

Hoe makkelijk raak je verslaafd aan porno of erotisch chatten op het internet? - 03/12/2005

Aan de cyberseks raken, is kinderlijk eenvoudig. Je logt in onder een schuilnaam en daar vliegen de voorstellen je om de oren. Maar hoe verslavend is het? En hoe ver kun en mag je gaan? „Het is moeilijk om een lijn te trekken tussen gezonde en ongezonde cyberseks”, zegt seksuologe Rika Ponnet.



Kijken cyberseksers ook naar porno? Ja, maar er is (ook hier en eens te meer) een verschil tussen mannen en vrouwen.

De nacht van woensdag op donderdag, iets voor één uur. Ik beslis de proef op de som te nemen en tik op de zoekmachine Google de woorden ‘cybersex’ en ‘chat’ in. De eerste link verwijst me door naar www.chat.be. Het enige wat ik moet doen, is een nickname opgeven. Ik kies voor en zie een blanco schermje tevoorschijn floepen met rechts een hele kolom, gevuld met dat soort bijnamen. Onderaan verschijnt wat de anderen tikken. Het lijkt me allemaal small talk, waarvan ik de helft niet begrijp door de vele voor mij volslagen onbekende afkortingen. Niemand vraagt mij iets. Ik log uit en opnieuw in, deze keer onder de nickname . Geen vijf seconden later zeggen , en bijna tegelijk: ‘hey elsje’. Ik weet niet goed wat te antwoorden en tik zenuwachtig: ‘hey allemaal’. vraagt: ‘wil je privé elsje?’ Ik klik twee keer op zijn naam en zie een nieuw scherm verschijnen, zonder alle anderen dit keer. Ik tik: ‘feestje bouwen ventje?’ Hij vraagt: ‘echt feestje of cyber?’ Ik antwoord ‘cyber’, zeg dat chatten nieuw voor me is, dat ik het een keertje wil proberen. ‘geen probleem’, antwoordt , ‘wil je hard of zacht?’ Ik kies voor ‘zacht’. stelt voor te doen alsof we ons in een bosje bevinden, waar we via de cyberchat hebben afgesproken. Een paar zinnen verder ziet het gesprek er als volgt uit:

[01:13] ik sabbel op je oorlelletje

[01:13] lekker

[01:13] Ik dwaal zachtjes met mijn hand in je bhtje

[01:14] aah... meer...

[01:15] ik haak je bh los

[01:15] of is dat te snel?
[01:15] nee doe vooral verder

De rest van het gesprek wordt te vulgair om te publiceren, al mag u het gerust naar eigen goeddunken aanvullen. Vijf minuten later beslis ik er een einde aan te maken.

Telegeleide vibrators

„Het is moeilijk om te definiëren wat nu wel of niet cyberseks is”, zegt Mieke Mievis. Mieke studeerde familiale en seksuologische wetenschappen, werkt op het Departement Welzijn van de Vlaamse Gemeenschap en heeft een eigen praktijk als relatietherapeute. Ze schreef samen met Anne Gries twee edities van het Lekkere Lijvenboek van Donna. „Sommigen rekenen kijken naar porno op het internet er ook bij. Anderen hebben het over seksueel getint chatten met iemand anders. Maar je houdt niet voor mogelijk hoeveel verder dat kan gaan. Er bestaan seksspeeltjes zoals vibrators die je aan je computer kunt bevestigen en die iemand anders van op een afstand sneller of trager kan laten gaan. Je kunt ook een full body cyberseksuite kopen. Dat is een pak vol sensoren. Als jij dat aantrekt, kan ik van achter mijn computer sturen waar het bij jou moet prikkelen. Onwaarschijnlijk, maar ook duur.”

