

Overspel kan niet, vindt 91%

Uitslag van de Top Santé Overspel Enquête

Meer dan 1400 lezeressen hebben gereageerd op de oproep in het septembernummer om mee te doen aan de online enquête over overspel. Dankzij hun eerlijke en open antwoorden kunnen wij een goed beeld te schetsen van het hoe, wat, waarom van overspel en de gevolgen ervan. TEKST PAUL VAN DER MEER, PSYCHOLOOG/ONDERZOEKER

Overspel betekent het hebben van seks (of een seksuele relatie) met een andere dan de eigen partner. Voor overspel zijn altijd twee personen nodig, waarvan er in ieder geval één gebonden of getrouwd is. We legden de vraag voor aan de respondenten of ze zelf wel eens iets hebben 'gehad' (verliefd, zoenen, seks) met iemand die zelf gebonden/getrouwd is. Iets minder dan de helft (46%) geeft aan dat dat het geval is. Het merendeel van deze vrouwen is hier niet trots op. Maar de (uiteindelijke) verantwoordelijkheid wordt door de meesten bij de andere partij gelegd. Marjan (33) zegt daarover: "Ik vond het niet prettig dat hij getrouwd was, maar vond dat toch uiteindelijk zijn verantwoordelijkheid. Het was niet correct, maar het was wel ontzettend spannend en lekker." Meer dan de helft (51%) van de vrouwen die iets hebben gehad met een man met een relatie heeft dit verteld aan hun beste vriendin. Een kwart (24%) heeft het voor zich gehouden en het aan niemand verteld. De rest heeft het aan haar naaste familie of haar partner verteld.

Wat kan wel en wat kan niet?

Een ruime meerderheid van de Nederlandse vrouwen (91%) vindt dat overspel niet kan. Wat ook niet kan volgens 84% van de respondenten, is een keer (heftig) zoenen met iemand anders dan je eigen man. Daarentegen kan je best een diepgaande vriendschap hebben met een andere man buiten je eigen partner, vindt 88%, zolang er geen seks aan te pas komt. Ook flirten moet kunnen, vindt het merendeel van de vrouwen (66%). Wat nog het minst kan als je een vaste relatie hebt, is het maken van meerdere stiekeme afspraken met een andere man: 92% vindt dat niet in de haak, terwijl er niet eens seks plaatsvindt bij die afspraakjes. Die stiekeme afspraakjes worden per saldo nog laakbaarder gevonden dan overspel. Gré (41) heeft een eenvoudige regel "Hoe ver ga je met iemand die niet je partner is? Mijn regeltje: Alles wat je ook niet met je beste vriendin zou doen. Een keer een arm om elkaar heen moet kunnen, maar op zijn/haar borst in slaap vallen of intensief boven op de mond zoenen, dat dus niet. En bedenk dat de weg naar overspel makkelijker is dan de weg er weer uit..."

(maar we doen het bij de vleet)

Verliefd worden, zoenen en vreemdgaan

De meerderheid van de vrouwen (53%) met een duurzame relatie is wel eens verliefd geweest op een ander. Drie van de vier vrouwen (precies 75%) die wel eens verliefd zijn geweest, hebben dat niet verteld aan hun partner, terwijl dat toch niet te vergelijken is met overspel. Hoe staat het dan met zoenen? Eenderde van de respondenten (34%) geeft aan wel eens een andere man gezoend te hebben, terwijl ze een vaste relatie hadden. Maar nu overspel. Uit ons onderzoek blijkt dat een zeer groot deel van de vrouwen in gedachten vreemdgaat. Op de vraag: 'Heb je wel eens gefantaseerd over vrijen met iemand anders, terwijl je een duurzame relatie had?' antwoordde maar liefst 78% met ja (waarvan soms: 54%, regelmatig: 16%, vaak: 8%). Maar als bijna acht op de tien vrouwen erover fantaseren, hoeveel vrouwen met een vaste relatie hebben dan ook daadwerkelijk seks gehad met een andere man? In ons onderzoek geeft 22% van de respondenten aan seks gehad te hebben met een andere man tijdens hun vaste relatie.

