

## 'Is het nou ontucht of geen ontucht?' Zorgen van jongeren over masturbatie'<sup>o</sup>

Jolande Goddijn\* en Theo Sandfort\*\*

SB 3.2(2) SB 6.01(2)

*Op grond van veranderingen die op het gebied van seksualiteit hebben plaatsgevonden, wordt verondersteld dat masturbatie over het algemeen geen probleem meer is. Het is echter onduidelijk of dat ook voor jongeren het geval is.*

*Uit gegevens van een grootschalig onderzoek onder jongeren naar 'opvoeding, seksualiteit en jeugdervaringen' blijkt dat iets minder dan de helft van de jongeren die voor hun zestiende jaar masturbeerden, zich daar een enkele keer of vaker zorgen over heeft gemaakt. Een inhoudelijke analyse van interviewfragmenten laat zien dat de zorgen van jongeren in vier categorieën onder te brengen zijn:*

- schuldgevoelens
- angst voor ziektes
- schaamte en angst voor ontdekking
- twijfels en onzekerheid door onwetendheid

*Deze categorieën zijn voor een belangrijk deel te herleiden tot mythes die van oudsher over masturbatie zijn verteld.*

*Uit de antwoorden van de geïnterviewde jongeren blijkt, dat hun zorgen voornamelijk zijn ontstaan door het ontbreken van informatie over masturbatie en door gebrekkige of onjuiste informatie. Als gevolg daarvan roept*

\* J. Goddijn, klinisch psychologe

\*\* T. Sandfort, sociaal psycholoog.  
Interfakultaire Werkgroep Homostudies Rijksuniversiteit Utrecht. Heidelberglaan 1, 3584 CS Utrecht. De interviewfragmenten in dit artikel komen uit een onderzoek dat mede mogelijk werd gemaakt door subsidie van het Nederlands Comité van Kinderpostzegels en het Ministerie van Justitie.

<sup>o</sup> Geaccepteerd 30 juni 1988

wordt

*masturberen mogelijk negatieve gevoelens op, die van invloed kunnen zijn op andere aspecten van seksueel gedrag.*

*Op basis van deze gegevens kan worden geconcludeerd, dat beter toegankelijke en gefundeerde kennis over masturbatie de algehele seksualiteitsbeleving van jongeren ten goede zou komen.*

Van oudsher hebben over masturbatie uiteenlopende verhalen de ronde gedaan. Masturberen zou schadelijk zijn voor de geestelijke en lichamelijke gezondheid. Hierdoor riep zelfbevrediging allerlei angsten en schuldgevoelens op bij mensen die zich niet 'naar behoren' konden beheersen.

Deze opvattingen werden aanvankelijk door religie en de medische wetenschap ondersteund. Ofschoon masturberen door de Christelijke leer nog steeds op morele gronden wordt afgekeurd, heeft de medische wetenschap inmiddels aangetoond dat masturberen geen nadelige gevolgen voor de gezondheid heeft. Bovendien bracht de seksuele revolutie meer vrijheden op seksueel gebied. Je zou verwachten dat masturbatie daardoor geen probleem meer is. Toch blijkt een aantal mensen zich nog steeds zorgen te maken als ze masturberen. Hoewel het voor de hand ligt dat er ook jongeren zijn die zich daar zorgen over maken, zijn daar weinig gegevens over.

Als er over seksualiteit van jongeren wordt geschreven, gaat het namelijk meestal over hun seksuele contacten. Ze zijn een bron van bezorgdheid voor opvoeders omdat ze gevaren als ongewenste zwangerschap en geslachtsziekten met zich mee kunnen brengen. Is de medische kant een aandachtsveld voor ouders en andere opvoeders, jongeren zelf maken zich veelal meer zorgen over de contactsituatie 'an sich'. Hoe krijg je contact met een jongen of meisje, dat je leuk vindt? Waar praat je dan over en hoe maak je duidelijk wat je met hem of haar verder nog wilt ondernemen (Straver, 1977)?

Zelfbevrediging of masturbatie is een onderwerp dat slechts zijdelings aan de orde komt wanneer het over seksualiteit van jongeren gaat. Hier kunnen verschillende redenen voor zijn. Zelfbevrediging is een activiteit, die zich meestal in de privé-sfeer afspeelt en daarom geen directe reacties van anderen uitlokt. Verder kan het geen zwangerschap tot gevolg hebben of geslachtsziekten veroorzaken. Indien preventie van dergelijke gevaren het motief is om over seksualiteit te praten, dan hoeft er over zelfbevrediging niets gezegd te worden. Dit zou ook een reden kunnen zijn waarom er in wetenschappelijk onderzoek relatief weinig aandacht voor is. Een andere oorzaak kan worden gezocht in de morele verontwaardiging die ontstaat als jeugdigen door een onderzoeker direct met vragen over seksualiteit worden geconfronteerd.

