

1 *Seksuoloog/psychotherapeut Wilfried*
2 *Van Craen doorbreekt het taboe van*
3 *ontrouw*

4
5 **"De mens is niet gemaakt om**
6 **monogaam te zijn"**

7
8 *Niemand geeft het toe, maar 30 tot 50% van de*
9 *gehuwden pleegt overspel, aldus seksuoloog en*
10 *psychotherapeut Wilfried Van Craen. Hij vergelijkt*
11 *vreemdgaan met genitale herpes: zowat **EEN DERDE TOT***
12 *de helft van de bevolking zit ermee, maar iedereen*
13 *doet alsof hij tot de andere helft behoort. "Je*
14 *partner bedriegen is het ergste wat je kunt doen,*
15 *want het betekent dat je niet meer van hem/haar*
16 *houdt", **HOORT MEN WEL EENS BEWEREN.** Een kortzichtige*
17 *opvatting stelt Van Craen in zijn leerzame boek De*
18 *Prijs van de Passie, dat als uitgangspunt heeft dat*
19 *er even veel manieren zijn om met ontrouw om te gaan*
20 *als er koppels zijn.*

21
22 **WILFRIED VAN CRAEN:** "Voor het begrip 'vreemdgaan' bestaan
23 nogal wat synoniemen, die echter niet allemaal dezelfde lading
24 dekken. Terwijl 'overspel' dankzij de connotatie met 'spelen'
25 vrij onschuldig in de oren klinkt, betekent 'schuin marcheren'
26 dat je van de norm afwijkt. Bij het woord 'ontrouw' moeten we
27 ons dan weer afvragen op welk gebied iemand niet trouw is. We
28 denken allemaal automatisch aan seksuele ontrouw, maar waar
29 ligt wat dat betreft onze grens? Bedrieg je je partner al als
30 je met een begerige blik naar iemand anders hebt gekeken? Als
31 je die persoon hebt gezoend? Of moet je met je minnaar of
32 minnares naar bed zijn geweest? Overigens zijn er nog heel wat
33 andere manieren om wel of niet trouw te zijn aan je geliefde.
34 Voor het ene koppel kan het betekenen dat je erop aankan dat
35 je **MEKAAR NIET IN DE STEEK LAAT OF** voor elkaar blijft zorg
36 dragen en steun geven, ook in moeilijke tijden van,
37 bijvoorbeeld, ziekte, conflict of ouderdom. Voor anderen wil
38 het zeggen dat ze samen goed voor de kinderen blijven zorgen,
39 wat er ook gebeurt en zelfs na een eventuele scheiding. In
40 plaats van trouw zomaar te definiëren als 'niet vreemdgaan'**EN**
41 **HET PER DEFINITIE TE REDUCEREN TOT HET SEKSUELE** zouden we
42 allemaal voor onszelf moeten uitmaken in welke zin we onze
43 partner trouw willen blijven. Zo zouden al een heleboel
44 misverstanden uit de wereld geholpen worden. **PARTNERS PRATEN**
45 **SOMS WEKENLANG OVER DE NIEUWE AUTO DIE ZE GAAN AANKOPEN MAAR**

1 **HAAST NOOIT OVER WAT ZE NU PRECIËS VAN MEKAAR VERWACHTEN OP**
2 **VLAK VAN TROUW EN OF DIE VERWACHTINGEN WEL REALISTISCH ZIJN "**
3 **Speelt religie nog altijd een belangrijke rol inzake onze**
4 **normen over ontrouw?**

5 **VAN CRAEN:** "Zowat elke godsdienst verzet zich tegen het
6 tegelijkertijd aangaan van verschillende, al dan niet
7 seksuele, relaties **EN SEKS, ZEKER BUITEN HET HUWELIJK, IS ER**
8 **SOWIESO GEKOPPELD AAN SCHULD EN BOETE.** Ook in onze westerse
9 cultuur kunnen we niet zo goed om met overspel en daar heeft
10 het christendom een groot aandeel in. In de middeleeuwen lag
11 de norm voor ontrouw helemaal anders. Men ging er van uit dat
12 de hoofdrelatie niet aan alle verwachtingen kon voldoen,
13 vooral omdat er in die periode meestal verstandshuwelijken
14 werden gesloten. Partners kozen niet voor elkaar omwille van
15 de aantrekkingskracht die ze op elkaar uitoefenden, maar om
16 louter economische redenen. Het gemis aan een amoureuze en
17 seksuele dimensie werd gecompenseerd door buitenhuwelijkse
18 verhoudingen. De streek van de Languedoc in Zuid-Frankrijk
19 stond bekend om haar minstrelen en troubadours die de
20 zogeheten 'hoofse' liefde _____ bezongen. **IN DEZE LIEDEREN**
21 **NAM DE MINNAAR OF MINNARES VAAK EEN CENTRALE PLAATS IN.** Hoe
22 noordelijker men ging, des te groter werd de weerstand van het
23 christendom tegen deze liederen. Vooral ter hoogte van
24 Bretagne werden ze steevast in de ban van de kerk geslagen."
25 "De reden waarom het christendom het zo moeilijk heeft met
26 overspel is eenvoudig: het gezin wordt als de onwrikbare
27 hoeksteen van de samenleving beschouwd. Zolang de mensen braaf
28 de regeltjes van het huwelijk volgden en deden wat het
29 christendom hen voorschreef, had de kerk macht over hen.
30 Monogamie werd dus aangeprezen en elke vorm van libertijns
31 denken werd als een zonde gebrandmerkt. De verspreiding van
32 anticonceptiva, en dan vooral de introductie van de pil,
33 luidde een ware revolutie in: plotseling kon seks **LOSGEKOPPELD**
34 **WORDEN VAN** de voortplanting en begon men te vrijen voor het
35 plezier. Dat was een zware opdoffer voor de kerk, want dit
36 concept van seksualiteit paste niet in haar visie. **DE**
37 **KATHOLIEKE KERK LIJKT VAN DAN AF HET** Noorden dan ook kwijt te
38 zijn **WAT BETREFT DE SEKSUELE MORAAI. NOG RECENTELIJK LANCEERDE**
39 **DE PAUS EEN NOODKRAAT AAN ALLE ADVOCATEN OM SCHEIDINGEN TE**
40 **BOYCOTTEN."**

