

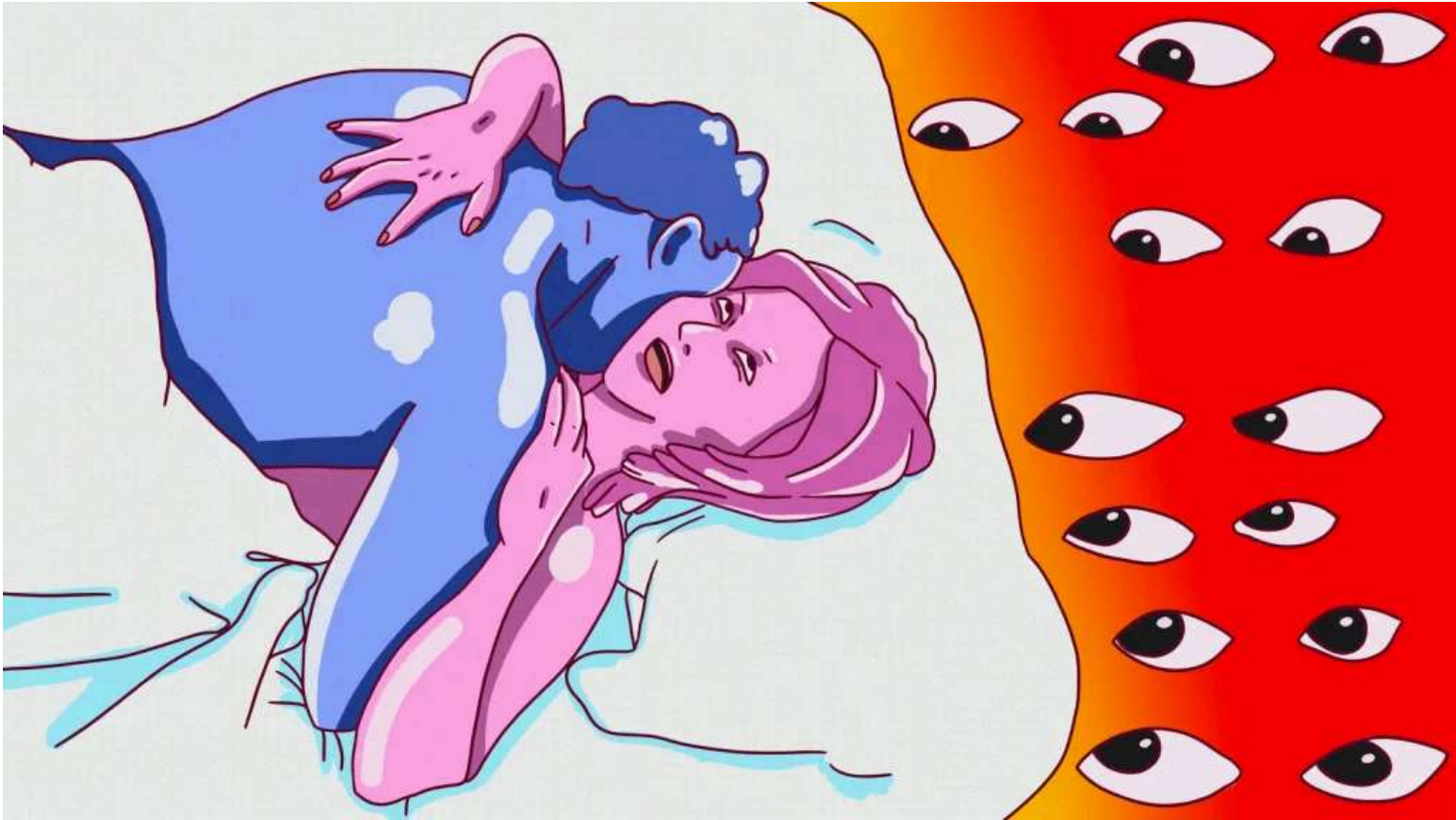
Seks

Mijn vrienden vinden me een slet, omdat ik liever onenightstands heb

Door Djanlissa Pringels oktober 29, 2021, 8:25am

Deel:

In Vraag het VICE beantwoorden we, met de hulp van psychologen, experts en ervaringsdeskundigen, jullie levensvragen. Of die nu gaan over onbeantwoorde liefdes, irritante huisgenoten of het gevoel van verlamrende onzekerheid dat je overvalt na een



avondje zuipen. Wil je ook dat we je vraag beantwoorden? Stuur een e-mail naar djanlissa.pringels@vice.com.

