



W

WAT MEDIA JE DOEN GELOVEN OVER SEKS

WAT IS WAAR?

Het lijkt alsof iedereen seks heeft en dat het allemaal maar normaal is dat je met iemand naar bed gaat. Maar is dat wel zo? **Of word je verkeerd beïnvloed** doordat je niet alle beschikbare informatie krijgt voorgeschiedeld? Wat is waar?

Als mens ben je vatbaar voor beelden van buitenaf. Als je anderen iets ziet doen, word je daardoor beïnvloed. Dat is helemaal het geval als je in de puberteit bent. Dan ben je extra gevoelig voor groepsdruk en beeldvorming. Je bent nogal eens onzeker en wilt liever niet buiten de boot vallen.

beeld mee. Het wordt gepresenteerd als 'makkelijk en lekker'. Maar vooral legt men er de nadruk op dat het overal beschikbaar is en iedereen 'het doet'. Jammer, want dat kan je het gevoel geven dat je vreemd bent als je nog niet met iemand naar bed bent geweest. Misschien voel je je een bui-

De media en reclamemakers maken hier graag gebruik van. Over seks krijg je een bepaald

tenstaander, preuts of denk je dat je 'niks mag' omdat je als christen andere keuzes wilt maken.

NU DE FEITEN

Tot zover de beeldvorming. Nu de feiten. Als je daar naar kijkt, ontstaat er ineens een heel ander beeld. Nog steeds is het zo dat het merendeel van de mensen, ook jongeren, een seksuele relatie heeft in een vaste relatie. Ook is seks helaas niet voor iedereen altijd even 'leuk en makkelijk'. Velen hebben problemen op het gebied

van seks. En dat alle 16-jarigen al seks hebben, is ook niet waar. Tot slot blijkt uit onderzoek dat mensen die al heel jong met seks beginnen, daar later vaak niet tevreden op terug kijken.

SPIJT

In een recent onderzoek is onderzocht hoe mensen terugkijken op hun eerste ervaring met geslachtsgemeenschap. Van de deelnemers aan dit onderzoek kampte maar liefst een kwart met een gevoel van spijt over hun eerste seksuele ervaring. Dit gevoel was, met name bij vrouwen, sterker als ze op (zeer) jonge leeftijd voor de eerste keer seks hadden. Als ze weinig verbondenheid voelden met de sekspartner was dit gevoel van spijt, voor zowel mannen als vrouwen, groter. Voor 15 procent van de deelnemers had de eerste seksuele ervaring zelfs de manier hoe ze tegen seksualiteit aankeken negatief beïnvloed.

SEKS OP JE ZESTIENDE

Als er over seks wordt gesproken, wordt 'het gemiddelde' er vaak even bij vermeld. 'Nederlanders hebben gemiddeld met 16,7 jaar voor de eerste keer seks.' Die zin kom je regelmatig tegen op internet, in artikelen en in (studie)boeken. Maar, een gemiddelde van 16,7 jaar zou betekenen dat alle Nederlanders rond die leeftijd seks hebben; sommigen iets jonger, sommigen iets ouder. Wat moet je hiervan denken als je op je negentiende nog geen seks hebt gehad? Misschien voel je je dan een buitenstaander... De meeste jongeren hebben immers al seks gehad, zo lijkt het. Niets is minder waar. Het bovenstaande gemiddelde is afkomstig uit een groot onderzoek:

'Seks onder je 25-ste', uitgevoerd door RutgersNissoGroep (nu RutgersWPF). Het is goed hierbij te vermelden dat het gemiddelde van 16,7 jaar slaat op de gemiddelde leeftijd van de eerste keer seks van de jongeren die al eens seks hadden gehad; en dat is maar 56% van de hele onderzoeksgroep. Dus van alle jongeren tussen de 12 en 25 jaar die aan het onderzoek meede-

KRITISCH BLIJVEN

Op 17 januari kwam het nieuwe 'seks onder je 25-ste' onderzoek uit. De media besteedden hier weer veel aandacht aan. In dit artikel houdt gezondheidswetenschapper Arjet Borger de cijfers tegen het licht. Ze wijst daarbij de zwakke plekken van wetenschappelijk onderzoek aan en hoe belangrijk het is om zelf altijd kritisch te blijven.



den, had bijna de helft nog geen ervaring met geslachtsgemeenschap. Dat wordt er vaak niet bij verteld.