41 **Is promiscuïteit de regel in de natuur?**

42 **VAN CRAEN:** "Dat zou ik niet durven zeggen, ook al komt
43 polygamie kennelijk iets meer voor dan monogamie. Louter
44 biologisch bekeken heb je zowel extreem polygame diersoorten
45 die een groot aantal partners hebben als extreem monogame
46 diersoorten. Deze eigenschap is zuiver genetisch bepaald en
47 heeft dus niets met vrije keuze te maken. Dieren die sterk op
48 elkaar zijn aangewezen, bijvoorbeeld omwille van bedreiging of
49 klimatologische omstandigheden, zijn over het algemeen
50 bijzonder monogaam. Pinguïns zijn daar een goed voorbeeld van,
51 omdat ze op elkaar moeten kunnen rekenen in de koude
52 weersomstandigheden waarin ze leven. Hetzelfde geldt trouwens
53 voor mensen die wonen in barre gebieden zoals Siberië. In

1 Afrika **EN DOMMIGE STREKEN VAN AZIË**, waar de leefomstandigheden
2 klimatologisch gemakkelijker zijn, komt polygamie veel vaker
3 voor. Hier te lande zie je dat landbouwersgezinnen van twee
4 generaties terug doorgaans strikt monogaam waren, gewoon omdat
5 ze **ECONOMISCH** elkaar nodig hadden om te overleven op de
6 boerderij."

7 **Is de mens biologisch gesproken gemaakt om monogaam te zijn?**

8 **VAN CRAEN:** "Nee. In vergelijking met andere diersoorten kunnen
9 we onszelf ergens in het midden situeren tussen extreme
10 monogamie en extreme polygamie. Binnen de categorie van de
11 mensapen, de soort waarmee we de meeste verwantschap vertonen,
12 bevinden we ons tussen de gorilla en de chimpansee. De mate
13 waarin primaten promiscue zijn, hangt nauw samen met de
14 grootte van het mannetje. Bij de gorilla's zijn de mannetjes
15 bijna tweemaal groter dan de wijfjes, die in kleine groepjes
16 samenleven met een dominante gorillaman. Bij de bonobo's -
17 dwergchimpansees waarvan het genetisch materiaal voor 98,8%
18 met dat van de mens overeenkomt - is het mannetje slechts iets
19 groter dan het vrouwtje. Bonobo's leven in groep en hebben
20 geen vaste relaties. De menselijke man is gemiddeld 15% groter
21 dan de vrouw, wat op een neiging tot polygamie wijst."

22 "Een andere vaststelling uit primatenstudies is dat er een
23 verband bestaat tussen de grootte van de teelballen van
24 mannelijke mensapen ten opzichte van hun lichaam en de mate
25 van promiscuïteit. Hoe groter de teelbal, des te meer zaad en
26 dus ook des te meer voortplantingsmogelijkheden. Vrouwelijke
27 mensapen zijn bovendien meer geïnteresseerd in andere
28 mannetjes naarmate de teelballen groter zijn in verhouding tot
29 het lichaam. Bij de mens bengelt de man met zijn teelballen
30 van ongeveer 30 gram tussen de gorilla en de chimpansee in.
31 Daaruit zou je kunnen afleiden dat de gemiddelde vrouw niet
32 geobsedeerd is door, maar ook niet afkerig is van een
33 buitenechtelijke affaire."

