

# BRAM BAKKER

Psychiater Bram Bakker (54) buigt zich elke maand over onze geestelijke gezondheid.

## Trouw zijn als ideaal

**H**et is bijna onmogelijk om niet geconfronteerd te worden met de heersende seksuele moraal. Jarenlang was het nauwelijks onderwerp van gesprek en ineens staan de kranten vol met artikelen die vooral laten zien hoezeer we in verwarring zijn met zijn allen.

Dat porno een succesvol product is, weet iedereen inmiddels wel. En dat onze jeugd er al op jonge leeftijd mee in contact komt via de sociale media op hun mobiele telefoon verbaast ook niemand meer. Maar tegelijkertijd blijkt uit onderzoek dat onze kinderen op latere leeftijd seksueel actief worden dan wijzelf toen we jong waren. Is er een verband? Waarschijnlijk wel, maar we weten het allemaal niet precies.

Aan de ene kant is de seksualiteit (of beter: porno) explicieter en onpersoonlijker dan ooit, aan de andere kant is de monogame liefdesrelatie bij het grootste deel van onze bevolking nog altijd het ideaal. En de mensen die 'losjes' omgaan met monogamie worden daar veel meer op aangesproken dan twintig of dertig jaar geleden. De generatie die in die tijd een losse seksuele moraal had, vormt nu trouwens het lezersbestand van dit blad...

Zijn wij er anders over gaan denken of vinden juist 50-plussers dat het allemaal een beetje wordt overdreven, die aantijgingen aan het adres van machtige mannen in de entertainmentindustrie? Het kan toeval zijn, maar de meeste mannen die momenteel worden beschuldigd zijn ten minste 50 jaar. Aan hun enorme testosteronspiegel kunnen we hun gedrag niet toeschrijven, want dat hormoon neemt steeds verder af met het stijgen der jaren.

Naar mijn stellige overtuiging

is het probleem niet de seks, maar de ongelijke machtsverhoudingen die kenmerkend zijn voor het gedrag van mensen die zich niet kunnen of willen beperken tot een monogame en gelijkwaardige liefdesrelatie. En dan hebben we het niet alleen over 'daders', maar ook over 'slachtoffers'. Macht

### Vreemdgaan lost nooit een relatieprobleem op

erotiseert, en degene die de macht heeft, kan daar relatief gemakkelijk misbruik van maken. Dat lukt dan juist weer extra goed bij mensen die daar gevoelig voor zijn. Dat kunnen vrouwen zijn, maar evengoed mannen, zoals blijkt uit het dossier van de inmiddels alomteverruimde *House of Cards*-ster Kevin Spacey.

Mensen die vreemdgaan, mannen en vrouwen, en van alle leeftijden, hebben vaak een motief dat ze bij zichzelf niet herkennen. Ze willen macht, of ze zoeken compensatie voor de onmacht die ze in hun huwelijk of vaste relatie ervaren. Ze willen zich gezien voelen en bewonderd worden; en dat is wat een minnaar te bieden heeft. Of een geslepen superieur, die weet dat het bij sommige medewerkers heel goed werkt om ze het gevoel te geven dat ze heel erg bijzonder zijn.

Het allerleukste aan seks is en blijft het herkennen van elkaar binnen overeengekomen kaders. Je daaraan houden kan een uitdaging zijn als het in de relatie even moeilijk gaat. Vreemdgaan is dan verleidelijk, maar lost nooit het relatieprobleem op. Waarschijnlijk is dat de reden dat ouderen zich er minder vaak aan bezondigen: door schade en schande zijn ze wijs geworden.



BRAM BAKKER