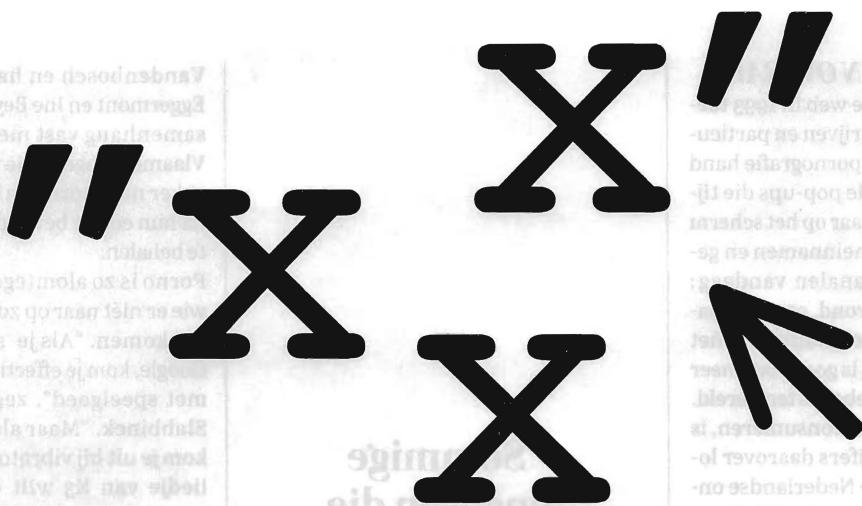


**Je bent jong
en je surft wat:
het pornogebruik
van de digital
natives**





Voor het eerst groeit er een generatie jongeren op die onbeperkt toegang heeft tot porno. Wat doet dat met hun onvolgroeide breinen? Denken ze anders over seks, over hun lichaam? En is dat erg?

Tekst Sue Somers

Negen was hij, toen Tom (25) voor het eerst porno zag. Het gebeurde toevalig, nadat zijn moeder per ongeluk een virus had gedownload op de gezinscomputer. Enkele jaren later, aan diezelfde computer in de woonkamer, begon hij doelbewust beelden op te zoeken. Op zijn vijftiende surfte Tom stiekem meerdere keren per week naar pornosites. Na gedane zaken wiste hij altijd netjes de zoekgeschiedenis.

Toen hij een laptop op zijn kamer kreeg, veranderde Toms pornoconsumptie radicaal: hij keek meerdere keren per dag. "Om mij te helpen bij het masturberen. Elke keer zag ik nieuwe, spannende beelden – ook dingen waarvan ik me nooit had kun-

nen voorstellen dat ze bestonden. Ik merkte dat ik steeds vaker het hardere werk opzocht en veel naar groepsseks keek. Maar na een tijdje was het leuke eraf. Ik keek om te kijken, het had geen meerwaarde meer." Verslaafd is hij nooit geweest, verzekert Tom, die afstudeerde als sociaal werker. "Het is niet zo dat ik andere dingen verwaarloosde om naar porno te kunnen kijken. Ik was geen uitgaanstype en zat sowieso liever op mijn kamer. Voor mij was het een wedstrijd: ik wilde mijn eigen records verbreken – zeker tijdens de weken waarin mijn ouders op vakantie waren. Soms was ik, geteld vanaf het moment dat ik begon te zoeken, drie uur bezig. Pas toen ik schaafwonden kreeg, besepte ik: dit gaat te ver. Ik heb gas teruggenomen en ben naar het softere spul gegaan."

GRATIS, ALTIJD EN OVERAL

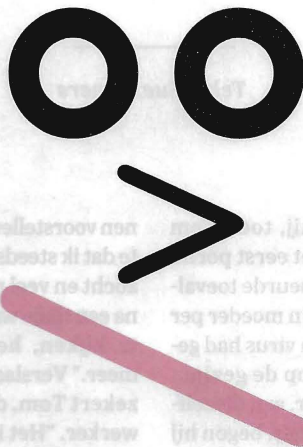
Al sinds het wereldwijde web in 1993 toegankelijk werd voor bedrijven en particulieren, gaan internet en pornografie hand in hand. Van de storende pop-ups die tijdens de begindagen zomaar op het scherm floepten tot de .xxx-domeinnamen en gespecialiseerde videokanalen vandaag: porno is overal, de klok rond, op elk apparaat met een internetverbinding. En: het is gratis. Porno, zo blijkt, is goed voor meer dan een derde van alle websites ter wereld. Hoe vaak jongeren porno consumeren, is minder duidelijk. De cijfers daarover lopen uiteen, schrijven de Nederlandse onderzoekers Jochen Peter en Patti Valkenburg in *Adolescents and Pornography: A Review of 20 Years of Research*. Zo meldt een Duits onderzoek uit 2013 dat 93% van de jongens en 52% van de meisjes tussen 16 en 19 jaar het voorbije half jaar naar porno keken. Een Taiwanese studie uit datzelfde jaar situeert het pornogebruik in dezelfde leeftijdsgroep op 59%.