34 "Het feit dat de mens een relatief promiscue soort is, vloeit
35 voort uit ons biologisch ideaal. We zijn geprogrammeerd om
36 onze soort in stand te houden en ons (**ONTROUW**) gedrag is daar
37 een gevolg van, of we dat nu willen of niet. Onze genen
38 bepalen gedeeltelijk onze manier van denken en handelen en die
39 biologische invloed staat los van onze culturele waarden. Zo
40 zijn mannen genetisch geprogrammeerd om als soort te overleven
41 door zoveel mogelijk zaad te verspreiden bij zoveel mogelijk
42 vrouwen - het liefst van al jonge vrouwen omdat hun
43 vruchtbaarheid maximaal is. Als vrouwen vreemdgaan staan ze
44 voor een dilemma: enerzijds willen ze een oudere en wijzere
45 partner die hen veiligheid en materieel comfort kan bieden,
46 anderzijds zoeken ze een jongere man omdat diens zaad
47 kwalitatief beter is. Vrouwen streven bij het kiezen van een
48 minnaar dus veeleer kwaliteit na, terwijl het bij mannen meer
49 om de kwantiteit gaat. Daarom is een vrouw die haar man
50 bedriegt biologisch gezien veel bedreigender voor de relatie.
51 Mannen gaan meestal vreemd voor het avontuur, maar bij vrouwen
52 schuilt er dikwijls méér achter."

1 **Waarom blijven we zo hardnekkig onze eigen promiscue aard**
2 **ontkennen?**

3 **VAN CRAEN:** "Alhoewel de genetische evolutie lak heeft aan
4 moraal en overleven als enige prioriteit stelt, kiezen we
5 inderdaad gezamenlijk voor huwelijkstrouw. Een man heeft er
6 namelijk geen baat bij om kinderen groot te brengen van de
7 minnaar van zijn vrouw, en van haar kant ziet een vrouw niet
8 graag dat haar man zijn zaad gaat plengen bij iemand anders.
9 Daar komt nog bij dat een stabiel gezin een optimale context
10 biedt voor het nageslacht. **BOVENDIN HEEFT** men in onze cultuur,
11 nog niet zo lang geleden overigens, voor het ideaal van de
12 romantische liefde heeft gekozen. **DIE** omwenteling is er
13 gekomen bij het begin van de Industriële Revolutie, medio 18de
14 eeuw. Voordien waren relaties vooral functioneel gericht,
15 namelijk om te overleven als soort of om eigendommen niet
16 kwijt te spelen. Het was niet meer dan normaal dat mannen en
17 vrouwen ook passie buiten hun huwelijk zochten. Later dook het
18 romantische ideaal van de perfecte partner en de
19 onafscheidelijke wederhelpt op. 'Ik heb u lief' evolueerde
20 naar 'Ik **heb** u, **LIEF**'. De vrouwelijke partner werd vanaf dan
21 door de man steeds meer als zijn bezit beschouwd. Bedenk
22 hierbij dat materieel bezit tijdens de Industriële Revolutie
23 een steeds grotere rol ging spelen."

24 "De mythe van de prins op het witte paard en het gezegde dat
25 op elk potje een dekseltje past, begonnen zich te verspreiden.
26 We zijn gaan geloven in een ideale relatie, waarbij beide
27 partners tot de dood hen scheidt blijven voldoen aan elkanders
28 verwachtingen en verlangens. De realiteit spreekt dit plaatje
29 **ECHTER** keihard tegen, maar we blijven koppig volharden, aan de
30 ene kant omdat we zo graag in dat romantische ideaalbeeld
31 willen geloven, aan de andere kant omdat zowel de kerk als de
32 economie daar alle baat bij hebben. Net als voor het
33 christendom is ook voor de economische wereld het gezin de
34 hoeksteen van de samenleving. Op productverpakkingen en in
35 reclamespots zie je voortdurend gelukkige koppeltjes en
36 vrolijke **GEZINNEN**. Overal en altijd duikt het beeld van de
37 ideale relatie op - kijk bijvoorbeeld naar de commerciële hype
38 rond Valentijn - terwijl het bereiken daarvan niet meer dan
39 een illusie is. In mijn praktijk als psychotherapeut zie ik
40 heel wat mensen die gefrustreerd zijn omdat ze merken dat hun
41 relatie niet overeenkomt met dat ideaalbeeld. Ze vergelijken
42 hun dagelijkse leven vol irritatie en ongemakken met dat van
43 de perfect gelukkige koppeltjes uit de reclame **EN MEDIA** en
44 komen tot de **(ONTERECHE)** conclusie dat **HUN EIGEN RELATIE**
45 **TEKORT SCHIET EN DAT** ze therapie nodig hebben of zelfs uit
46 elkaar moeten gaan. De fout ligt echter niet bij hen, maar bij
47 het tot norm verheffen van die utopische voorstelling van de
48 **HUWELIJKS**liefde.**DE OVERSPEL RELATIE IS DAN OOK VAAK HET**
49 **STAARTJE VAN HET ROMANTISCH IDEEAAL, WANT ALS HET VREEMDGAAN**
50 **ZICH ALS EEN WORMPJE IN DE APPEL VAN JE (HUWELIJKS)LEVEN**
51 **WURMT, DAN IS DAT OOK OMDAT WE MENEN DAT HET EEN ANTWOORD IS OP**
52 **AL ONZE ONBEANTWOORDE VRAGEN."**

