

WAAROM FAKEN FATAAL KAN ZIJN VOOR JE RELATIE

Allereerst, dit zegt de wetenschap over orgasmes: heterovrouwen komen gemiddeld 69% van hun seksuele ontmoetingen klaar, de seks duurt gemiddeld 15-35 minuten en het orgasme houdt ongeveer 20 seconden aan. Dat eerste percentage ligt bij lesbiennes 12% hoger. Dit kan ermee te maken hebben dat zij gemiddeld langer (30-45 minuten) tijd nemen voor seks. Zowel hetero- als homoseksuele mannen komen 95% van de seksuele ontmoetingen klaar en hun orgasme duurt 3-10 seconden. Maar liefst 67% van de vrouwen en 28% van de mannen faken weleens een orgasme. Waarom? Omdat ze hun partner een goed gevoel willen geven, ze de seks te lang vinden duren, uit onzekerheid of een combinatie van deze factoren. Vaak komt dit voort uit pleasegedrag. Ze willen hun partner meer zelfvertrouwen geven door aan te geven dat de seks fantastisch was. En dit terwijl ze het misschien helemaal niet zo fijn vonden, maar dat niet durven uitspreken om hun partner niet te kwetsen. Of omdat ze aan zichzelf zijn gaan twijfelen. Als je na 30 minuten nog geen orgasme hebt bereikt, zal het na 40 minuten ook niet lukken, toch? En langer dan 30 minuten is niet 'normaal', dus dan is er iets mis met mij. Dan liever een minuutje faken om de goede vrede te bewaren. En daar gaat het dus mis. Doordat deze keuze wordt gemaakt, wordt het steeds moeilijker om seks bespreekbaar te maken. En in plaats van elkaar te helpen met het verbeteren van de seksuele ervaringen, zal er steeds meer weerstand en afstand tussen beide partners ontstaan. Het is dus heel belangrijk voor een relatie het mogelijke sekstaboe te doorbreken en erover te praten. Daarmee kan de verbinding weer worden hersteld. Op een veilige manier over seks praten kan onder andere met behulp van de intimiteitslijst of de sekskaartjes, die je kunt downloaden op jit.nl