Masturbatie is geen zelfstandig verschijnsel. Binnen de psychoanalyse wordt verondersteld dat masturbatie een belangrijke rol speelt in de persoonlijkheidsontwikkeling. Achtereenvolgens zou masturbatie als een vorm van auto-erotiek bijdragen tot de ontwikkeling van een lichaamsbeeld, het tot stand komen van object-relaties, het proces van separatie en individuatie en de ontwikkeling van hetero-seksuele liefde (Francis en Marcus, 1975). Zonder dat een koppeling plaatsvindt aan bepaalde ontwikkelingsstadia, wordt ook vanuit de sociale leertheorie aangenomen dat masturberen een rol speelt in een proces van seksuele ontwikkeling. Door te masturberen leren mensen over hun seksueel reageren en het is daardoor tevens van invloed op het functioneren in seksuele contacten (Gagnon, 1977; Langfeldt, 1981). Bovendien wordt vanuit het ontwikkelingsmodel van Byrne verondersteld dat opvattingen over masturbatie via vroeg aangeleerde emotionele reacties gevolgen hebben voor het seksuele functioneren op latere leeftijd. Dit impliceert dat zorgen over masturbatie via stimulus-generalisatie bepalend kunnen zijn voor de ontwikkeling van problemen op ander seksueel gebied (Kelley, 1983). Ook daarom is het zinvol te weten hoe het met zorgen van jongeren over masturbatie is gesteld.

Om antwoord te kunnen geven op de vraag of jongeren zich nog zorgen maken en waar hun zorgen uit bestaan, worden in dit artikel de belangrijkste gegevens uit onderzoek naar masturbatie samengevat. Hieropvolgend worden jongeren zelf aan het woord gelaten. Deze jongeren namen deel aan een grootschalig onderzoek naar 'opvoeding, seksualiteit en jeugdervaringen' onder een aselechte groep van 18 tot 23 jaar. In dit onderzoek kwam zelfbevrediging als één van de onderwerpen ter sprake. Daarin werd ze omschreven als: 'Het wrijven van of spelen met de eigen geslachtsdelen, omdat dat plezierige gevoelens oplevert' (Sandfort, 1988). In dit artikel wordt van dezelfde omschrijving uitgegaan.

### **Verschillen tussen jongens en meisjes**

Uit verschillende onderzoeken is gebleken dat een groot percentage jongeren voor hun zestiende jaar masturbeert (Kinsey, et al., 1953; Sorensen, 1972; Sigusch en Schmidt, 1973). Ze beginnen daar soms al op jonge leeftijd mee, meestal voordat ze seksuele contacten aangaan (Kinsey, et al., 1953; Sorensen, 1972; Sigusch en Schmidt, 1973; Arafat en Cotton, 1974; Langfeldt, 1981). Dit betekent dat zelfbevrediging een belangrijke seksuele uitingsvorm van jeugdigen is.

Verder heeft onderzoek opvallende verschillen in masturbatiegedrag tussen jongens en meisjes aan het licht gebracht. Zo blijken er veel meer jon-

gens dan meisjes te zijn die voor hun zestiende jaar masturberen. In vergelijking met meisjes doen jongens het ook vaker en krijgen ze vaker een orgasme (Kinsey, et al., 1953; Sorensen, 1972; Sigusch en Schmidt, 1973; Arafat en Cotton, 1974).

Jongens beginnen meestal rond het begin van hun puberteit met masturberen. Het lijkt erop of de eerste zaadlozing een extra stimulans is (Meyer-Bahlburg, 1980). Bij meisjes ligt die aanvangstijd niet zo duidelijk rond de puberteit, maar is over een groter aantal jaren gespreid. Het moment van geslachtsrijpheid van meisjes wordt door de eerste menstruatie afgebakend, maar deze gebeurtenis vormt in tegenstelling tot de eerste zaadlozing geen prikkel om te gaan masturberen. Ofschoon jongens en meisjes de laatste jaren in hun seksuele contacten meer op elkaar zijn gaan lijken, is het verschil in masturbatie-gedrag vrijwel onveranderd gebleven (Miller en Simon, 1974; Vener en Stewart, 1974; Hopkins, 1977; Clement, Schmidt en Kruse, 1984). Nederlands onderzoek naar seksualiteit van eerstejaars studenten heeft vergelijkbare resultaten opgeleverd (Van der Mede, 1983).

Er zijn uiteenlopende verklaringen gegeven voor de verschillen tussen jongens en meisjes. Een aantal verklaringen is gebaseerd op het idee, dat jongens en meisjes onder invloed van verschillende factoren een andersoortige ontwikkeling doormaken.