1 **U stelt dat we een duurzame relatie nog te vaak als een**
2 **statisch gegeven bekijken.**
3 **VAN CRAEN:** "Dat is een grove denkfout die typisch is voor onze
4 cultuur **WAARIN WE GRAAG ALLES VASTPINNEN ZODAT HET HETZELFDE**
5 **BLIJFT.** Het is **ECHTER** een illusie te denken dat de persoon
6 waarmee je trouwt twintig jaar later nog steeds dezelfde is.
7 **MENSEN EVOLUEREN NU EENMAAL EN** Beide partners hebben
8 verschillende ervaringen achter de rug: misschien werkt de ene
9 wel en de andere niet, of heeft de ene meer vrienden dan de
10 andere. Dergelijke factoren kunnen ertoe bijdragen dat iemands
11 persoonlijkheid na verloop van tijd belangrijke veranderingen
12 ondergaat."
13 "Bovendien blijkt uit onderzoek van de Amerikaanse antropologe
14 Helen Fisher dat **DE HORMONEN VERANTWOORDELIJK VOOR** het
15 seksueel verlangen in een relatie na 36 tot 42 maanden
16 verdwenen **OP ZIJN.** Dat komt overeen met de periode van het
17 spenen, de tijd dat het kind in primitieve culturen nodig had
18 om van borstvoeding over te gaan naar vast voedsel. Gedurende
19 deze periode voelen de moeder en de vader zich emotioneel **EN**
20 **SEKSUEEL** sterk afhankelijk van elkaar, maar daarna **DEINT DIT**
21 **UIT EN GAAT HET SEKSUEEL VERLANGEN UIT NAAR ANDEREN.** Volgens
22 Fisher is wat mensen als liefde omschrijven in feite een
23 biologisch middel om kinderen effectief groot te brengen.

24
25

26
27 **Gelooft u de mensen die zeggen dat ze na twintig jaar huwelijk**
28 **nog altijd even verliefd zijn op elkaar?**
29 **VAN CRAEN:** "Je zult wel een beperkt aantal koppels hebben
30 waarbij er sprake kan zijn van een soort eeuwigdurende passie,
31 maar dat zijn beslist uitzonderingen. Het probleem is dat die
32 minderheid als norm verheven wordt en dat we ons daaraan
33 spiegelen. Ik vind trouwens niet dat het verminderen van
34 verliefdheid of van seksuele aantrekkingskracht een excuus mag
35 zijn om vreemd te gaan. Hoewel het zeker een oorzaak kan zijn
36 van overspel, wil dat nog niet zeggen dat we het moeten
37 toejuichen. **IN TEGENSTELLING TOT DE ANDERE DIERSOORTEN HEBBEN**
38 **WE** Als mens _____ nu eenmaal de mogelijkheid om ons gedrag van
39 andere factoren te laten afhangen dan alleen van hormonale en
40 genetische beïnvloeding. Toch **LOOPT TOT** de helft van de
41 **HUWELIJKEN** na tien jaar **OP DE KLIPPEN**_____. Dat vind ik
42 redelijk schrikbarend, omdat uit die statistische gegevens
43 duidelijk blijkt dat er iets mis is met onze algemene visie op
44 het huwelijk. Ik vind duurzaamheid een belangrijke waarde in
45 het leven, maar misschien moeten we het concept 'huwelijk'
46 dringend anders gaan bekijken. De manier waarop we er nu
47 tegenaan kijken beantwoordt absoluut niet meer aan onze
48 huidige behoeften en verlangens. Enerzijds zouden we onze
49 partner, als die na verloop van tijd veranderd is, anders
50 moeten leren appreciëren. Anderzijds is het niet altijd
51 evident om, twintig jaar nadat men elkaar eeuwige trouw heeft
52 gezworen, nog steeds dezelfde aantrekkingskracht te voelen.
53 Een oplossing zou erin kunnen bestaan dat er

1 huwelijkscontracten van kortere termijn worden gesloten. Beide
2 partners zouden dan, bijvoorbeeld, om de tien **OF TWINTIG** jaar
3 hun contract kunnen vernieuwen. Zo kunnen ze voor zichzelf
4 uitmaken wat ze elkaar na die tijd nog te bieden hebben **EN**
5 **ZULLEN ZE ZICH OOK INTENSER INSPANNEN OM VOOR ELKAAR**
6 **AANTREKkelijk TE Blijven, EN DAN BEDOEL IK DAT ZEKER NIET**
7 **UITSLUITEND OP HET SEKSUELE VLAK.** Veel hangt er echter van af
8 of ze samen kinderen hebben, want als dat het geval is zou het
9 een reden kunnen zijn om, ondanks hun wens de relatie te
10 beëindigen, toch bij elkaar te blijven. Een kind heeft **IMMERS**
11 het recht opgevoed te worden door beide ouders **IN EEN (LIEFST**
12 **WARM)GEZIN**, al mag de prijs daarvoor uiteraard niet
13 **DESTRUCTIEF** hoog liggen."