“Internationale onderzoeken leren dat een vierde tot een zesde van alle adolescenten naar internetporno surft”, zegt Laura Vandenbosch, onderzoekster bij de School for Mass Communication Research aan de KU Leuven. Uit haar onderzoek blijkt dat het kijkgedrag van adolescenten vooral samenhangt met hun leeftijd, opleiding en genderidentiteit. Oudere adolescenten kijken vaker naar dominante porno, jongere meer naar intieme filmpjes. Hoogopgeleiden surfen meer naar dominant beeldmateriaal, en wie een sterke genderidentiteit heeft, zoekt het in de gewelddadige porno.

EFFECT OP SCHOOLPRESTATIES

“We hebben ook een groep jongeren over een bepaalde tijd bevraagd”, zegt Vandenbosch. “Daaruit is gebleken dat sommige jongeren die veel porno kijken een ander seksueel traject afleggen. Ze beginnen sneller aan seks, zijn iets meer gefocust op seksuele prestaties en willen vaker standjes uittesten. Ze vertonen ook een hogere bereidheid tot *casual sex* – zij het op hun niveau: geslachtsdelen aanraken, elkaar bevredigen. De algemene bereidheid tot *casual sex* blijft veeleer laag.”

“Sommige jongeren die veel naar porno kijken, leggen een ander seksueel traject af”



Vandenbosch en haar collega's Steven Eggermont en Ine Beyens, stelden ook een samenhang vast met schoolprestaties: Vlaamse jongens die vroegrijp zijn, keken vaker naar porno en bleken zes maanden na hun eerste bevraging slechtere punten te behalen.

Porno is zo alomtegenwoordig dat zelfs wie er niet naar op zoek is, het toch zal tegenkomen. “Als je ‘speelgoed’ zoekt op Google, kom je effectief op een site terecht met speelgoed”, zegt seksuoloog Wim Slabbinck. “Maar als je ‘speeltje’ intikt, kom je uit bij vibrators. Een kind dat een liedje van K3 wilt downloaden, komt meestal op een illegale site terecht waar het wemelt van de links naar porno. De meeste kinderen kunnen daar nog geen betekenis aan geven, maar andere zijn nieuwsgierig en klikken door.”

Slabbinck behandelt jongeren en volwassenen met seksuele problemen. In september verschijnt zijn boek *Waarom mannen geen seksboeken kopen*. “Bij de meeste jongeren vallen de gevolgen van permanente blootstelling aan porno wel mee”, zegt hij. “Het is niet omdat je naar een horrorfilm kijkt, dat je daarna ook je vrienden gaat vermoorden. Uiteraard zullen jongeren die op porno zijn aangewezen als enige informatiebron over seks en die nergens met hun vragen terecht kunnen, een ander beeld hebben dan jongeren die er met hun vrienden over praten.” Maar zelfs dan, vindt Slabbinck, kunnen jongeren nog altijd het onderscheid maken tussen fictie en realiteit. “Ik hoor mannen in mijn praktijk nooit klagen over de grootte van borsten, of vrouwen over de lengte van penis. Trouwens: series hangen ook een verkeerd beeld op van seks. Wie alleen maar naar feuilletons kijkt, zal het valse idee krijgen dat seks altijd spontaan gebeurt: kleren uit en vrijen maar. Iets vragen aan elkaar? Niet nodig!”