Zo is er aangenomen dat deze verschillen door sociale factoren, waaronder een dubbele moraal, veroorzaakt zouden worden. De dubbele moraal komt tot uitdrukking in de wijze waarop ouders en leeftijdsgenoten zich verschillend tegenover jongens en meisjes opstellen (Arafat en Cotton, 1974). Vanuit traditionele man-/vrouwbeelden worden jongens aangemoedigd om zich seksueel te gedragen; meisjes worden daarin afgeremd. Als gevolg daarvan zal in de opvoeding van jongens de nadruk meer liggen op het verwerven van (mannelijke) seksuele competentie. In de opvoeding van meisjes zal een relationele, emotionele ontwikkeling meer de nadruk krijgen (Simon en Gagnon, 1977; Jackson, 1984). Door wat als 'vrouwelijk' en 'mannelijk' gedrag wordt aangeleerd, zou met name het emotionele contact bij het uiten van seksuele gevoelens voor meisjes belangrijk zijn. Aan die behoefte wordt voldaan door contact met een partner. Jongens zouden meer op de bevrediging van hun seksuele behoeften gericht zijn, zodat masturbatie een voor de hand liggend alternatief is (De Regt, 1982; Rubin, 1983; De Bruijn, 1985).

Andere onderzoeksresultaten laten echter zien dat door de veranderende opvattingen over seksualiteit een dubbele moraal nagenoeg is verdwenen. Blijkbaar zijn er andere factoren dan uitsluitend sociale, die ertoe bijdragen dat de verschillen op het gebied van zelfbevrediging blijven bestaan.

Volgens Langfeldt (1981) verloopt de seksuele ontwikkeling van jongens en meisjes anders doordat hun geslachtsorganen anders zijn gebouwd. Doordat seksuele opwinding bij jongens zichtbaar is, kan dat aanleiding zijn om in groepsverband seksuele wetenswaardigheden uit te wisselen. Zodoende leren jongens van elkaar hoe ze kunnen masturberen, wat opwinding is en hoe ze klaar kunnen komen. Bij meisjes is seksuele opwinding niet direct zichtbaar. Doordat een dergelijk signaal ontbreekt, zullen meisjes minder snel seksuele ervaringen uitwisselen. Daarom zullen meisjes eerder door toevallige gebeurtenissen (bijvoorbeeld bij het douchen of touwklimmen) of door met een partner te vrijen, leren hoe ze kunnen masturberen.

Door de meer intensieve contacten die jongens onderling hebben, leren ze niet alleen masturberen, maar ontwikkelen ze ook een grotere seksuele woordenschat en beter begrip voor de betekenis van seksuele woorden (Goldman en Goldman, 1982). Dit vergemakkelijkt ook de communicatie over seksualiteit en versnelt een seksueel leerproces, waardoor verschillen tussen jongens en meisjes worden versterkt.

Jongeren leren niet alleen van leeftijdsgenoten over seksualiteit, maar ook van hun ouders, bijvoorbeeld door seksuele voorlichting. Over het algemeen blijkt dat te wensen over te laten (Dickinson, 1978; Jackson, 1984). Uit een onderzoek van Gagnon (1985) naar de rol van ouders in de seksuele opvoeding bleek dat de meeste ouders het 'normaal' vonden dat hun kinderen masturbeerden en dat een meerderheid het goedkeurde. Toch hadden ze grote bedenkingen om hier met hun kinderen over te praten.

Het is niet ondenkbaar dat jongeren door de gebrekkige informatie die ze over masturberen krijgen in combinatie met de verhalen die daar de ronde over doen, ook nu nog problemen met masturbatie hebben. Op grond van de verschillende ontwikkelingen die jongens en meisjes doormaken, kan worden verwacht dat jongens meer last hebben van schuldgevoelens of angsten en dat meisjes er vooral te weinig over weten.

Van de 92 jongens en 83 meisjes, die in ons onderzoek zijn geïnterviewd, vertelden er respectievelijk 77 en 36 voor hun zestiende jaar gemasturbeerd te hebben. 40% van de jongens en 47% van de meisjes zeiden zich daar wel eens zorgen over te maken. Die zorgen zijn, naargelang de herkomst ervan, grofweg in vier categorieën onder te brengen:

- schuldgevoelens
- angst voor ziektes
- schaamte en angst voor ontdekking
- twijfels of onzekerheid door onwetendheid

### **Schuldgevoelens**

Het zijn niet alleen volwassenen of ouders die masturbatie op morele gronden afkeuren, ook jongeren zelf doen dat. Zo blijkt uit een onderzoek van Sigusch en Schmidt (1973) onder jongeren dat 11% van de ondervraagde jongens (N = 300) en 22% van de ondervraagde meisjes (N = 298) het verkeer vindt dat jongens masturberen. Voor masturbatie door meisjes liggen die percentages nog hoger: 14% van de jongens en 28% van de meisjes vindt masturbatie van meisjes verkeer. Hun bezwaren golden vooral wanneer er sprake was van een relatie waarin geslachtsgemeenschap plaatsvond.