14 **Hoe zou volgens u de nieuwe definitie van het huwelijk moeten**
15 **luiden?**

16 **VAN CRAEN:** "Een mens zoekt aan de ene kant veiligheid en
17 zekerheid in een vaste relatie, maar aan de andere kant is er
18 de onbedwingbare behoefte aan **PASSIE EN VERANDERING.** We slagen
19 er tot dusver niet in deze twee tegenstrijdige gevoelens met
20 elkaar te combineren. Volgens de huidige regels van het
21 huwelijk is er immers geen plaats voor die drang naar
22 avontuur. Daarom gaat men dus vreemd zonder dat de partner er
23 iets van weet. Dat leidt vaak tot onderhuidse spanningen die
24 gevaarlijk zijn omdat ze een enorme teleurstelling en
25 frustratie kunnen opwekken bij de bedrogene. **ELK VAN ONS ZAL**
26 **OP ZIJN EIGEN MANIER MOETEN ZOEKEN NAAR EEN RELATIEVORM**
27 waarbinnen **DIE** twee factoren, stabiliteit en verandering,
28 worden geïntegreerd. Een perfecte oplossing bestaat niet, maar
29 erover praten **EN DE DURF OM DE CONVENTIONELE PADEN TE VERLATEN**
30 zal beslist veel problemen voorkomen. Ook na twintig jaar
31 huwelijk is het noodzakelijk om te bespreken wat kan en niet
32 kan, want je mening daarover blijft niet noodzakelijk
33 dezelfde. In mijn boek laat ik een vrouw aan het woord wier
34 man vreemdging en die daar door de jaren heen helemaal anders
35 is over beginnen denken. Aanvankelijk vond ze dat een
36 slippertje absoluut niet kon, maar na verloop van tijd
37 veranderde ze van mening en kon ze zich onder bepaalde
38 voorwaarden met een buitenechtelijk avontuurtje verzoenen.
39 Naarmate twee geliefden ouder worden en elkaar beter leren
40 kennen, beginnen ze soms te aanvaarden dat ze elkaar niet
41 alles kunnen bieden. Dat is ook niet de bedoeling van een
42 huwelijksrelatie, alleen beseffen weinig mensen dat **EN ZETTEN**
43 **ZE MEKAAR ONNODIG ONDER DRUK.**"

44 **Vreest u niet dat jaloezie de eeuwige hinderpaal zal zijn voor**
45 **zogenaamde open relaties?**

46 **VAN CRAEN:** "Eerst en vooral wil ik benadrukken dat iedereen
47 voor zichzelf moet uitmaken wat wel en niet kan binnen een
48 relatie. _____ Jaloezie is inderdaad een factor die zal
49 meespelen in de manier waarop we hiermee omgaan. In eerste
50 instantie is het een positieve functionele emotie die ons
51 alert maakt om te reageren op situaties waarin we iets
52 waardevols dreigen te verliezen. Vaak wordt jaloezie ook
53 gezien als een teken van liefde. Ik hoor partners meer dan

1 eens klagen dat de ander niet of te weinig jaloers is, wat dan
2 wordt geïnterpreteerd als een gebrek aan liefde.”
3 “Hoe jaloers iemand reageert hangt sterk af van de mate waarin
4 hij of zij verwacht dat de relatie exclusief is. Ik geef een
5 voorbeeld. Terwijl een man vindt dat hij zonder problemen
6 alleen moet kunnen uitgaan met vriendinnen, vindt zijn
7 echtgenote misschien dat zoiets niet kan omdat het risico van
8 seksuele intimiteit te groot is. Daarnaast zijn er mensen die
9 het helemaal niet erg vinden dat hun partner **WEL** eens
10 vreemdgaat _____, zolang het maar geen gewoonte wordt en het
11 niet bedreigend **IS** voor de vaste relatie. Het belangrijkste
12 voor deze mensen is dat ze weten dat hun partner hen niet zal
13 verlaten, **DAT ER DE INTENTIE IS DAT HUN RELATIE PRIORITEIT**
14 **BLIJFT.**,------. Zo’n ingesteldheid vraagt van twee
15 geliefden alleszins een enorm vertrouwen in elkaar.”
16 **Moeten we overspel in de fantasie ook als een vorm van ontrouw**
17 **beschouwen?**
18 **VAN CRAEN:** “Desmond Morris heeft daarover gezegd dat elke
19 gezonde volwassen man zijn vrouw dagelijks bedriegt in zijn
20 gedachten: als hij naar een film kijkt, een boek leest of een
21 mooi meisje op straat bewondert, fantaseert hij hoe het zou
22 zijn om met een andere vrouw seks te hebben. Zolang we in
23 staat zijn ons te beperken tot overspelig gefantaseer, is er
24 naar mijn gevoel geen vuiltje aan de lucht. Pas als we ons
25 verlangen in de praktijk brengen, loopt het vroeg of laat **WEL**
26 **EENS** fout.”
27 “Het is moeilijk te zeggen wanneer je daadwerkelijk ontrouw
28 bent en het hangt ervan af hoe je partner er tegenaan kijkt.
29 Is een man die naar de hoeren gaat ontrouwer dan iemand die ‘s
30 nachts het echtelijk bed uitsluipt om pornosites te begluren
31 op internet? Als je partner met een opvallende gedrevenheid,
32 intensiteit en frequentie aan het chatten is met iemand via
33 internet en daarbij intieme informatie uitwisselt, gaat hij of
34 zij dan vreemd? Of wordt het dat maar als het virtuele wordt
35 overschreden en er daadwerkelijk iets gebeurt? En wat als je
36 masturbeert met een ander persoon in gedachten of als je aan
37 iemand anders denkt terwijl je seks hebt met je partner?
38 Vragen die ieder voor zich moet beantwoorden, al kunnen we
39 allemaal maar beter aanvaarden dat het verlangen naar anderen
40 en promiscuïteit eigen is aan onze soort. Er is
41 vanzelfsprekend een fundamenteel verschil tussen de *beleving*
42 daarvan in de verbeelding en de *uitleving* in de realiteit, ook
43 al probeert de bijbel ons iets anders wijs te maken. Jezus
44 zei: ‘Wie met lust naar een vrouw keek, beging reeds ontrouw
45 met haar in zijn hart’. Dit soort van irrationele **OPVATTINGEN**
46 brengt tal van onterechte schuldgevoelens teweeg.”
47 **Waarın verschillen mannen en vrouwen qua overspelig gedrag?**
48 **VAN CRAEN:** “Als er over ontrouw wordt gepraat, is er steeds
49 een heel conventionele rolverdeling: de vreemdganger is per
50 definitie een man, de bedrogen partner een vrouw en de derde
51 een minnares. Wat dat betreft doorprikte een onderzoek van de
52 Nederlandse sociaal psycholoog B.P. Buunk uit 1980 enkele
53 hardnekkige mythes. Mannen en vrouwen blijken weinig te

