hebben mannenzaak
altijd zin Vrijen
Pijn is voor vrouwen veel
bij het emotioneler
vrijen is een dan voor mannen
typische vrouwenkwaal
Seksverslaving komt
alleen voor bij mannen

Ja, er bestaan veel mythes over seks...

Bij de praktijk van arts/seksuoloog Jelto Drenth bellen meer mannen aan die geen zin meer hebben in seks dan vrouwen. Hè, wát?! Mannen die geen zin hebben? Nou en of die er zijn. En veel ook. Mannen en seks, een combinatie waarover nog steeds een hoop hardnekkige misverstanden bestaan. Jelto Drenth legt uit.

Mythe: een man heeft altijd zin
“Zo’n twintig jaar geleden was de klasieke rolverdeling in mijn spreekkamer als volgt: er kwam een echtpaar binnen, waarvan de boze man zijn van schuldgevoelens krom lopende vrouw ‘ter reparatie inleverde’, want ‘zij had nooit zin’. Dat model ligt nu wel anders. Mede dankzij tijdschriften als *Margriet* en *Viva* valt het verschil in behoefte aan seks nu onder de noemer ‘normale man-vrouwproblematiek’ waarvoor goedwillende stellen ook zonder therapie vaak een oplossing vinden. Als de man minder zin heeft, ligt dat echter een stuk ingewikkelder, juist omdat dit wordt beschouwd als een onbestaanbaar probleem. Een man die geen zin heeft, is de gedachte, kan geen ‘echte man’ zijn. Hij verstoort als het ware de wereldorde. Dit taboe betekent ook dat het praten over dat probleem vaak moeilijk is. Bovendien zijn vrouwen er enorm goed in om allerlei ingewikkelde theorieën over hun man te bedenken, waarbij ze de oorzaak opvallend vaak bij zichzelf zoeken: ik ben vast niet mooi genoeg. En: hij zal wel vies van me zijn; ik zal wel stinken; hij vindt me vast te dik; hij zal wel een ander hebben. Of: misschien is hij eigenlijk homoseksueel. Omgekeerd, als een vrouw geen zin heeft, denkt een

man eerder ‘van zich af’: ze is geremd en dat komt vast door haar moeder. Het is vaak een heel gezoek om de oorzaak te vinden van seksvermijding bij mannen, omdat de reden erg gecompliceerd kan zijn. Al zijn er ook mannen die gewoon niet zo seksueel zijn ingesteld en dus niet zo nodig hoeven. Soms heeft aandringen weinig zin; je moet niet proberen om water uit een rots te slaan, zeg ik altijd maar. Wat wel opvalt is dat als hij door de goedlopende therapie opeens weer zin krijgt, een redelijk hoog percentage vrouwen aangeeft dat het voor hen niet meer hoeft. Daar zijn verschillende verklaringen voor. Het kan een ‘rouwreactie’ zijn: ze moet blij zijn, maar ze is het niet omdat ze het samen zo lang hebben moeten missen. Daarnaast hoeft dat ‘heilige moeten’ van sommige vrouwen ook niet per se vanuit hun libido te komen, maar meer vanuit het gevoel: ik heb er recht op, ik voel mij beledigd in mijn vrouw-zijn doordat jij niet doet wat ik wil.’ En doet hij dat dan eindelijk wél, dan hoeft het niet meer.”

Mythe: pijn bij het vrijen is een typische vrouwenkwaal
“Pijn bij het vrijen lijkt, net als ‘geen zin hebben’, een exclusief vrouwenprobleem, maar het kan ook voor mannen

een reden zijn om seks te vermijden. De pijn wordt nogal eens veroorzaakt door een te nauwe voorhuid. Nauw in de zin van ‘nog niet opgerek’t. Een noodzakelijke stap in de ontwikkeling, die de meeste jongetjes halverwege de basisschool maken, is kennelijk om wat voor reden dan ook gemist. Die mannen komen later bij een arts/seksuoloog terecht omdat geslachtsgemeenschap zó pijnlijk is, dat ze seks vermijden. En uiteindelijk komt het er helemaal niet meer van. Een besnijdenis is lang niet altijd de oplossing: de angst voor waar het mee begonnen is verdwijnt niet door een operatie. En sommige mannen vinden alle intimiteit eng.”

Mythe: mannen zijn van nature polygaam en vrouwen monogaam
“Een evolutiepsycholoog zal dit waarschijnlijk beamen, maar ik zet er mijn vraagtekens bij. Als je elke dag leest dat mannen de grote vreemdgangers zijn en vrouwen niet, ga je dat op den duur nog geloven ook. Vrouwen staan in onze cultuur onder een hogere druk om monogaam te blijven, maar ze gaan wel degelijk vreemd. Ter rechtvaardiging hoor je dan soms: ‘Ja, maar in mijn geval ligt het heel anders.’ Waarmee ze bedoelt: bij mij kwamen er heel mooie gevoelens bij. Alsof het bij mannen alleen om platte seks draait en verder niets. In die zin gaan vrouwen wat flexibeler om met hun geweten. In mijn praktijk heb ik veel echtparen voorbij zien komen, waarvan het juist de man is die ontzettend bang is om verlaten te worden, omdat zijn vrouw door de buitenwereld zeer aantrekkelijk wordt gevonden. Dat kan een nauwelijks te verdragen gedachte zijn, want pathologische jaloezie komt bij mannen wel beduidend meer voor.”