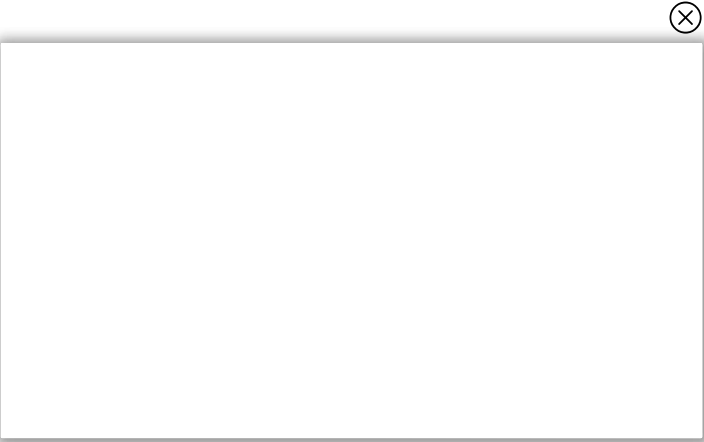


Hoi VICE,

VIDEOS BY VICE



Als tiener ben ik nooit echt bezig geweest met seks. Terwijl vriendinnetjes hun eerste zoen kregen, was ik die meid die haar Bratz-poppen een make-over gaf of naar Disney Channel zat te kijken. Ik vond jongens maar irritant, het begon hooguit een beetje te kriebelen als ik *Twilight* aan het lezen was. Het moet dan ook geen grote verrassing zijn dat ik nog maagd was toen ik aan mijn studie begon.



Read Next

Wat het met je doet als je nog maagd bent op late leeftijd

De eerste drie jaren concentreerde ik mij op mijn studie. Maar toen ik aan mijn master begon, draaide ik een knop om. Ik denk dat ik op dat moment pas echt begon te puberen, en dat mijn hormonen daardoor zo losgeslagen waren. Ik begon met het zoenen van verschillende jongens tijdens een studentenfeest, en uiteindelijk kreeg ik een vriendje door wie ik ontmaagd werd. Ik merkte al snel dat een relatie niets voor mij was: ik wilde graag van alles uitproberen, en vriendjes stonden dat maar in de weg. Ik had mijn eerste trio in dat jaar, ik had seks met mannen en vrouwen en ik ging zelfs een keertje naar een seksfeestje – puur uit nieuwsgierigheid. Ik denk dat ik in mijn laatste studiejaar met twintig jongens had geslapen. Niet slecht, maar ik vond het ook niet bepaald choquerend veel.



Mijn vrienden, met wie ik al sinds het begin van mijn studie optrok, dachten daar anders over. Zij vonden het goedkoop en oppervlakkig gedrag. Ze vertelden me dat de hele studie mij ziet als die ene griet van wie je een gemakkelijke beurt kan krijgen. Ik was – zo zeiden ze letterlijk – ‘de slet van de school’. Mijn beste vriendin zei zelfs dat ze bezorgd was voor mijn mentale gezondheid: de manier waarop ik omging met intimiteit legde volgens haar een dieper probleem bloot. Ik was op dat moment zo vernederd en geschrokken dat ik volledig dichtklapte. De woorden van mijn vriendin bleven ook nog lang in mijn hoofd zitten. Was er dan echt wat mis met me?



Read Next

[Vrouwen van het corps vertellen over de slutshaming waarmee ze te maken krijgen](#)

Inmiddels ben ik al drie jaar afgestudeerd. Hoewel ik rustiger ben geworden (ik heb simpelweg niet de tijd meer om met veel mensen seks te hebben), merk ik nog steeds dat ik meer geniet van relaties die puur fysiek zijn. Ik heb oprecht nog geen behoefte aan een serieuze relatie. Misschien is dat ook omdat ik nog niemand ontmoet heb met wie ik die klik heb gemaakt. Maar soms, wanneer een onenightstand mijn huis verlaat bijvoorbeeld, vraag ik me toch af of er wat mis is met me. Dan denk ik dat iedereen in de club, inclusief degene met wie ik in bed ben beland, mij goedkoop vindt. Dat ik nog steeds 'de slet' ben. Ik kan me er soms dagenlang slecht om voelen.

Mijn vraag is dus: is er iets mis met me? En wanneer ben je dan een slet?

X

T.