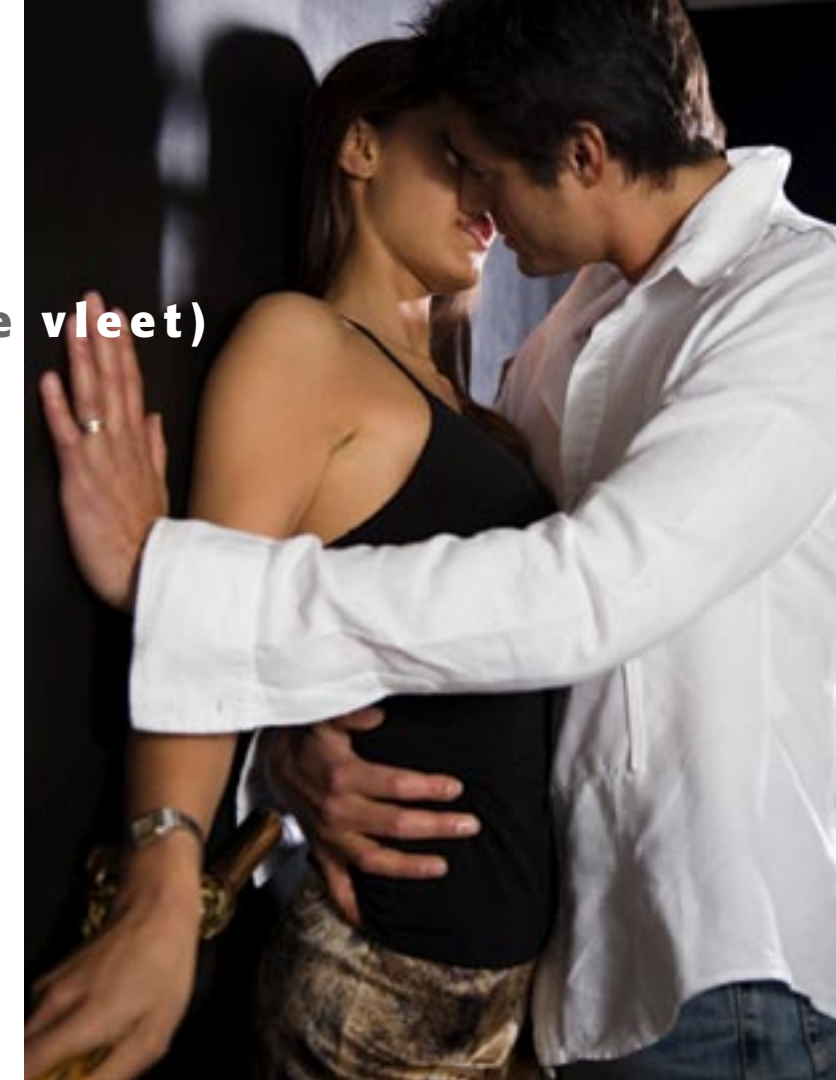
Het online onderzoek is gehouden in week 38

en 39. In totaal hebben 1.458 lezeressen de vragenlijst in zijn geheel ingevuld. De gemiddelde leeftijd van de respondenten is 36 jaar. Het merendeel heeft een vaste relatie 90% (gehuwd, samenwonend of latrelatie).

De kans dat je vreemd zal gaan in je relatie is groot wanneer je wel eens hebt gezoend met een andere man, wanneer je erotisch gechat en of ge-sms't hebt, wanneer je een niet zo hoog rapportcijfer geeft aan je relatie, wanneer je het idee hebt dat je niet goed kunt praten met je partner over zaken die voor jou van belang zijn en wanneer je niet tevreden bent over je relatie.

53% van de vrouwen is tijdens hun relatie wel eens verliefd

geweest op een andere man. Bij hun mannen komt dit volgens de respondenten veel minder voor. Slechts 14% van de partners zou wel eens verliefd op een ander geworden zijn.



Waarom gaan vrouwen vreemd?