1 verschillen in hun seksueel buitenechtelijk gedrag, al lijkt
2 de intentie wel iets sterker te zijn bij mannen. Terwijl
3 vrouwen op het vlak van vreemdgaan dus nauwelijks onderdoen
4 voor mannen, worden ze wel stevast opgevoerd in de rol van
5 bedrogen partner of passieve, afhankelijke minnares en slechts
6 zelden als actieve vreemdganger. Men vergeet daarbij dat ze
7 aan een inhaalmanoeuvre zijn begonnen sinds ze buitenshuis
8 zijn gaan werken. Hun kansen om interessante, potentiële
9 partners te ontmoeten, zijn drastisch gegroeid. Ze zitten dan
10 ook lang niet altijd meer in de rol van het bedrogen
11 slachtoffer, maar zijn vaak zelf de bewust kiezende actor.

12 **Dat er tegenwoordig frequent wordt vreemdgegaan, blijkt ook**
13 **uit de commercie die rond het fenomeen is gegroeid.**

14 **VAN CRAEN:** "Klopt. De zogeheten 'alibicentrale', bijvoorbeeld,
15 is ongetwijfeld een van de meest inventieve initiatieven
16 waarop ik tijdens mijn research ben gestoten. Al meer dan
17 tienduizend klanten werden geholpen met een professioneel
18 klaargestoomd alibi en nog niemand is er door de mand
19 gevallen. The Alibi Agency is een Engels bedrijf dat twintig
20 *fake* receptionisten tewerkstelt en borg staat voor een
21 waterdicht en op maat gesneden alibi voor de vreemdganger. Op
22 hun website staat te lezen: 'Wanneer een kortstondige flirt
23 bekend raakt, komen uw familiegeluk, uw zakelijk succes en het
24 welzijn van uw partner en uw kinderen onder druk te staan. Met
25 de moderne communicatiemogelijkheden is het steeds moeilijker
26 om een affaire geheim te houden. The Alibi Agency heeft tot
27 doel uzelf en uw geliefden te vrijwaren van onnodige stress en
28 uw huwelijk en financiële veiligheid te beschermen.' Stel dat
29 een man die gespecialiseerd is in reisboeken komt aankloppen,
30 dan laat de alibicentrale bij een drukker een uitnodiging
31 maken voor een congres over reisliteratuur in Birmingham. Men
32 bezorgt de klant een badge van congresganger, een officieel
33 congresprogramma, een stadsplattegrond en een bewijs van
34 hotelreservatie. Alles is zo nep als wat, maar wel
35 professioneel gemaakt. Zo kan de man in alle rust met zijn
36 minnares op stap gaan in Parijs, zonder dat zijn vrouw daar
37 iets van te weten kan komen. Als ze haar echtgenoot wil
38 bereiken, kan dat zonder enig probleem. In werkelijkheid is
39 het hotel in Birmingham het kantoor van The Alibi Agency, waar
40 een 'receptioniste' de telefoon opneemt. Deze medewerkster
41 vertelt de vrouw dat haar echtgenoot niet op zijn kamer is en
42 belt de man meteen daarna op in Parijs, waarna hij zijn
43 echtgenote met zijn gsm opbelt. *Voilà*, iedereen gelukkig.
44 (*lacht*)"