„Eigenlijk kan je cyberseks definiëren als: het gebruik van internet met seksuele opwindning als doel”, vertelt Rika Ponnet, een seksuologe die het relatiebureau Duet leidt. „Amerikaans onderzoek toont aan dat het overal voorkomt. Twintig procent van alle internetgebruikers heeft online seksuele activiteiten. Daarvan doet ongeveer 20 procent van de mannen en 12 procent van de vrouwen het ook op het werk. Die variëren van opzoeken van informatie over seks tot een orgasme hebben voor de webcam. Cyberseksactiviteiten zijn bovendien goed voor 70 procent van alle financiële transacties op het internet. Let wel, die cijfers dateren van 2002. Toen waren ze in vergelijking met het jaar daarvoor gestegen met 300%. Dus nu zullen de cijfers nog veel hoger liggen.”

Behang van de samenleving

De bekende Amerikaanse feministe Naomi Wolf schreef twee jaar geleden dat porno het behang van onze samenleving is geworden. Daarmee bedoelt ze: het is overal aanwezig. In onze mailbox, waar we af en toe ongewenste mails met de goorste dingen vinden. In zeven op de tien videoclips, waar blonde babes in string hun achterwerk in je gezicht slingeren. In onschuldige komische films en tv-series als American Pie of Friends, waar de hoofdpersonages klaarkomen terwijl ze naar een pornofilm kijken. Of zelfs op de T-shirts van Tom Boonen, waarop Pornstar of Will Fuck on First Date staat.

„Een groot onderzoek van de Duitse vereniging voor seksualiteit

heeft aangetoond dat het aantal mensen dat obsessief met seks bezig is, voortdurend stijgt'', zegt Mieke Mievis. „Dat komt, zo hebben ze aangetoond, door het internetgebeuren. Ook het aantal zelfhulpgroepen voor verslaafden is gestegen. Toch moet je een onderscheid maken tussen ‘verslaafd zijn aan seks’ en ‘regelmatig bezig zijn met seks’. Er zijn tien kenmerken voor een seksverslaving, en dat zijn in essentie dezelfde als voor mensen die verslaafd zijn aan drugs of alcohol. Iemand die verslaafd is, denkt van ’s morgens tot ’s avonds: Met wie zal ik het doen? Waar? Wanneer?’’

„Het is moeilijk om een lijn te trekken tussen gezonde en ongezonde cyberseks'', aldus Rika Ponnet. „Waarschijnlijk mag je van ongezonde cyberseks spreken als de omgeving aan de alarmbel trekt of als de persoon in kwestie ervaart dat alle domeinen van zijn leven erdoor aangestoken zijn. Zeker is dat er meer mannen verslaafd zijn dan vrouwen en dat er ook meer mannen bezig zijn met cyberseks dan vrouwen.’’

„Het gaat niet om hoeveel uur iemand per week bezig is met seks op het internet, maar wel om de aantrekkingskracht die het op die persoon heeft'', reageert de Nederlandse seksuologe Hannie Van Rijsingen, auteur van het boek Seks, Alles of Niets. „Als iemand geen neen kan zeggen tegen die zuigkracht, maakt hem dat machteloos. Dat is bij prostitueebezoek of bellen naar een sekslijn niet anders.’’

Man kijkt, vrouw chat

Mieke Mievis: „Je zou denken: hoe slechter het gaat in zijn of haar relatie, hoe sneller iemand geneigd is seksuele bevrediging te zoeken op het internet. Vreemd genoeg klopt dit niet. Blijkbaar is er meer ruimte om dingen op te zoeken als een mens minder kopzorgen heeft. Nu, cyberseks is nog altijd voor 75 procent een zaak van mannen, net zoals 90 procent van de pornokijkers mannen zijn. Obscene taal uitwisselen via een chatbox is dan weer populairder bij vrouwen. Dat komt omdat je daar een dialoog hebt.’’

„Vrouwen zijn niet zo visueel ingesteld'', vertelt Hannie Van Rijsingen. „Maar je merkt dat de mentaliteit de voorbije jaren veel veranderd is. Nu hoor je wel eens vrouwen zeggen: ‘Mij interesseert porno niet, maar als hij dat nodig heeft, doet hij maar’. Of ze kijken samen naar een filmpje om hun seksleven op te krikken. Dat was twintig jaar geleden ondenkbaar.’’