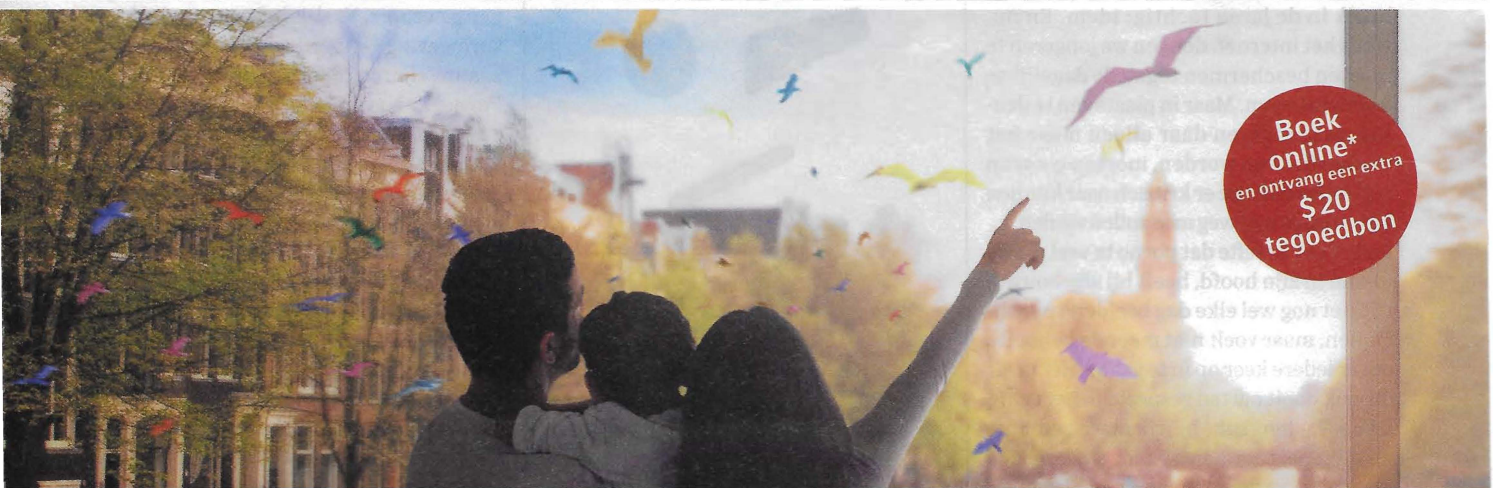
VERTEKENDE VERWACHTINGEN

Emiel (17) is homo en zit in het vijfde jaar humane wetenschappen. Sinds zijn tiende kijkt hij regelmatig porno, soms tot twee keer per dag. “Ik denk niet dat ik er onzeker door geworden ben, maar mijn verwachtingen over seks waren wel hoger. In

porno lijkt alles beter dan in het echt. Ze krennen veel harder, nooit gaat er iets mis. Je moet onthouden dat het show is." Lichte teleurstelling ook bij Enea (25), een visueel artieste, toen het grote moment daar was. "Je krijgt toch snel een vertekend beeld. Ik heb lang gedacht dat een beurt van een kwartier te kort was." Toch zijn haar ervaringen met porno niet alleen negatief. "Hoewel porno niet altijd vrouwvriendelijk is, zie ik veel variatie in vrouwenlichamen. Wat mij vooral stoort, is dat vrouwen in porno meer genieten dan ik ooit heb kunnen doen. Het uithoudingsvermogen van pornosterren is van de pot gerukt en zelfs onaangenaam om naar te kijken. Ik zie ook vaak standjes die alleen mijn yoga-instructeur kan nabootsen." Jongeren weten wel dat porno een onrealistisch beeld ophangt van seks en van het

"Ik heb lang gedacht dat een beurt van een kwartier te kort was"

menselijk lichaam, zegt Evelien Luts van 'Jong en van Zin', een vzw die seksuele vorming geeft in scholen en aan jeugdwerkers. "Maar als je aan jongens vraagt welke borsten ze mooi vinden, zullen ze vaker voor nep kiezen. Ze zijn ook onzeker over de lengte van hun penis. Ook meisjes vinden chirurgisch perfecte, symmetrische borsten mooier. Pijpen vindt iedereen normaal en een logische stap voor je tot vaginale seks overgaat. Anticonceptie wordt snel vergeten – in pornofilms worden ook geen condooms bovengehaald." Het is pas wanneer je doorvraagt, weet Luts intussen, dat jongeren hun beeld bijstellen. "Ze beseffen dat pornosterren gescreend worden op hun lichaam en dat hen wordt gevraagd dingen te doen die ze normaal niet zouden doen. Maar het ideaalbeeld blijft doorschemeren."



Boek online*
en ontvang een extra
\$20
tegoedbon

Droomt u al van de zomer? En bespaart u tot 30%.

Droomt u van quality time met uw geliefden? Dan is de zomer de ideale tijd voor een warm strand of een stedentrip. Maak uw dromen waar bij meer dan 80 Mövenpick hotels in Afrika, Azië, Europa en het Midden-Oosten.

Boek nu bij movenpick.com/nl/summer

movenpick.com

MÖVENPICK
Hotels & Resorts

Boek vóór 31 augustus 2016 voor een verblijf in de periode van 1 juni t/m 31 augustus 2016. De aanbieding is afhankelijk van de deelnemende Mövenpick Hotels & Resorts. Volledige voorwaarden onder movenpick.com/nl/summer-conditions

* Bij elk verblijf dat online is geboekt bij movenpick.com ontvangt u een extra tegoedbon van \$20, die u kunt besteden in een restaurant van het door u geboekte hotel. Voor de toepasselijke voorwaarden – zie movenpick.com/nl/us20voucher