Mythe: mannen kunnen moeite hebben met seksualiteit omdat ze eigenlijk bang zijn voor de gelijkwaardige, veelseisende vrouwen van tegenwoordig
“Dat geloof ik niet. Wel is er een categorie mannen die het om een andere reden moeilijk kan hebben met vrouwen. Bijvoorbeeld de ‘geliefde enige zonen’ van zeer geëmancipeerde moeders uit de tweede feministische golf (ca. 1965-1985, red.). Die mannen hebben als kind net wat te vaak te horen gekregen: ‘Als jij later een meisje krijgt, moet je ervoor zorgen dat ze heel gelukkig wordt en zul je haar altijd heel respectvol moeten behandelen.’ Of woorden van gelijke strekking. Met als gevolg dat zij vrouwen als uiterst bijzondere, delicate wezens zien, die je op een voetstuk moet plaatsen. Maar met zo’n godin kun je toch geen wilde seks hebben? Natuurlijk, de meesten hebben zich op een gezonde manier losgemaakt van hun moeder, maar ik heb mannen genoeg in mijn praktijk gehad bij wie de navelstreng niet voor honderd procent is doorgesneden. En die bij alles wat ze met hun vrouw of vriendin doen, altijd aan de woorden van hun moeder denken. Dat is dodelijk voor hun seksuele ontplooiing.”

Mythe: een man heeft veel meer behoefte aan seks dan een vrouw
“Als de seksdrive wordt gezien als een pure, hersenloze behoefte aan ontlasting, ja, dan is dat het doel van de meeste mannen die naar de hoeren gaan. Als je werkelijk iets zinnigs over man-vrouwverschillen wilt zeggen, kun je ook niet om de factor testosteron heen. En ook niet om het feit dat vrouwelijke hormonen in principe eerder remmend dan simulerend werken.

In die zin zijn mannen wat meer een automaat en worden vrouwen meer van buiten beïnvloed. Door een nieuwe liefde bijvoorbeeld of een sexy uitgaansleven. In een lange relatie is de erotische prikkel nu eenmaal niet meer zo vanzelfsprekend. Globaal gezegd: de man heeft inderdaad een stabiele behoefte aan seks door het hogere testosterongehalte in zijn hersenen. Bij vrouwen is het meer een golfbeweging, met pieken rond - bijvoorbeeld - de ovulatie of vlak voor de menstruatie. Tijdens de zwangerschap kan de behoefte ook veel groter zijn. Er kan dus sprake zijn van een biologische invloed. Bij een vrouw met een permanent zeer hoge seksdrive ben ik toch geneigd me af te vragen: zit er soms een probleem achter? Misbruik in de jeugd kan later soms tot problematisch seksueel gedrag leiden.”

Mythe: vrijen is voor vrouwen een veel emotionelere gelegenheid dan voor mannen
“Dit is compleet onbewijsbaar! Er zijn genoeg vrouwen die een nachtje ongecompliceerde seks met ‘zomaar iemand’ net zo leuk en opwindend vinden als sommige mannen. Kijk maar naar de parenclubs, daar kom je toch echt ook vrouwen tegen die het plezierig vinden om zich helemaal te laten gaan. Als je dat leuk vindt, moet je het vooral

Een man die geen zin heeft, is geen ‘echte man’

doen. Het kan heel bevrijdend werken in een cultuur waarin de vrouwelijke seksualiteit wordt onderdrukt.”

Mythe: seksverslaving komt alleen voor bij mannen
“Dit is grotendeels waar. De verslavers die de 06-sekslijnen en internetporno exploiteren richten zich nu eenmaal veel meer op mannen dan op vrouwen. Daarin zijn ze heel succesvol, want mannen zijn gemakkelijk tot seks te verleiden. Door deze ‘consumptieseksverslaving’ is een nieuw type relatieonvrede ontstaan. Seksverslaving gaat geregeld samen met een gebrekkig contact met anderen en vaak ligt de oorzaak in een ongelukkige en eenzame jeugd. Verslaving aan foute partners, ‘liefdesverslaving’, is weer meer een vrouwenvalkuil. Daar zijn de blijfvan-mijn-lijfhuizen het bewijs van.”

Mythe: porno is vooral een mannenzaak
Over het algemeen ‘consumeren’ mannen inderdaad meer porno dan vrouwen. De mare gaat dat vrouwen behoefte hebben aan speciaal voor hen gemaakte porno die zachter is, esthetischer, flatteuzer gefilmd, met mooiere mensen en vooral met meer ‘verhaal’. Echter, recent onderzoek van seksuologe Ellen Laan heeft uitgewezen dat de harde ‘mannelijke’ porno vrouwen inderdaad niet aanspreekt, maar wel degelijk tot vaginale opwinding leidt. Zelfs wat sterker dan de esthetischer vrouwenporno. Naar porno kijken is de laatste jaren voor vrouwen beslist gewoner geworden en er zijn ook vrouwen-seksites. Het gebruik van seksuele speeltjes en hulpmiddelen, zoals een vibrator, is meer geaccepteerd. En van een bezoekje aan de *KamaSutra*-beurs wordt ook niet meer vreemd opgekeken.”