Aan dergelijke restrictieve opvattingen over masturbatie liggen vaak religieuze overwegingen ten grondslag. Geloofsovertuiging kan een reden zijn om niet te masturberen of althans te proberen dat niet te doen. Zo zegt een meisje in het onderzoek:

'Mijn ouders waren gelovig en ik kreeg het gevoel dat het niet mocht. Ik had ook een boekje gekregen, waarin stond dat je aan dat soort dingen niet moest toegeven.'

De opvatting dat masturberen 'zondig' is hoeft niet te betekenen dat de betreffende persoon dat dan ook niet doet (Arafat en Cotton, 1974). Het beïnvloedt wél hoe het wordt ervaren om te masturberen en heeft vaak schuldgevoelens tot gevolg. Zo zijn er meer jongeren die na het masturberen een kwaad geweten hebben dan na geslachtsgemeenschap (Davidson, 1984). Dit is niet zo verwonderlijk, aangezien de Joods-Christelijke leer hetero-seksueel contact als de enige vorm van seksueel contact toestaat.

Ook in de antwoorden kwam naar voren dat een aantal jongeren zich vanuit hun religieuze achtergrond bezwaard voelt dat ze masturberen:

'Je voelde je schuldig vanwege het geloof. Je was bang dat je iets deed dat fout was, dat niet mocht' (een jongen).

'In die tijd ging ik ook nog mee naar de kerk en toen vroeg ik altijd aan God of ie het me wou vergeven. De zorgen bestonden uit dat hij het erg zou vinden, dat het niet zou mogen' (een meisje).

'Ik voelde me wel schuldig. Het idee dat je met iets zondigs bezig bent. Weet je, dan wordt er zondags in de kerk voorgelezen uit de tien geboden en dan dacht ik wel eens 'is het nou ontucht of geen ontucht?' (een jongen).

Sommige jongeren voegen hieraan toe dat seksualiteit iets voor twee mensen is. In vergelijking daarmee zou masturbatie een minderwaardige seksuele activiteit zijn:

'Ik dacht dat het slecht was. Ik dacht dat een vriendin het behoorde te doen' (een jongen).

'Volgens mijn geloof kan het eigenlijk niet. Seksualiteit is voorbehouden aan het huwelijk. En dan moet je daar in feite mee kunnen wachten' (een jongen).

'Ik heb een schuldgevoel dan, want geslachtsgemeenschap is iets anders, beter. Het is wel prettig dat je het kan doen, anders liep er geen vrouw meer veilig over straat. Geslachtsgemeenschap staat op een hoger plan dan zelfbevrediging' (een jongen).

### **Angst voor ziektes**

Uit de literatuur blijkt dat zowel onder volwassenen als jongeren de angst leeft dat ze lichamelijke of geestelijke schade oplopen als ze masturberen. Volwassenen noemen bijvoorbeeld de angst 'om krankzinnig te worden' (Arafat en Cotton, 1974) of ze verwachten 'fysieke schade' (Clifford, 1978). Onder jongeren blijkt 15% van de jongens en 8% van de meisjes bang te zijn dat masturberen ongezond is (Sigusch en Schmidt, 1973).

Dit is een angst die jongeren ook in ons onderzoek noemen al is het net als bij de aangehaalde onderzoeksresultaten niet altijd duidelijk om welke ziektes het dan zou gaan. Dit is een opmerkelijk gegeven. Het is kennelijk een vorm van gedrag die zich er makkelijk toe leent om allerlei vage klachten aan toe te schrijven:

'Ik dacht dat ik er puistjes van kreeg' (een jongen).

'Ik het begin maakte ik me zorgen of het schadelijk was voor je lichaam' (een jongen).

'Ik was bang voor ziektes. Het was een groot vraagteken wat het was. Hoe komt het, wat is het?' (een jongen).

Als jongeren hier wel concretere ideeën over hebben, verwijzen ze met name naar klachten op het gebied van seksualiteit. Zo zijn er jongens die zich afvragen of hun vruchtbaarheid na verloop van tijd wordt aangetast:

'Ik vroeg me wel eens af hoe lang dat door kon gaan, of dat zakje nooit leeg zou raken.'

