



WAAROM...

# ZIJN WE ONTROUW?

Vreemdgaan hoort bij mannen als schoenen kopen bij vrouwen. Hoe verklaren we het fenomeen ontrouw en hoe houd je je relatie bruisend?

DOOR WIM VAN ECK

**H**et is een bekend verhaal. Het was niet de bedoeling om in bed te belanden met die blonde schoonheid van de boekhouding. Het gebeurde gewoon. De kans deed zich voor en voor je het wist gaf je toe aan de verleiding. Er zijn bekende voorbeelden te over. Hugh Grant die zich liet verwennen door een

prostitutie en David Beckham die met Rebecca Loos aan de rol ging. Maar dit zijn geen incidenten. In iedere man schuilt een David Beckham. Recent onderzoek van de BBC toont aan dat veertig procent van de mannen wel eens in een verkeerd bed belandt en dat twintig procent van de vrouwen wel eens een scheve schaats rijdt. De Amerikaan Frank Pitman, hoogleraar psychologie aan de universiteit van

Texas, becijferde in een onderzoek dat vijftig procent van de mensen met een vaste relatie zich wel eens schuldig maakt aan overspel. Tenslotte achterhaalde het CBS dat overspel ten grondslag ligt aan één op de drie echtscheidingen. Dat is veel voor een handeling die we in 1971 nog als een wettelijk misdrijf beschouwden waar je zelfs een gevangenisstraf van een halfjaar voor kon krijgen. Series als

FOTO CORBIS

*Sex and the City* en *Desperate Housewives* droegen er toe bij dat het taboe van het fenomeen vreemdgaan is afgehaald.

### ONZE GENEN

Mannen verschuilen zich maar wat graag achter de wetenschappelijke onderbouwing voor hun escapades. In zijn boek *Waarom mannen liegen en vrouwen altijd schoenen kopen* zegt schrijver Allen Pease: 'Er is sprake van een biologische tegenstelling in het menselijk ras. Aan de ene kant is het evolutionair gezien de taak van de man om de soort in stand te houden en zich voort te planten. Aan de andere kant kan een vrouw maar één kind per jaar krijgen. Deze tegenstelling komt monogamie bepaald niet ten goede.' In aanvulling hierop is er meer bewijs dat liefde en monogamie geen sterk duo vormen. Douglas Kenrick, evolutionair-psycholoog op de *Arizona State University*, kwam erachter dat als je mannen foto's met vrouwelijk naakt voorschotelt dit onmiddellijk ten koste gaat van de verliefdheid op hun eigen vrouw. 'Eigenlijk geen verrassende conclusie als je nagaat dat voor de man elke vrouw een optie is om zijn genen te verspreiden.'

### DE KICK

Relatiecoach Eelco Smit zoekt de verklaring voor het bedhopen in de mannelijke psyche. Smit baseert zich op de vijf universele basisbehoeften van de mens. Volgens hem is de mens op zoek naar verbondenheid (liefde), bekwaamheid (respect), autonomie (vrijheid), gezondheid en lichamelijk genot. Met vreemdgaan denkt een man al deze behoeften in één keer te kunnen bevredigen. Smit: 'We weten allemaal dat het orgasme voor mannen het toppunt van lichamelijk genot is. Dat orgasme kun je op drie manieren bereiken: met jezelf, met je eigen vrouw en met een andere vrouw. Voeg dit bij de hang naar risico (bekwaamheid) en vrijheid en je begrijpt waarom mannen vaak voor optie drie kiezen. Het gaat mannen om het genot en de kick van iets dat niet mag. Verder wijst ieder onderzoek uit dat vrouwen liefde het belangrijkste vinden, terwijl mannen vooral gerespecteerd willen worden voor wat ze doen en wie ze zijn. Als een man thuis wordt afgeblaft door zijn vrouw gaat hij buiten de deur

kijken of hij het nog wel heeft. Een man wil graag weten of hij nog goed in de markt ligt en of hij een goede minnaar is.' Dat vreemdgaan zowel emotioneel als financieel grote gevolgen kan hebben nemen veel mannen volgens Smit op de koop toe. 'Wat hebben mannen te verliezen? Beckham en Hugh Grant zijn er toch ook alleen maar beter van geworden? Mannen verdienen over het algemeen meer dan vrouwen. Als een man het zich kan veroorloven om de alimentatie te betalen komt hij er dus mee weg. Het is zoals het is. Ik kijk liever naar de feiten dan naar sprookjes over hoe de wereld in elkaar 'zou' moeten zitten.'