Als we het er met elkaar over eens zijn dat overspel eigenlijk gewoon niet kan, waarom komt het dan toch voor? We hebben het gevraagd aan de vrouwen die zijn vreemdgegaan. Er wordt een tweetal hoofdredenen gegeven waarom men is vreemdgegaan. Een eerste reden die ongeveer tweederde van de overspelige vrouwen geven, is de huidige relatie. Veel vrouwen zeggen dat hun relatie is doodgebloed en/of dat ze te weinig aandacht krijgen van hun eigen man. In een aantal gevallen geven ze aan dat ze gewoon wraak willen nemen op manlief, omdat die eerder is vreemdgegaan. De tweede reden die door ongeveer eenderde van de vrouwen die overspel hebben gepleegd, is de vonk die gewoon overslaat. Verliefdheid, seksuele spanning en wederzijdse aantrekkingskracht. Anneke (44) zegt: "Ik baal er ontzettend van wat me nu overkomt (heb al 8 jaar een vaste relatie) ik veroordeelde vroeger mensen hierop en nu overkomt het mijzelf. Maar ik kan het niet stoppen, ik ben zo verliefd. Maar wil ook mijn gezin niet kwijt."

Vreemdgaan en de waarheid vertellen

Stel je bent vreemdgegaan en je partner wil er meer van weten, wat doe je dan? Vertel je hem alles of toch maar liever niet? Veertien procent van de respondenten zou alles in alle toonaar- →

den ontkennen. Een kwart (26%) vertelt hem dat ze wel contact heeft gehad met die andere man, maar dat er helemaal niks is voorgevallen. Tot slot trekt 60% de stoute schoenen aan en biecht alles op. Eenzelfde gedrag zien we wanneer er gezoend is met een andere man. We stelden de vraag: Je hebt onlangs (eenmalig, maar wel heftig) gezoend met een andere man en jouw partner wil hier meer van weten. Wat doe je? Tien procent ontkent het, 29% zegt dat er helemaal niks is voorgevallen en 61% vertelt hem de waarheid.

De consequenties van een slippertje

Overspel is één ding, maar wat zijn nu eigenlijk de consequenties ervan? We stelden de vraag wat de partner zou doen als hij er achter zou komen dat je bent vreemdgegaan. Een meerderheid van de respondenten (57%) gaat ervan uit dat haar partner de relatie zou beëindigen. Volgens 11% laat hij het bij een waarschuwing en 27% denkt dat hij zou gaan praten en proberen de relatie te herstellen. Tot slot gaat 5% ervan uit dat hij het erbij laat, hij ziet het als iets onvermijdelijks in een relatie. Maar omgekeerd, stel nu eens dat jouw partner is vreemdgegaan, wat zou jij dan doen? Vrouwen hebben in deze situatie meer de neiging - naar eigen zeggen - om te praten dan hun partner. 36% geeft aan te gaan praten met haar overspelige partner om de relatie proberen te herstellen (bij mannen was dit zoals gezegd 27%). Vrouwen zouden ook minder snel de relatie beëindigen (51% tegenover 57% bij de mannen).

Ongeveer tweederde van de vrouwen die zijn vreemdgegaan heeft hiervan geen spijt. Dit zijn vooral de vrouwen die hun overspel toeschrijven aan hun doodgebloede relatie en vrouwen die vanuit wraakredenen zijn vreemdgegaan. Diegenen die wel spijt hebben van hun scheve schaats, zijn de personen die vanuit verliefdheid, seksuele spanning en wederzijdse aantrekkingskracht hebben gehandeld. Karin (39): “Ja, superveel spijt en ik voel me echt verschrikkelijk door dit voorval. Maar ik zal nu met dit geheim moeten leven. En het voorval zelf? Eh ja, dat was eigenlijk heel plezierig...”