'Dat het lichamenlijk misschien niet helemaal goed voor me was. Dat het op een gegeven moment misschien "op" zou raken.'

Door meisjes worden zorgen over de invloed van zelfbevrediging op hun menstruatie genoemd:

'Ik was bang dat de ongesteldheid erger zou zijn, als ik het deed vlak voordat ik ongesteld zou raken.'

'Als ik het deed vroeg ik me af "mag het wel, is het slecht?" en dan dacht ik dat ik niet ongesteld zou worden, dat het uit zou blijven. Daar was ik wel bang voor.'

Verder noemen jongeren de angst dat ze het masturberen niet onder controle kunnen houden en ze er 'verslaafd' aan raken:

'Ik wist niet wat ik deed. Het is vreemd om te merken dat je iets waarvan je niet weet wat het is, de volgende keer weer opnieuw doet' (een meisje).

'Ik vond dat het niet hoorde, althans niet zo vaak' (een jongen).

'Een tijdje heb ik me er wel zorgen over gemaakt, toen ik het niet laten kon. Het was net of ik er afhankelijk van was en daar kan ik helemaal niet tegen' (een jongen).

### **Schaamte en angst voor ontdekking**

Angst voor ontdekking door anderen, bijvoorbeeld ouders, is iets wat in de literatuur, niet direct aan de orde komt. In de interviews geven jongeren verschillende oorzaken aan voor een dergelijke angst. Zo vertelden ze dat ze zich schaamden en bang waren om in zo'n intieme situatie 'betrapt' te worden:

'Ik moest er in ieder geval voor zorgen dat mijn ouders het niet wisten. Het moest in ieder geval een beetje in het geheim, omdat ik denk dat het niet zo gewaardeerd zou worden. Wellicht heeft dat iets met schaamte te maken. Het was me in ieder geval door mijn ouders niet expliciet verboden' (een jongen).

'Ik schaamde me tegenover mijn ouders, ik was bang dat ze er achter zouden komen. Het was voor mezelf ook nog heel duister wat het precies was' (een meisje).

'Ik was bang dat mijn zusje het merkte (sliep op dezelfde kamer)' (een meisje).

Soms gingen jongeren en bij voorbaat van uit dat het door hun ouders zou worden afgekeurd:

'Ik maakte me wel eens een beetje zorgen. Of mijn ouders het hoorden. Bij ons is het vrij stil allemaal, hè' (een jongen).

'Ik vroeg me van alles af. "Is het wel goed? Zouden mijn ouders het niet merken?"' (een meisje).

'Ik was wel bang dat mijn ouders er achter zouden komen, want ik dacht dat zij het niet goed zouden vinden' (een jongen).

In andere gevallen hadden ouders duidelijk laten merken dat ze masturbatie afkeurden:



'Ik wist zeker dat mijn ouders het niet goed vonden, dus moest ik het verborgen houden' (een jongen).

'Het was me ingeprent dat het slecht was. Mijn zus was een keer betrapt op zelfbevrediging, mijn ouders reageerden van "wat ben je aan het doen, doe normaal!" Elke keer denk je er toch aan dat het slecht is. En ook was ik bang voor ontdekking' (een jongen).

'Het zal wel vreemd zijn dat ik dat doe. Het is vast niet goed. Nadat moeder gezegd had dat ik zoiets niet moest doen (toen was ik acht à negen jaar) had ik het gevoel dat het aan mijn gezicht te zien was de volgende ochtend' (een meisje).

Soms waren jongeren bang voor ontdekking omdat ze wisten dat ze er voor gestraft zouden worden:

'Ik voelde me wel schuldig. Ik moest voor straf de hele nacht met mijn hand buiten bed slapen. Dat was alleen op de lagere school, later niet meer' (een meisje).

'Eerst deed ik het in mijn onschuld, maar ik heb een keer ontzettend op mijn kop gekregen van mijn vader toen hij het ontdekte. Sindsdien moest ik het altijd stiekem doen' (een meisje).

### **Twijfels of onzekerheid door onwetendheid**

Onzekerheid van jongeren over masturbatie lijkt voor een groot deel door een gebrek aan informatie te worden veroorzaakt, waardoor ze niet weten wat het is. Sommige jongeren hadden er nog nooit van gehoord of er met anderen over gepraat.

'Ik vond het wel een beetje raar, omdat niemand erover praatte' (een meisje).

'Ik wist niet wat ik deed. Omdat ik er niets over wist en niemand er ooit over sprak, veronderstelde ik dat het vast niet goed zou zijn' (een meisje).

'Heel in het begin maakte ik me zorgen, omdat ik niet eens wist wat het was' (een jongen).