45 **Uit uw boek blijkt dat ontrouw ook voor een hoop ellende**
46 **zorgt.**

47 **VAN CRAEN:** "DAT IS ZEKER ZO. Ik wil vreemdgaan dan ook niet
48 **VERDEDIGEN**, maar we mogen **OOK** niet **ONZE KOP IN HET ZAND STEKEN**
49 **EN** ontkennen dat het vaak gebeurt. Ik wil het onderwerp uit de
50 taboesfeer halen, zodat we er verstandiger op leren reageren.
51 De oorzaak van een heleboel problemen **BIJ ONTROUW** is het
52 onvermogen om er, zowel relationeel als emotioneel, op een
53 constructieve manier mee om te gaan. Men praat er te weinig

1 over en als **ER DAN OVERSPEL** gebeurt, neemt men vaak extreme
2 posities in. Het is begrijpelijk en zelfs gezond dat de
3 bedrogene aanvankelijk uitermate emotioneel reageert. Als die
4 persoon echter vernielzuchtig **blijft**, zal de **vreemdganger** op
5 zijn beurt teleurgesteld reageren omdat hij vindt dat **ER**
6 **SLAGEN ONDER DE GORDEL WORDEN TOEGEDIEND**. De partner verwacht
7 van de vreemdganger dus dat die zichzelf volledig onder
8 controle heeft, terwijl de vreemdganger van zijn partner
9 verwacht dat die redelijk is in de afstraffing. Onze
10 verwachtingen van elkaar **ZIJN DAN VOLSTREKT ONREALISTISCH EN**
11 liggen **VEEL** te hoog. **OOK HIERIN SPELEN WEER DIE IDEALE**
12 **RELATIEVERWACHTINGEN MEE**. Als we die illusie kunnen
13 doorprikken, zouden we al veel minder druk leggen op **ELKAAR**.
14 Een scheve schaats rijden zou bovendien al minder bedreigend
15 ervaren worden **ALS WE HET REALISTISCHER Zouden KUNNEN PLAATSEN**
16 , al mag dat naar mijn gevoel geen excuus voor ontrouw zijn."
17 "Illustratief in dit verband is het verhaal van een man die
18 ooit was vreemdgegaan. De manier waarop hij en zijn vrouw dat
19 hadden verwerkt, bleef hem tien jaar na zijn avontuurtje nog
20 altijd parten spelen. Toen het overspel was uitgekomen
21 reageerde zijn vrouw in eerste instantie gemeen, hatelijk en
22 agressief. **OOK AL ZETTE HIJ** zette hij zijn buitenechtelijke
23 relatie stop, --- de bittere verwijten bleven zijn dagelijks
24 deel. Hij ervoer het gedrag van zijn partner als emotioneel
25 terrorisme en beweert dat hij er een soort trauma heeft aan
26 overgehouden. Uit angst telkens weer een afstraffing te
27 krijgen, is hij op eieren beginnen lopen. Zo vermeed hij te
28 douchen of zijn haar te wassen als hij ergens alleen naartoe
29 ging, om te vermijden dat zijn partner hem van een nieuw
30 avontuurtje zou verdenken. Hij zorgde ervoor dat vrouwen die
31 zijn partner niet bekend waren hem thuis niet belden, ook al
32 ging het om louter professionele of vriendschapsrelaties. Tien
33 jaar lang heeft hij zo'n uitgebreid vermijdingsgedrag
34 ontwikkeld dat de kwaliteit van zijn leven eronder begon te
35 lijden. Het ergste was dat hij het zijn partner kwalijk begon
36 te nemen dat hij zich zo gedroeg, terwijl hij daar in feite
37 geen enkele reden toe had. Immers, zijn vrouw controleerde hem
38 niet meer en maakte **HOEGENAAMD** geen opmerkingen _____ als
39 hij wegging. Door zichzelf te censureren maakte hij zijn eigen
40 leven tot een hel. Dit verhaal toont aan hoe twee partners
41 elkaar op een onbewuste, maar tragische manier kunnen **BLIJVEN**
42 straffen."

43 **Kan de schuinsmarcheerder best alles opbiechten aan zijn**
44 **partner of moet hij zijn ontrouw verzwijgen?**

45 **VAN CRAEN:** "De vreemdganger moet voor zichzelf proberen in te
46 schatten wat het effect zal zijn als hij eerlijk over zijn
47 affaire vertelt, al kun je dat natuurlijk nooit met zekerheid
48 voorspellen. Als regel wordt wel eens gesteld dat de waarheid
49 zeggen de enige juiste oplossing is, maar **DAT ALS ABSOLUTE**
50 **WAARHEID STELLEN LIJKT ME NIET ZO JUIST**. Vooral vrouwen hoor
51 ik wel eens zeggen: 'Dat vreemdgaan tot daar aan toe, maar de
52 leugens waren het allerergste en die blijf ik hem kwalijk
53 nemen.' Dan denk ik: als dát het allerergste is, valt het

1 allemaal nog best mee. Hoewel het in principe beter is om de
2 waarheid te vertellen, geldt dat niet ten koste van alles.
3 **LIEGEN IS ERG MAAR** als je _____ bekentenis **ONNODIG VEEL**
4 **ELLENDEN** met zich zal meebrengen **TERWIJL HET** om een vrij
5 onbelangrijk voorval gaat, **VRAAG IK ME AF OF HET VAANDEL VAN**
6 **DE WAARHEID ALTIJD OPGEHEVEN MOET BLIJVEN.** -----
7 -----."