### CHEMIE

De chemie in ons lichaam lijkt ingericht op polygamie. De verklaring voor het eeuwige geflirt van mannen is heel simpel: 'Bij sex met een nieuwe partner komen niet alleen endorfine en adrenaline vrij, maar ook oxytocine. Dit stofje geeft een gevoel van opwin-

ning. Hij vindt dat zijn vrouw moet kijken naar wat er wel is en niet zo moet zeuren. Als er dan op een gegeven moment een mooie vrouw voorbij komt gaat het mis. De man hoopt dan zijn basisbehoeften bij die ander even vervuld te krijgen en gaat voor de kortetermijnbevrediging.

### AANJAGERS

'Er zijn zeker zaken in relaties die affaires aanmoedigen,' zegt de Engelse sexueel-psychologe Janice Hiller. 'Dit gebeurt als mannen zich aan de kant voelen gezet of als ze worden afgewezen. Een andere baan van de partner of het krijgen van kinderen kunnen hier bijvoorbeeld de oorzaak van zijn.' Fiona Brouwer vult aan: 'Als de relatie niet lekker loopt is sex één van de eerste dingen waar wrijving over ontstaat. Een vrouw wil eerst dat haar man aandacht aan haar besteedt en dan vrijen. Een man wil sex en denkt dat het daarna beter gaat met de relatie.' Verder ziet Fiona Brouwer dat mannen en vrouwen

## 'Het gaat mannen om het genot en de kick van iets dat niet mag.'

ding. Sommige mannen zijn verslaafd aan dit gevoel. En onderzoekers van de universiteit van Pavia in Italië zeggen dat door de liefde teweeggebrachte chemische veranderingen in het lichaam slechts twaalf maanden duren.

Relatiedeskundige Fiona Brouwer noemt verliefdheid een narcose van de natuur. 'Deze narcose legt het rationele denken lam en brengt je in een toestand waarin je vooral voelt. Als je verliefd bent is de sex top, kun je geweldig met elkaar praten en wil je met die partner oud worden. Zij gaat je gelukkig maken! Je basisbehoefte aan erkenning, bewondering, waardering - allemaal uitingen van liefde - lijken te worden vervuld. Als de narcose begint uit te werken zie je dingen van elkaar die eerder niet opvielen. Er komen irritaties. Vervolgens ontstaat er een machtsstrijd. Iedereen probeert op zijn eigen wijze die liefde van de ander toch te krijgen. Dat gebeurt vaak op negatieve manieren. De meeste vrouwen klagen en geven aan wat er allemaal niet klopt in de relatie. De man sluit

in een relatie zaken verschillend interpreteren. Ze geeft een voorbeeld: 'Vrouwen geven soms aan dat ze het niet hoeven te weten als hun man misschien ooit een slippertje zou maken. Mannen denken dan: ik mag vreemd gaan, zolang ze er maar niet achter komt. Als puntje bij paaltje komt en de vrouw vermoedt dat er iets gaande is zijn de rapen toch echt gaar.'

### PREVENTIE

Volgens Brouwer is communicatie de enige manier om vreemdgaan te voorkomen. 'Het is een cliché, maar praten over de problemen in je relatie of zaken die je dwars zitten helpt echt. Elk probleem is namelijk een oproep tot ontwikkeling. Helaas leren we praten over dit soort zaken niet op school en vaak ook niet van onze ouders. We zijn altijd geneigd te denken: ik los het zelf wel op. Maar als problemen doorsudderen ligt een vlucht op de loer. Het is heel makkelijk dan even voor het kortetermijn geluk te kiezen. Ook al weet je dat dat op den duur veel verdriet en problemen tot gevolg heeft.' ■