

Zit seks tussen de oren?

Henderickx, S. (2020) • EPO, 200 pp.

Anke Raymaekers •

Dit boek is opgebouwd uit negen hoofdstukken waarin de auteur verschillende wetenschappelijke ideeën uit de culturele antropologie, genetica, neurologie en de evolutiepsychologie aan bod laat komen. De negen hoofdstukken en de verschillende invalshoeken zorgen voor een polyfonie aan stemmen die in slechts tweehonderd pagina's uit de doeken gedaan wordt. Dat zorgt ervoor dat vele thema's worden aangeraakt zonder dat voldoende tijd genomen wordt om deze grondig te verdiepen. De auteur, Staf Henderickx, is huisarts en schreef boeken als: *Help! Mijn kind heeft een eetstoornis* (2015) en *Van mammoet tot big mac. Een geschiedenis van onze voeding* (2017).

Ik veronderstel dat hij met dit boek een breed publiek wil aanspreken waarin hij kadert dat seksualiteit veel verschillende doelen heeft gehad in de geschiedenis van de mensheid. Vandaag zien we seksualiteit als een verlengstuk van liefde en als uiting van lust, maar doorheen de geschiedenis hadden mensen ook andere redenen om seks te hebben. Zo was seks in de oertijd soms een ruilmiddel voor voedsel en bescherming voor zwangere vrouwen of vrouwen die borstvoeding gaven. Later lieten vrouwen zich leiden door eigendom en macht en dat maakt waarom er vandaag nog altijd haantjesgedrag van mannen bestaat om vrouwen te imponeren, schrijft de auteur. Tot enkele decennia geleden was er weinig aandacht voor de vrouwelijke seksualiteit en het vrouwelijk genot, wat nog een overblijfsel is uit de middeleeuwen waar vrouwen

-
- Systeemtheoretisch psychotherapeut, seksuoloog, en coördinator therapeutische groepspraktijk Anker te Wilrijk.
E-mail: anke@praktijk-anker.be

hun man seks moesten gunnen en waarbij verschillende religies aangaven dat seks alleen diende ter voortplanting.

De meeste hoofdstukken zijn bijzonder breed en behandelen, ondanks wat de titel doet vermoeden, *niet* specifiek het thema seksualiteit. Je krijgt als lezer verschillende onderwerpen voorgeschoteld waardoor het overzicht zoek raakt. Zo is er een hoofdstuk over hechting en het contact tussen ouder en kind, over hoe mensen flirten, over partnerkeuze, over de seksuele selectie bij dieren en mensen, over het biologische geslacht, over genderidentiteit en over seksuele intimidatie en grensoverschrijdend geweld en alle vormen van genderongelijkheid, zoals het verschil in loon en het verschil in leidinggeven-de functies.

Alhoewel in de meeste hoofdstukken seksualiteit op een wetenschappelijke manier benaderd wordt, verliest deze aanpak kracht door een te breed gezichtsveld. Hoofdstuk 7, 'Lieve lust', gaat wel over seksualiteit en mocht gerust langer zijn. De hormonen testosteron en oestrogeen regelen de zin in seksualiteit. Er wordt aangegeven dat een vrouw rond de ovulatie daardoor meer zin heeft, aantrekkelijker bevonden wordt en dat ze minder zin heeft wanneer ze borstvoeding geeft omdat het de ovulatie onderdrukt. Wat de schrijver helaas overslaat, maar waar volgens mij veel vrouwen vandaag de dag mee worstelen, is dat veel anticonceptiva inspelen op de hormonale cyclus van de vrouw en dus ook libidoverlagend kunnen werken. Dat is ook vaak de gang van zaken bij het voorschrijven van bijvoorbeeld antidepressiva en dat wordt wel even aangehaald in het boek.

Het is duidelijk dat de mens zin heeft in seks ook los van voortplanting, al draaide het daar eeuwenlang wel om en was de aandacht voor de mannelijke seksualiteit het grootst. Gelukkig is er de laatste decennia wat minder focus op penetratie als enige vorm van seks en is er meer wetenschappelijke aandacht voor de vrouw zoals bijvoorbeeld over de grootte van de clitoris, al blijft duidelijke informatie over de vrouwelijke geslachtsorganen nog uit in veel schoolboeken.

De auteur verwijst naar antropologe Helen Fisher (2002) die aangeeft dat seksdrive, verliefdheid en verbondenheid de belangrijkste factoren zijn bij seksuele reproductie. Henderickx geeft ook aan dat bij vrouwen de seksdrang meer dan bij mannen gestuurd wordt door omgevingsfactoren.

Het knuffelhormoon oxytocine, dat ook bij seks belangrijk is, zorgt voor meer empathie en minder angst bij ruziënde paren. De auteur is slordig met zijn referenties¹, dus zocht ik op over welk artikel dit gaat; Ditzien et al. beschreven dit in 2009. Esther Perel (2006) heeft wel degelijk een punt als ze paren tot intimiteit aanzet nog voordat andere thema's besproken zijn.

In het slot schrijft de auteur dat de biologie, neurologie en de daarbij horende chemische mechanismen het verlangen en de seksuele beleving beïnvloeden, maar de mens is niet louter een product van de evolutie. De mens geeft de omgeving mee vorm en zo ook zichzelf. Eerder in de evolutie had seksualiteit alleen een voortplantingsfunctie, maar nu is het een element van verbondenheid en genot. 'Hoe socialer en ongecomplexerder de samenleving, hoe groter het genot en hoe vrijer de beleving.' (Henderickx, p. 198).