In het onderzoek staat ook het volgende:

► 'Van de 12- tot 18-jarigen is de gemiddelde leeftijd voor de eerste keer seks 15,1 jaar.'

Dat is wel erg jong. Is het echt zo dat van al die jongeren iedereen rond hun vijftiende al seks heeft? Nee. 34 procent van de jongeren tussen de 12 en 18 jaar had seks gehad, de andere jongeren waren nog maagd. Sterker nog, van de 21- tot 24-jarigen had bijna 15 procent geen seks gehad. Geloof dus niet dat iedereen rond hun vijftiende begint met seks. Dat is maar goed ook, want het is gezonder om op

latere leeftijd voor het eerst seks te hebben. Hoe ouder je bent, hoe meer vaardigheden je hebt om over je relatie en over seksualiteit met elkaar te

praten. Erg belangrijk, omdat je juist in je seksualiteit zo kwetsbaar bent.

BLIJF KRITISCH

Bij elk onderzoek kun je – en moet je – kritische vragen stellen. Je begrijpt dat bovenstaande cijfers gelden voor dit onderzoek. In deze groep had 34 procent van de 12- tot 18-jarigen ervaring met seks, maar dat be-

tekent niet dat je zeker weet dat echt 1 op de 3 jongeren al seks heeft gehad. Natuurlijk zijn er jongeren die wel met elkaar naar bed gaan, maar er zijn er ook een heboel die nog geen seks hebben.

MAKKELIJK

In deze samenleving komt seks overal terug. De commerciële sector weet dat seks 'verkoopt'. Door schaars geklede vrouwen te gebruiken op foto's, in advertenties en in tijdschriften, wordt de aandacht naar het product getrokken. Hoe 'makkelijk' men seks ook presenteert, voor veel mensen is het ook nog gewoon iets kwetsbaars. Iets wat niet altijd makkelijk gaat, waar je niet altijd van geniet en waarin je gekwetst kunt worden. Wist je dat

meer dan de helft van de meisjes (uit bovenstaand onderzoek) aangeven soms of regelmatig pijn te hebben bij het vrijen? En ook voor volwassen Nederlanders is seks niet altijd makkelijk. Bijna 20 procent van zowel de mannen als vrouwen hebben seksuele problemen.

LIEFDE

Deze cijfers laten zien dat seks dus helemaal niet zo 'makkelijk' is. Het is ook niet waar, blijkt uit onderzoek, dat iedereen makkelijk over seks denkt. De meeste mensen hebben een seksuele relatie in een monogame relatie. Met iemand van wie ze houden. Het lijkt misschien niet zo in deze samenleving, maar voor het merendeel van de Nederlanders horen liefde en seks helemaal bij elkaar.

Ondanks wat andere media uit dit onderzoek halen, kun je dus concluderen dat je je helemaal geen buitenstaander hoeft te voelen als je nog niet met seks bezig bent. Je bent dan niet vreemd of een uitzondering. De manier waarop de media het presenteert, is vreemd. Bij elk onderzoek of artikel dat je in de media leest, mag je daarom kritische vragen stellen. Laat je niet verkeerd voorlichten.

WEET MEER:

Reissing, E.D., e.a. (2012) Looking back: The experience of first sexual intercourse and current sexual adjustment in young heterosexual adults. *Journal of Sex Research*, 49:1, 27-35. www.vrijeliefde.nl www.seksonderje25e.nl Rutgers Nisso Groep (2008) Trends in seksualiteit in Nederland. Wat weten we anno 2008? Utrecht: Rutgers Nisso Groep.

IS HET ECHT WAAR DAT ZO VEEL JONGEREN ROND HUN VIJFTIENDE MET IEMAND NAAR BED ZIJN GEWEEST?