Ook vroegen jongeren zich regelmatig af of zij de enigen waren die masturbeerden en of zij in dat opzicht van anderen afweken:

'Ik ging wel eens denken "dat is toch niet normaal". Ik dacht dat ik de enige was' (een jongen).

'Ben ik nou de enige die dat doet? Je hoorde er nooit van. Wist amper dat het bestond' (een meisje).

'Ik wist niet dat andere mensen het ook deden. Ik dacht dat het heel slecht en zondig was' (een meisje).

Een paar jongens vermoedden naar aanleiding van masturbatie-fantasieën dat ze homo-seksueel waren en maakten zich daar zorgen over.

'Dat ik me zorgen maakte kwam door de fantasieën die ik had bij het masturberen. Ik had homo-fantasieën, fantasieën over jongens, die klopten niet. Ik dacht toen "hoe moet dat verder?" Je vindt dat vreemd.'

'Ik ben gaan nadenken over mogelijke homoseksuele gevoelens. Ik wist hoe het was om met een man te vrijen, niet hoe het is om met een vrouw te vrijen. Is zelfbevrediging een stap naar homoseksualiteit, naar houden van mannen? Ik wilde weten waar ik stond, wat mijn gevoelens waren. Het waren geen zorgen over zelfbevrediging an sich, maar over zelfbevrediging "als stap naar homoseksualiteit".'

Ook volwassenen weten soms niet precies wat masturbatie voor hen betekent. Deze onzekerheid blijkt volgens Clifford (1978) uit hun onvermogen om vage angsten te concretiseren. Ze zegt over haar onderzoeksgroep 'dat de meeste vrouwen vage angsten hadden dat masturbatie niet normaal was en dat ze kritiek zouden krijgen uit hun omgeving als het in de openbaarheid kwam'. Bovendien hebben ze soms onjuiste ideeën over masturbatie, bijvoorbeeld dat masturberen 'een perverse gewoonte is' of 'verslaving aan orgasmen' tot gevolg heeft (Arafat en Cotton, 1974; Clifford, 1978).

Een aantal geïnterviewde jongeren ontwikkelde dergelijke ideeën, doordat ze via verschillende kanalen onjuiste informatie kregen. Ook kregen ze soms informatie die zo weinig bij hun eigen behoefte of belevingswereld aansloot, dat hun onzekerheid er niet door verminderde. Zo kreeg een aantal jongeren van hun ouders te horen:

'Het enige was, dat ik me wel eens afvroeg of ik de enige was. Moeder kwam wel eens binnen als ik er mee bezig was en zei toen dat ik dat beter niet te vaak kon doen' (een meisje).

'Mijn moeder had gezegd dat het niet gezond was dat ik het zo vaak deed. Dat ze niet kon begrijpen dat ik het zo vaak deed . . . zo heeft ze me ongerust gemaakt' (een jongen).

Ook leeftijdsgenoten of onderwijzend personeel konden de onzekerheden niet altijd wegnemen:

'Toen ik er met een oudere zus over praatte wist die niet wat ik bedoelde "was het wel normaal wat ik deed?" Hetzelfde geldt voor vriendinnen. Die wisten ook niet waar ik het over had. Na de seksuele voorlichting op school voelde ik toch meer remming "misschien is het toch niet goed dat ik dit zo doe" ' (een meisje).

'De onderwijzer in de zesde klas zei dat je het beter niet kon doen, want dan raakte de boel ontregeld' (een meisje).

Informatie uit boeken leverde soms ook meer twijfels op dan antwoorden op vragen:

'Ik had wat seksboekjes en daarin stonden foto's van volwassen mensen. Ik maakte me vroeger wel eens zorgen, omdat ik dacht dat bij mij alles wel te klein zou zijn. Ik was bang dat het niet goed was' (een jongen).

'Eerst wist ik er niets over. Mijn ouders hadden het er nooit over gehad. Ik vroeg me dus af of het wel normaal was. Later vond ik een oud voorlichtingsboekje waarin stond dat het voor jongens slecht was, omdat ze dan nooit meer goed seksueel contact konden hebben. Maar ik heb me van die 'dreiging' nooit veel aangetrokken' (een meisje).

'Ik wist niet of de anderen dat ook deden. Ik praatte er niet over met mijn zusjes, waarschijnlijk omdat ik voelde dat het taboe was. Ik zocht er informatie over op in de medische encyclopedie en daarin werd het gekoppeld aan allerlei enge ziektes. Ik voelde me er schuldig over' (een meisje).

Ondanks de voorgaande negatieve ervaringen, bleek dat informatiebronnen ook een groot deel van de onzekerheid weg kon nemen. Over leeftijdsgenoten vertelden jongeren het volgende:

'In het begin houd je dat voor je, je denkt dat het iets ergs is, omdat je in het begin niet precies weet wat het is. Als je ouder wordt dan schaam je je er niet meer voor; in het begin denk je dat je het als enige deed, maar op een gegeven moment hoor je het ook van anderen, jongens onder elkaar praten er over' (een jongen).