Het boek bevat veel algemene informatie en dat kan interessant kan zijn voor wie een overzicht wil over hoe de kijk op seksualiteit geëvolueerd is doorheen de tijd. Ik vond het tegenvallen. Nu zijn mijn verwachtingen bij boeken over seksualiteit nooit hooggespannen, want ze bevatten vaak meer van hetzelfde en het warm water kan niet altijd opnieuw uitgevonden worden. Desondanks hoopte ik bij *Zit seks tussen de oren?* op een meer genuanceerde en verkwikkende kijk op de multidisciplinaire wetenschap seksuologie. Ten eerste omdat dit boek geschreven is door een huisarts in plaats van de vele seksuologen en relatietherapeuten die zich aan het thema wagen. Maar vooral omdat een recensie op de achterflap aangeeft dat Staf Henderickx als arts dicht bij de mensen staat en dat je dat kan voelen op elke pagina. Ik keek uit naar casusverhalen. Helaas bleven de praktijkgerichte verhalen uit en werd het eerder een opsomming van wetenschappelijke theorieën, waardoor dit boek eerder leest als een encyclopedische samenvatting dan als een praktijkboek.

Als ik op de achterflap naar de foto van de auteur kijk, dan zie ik een sympathieke man van een zekere leeftijd. Het is natuurlijk mijn perceptie, maar ik voel dat zijn ideeën over seksualiteit doorheen de tijd en doorheen zijn carrièreloop veranderd zijn, geëvolueerd, samen met de breed gedeelde ideeën in de maatschappij die ook veranderd zijn doorheen de tijd. Je voelt doorheen de tekst wat hij vroeger dacht en hoe hij die ideeën heeft aangepast aan de dag

¹ De auteur verwijst vaak naar onderzoeken, maar de bijhorende bronnen geeft hij helaas niet weer in zijn bronnenlijst

van vandaag. Naar mijn mening wil hij ruimdenkende ideeën op tafel leggen, maar als dertiger voel ik dat hij die ideeën niet belichaamt. We delen duidelijk niet hetzelfde perspectief op seksualiteit. Ik ben in een andere tijdsgeest opgegroeid, waardoor sommige van zijn ‘nieuwe ideeën’ mij eerder basis lijken of te grofmazig zijn. De auteur schrijft bijvoorbeeld dat hij gelijke rechten voor de LGBTQIA+-gemeenschap belangrijk vindt, maar door te kaderen wat de geschiedenis van homoseksualiteit is en door aan te geven dat er nog maar sinds het einde van de vorige eeuw gesproken wordt over holebirechten, lijkt het alsof hij onrechtstreeks nuanceert waarom sommige mensen nog niet klaar zijn voor deze gelijke rechten. Of wanneer de auteur schrijft dat anticonceptie het misleiden van de biologie is, dan voelt dat voor mij kort door de bocht. Ik denk meteen aan wat de komst van de pil heeft teweeggebracht voor de vrijheid van vrouwen en ik vind het een evidentie dat er anticonceptie bestaat en dat die sinds een tijdje gratis te verkrijgen is.

Wanneer ik dit boek lees, heb ik het gevoel dat ik in een andere tijd, een andere maatschappij, een andere omgeving, ben opgegroeid dan de auteur. Ik heb het geluk gehad dat mijn moeder me een boekje seksuele voorlichting heeft voorgelezen waarin bijvoorbeeld homoseksualiteit en masturbatie normaal waren. Ik ben opgegroeid in een sportclub waar veel vrouwen aangetrokken waren tot vrouwen en waar er volop over seks gepraat werd tijdens het douchen. Verhalen van leeftijdsgenoten die zich transgender voelen, zijn me niet vreemd. En polyamorie is een wekelijks weerkerend thema tijdens verschillende partnerrelatiesessies in mijn praktijk. Natuurlijk weet ik wel dat dat nu ook niet de dagelijkse dingen zijn waar iedere doorsneedertiger mee bezig is, maar ik denk wel dat het geen onbekende thema's zijn voor mijn leeftijdsgenoten, alvast niet voor personen uit mijn omgeving. De kijk van de auteur op gemancipeerde vrouwen en volgens mijn eigen leefwereld verschillen enorm. Zo schrijft de auteur dat iedereen wel een ‘Betty’ kent: een moderne jonge vrouw die (bijna) voltijds werkt, graag een biertje drinkt, recht voor de raap is en er ook graag vrouwelijk uit ziet. De auteur laat dit uitschijnen als iets nieuws, omdat Betty mannelijke en vrouwelijke gendereigenschappen belichaamt. Dat stootte me tegen de borst en bracht me zelfs van streek. De meeste van mijn vriendinnen zijn Betty's, mezelf inclusief. Veel van mijn vrienden delen mijn referentiekader en door het lezen van dit boek, dat de sfeer brengt van ruimdenkend te (willen) zijn, besef ik dat een gedeeld referentiekader

met mijn omgeving een vernauwende blik op de rest van de samenleving te weegbrengt, want ik beschouw een aantal dingen als vanzelfsprekend, terwijl andere mensen in de samenleving dat misschien helemaal niet vinden. Voor mij was dit boek dan ook een *wake-upcall* om nieuwsgierig te blijven naar andersoortige sociale kringen en hun referentiekaders.

Literatuur

- Ditzen, B., Schaer, M., Gabriel, B., Bodenmann, G., Ehlert, U., & Heinrichs, M. (2009). Intranasal oxytocin increases positive communication and reduces cortisol levels during couple conflict. *Biological Psychiatry*, 65(9), 728–731.
- Fisher, H. E., Aron, A., Mashek, D., Li, H., & Brown, L. L. (2002). Defining the brain systems of lust, romantic attraction, and attachment. *Archives of Sexual Behavior*, 31(5), 413–419.
- Perel, E. (2006). *Mating in captivity. Unlocking erotic intelligence*. HarperCollins Publishers.