Hoi T.,

Er is geen gouden regel die bepaalt of je een gezond seksleven hebt of niet, en dat valt ook zeker niet te baseren op het aantal bedpartners dat je hebt. Je persoonlijke beleving van seks is complex, en wordt deels getekend door je opvoeding, je persoonlijke voorkeur en de maatschappij waarin je leeft (dus ook de vrienden die je omringen). Daarbij heeft iedereen een ander tempo waarop ze hun seksualiteit ontdekken. Hierin bestaat in principe geen ‘normaal’ of ‘abnormaal’. Of je nu met honderd mensen slaapt of met geen enkele, het enige wat er toe doet is hoe seks je doet voelen.

Volgens Inger Tempels, NVVS-seksuoloog, is de eerste vraag die je jezelf moet stellen: hoe beleef je seks eigenlijk zelf? Geniet je er van? Of voel je je na seks leeg, vies of gebruikt? “Als dat laatste overheerst, kan je even stilstaan bij de vraag waarom je seks hebt,” vertelt Tempels. “Probeer je een leegte te vullen? Doe je het omdat je anders eenzaam bent? Heb je seks nodig om een gevoel van eigenwaarde te hebben? Heb je behoefte aan andere vormen van intimiteit? Is het dwangmatig geworden?” Mocht dat zo zijn, dan is er misschien meer aan de hand en zou je er goed aan doen om te onderzoeken waar die gevoelens vandaan komen.

Volgens Tempels komt het wel vaker voor dat seks wordt ingezet om bevestiging te krijgen dat je er mag zijn. Ze ziet dat ook weleens in haar praktijk. “Maar in zo’n geval beleef je seks ook niet per se als iets waar je genot uit haalt,” vertelt ze. “En eigenlijk geniet je ten volste van seks als je het doet omdat je daar nu eenmaal zin in hebt.”

Een ander teken van een minder gezond seksleven is als je een druk voelt om seks te hebben, puur omdat het van je verwacht wordt. Tempels haalt hier het concept van de ‘blauwe ballen’ aan, waarbij jongens pijn krijgen aan hun ballen als ze lang opgewonden zijn zonder dat ze

een orgasme hebben gehad. “Sommigen gebruiken dit concept om te illustreren dat als je een man verleidt en vervolgens geen seks hebt met hem, je hem fysiek pijn doet. Daarom moet je het ‘afmaken’. Als je het gevoel hebt dat je verplicht seks moet hebben, dan kan dat schadelijk zijn voor je toekomstige seksuele beleving. Je hoort genoeg over vrouwen die daardoor altijd pijn houden tijdens seks, of nooit leren hoe ze kunnen klaarkomen.”

Voor zover we kunnen aflezen uit je brief, lijkt dat bij jou wel goed te zitten. Je houdt van experimenteren, van trio's tot seksfeestjes. Pas toen je vriendinnen er commentaar op hadden, begon je je seksdrive te bevragen. Je hebt, zoals ze zeggen, *sletvrees* opgelopen. Als je voelt dat de stemmen van je vriendinnen het enige zijn dat je in de weg zit – en je gewoon goed gaat op onenightstands – moet je er volgens Tempels dus gewoon van genieten. Jij kan als enige echt bepalen of je seksleven gezond is voor je of niet.

Dat je als tiener seks allesbehalve boeiend vond maar er nu wel enorm van houdt, is ook niet vreemd – en zeker geen reden om aan jezelf te twijfelen. “De gemiddelde leeftijd waarop jongeren voor het eerst gemeenschap hebben, is ongeveer achttien jaar. Maar als je daar nog niet in geïnteresseerd bent, is het logisch dat dat wat later komt. Vaak zie je dat juist bij de mensen bij wie dat wat later komt, alles een tikkeltje sneller gaat. Waar je als tiener misschien drie jaar doet over de stappen van een eerste tongzoen naar de eerste keer seks, is het logisch dat je daar als volwassene veel sneller doorheen gaat. Het is belangrijk om je eigen seksualiteit op je eigen manier te ontdekken, en daarvan te genieten.”

Misschien vind je het na die nare opmerkingen moeilijker om te genieten van seks, waardoor je blik op je eigen seksleven is vertroebeld. Wat volgens Tempels belangrijk is om hierbij te onthouden, is dat de opmerkingen van anderen over je seksleven vaak gebaseerd zijn op een giftig idee van (vrouwelijke) seksualiteit. Ze bedoelen het misschien goed, maar hun bezorgdheden zijn vaak gebaseerd op vooroordelen.