'Ik was bang voor ziektes. Het was een groot vraagteken wat het was. Hoe komt het, wat is het? Met mijn vriendin heb ik er over gepraat en met mijn zus, die had een boekje 'Angst en fobie'. Toen werd het anders, ik heb er tot dan mee gezeten' (een meisje).

'In het begin dacht ik wel 'is dit wel goed, is dit wel normaal?' Toen ik er wat over had gelezen en met een vriendin over had gepraat, maakte ik me geen zorgen meer' (een meisje).

Soms kon er op school met elkaar worden gepraat:

'Ik dacht in het begin 'stom eigenlijk, vreemd eigenlijk', maar op school werd daar zo openlijk over gesproken dat ik het nu iets normaals vind eigenlijk' (een meisje).

'We hadden zo'n biologie-leraar. Die gaf ons zo'n boekje waarin het stond. Weet je wel, echt zo'n moderne leraar. Op een Christelijke school. Daardoor had je echt wel het idee, dat het normaal was' (een meisje).

Sommige informatie uit boeken kon de zorgen van jongeren wegnemen:

'In het begin maakte ik me zorgen of het schadelijk was voor je lichaam. Daar heb ik toen een boekje over gelezen en toen viel het meeste wel weg. Dat was het belangrijkste' (een jongen).

'Een tijdje wel zorgen gemaakt. Je praatte er niet over, maar ik lees er ook veel over, dus lees je ook dat het vrij veel voorkomt en dat het dus wel normaal is. Maar het sprookje dat je er een enge ziekte van krijgt, heb ik dus nooit geloofd' (een meisje).

'Ik wist niet dat andere mensen het ook deden. Ik dacht dat het heel slecht en zondig was. Na elke keer beloofde ik mezelf "nu doe ik het nooit meer want het mag niet". De eerste keer dat ik er over las, rond mijn veertiende jaar, toen las ik dat het normaal, gewoon is. Toen zijn de schuldgevoelens ook minder geworden' (een meisje).

Een paar meisjes, die wél wisten, dat masturberen 'normaal' was, maakten zich er juist zorgen over dat ze het niet of nauwelijks deden:

'Ik maakte me er juist zorgen over dat ik het nooit deed, niet kon. Ik durfde mezelf niet aan te raken. Ik kon ervaringen van anderen hiermee niet delen' (een meisje).

Ik deed het bijna niet en dacht wel "waar ligt dat dan aan, ben ik wel normaal?" Het kwam toen heel erg in opspraak, er mankeert toch niets aan mij, dacht ik' (een meisje).

### **Voorlichting nog steeds nodig**

De interviewfragmenten laten zien dat zorgen over masturbatie nog geen verleden tijd zijn. Door geen, gebrekkige of onjuiste informatie ontwikkelt een aantal jongeren ideeën die grotendeels met de heersende mythes over masturbatie overeenkomen. Over het algemeen lijken de zorgen minder groot naarmate jongeren beter zijn geïnformeerd. Maar dat gaat niet in alle gevallen op. Omdat gelovige jongeren masturbatie op morele gronden afkeuren, lijkt voldoende informatie voor hen weinig uit te maken. Bovendien blijken jongeren soms bang te zijn om van een bepaalde norm af te wijken. Naast jongeren die zich afvragen of zij de enigen zijn die masturberen, zijn er ook die zich er zorgen over maken dat ze niet masturberen terwijl ze denken dat het wel hoort.

Jongeren blijken behoefte te hebben om opener met anderen over masturbatie te praten. Ofschoon met name leeftijdsgenoten en onderwijzers op school hier voor een deel aan tegemoet komen, hebben jongeren hier ook teleurstellende ervaringen mee. Bovendien blijkt de kennis die jongeren opdoen soms zo fragmentarisch, dat ze er verkeerde conclusies aan verbinden. Dit wordt wellicht voorkomen, als ze meer algemene kennis over seksualiteit hebben, waaraan ze hun ervaringen kunnen toetsen.

In deze studie ging het er alleen om meer zicht te krijgen op de zorgen die jongeren onder de zestien jaar zich over masturbatie maken. De gegevens lijken niet echt iets nieuws op te leveren. De bestaande veronderstellingen over masturbatie van jongeren uit deze leeftijdscategorie zijn echter nauwelijks gefundeerd. Om een vollediger beeld te krijgen van de

problemen rond masturbatie en het belang van masturbatie voor de seksuele ontwikkeling lijkt nader onderzoek wenselijk.