Als één van beide partners naar porno kijkt, als hij of zij een paar uur per week het net afsurft op zoek naar opwindende foto's en filmpjes, als hij of zij op het internet een minnaar of minnares heeft, als hij of zij klaar komt terwijl iemand anders al dan niet tegen betaling gevraagde handelingen uitvoert... Bedriegt die dan zijn partner? „Het leidt in elk geval tot relatieproblemen'', vertelt Hannie Van Rijsingen. „De mannen die bij mij komen, zijn er zo

intensief mee bezig, dat ze geen zin meer hebben in hun eigen partner. Ze trekken zich emotioneel én lichamelijk terug. Vaak gaat het om jonge mannen, jonger dan dertig, die nooit een goed seksleven hebben opgebouwd met hun partner. Soms wordt het door de andere partner als ontrouw beschouwd. Sommige vrouwen beschouwen het als zijn probleem, anderen denken of zeggen: ‚Dat kan je wél, maar met mij vrijen lukt je niet.’

„Natuurlijk zullen veel vrouwen die hun mannen betrappen, vragen of zij misschien niet goed genoeg zijn”, vertelt Mieke Mievis. „Mannen vinden het in veel gevallen minder erg als hun vrouw met iemand anders seksueel chat. Dat merk ik toch aan de mensen in mijn praktijk, hoewel het gevaarlijk is om te veralgemenen.” „In één op de vijf scheidingen speelt het internet een rol”, weet Rika Ponnet. „Veel mensen op datingsites zijn in het echte leven gewoon getrouwd.”

Vertekend seksbeeld

„Ik maak me zorgen om de jongeren”, zegt Hannie Van Rijsingen. „Hun eerste contact met seks is vaak via het internet. Jongens die - om welke reden ook - niet aan een vriendin raken, krijgen daardoor een heel vertekend beeld van seks. Soms zie ik mannen die hun seksuele voorlichting alleen uit pornomagazines hebben gehaald. Ze hebben er nooit met hun ouders of onderwijzers over gesproken. Daardoor ontwikkelen ze een heel eenzijdig seksueel gedrag. Natuurlijk zullen jongeren op het internet informatie over seksualiteit halen en vinden, maar het mag niet de enige bron zijn. We moeten in huis een zodanige sfeer creëren dat ze het prettig vinden om met hun ouders te praten. Dan kun je als ouder - als je ziet dat je kind een liefje heeft - vragen: Hoe gaat het met jullie? Je hoeft me niet te vertellen wat je allemaal doet, maar zorg ervoor dat jullie er allebei plezier aan beleven.”

„Toen er voor het eerst seks op tv vertoond werd, werd daar ook heel wat heisa rond gemaakt”, vertelt Rika Ponnet. „De moraal was in vrije val! Een paar decennia later kunnen we vaststellen dat het allemaal zo’n vaart niet is gelopen. Ik vermoed dat we over dertig jaar hetzelfde verhaal over het internet zullen kunnen vertellen. Niet alles wat kinderen op tv of het internet zien, nemen ze aan voor waar. Veel hangt af van hun omgeving, van de begeleiding van ouders en andere zorgfiguren. Vooral op dat niveau wordt het gedrag van kinderen gestuurd.”

„Nu, uiteraard moeten we alert zijn als het gaat over kinderen en het internet. Er zijn genoeg verhalen bekend van pedofielen die maar al te graag gebruik maken van de vrije toegankelijkheid van het net om jonge slachtoffers te zoeken. Om die reden kun je kinderen niet verbieden op het internet te gaan. Je kunt hen wel weerbaar en kritisch maken. Je kunt ervoor zorgen dat ze niet ontwetend op het net worden losgelaten. Zo verander je de kwetsbaarheid van kinderen op het net. Kinderen moet geen schrik voor het internet krijgen, ze moeten alleen geleerd worden hoe

ermee om te gaan.’’

& Brecht DECAESTECKER