Als jouw partner is vreemdgegaan, wat doet dat dan met je? Een deel (14%) van de respondenten geeft aan dat haar partner is vreemdgegaan. Zij hebben dus die nare ervaring moeten meemaken. Deze groep vertrouwt het antwoord van haar partner voor 72% en de relatie krijgt van haar het rapportcijfer 6,8, terwijl de groep vrouwen die zeggen dat hun partner niet is vreemdgegaan hun partner voor 89% vertrouwt. Deze laatste groep geeft hun relatie het cijfer 8. Verder worden de sms'jes en e-mailberichten van de vreemdgangers significant vaker gecontroleerd door hun vrouwen. Alexia (46) zegt daarover: “Buitenechtelijke verhoudingen zijn funest voor je relatie. Ik heb spijt dat ik mijn man niet de deur uitgezet heb. Ik vertrouw hem gewoon niet meer.”

Wat vind je van je partner?

We waren benieuwd naar de mening van de respondenten over hun partner. Tweederde van de vrouwen (66%) is (zeer) tevreden over de relatie met haar partner. 28% is soms tevreden en soms weer ontevreden over hun relatie. De rest (6%) is ontevreden. De meerderheid (83%) is daarbuiten van mening dat ze redelijk tot uitstekend kan praten met haar partner over zaken die belangrijk voor haar zijn. Het gemiddelde rapportcijfer dat men geeft aan de relatie is dan ook vrij hoog: 7,5. Volgens de respondenten wordt de relatie door hun partners iets hoger gewaardeerd. Het gemiddelde rapportcijfer dat de partner geeft aan de relatie is volgens de vrouwen: 7,9.

Hoe goed kent men zijn partner op het gebied van vreemdgaan? Is hij wel eens verliefd geweest op een andere vrouw, heeft hij wel eens met een ander gevreeën en/of is hij wel eens vreemdgegaan. De meeste vrouwen weten het antwoord. Voor wat betreft verliefdheid zegt 38% dat hij niet verliefd is (geweest) op een ander en 19% zegt dat dit wel het geval is (geweest). De rest (43%) weet

In tegenstelling tot wat je wellicht zou

kunnen verwachten, heeft het hebben van kinderen geen invloed op het overspelgedrag van vrouwen. Overspel bij moeders komt net zo vaak voor. Opleidingsniveau hangt ook niet samen met vreemdgaan.

Het hebben van een geloofs- of levensovertuiging

lijkt samen te hangen met vreemdgaan. Vrouwen die aangeven een geloofs- of levensovertuiging te hebben, zoenen meer met andere mannen en gaan meer vreemd dan vrouwen die geen overtuiging hebben. Zoenen met anderen en vreemdgaan komt bij respectievelijk 27% en 18% voor bij vrouwen zonder overtuiging. En bij vrouwen mét een geloofs- of levensovertuiging gaat het om 36% voor zoenen en 24% voor vreemdgaan.

31% van de vrouwen heeft wel eens erotisch gechat/gesms't met een andere man terwijl ze een relatie had.

Vrouwen die zijn vreemdgegaan hebben gemiddeld acht seksuele relaties gehad in hun leven, terwijl vrouwen die geen overspel hebben gepleegd gemiddeld vijf seksuele relaties hebben gehad.



het niet. Met zoenen ligt het iets anders. Bijna de helft van de respondenten (49%) weet dat haar man dit nog nooit heeft gedaan. 20% zegt te weten dat haar man dit wél eens heeft gedaan en 31% weet het niet. En tot slot: seks met een andere vrouw heeft hij nog nooit gehad, zegt 60%. Veertien procent zegt te weten dat haar man overspel heeft gepleegd en 26% weet het niet. Hoe zwaarder de 'overtreding' (verliefd, zoenen, seks), hoe groter de groep die weet dat dat niet heeft plaatsgevonden.

Vertrouw je hem?

