

In Weet Magazine 13 (februari 2012) ging het erover dat het niet waar is dat de meeste jongeren al op hun 16e seks hebben. Uit onderzoek blijkt dat velen een stuk ouder zijn. Dit artikel werkt dit onderwerp verder uit.

N NIET VLINDERS MAAR
VEILIGHEID BEPALEN HET
SUCCES VAN EEN RELATIE

VEILIGE LIEFDE?

Trouwen is nog steeds de veiligste manier om een relatie te hebben. Ja, er zijn helaas veel echtscheidingen, maar van het aantal mensen dat samenwoont gaan nog veel meer relaties kapot. **Wat zegt dat over de keuzes die je straks moet maken?**

Over trouwen wordt in de samenleving heel verschillend gedacht. Velen zijn van mening dat het alleen maar geld kost, dat het veel geregeld is en dat veel huwelijken toch maar eindigen in een scheiding. Als je een ander geluid laat horen, heb je het niet altijd gemakkelijk. Wie durft er nog te zeggen dat liefde en trouw nodig

zijn? Toch heb je alle recht van spreken als je zo denkt.

LEKKER MAKKELIJK?

Uit onderzoek blijkt dat mensen die gaan samenwonen een grotere kans hebben om weer uit elkaar te gaan. Dat is best logisch. De keuze om te gaan samenwo-

nen, is vrij gemakkelijk. Je hoeft er niet zo veel voor te regelen. Je hoeft niet naar het gemeentehuis te gaan, je hoeft geen trouwdag te organiseren, je hoeft niet na te denken over of je wel zoveel van elkaar houdt dat je durft te zeggen dat je bij elkaar wilt blijven 'tot de dood je scheidt'.

Ook als een stel ver uit elkaar woont, of als één van tweeën geen huis of kamer (meer) heeft, is het makkelijk om te gaan samenwonen. Dan delen ze samen de huur en hoeven ze niet meer te reizen om elkaar te zien.

Doordat samenwonen zo'n makkelijke keuze is, is de kans ook groter dat stel-



WIE IS ARJET BORGER?

De auteur is gezondheidswetenschapper en adviseur op het gebied van seksuele gezondheid. In februari 2013 verschijnt bij Ark Media haar boek 'In gesprek over seks' (ISBN 9789

033800191, €17,95) dat ouders en opvoeders helpt met kinderen en jongeren te praten over seksualiteit.

latie gaan samenwonen, leert het stel ook niet om te praten over hun verwachtingen van de relatie en van elkaar. En precies dat is nodig voor een goede relatie: dat je elkaar goed kent, dat je elkaar vertrouwt, dat je elkaar steunt en dat je samen de toekomst aandurft.

BEWUSTER

Dat verklaart ook waarom van de mensen die trouwen er veel minder uit elkaar gaan. Omdat trouwen een ingrijpende gebeurtenis is, denk je voordat je trouwt daar vaak bewuster over na. Wil je met die vriend of vriendin oud worden? Durf je met elkaar over alles te praten? Durf je ervoor te kiezen de ander trouw te beloven? Dan ga je niet alleen af op gevoelens van verliefdheid. Dan denk je samen na of jullie samen

de toekomst aankunnen. Juist die bewuste keuze zorgt al voor meer veiligheid.

TE VROEG BEGINNEN

Eerder samenwonen is niet het enige verschil met vroeger. Velen hebben tegenwoordig niet alleen seks voor het huwelijk, maar ook al heel kort nadat men elkaar leert kennen. Uit een ander onderzoek blijkt bijvoorbeeld dat ongeveer een derde in de eerste maand van hun relatie al met elkaar naar bed gaat. Ook dat blijkt minder goed voor je relatie te zijn.

Als je snel met elkaar naar bed gaat, leer je niet om eerst te groeien in vriendschap en vertrouwen. Doordat stellen al seks hebben, worden ze als het ware afgeleid van de andere dingen die voor een relatie belangrijk zijn. De verkeringstijd zou een tijd moeten zijn waarin partners elkaar leren kennen, waarin ze ontdekken of ze bij elkaar passen, waarin ze kunnen kijken of ze trouw aan elkaar willen zijn en waarin ze kunnen groeien in emotionele en li-

chamelijke intimiteit. Als je te snel seks hebt, dan lijkt het alsof alles wordt versneld: de gevoelens voor elkaar en de intimiteit. Maar het leidt ook af van andere aspecten die zo belangrijk zijn.

TEVREDEN

Het blijkt dat mensen die sneller seks hebben minder goed met elkaar praten en vaker ruzie hebben. Ook blijkt dat de mannen die meteen zijn getrouwd (in plaats van dat ze eerst samenwoonden) veel meer tevreden zijn over hun relatie en dat ze meer toewijding en intimiteit ervaren.

Voor vrouwen is het verschil nóg groter. De vrouwen die later in hun relatie seks hadden of nadat ze getrouwd waren, communiceerden beter met hun partner en hadden minder ruzie. Ze zijn gelukkiger in hun relatie, ervaren meer toewijding, emotionele steun en intimiteit dan de vrouwen die al heel vroeg in hun relatie met seks zijn begonnen.

Zo kun je onderzoeksresultaten gebruiken om na te denken over wat goed is voor jezelf, voor je relatie en voor je toekomst. Dan blijkt dat niet de vlinders van verliefdheid het succes van een relatie bepalen, maar de veiligheid en het vertrouwen dat er is. ▀

len weer uit elkaar gaan. Toen de vlinders van verliefdheid nog in het rond vlogen, leek het samenwonen leuk en gezellig. Maar vaak hebben ze dan nog niet nagedacht over de toekomst van de relatie en of ze echt wel goed bij elkaar passen. Als ze in een leuke periode van hun re-

TOEN DE VLINDERS VAN VERLIEFDHEID NOG IN HET ROND VLOGEN, LEEK SAMENWONEN LEUK EN GEZELLIG...

WEET MEER:

- Centraal Bureau voor de Statistiek (2009). Relatie en gezin aan het begin van de 21ste eeuw. Den Haag / Heerlen.
- Stanley, S.M., Rhoades, G.K. & Markman, H.J. (2006). Sliding Versus Deciding: Inertia and the Premarital Cohabitation Effect. *Family Relations*, 55, 499-509.
- Sessler, S., Addo, F.R. & Lichter, D.T. (2012) The Tempo of Sexual Activity and Later Relationship Quality. *Journal of Marriage and Family*, 74, 708-725.