8 **"MAAR OOK HET OMGEKEERDE BESTAAT.** Er zijn ook vreemdgangers die
9 niets zeggen, maar genoeg sporen nalaten zodat hun partner het
10 wel te weten moet komen. Zo leggen ze de verantwoordelijkheid
11 bij de bedrogene, die dan zelf moet bepalen hoe het verder
12 moet. Door de mand vallen heeft **DAN VOOR DE IN EEN HOEK**
13 **GEDREVEN VREEMDGANGER** als voordeel dat je op die manier
14 ontsnapt aan een prangend en vaak uitputtend dilemma: je wilt
15 het vreemdgaan verborgen houden opdat je ermee zou kunnen
16 doorgaan, maar tegelijkertijd verlang je ernaar dat het
17 uitkomt, zodat de steeds groeiende overdruk zal afnemen. Op
18 den duur kom je terecht in een toestand van fundamentele
19 verscheurdheid. Je wilt weggaan thuis en toch je familieleden
20 niet kwetsen. Als je bij de ander bent, voel je je tegelijk
21 verrukt en schuldig. Uiteindelijk word je één brok emotie en
22 pieker je je gek."

23 "Tot overmaat van ramp raakt de vreemdganger betrokken in een
24 innerlijke strijd tussen rede en emotie. Tegenover het
25 emotionele ik dat in de tunnel van de passie zit staat het
26 observerende ik dat met verbijstering en toenemende angst het
27 eerste ik gadeslaat. Zo zijn er de nachtelijke escapades van
28 het eerste ik die het tweede ik hoegenaamd niet kan plaatsen.
29 Met zijn rede begrijpt de vreemdganger niets van de manier
30 waarop zijn gedrag gestuurd wordt door vreemde emotionele
31 krachten en zijn emotionele ik snapt niet waarom zijn
32 redelijke tegenpool alsmaar het feest komt bederven. Sommigen
33 herkennen zichzelf niet meer en komen in een identiteitscrisis
34 terecht. Ze vervreemden niet alleen van zichzelf, maar ook van
35 hun omgeving en hun werk. **PASSIE IS NU ENMAAL DRIJFZAND VOOR**
36 **HET GEZOND VERSTAND.** Vaak overkomt dit juist de mensen die
37 **VAAK SCHAMPER DOEN ALS ANDEREN DE BOCHT UITGAAN EN** denken dat
38 ze **ZELF** altijd alles onder controle hebben. **HET IS VOOR HEN**
39 **EEN GOEDE LES IN NEDERIGHEID"**

40 **Niettemin kan vreemdgaan volgens u ook een positieve weerslag**
41 **hebben op een relatie.**

42 **VAN CRAEN:** "Professioneel word ik vanzelfsprekend het meest
43 geconfronteerd met de schaduwzijde van overspel, aangezien
44 mensen die zich gelukkig voelen met hun vreemdgaan niet
45 aankloppen bij een psychotherapeut of seksuoloog. Toch ken ik
46 ook heel wat mensen voor wie een overspelig liefdesavontuur
47 een intense verrijking van hun emotionele leven is geweest.
48 Als een van de partners of allebei **EEN VORM VAN** intimiteit
49 vinden die ze in hun relatie niet (meer) hebben, kan dat de
50 druk verlichten. De verhouding met de derde kan dus als een
51 ventiel werken om de overdruk van de hoofdrelatie weg te
52 nemen, op voorwaarde evenwel dat men niet emotioneel
53 investeert in die buitenechtelijke affaire. Wat dat betreft is

1 naar de hoeren gaan een ventieltje met weinig nadelen: het
2 neemt niet veel tijd in beslag en het is vooral niet
3 bedreigend voor de partnerrelatie. Het lijdt geen twijfel dat
4 sommige huwelijken waar de seksualiteit sinds lang geen plaats
5 meer heeft, blijven standhouden dankzij de *soupape* van de
6 prostitutie. **EEN MAN ZEI ME EENS : 'MIJN LIAISON KLEURT BIJ
7 MIJ THUIS HET GRAS ALTIJD GROENER' EN EEN VROUWELIJKE
8 VREEMDGANGSTER NOEMDE DE RELATIE MET HAAR MINNAAR HAAR BESTE
9 ANTIDEPRESSIVUM. MAAR DAT ZULLEN DAN WEL DE GELUKKIGE
10 UITZONDERINGEN ZIJN,AL MOGEN ZE OOK WEL EENS WORDEN VERMELD."**

11
12 Interview: Wim Swinnen
13 Bewerking: Johan Van Dyck
14

15 *De Prijs van de Passie. Trouw aan Ontrouw* van Wilfried Van
16 Craen kost € 19,90, telt 260 pagina's en verscheen bij
17 Uitgeverij Van Halewyck.
18