“Dat je een slet genoemd bent, is een typisch maatschappelijk oordeel, een label dat vooral aan vrouwen wordt gegeven,” vertelt Tempels. “Wat je ziet is dat vrouwen vaak een andere seksuele opvoeding hebben meegekregen dan mannen. Als je een vrouw bent die geniet van experimenteren met seks en veel partners hebt, dan krijg je vaak een waarschuwing: zorg dat je niet zwanger wordt, geef goed op tijd je grenzen aan. Die seksuele opvoeding krijgen jongens veel minder. Ze krijgen vaker hooguit een condoom mee. Het is belangrijk dat je meiden in hun jeugd meegeeft dat het oké is om te genieten van seks, met zoveel partners als je zelf wilt, en dat je leert hoe je bijvoorbeeld kan genieten van een orgasme.”

Op de vraag ‘wanneer ben je een slet’, kunnen we alleen antwoorden: alleen als je dat zelf wil zijn, en wanneer dit een term is die je jezelf wil toe-eigenen als het voor jou een positieve

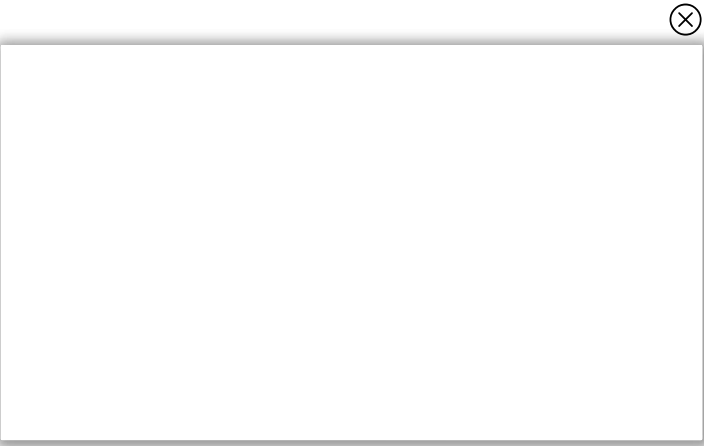
connotatie heeft. “Maar ik hou niet van het oordeel in de lading van het woord. Ik zou het nooit gebruiken, door het label dat erop hangt. Vooral als je bedenkt dat het tegenwoordig voor mannen nog steeds ‘stoer’ is”

Door die focus op seksuele veiligheid van vrouwen, ontstaat ook vaak het idee dat je als seksueel actieve vrouw ‘iets fout’ doet. “Het wordt steeds beter,” vertelt Tempels, “Maar jouw brief is nog steeds een voorbeeld dat we als maatschappij nog veel te leren hebben over vrouwelijk genot.”

Getagd: [ASK VICE](#) [ONENIGHTSTANDS](#) [SEKSUALITEIT](#) [SLET](#) [SLUTSHAMING](#) [VRAAG HET VICE](#)

Deel:

MEER
VAN VICE





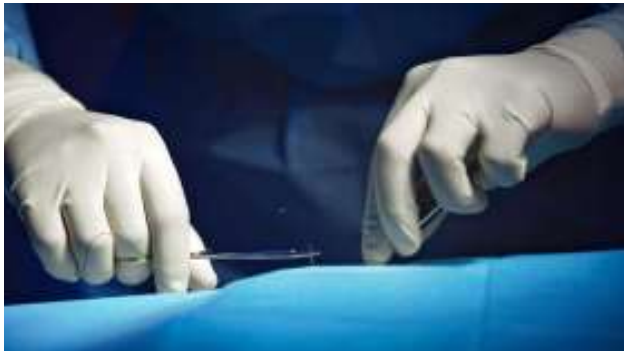
‘Date Them ‘Til You Hate Them’ Is TikTok’s Latest Toxic Dating Trend

DOOR ASHLEY FIKE
18 UREN GELEDEN



‘A Story of Reinvention’: 2 Chainz Announces Upcoming Spiritual Memoir ‘The Voice in Your Head is God’

DOOR CALEB CATLIN
18 UREN GELEDEN



Women Are Now Getting Limb-Shortening Surgery in the Name of Love

DOOR ASHLEY FIKE
18 UREN GELEDEN



Are Weighted Blankets Actually Helping You Sleep?

DOOR ASHLEY FIKE
18 UREN GELEDEN

DO NOT SELL OR SHARE MY PERSONAL INFORMATION