MORELE PANIEK

Hoogleraar Paul Enzlin van het Instituut voor Familiale en Seksuologische Wetenschappen aan de KU Leuven herkent in veel reacties een vorm van morele paniek. "Porno kan jongeren ook helpen een beeld te krijgen van wat seksualiteit zou kunnen zijn. Wanneer een jong koppel voor de eerste keer uit de kleren gaat, zullen er meer factoren meespelen dan de pornobeelden die ze hebben gezien. Onzekerheid, de mate van elkaar graag zien en aandacht voor elkaars grenzen zullen die eerste keer zeker mee bepalen." Enzlin wijst op de beschermende reflex van een oudere generatie die tijdens grote maatschappelijke veranderingen vreest dat de seksuele promiscuïteit van jongeren zal doorslaan. "Toen jongeren in de jaren twintig de charleston begonnen te dansen, dacht iedereen dat het hek van de dam was. Hetzelfde in de jaren vijftig, toen de rock-'n-roll opkwam. De pil en de seksuele revolutie in de jaren zestig en zeventig, aids en seksueel misbruik in de jaren tachtig: idem. En nu, sinds het internet, denken we jongeren te moeten beschermen tegen de dagelijkse beeldenstroom. Maar in plaats van te denken dat jongeren daar alleen maar het slachtoffer van worden, moeten we erop vertrouwen dat ze er kritisch naar kunnen kijken en er hun weg mee zullen vinden." Toen Tom beseftte dat porno te veel plaats innam in zijn hoofd, heeft hij afgebouwd. Hij ziet nog wel elke dag beelden voorbijkomen, maar voelt niet meer de behoefte om er iedere keer op in te gaan. "Het heeft me ook nooit parten gespeeld in het echte leven. Tijdens seks ben ik meer gefocust op mijn partner dan op mezelf. Porno is niet wat ik in de slaapkamer wil. Daar wil ik net de tijd nemen, de band aanhalen. Porno is lust, een partner is liefde."

KIJKEN ALS VLUCHT

Tom slaagde waar vele anderen falen. Volgens Gary Wilson, een voormalige professor biologie aan de Amerikaanse Southern Oregon University, tast te veel porno kijken tijdens de adolescentie het brein aan en kan het zorgen voor seksuele disfuncties. Wilson is niet onomstreden: in zijn boek *Your Brain on Porn* betoogt hij dat porno je brein leert opgewonden te gera-

"Volwassenen moeten erop vertrouwen dat jongeren kritisch kunnen kijken naar de dagelijkse beeldenstroom"



ken van expliciete beelden. Omdat porno onuitputtelijk is, kunnen gebruikers bij wegebbende opwindings steeds doorklikken naar nieuwe, heftigere beelden. Op die manier conditioneren ze hun hersenen om alleen nog maar dopamine af te geven bij nieuw beeldmateriaal. Het resultaat, beweert Wilson, is dat zware pornokijkers een hogere breinactiviteit vertonen wanneer ze porno kijken en dat er minder opwindings is tijdens echte seks.

Veel mensen vinden Wilson via zijn TEDx Talk uit 2012, goed voor zes miljoen views. Maar Wim Slabbinck is niet zo'n believer. "Het is normaal dat, als je een gewoonte creëert, je brein gaat *propageren*. Wie elke dag om zes uur eet, voelt om vijf uur een hongertje opkomen. Maar daarom ben je nog niet verslaafd." Sowieso gelooft Slabbinck niet in een seks- of pornoverslaving. "Een op vier mannen die in mijn praktijk langskomt, heeft dat label op zijn hoofd. Ik vind dat stigmatiserend. Pornografie is géén verslaving maar een uit de hand gelopen gewoonte. Vaak is het een ongelukkige vormgeving van verdriet. Dat kan vereenzaming zijn, een depressie, onzekerheden. Porno is een vlucht, een fantasie. Je kunt er gerust elke dag naar kijken zonder verslaafd te zijn. Het wordt pas vervelend als je het stoppen met kijken uitstelt om problemen in de echte wereld te ontlopen." Slabbinck wijst op een recent Nederlands onderzoek, waaruit blijkt dat 65% van de ouders nog nooit met hun kind over porno heeft gesproken. "Zelfs op school is seksuele opvoeding geen verplichting. Dat is toch dramatisch, anno 2016? We leven nu eenmaal in een maatschappij waarin porno de klok rond beschikbaar is. Het is aan ons om daar iets mee te doen. En niet alleen moeders: ook vaders moeten hun verantwoordelijkheid opnemen – vaak zijn zij het die zelf ook kijken."

"Het is toch vreemd", vindt Enea, "dat porno zo belangrijk is onder jongeren maar dat we nog altijd zo ouderwets over seks denken. Een meisje met meer dan tien bedpartners is automatisch een slet. Ik denk dat het belangrijk is dat we doen waar we zin in hebben. Er is geen juiste manier om seks te hebben: iedereen en elke sekservaring is anders. Dat maakt het net zo plezant." •