### Literatuur

- Arafat, I. S. en W. L. Cotton (1974). Masturbation practices of males and females. *The Journal of Sex Research*, 10: 293-307.
- Clement, V., G. Schmidt en M. Kruse (1984). Changes in sex differences in sexual behavior: a replication of a study on West German students (1966-1981). *Archives of Sexual Behavior*, 13: 99-120.
- Clifford, R. (1978). Development of masturbation in college women. *Archives of Sexual Behavior*, 7: 559-573.
- Bruijn, G. de (1985). *Vrijen met een man, kan dat dan?* In den Toren, Baarn.
- Davidson, J. K. (1984). Auto-erotism, sexual satisfaction and sexual adjustment among university females: past and current patterns. *Deviant Behavior*, 5: 121-140.
- Dickinson, G. E. (1978). Adolescent sex information sources. *Adolescence*, 13: 632-638.
- Francis, J. J. en I. M. Marcus (1975). Masturbation: a developmental view. In: I. M. Marcus en J. J. Francis (eds.): *Masturbation: from infancy to senescence*. International Universities Press, New York.
- Gagnon, J. H. (1977). *Human sexualities*. Scott, Foresman and Company, Glenview, Illinois.
- Gagnon, J. H. (1985). Attitudes and responses of parents to pre-adolescent masturbation. *Archives of Sexual Behavior*, 14: 451-466.
- Goldman, R. en J. Goldman (1982). *Children's sexual thinking*. Routledge & Kegan Paul, London.
- Hopkins, J. R. (1977). Sexual behavior in adolescence. *Journal of Social Issues*, 33: 67-85.
- Jackson, S. (1984). *Kinderen en sexualiteit*. In den Toren, Baarn.
- Kelley, K. (1983). The first lessons. In: D. Byrne en A. Fisher (eds.): *Adolescents, sexuality and contraception*. Lawrence Erlbaum Associates, Hillsdale, New Jersey.
- Kinsey, A., W. Pomeroy en C. Martin (1953). *Sexual behavior in the human female*. W. B. Saunders, Philadelphia.
- Langfeldt, T. (1981). Childhood masturbation: individual and social organization. In: L. L. Constantine en F. M. Martinson (eds.): *Children and sex, new findings, new perspectives*. Little, Brown and Company, Boston.
- Mede, P. van der (1983). *Doktertje spelen, seksualiteit en eerstejaars studenten*. NISSO, Zeist.
- Meyer-Bahlburg, H. F. L. (1980). Sex hormone changes during puberty and sexual behavior. In: J. M. Samson (ed.): *Childhood and sexuality, proceedings of the international symposium*. Editions Etudes Vivantes, Montréal.
- Miller, P. en Simon, W. (1974). Adolescent sexual behavior: context and change. *Sociological Problems*, 22: 58-75.
- Regt, W. de (1984). *Meisjes en jongens en hun sexualiteit*. Van Loghum Slaterus, Deventer.
- Rubin, L. B. (1983). *Intieme vreemden*. Ambo, Baarn.
- Sandfort, Th. G. M. (1988). *Het belang van de ervaring*. Homostudies, Utrecht.
- Sigusch, V. en G. Schmidt (1973). Teenage boys and girls in West Germany. *The Journal of Sex Research*, 9: 107-123.

- Simon, W. en J. Gagnon (1977). Psychosexual development. In: E. S. Morrison, en V. Borage (eds.): *Human sexuality, contemporary perspectives*. Mayfield Publishing Company, Palo Alto, California.
- Sorensen, R. (1972). *Adolescent sexuality in contemporary America*. The World Publishing Company, U. S. A.
- Straver, C. J. (1977). *Toenaderingsgedrag van jongens en meisjes*. NISSO, Zeist.
- Vener, A. en G. Stewart (1974). Adolescent sexual behavior in Middle America revisited: 1970-1973. *Journal of Marriage and the Family*, 36: 728-753.

### Summary

*'Is it really insane?'*

*Worries of youth about masturbation.*

After the so-called sexual revolution it is generally assumed by the older generation that masturbation is a normal thing to do and nothing to worry about. However, it is unknown whether or not this is actually true for young people. There are many studies about sexual contacts of young people, specific studies on masturbation experiences are still lacking. From a random sample of Dutch youth (92 boys, 83 girls) it appeared that about half of them with masturbation experience before the age of sixteen, had been worried about this behavior.

Their worries were mainly caused by a lack of knowledge and seemed to reflect the old myths about masturbation. As a result the practice of masturbation in young people probably gives rise to negative feelings, which may affect other aspects of their sexual behavior.

From these data we suggest that youth need more access to complete information about masturbation which will be beneficial for their total experience of sexuality.