

**Beschikbaar zijn voor seks is geen plicht!**

Uit een onderzoek van Durex (Global Sex Survey, 2005) hebben Belgen gemiddeld 106 keer seks per jaar (oftewel 2,03 keer per week). Wereldwijd bedraagt het gemiddelde 103 keer per jaar. Het probleem is dat zo'n gemiddelden tot norm verheven worden terwijl het alleen maar gaat om berekeningen op basis van oncontroleerbare verklaringen!

**Wat is een 'normale' seksualiteit?**

Volgens **seksuologen** lijden heel wat patiënten aan een tekort aan **seksueel verlangen** dat overigens meestal van voorbijgaande aard is. Als die mensen gaan denken dat iedereen twee à drie keer per week de **liefde** bedrijft, dan voelen ze zich abnormaal en denken ze dat ze hun partner tekort doen! Ze zijn ervan overtuigd dat ze hetzelfde gemiddelde moeten halen om een 'normaal' koppel te kunnen zijn ...

Opmerkelijk is dat men in de huidige maatschappij het als een principe beschouwt dat het onverdraaglijk en verschrikkelijk is om naar iemand te **verlangen** die vervolgens 'nee' zegt. Men beklagt de man wiens vrouw niet veel zin heeft in seks. Hetzelfde geldt voor een vrouw die een man heeft die 'niet vaak wilt'.

**Seksuele beschikbaarheid is geen plicht!**

Men voelt mee met de persoon wiens **verlangens** niet bevredigd worden eerder dan met de persoon die geen verlangens heeft. En toch heeft de partner die niet tegemoet komt aan de vraag het ook moeilijk omdat het gepaard gaat met druk. Hij of zij kan denken dat hij of zij een fout begaat, gaat zich forceren (wat voor geen van beide partners prettig is) of boos worden, wat het **verlangen** nog meer doet afnemen.

Maar we zijn mensen en dus in staat om begrip en empathie te vertonen, toch?

Het is mogelijk en zelfs normaal dat een man drie maanden lang geen **seks** heeft na de bevalling van zijn vrouw of partner. En het is ook perfect mogelijk dat een vrouw nog altijd van haar man houdt met wie ze niet zo vaak **vrijt** als ze zou willen of die door een overmaat aan zorgen niet beschikbaar is.

**Seksuele beschikbaarheid** is geen plicht. Het is niet omdat men van iemand houdt dat men altijd klaar moet staan voor **seks**. Iedereen heeft zijn buien, zijn verlangens, zijn goede en minder goede dagen en zijn mindere periodes en de parameters kunnen met de tijd veranderen en evolueren. Begeren en begeerd worden omdat men een koppel is, is geen plicht, maar een bijzonder geschenk dat men naar waarde moet kunnen schatten en dat men op prijs moet stellen zonder ervan uit te gaan dat een vraag volstaat om te krijgen wat men wilt!

09/09/2009

**Dr Catherine Solano, seksuoloog**