Zo te zien lijken de meeste vrouwen tevreden met hun relatie. Maar wordt de partner eigenlijk wel vertrouwd? We legden de respondenten het volgende dilemma voor: 'In hoeverre vertrouw je het antwoord van je partner als je hem onder vier ogen iets vraagt?' Volledig vertrouwen geef je aan met 100% en 0% betekent dat je hem helemaal niet vertrouwt. De gemiddelde percentages liggen dicht bij elkaar. De partner wordt het minst vertrouwd als hem wordt gevraagd of hij wel eens bewust naar porno op het internet zoekt. Gemiddeld vertrouwt men dit antwoord voor 81%. Als de partner op de man af de vraag gesteld wordt of hij wel eens gezoend heeft met een ander of of hij seks met een ander heeft gehad gedurende de relatie, dan wordt zijn antwoord (gemiddeld) voor 86% geloofd.

Bij deze vragen over het vertrouwen blijken grote verschillen te bestaan. Bijna eenderde van de respondenten (31%) vertrouwt haar partner voor de volle 100%. Op alle fronten gelooft zij dat hij de volledige waarheid vertelt over zaken als vreemdgaan, vrijen met anderen, porno zoeken op het net, chatten met

andere vrouwen, geldzaken en of hij wel eens verliefd is geweest op een andere vrouw. Daarentegen vertrouwt een op de tien vrouwen haar partner maar voor 50% of minder! Verder vroegen we aan de respondenten of zij de sms'jes en de e-mailberichten van hun partner wel eens controleren. Dat blijkt wel het geval te zijn. Eenderde van de respondenten (35%) controleert de e-mails van haar partner (soms: 25%, regelmatig: 6% en vaak: 4%). De sms'jes worden ongeveer net zo vaak gecontroleerd.

Goede en minder goede relaties

Goed kunnen praten met je partner over zaken die belangrijk voor je zijn, is - zo blijkt uit veel sociaal wetenschappelijk onderzoek - een basisvoorwaarde voor een goede relatie. Ook uit ons onderzoek blijkt dit weer het geval te zijn. Vrouwen die goed met hun partner kunnen praten, zijn meer tevreden met hun relatie en geven hun relatie een hoger rapportcijfer dan vrouwen die minder goed kunnen praten met hun partner. Je kunt je de vraag stellen of zoenen met andere mannen en overspel plegen een voedingsbodemp vinden in de (slechte) relatie. Om dit te onderzoeken hebben we de groep respondenten opgedeeld in tweeën: de groep die uitstekend met haar partner kan praten en de groep die matig, nauwelijks of niet met haar partner kan praten over zaken die voor haar van belang zijn. De resultaten spreken voor zich. De vrouwen die aangeven uitstekend met hun man te kunnen praten, geven hun relatie een gemiddeld rapportcijfer van 8,6. Vrouwen die aangeven niet goed (matig, nauwelijks) met hun partner te kunnen praten, geven hun relatie een onvoldoende: 5,5. En dan nu overspel. De resultaten liegen er niet om. De vrouwen die uitstekend kunnen praten met hun partner laten het volgende beeld zien: zij vertrouwen de antwoorden die hun man hen geeft voor 90%. Vierentwintig procent heeft wel eens een andere man gezoend en 17% heeft overspel gepleegd. En voor de vrouwen die niet goed met hun man kunnen praten, geldt: zij vertrouwen hun man voor 68% en 51% heeft wel eens gezoend met een andere man, terwijl 39% het wel eens heeft gedaan met die andere man. Zoenen met andere mannen en overspel komt bij deze laatste groep dus twee keer zoveel voor!

Anna (47) zegt: “Ik zou een slippertje niet goedkeuren, maar ik zou het nóg erger vinden als hij erover zou liegen of het zou verzwijgen. Het gaat niet eens om de seks. Het is de waarheid, eerlijk tegen elkaar kunnen zijn. Dat is het allerbelangrijkste in een relatie. Als je niet eerlijk tegen elkaar kunt zijn, dan is er echt iets mis.”

Dit onderzoek is in opdracht van (en in samenwerking met) Top Santé uitgevoerd door TeraKnowledge. Directeur/eigenaar Paul van der Meer (51) woont sinds ruim zes jaar in Frankrijk (Dordogne) met zijn vrouw Yolande en dochter Stella (14 jaar). Een groot deel van de onderzoeken die Paul verricht, liggen op het gebied van fysieke en mentale gezondheid en intermenselijke relaties. ■