

Man-Zijn & Relaties

he/ho/bi?



Most men lead lives of quiet desires and go into the grave with them...

HOOFDSTUK I

MEER INDIVIDUALISERING EN ROMANTIEK IN DE HOMO-HETERORELATIE

1. Mannen en vrouwen met een homo-heterorelatie
2. Ontwikkelingen van de laatste jaren
3. Onzichtbaarheid van homoseksualiteit in onze samenleving
4. Onzichtbaarheid van de homo-heterorelaties
5. Motieven om een heteroseksuele relatie aan te gaan
6. Motieven voor de heteropartner
7. Het moment van de waarheid: wat nu?
8. Verschillende positie van de partners
9. Keuze voor kwaliteit

HOOFDSTUK II

HET RELATIETOTAALPAKKET ALS HEILIG IDEEAAL

1. Seks, vriendschap en individuele ontwikkeling
2. Relationele vaardigheden
3. Seksuele identiteit als breekpunt in de relaties
4. Wat zoeken mannen en vrouwen bij elkaar?
5. Steeds meer romantiek
6. Help, ik wil samen alleen zijn!
7. Persoonlijk gevoelens bepalen de partnerkeuze
8. De homo-heterorelatie gevangen in het ideaal van het "relatietotaalpakket"

HOOFDSTUK III

KINDEREN: "HO" OF "HE" GEEN PUNT, MAAR SCHEIDEN WÈL

1. De kindervens
2. Moet je het aan de kinderen vertellen?
3. Een nieuwe partner
4. Kun je nog zien dat ik gehuild heb?
5. Invloeden op langere termijn
6. Homo of hetero niet belangrijk; openheid en geborgenheid wel.

HOOFDSTUK IV

HULP ZOEKEN EN HULP BIEDEN

1. Een beperkte groep
2. Wanneer zoek je hulp en wat kun je verwachten?
3. Professionele hulpverlening of begeleiding door ervaringsdeskundigen
4. Hulpverlener homo of hetero/man of vrouw?
5. Waar loopt het op uit?

HOOFDSTUK V

NA DE CRISIS: MEER NADRUK OP INDIVIDUALITEIT EN IDENTITEIT

1. Erkenning en verantwoording
2. Nadruk op seksuele identiteit
3. Besef van individualiteit sterker dan ooit

HOOFDSTUK VI

EPILOOG: PLEIDOOI VOOR MEERDERE RELATIEMODELLEN

1. Nogmaals het huidige relatie-model
2. Is er een ideaal relatie-model?
3. Het dagelijks leven

INLEIDING

In 1985 werd er in Nederland voor het eerst uitgebreid aandacht besteed aan de problematiek van homo/biseksuele mannen en lesbische/biseksuele vrouwen met een heteroseksuele relatie, meestal een officieel huwelijk. Tot dan toe hadden de meesten van hen een verborgen bestaan geleid en hielden zij de problemen die met een dergelijke situatie gepaard gaan meestal verborgen voor de buitenwereld.

Velen probeerden met hun problemen om te gaan, zelfs vaak zonder dat de eigen partner op de hoogte was van de sterke homoseksuele gevoelens van de ander. Slechts een enkeling kwam openlijk met zijn/haar homoseksuele gevoelens naar voren en durfde de confrontatie met de buitenwereld aan.

Bij navraag aan de vrijwillige medewerkers en hulpverleners van "Orpheus", de landelijke vereniging voor hulpverlening bij homo/biseksualiteit in man-vrouwrelaties, bleek de genoemde problematiek nog steeds springlevend. Net als in 1985 (en ook al een aantal jaren daarvoor) zijn er nog steeds mannen en vrouwen die zich tot de vereniging wenden om hulp, omdat ze behoefte hebben aan steun in hun vaak moeilijke situatie en met mensen willen praten die de problematiek uit eigen ervaring kennen.

Dit wierp bij mij een aantal vragen op.

Vragen zoals: is er in de afgelopen jaren dan eigenlijk wel iets veranderd?

Er is toch zoveel openheid gekomen, de maatschappij staat nu toch zoveel toleranter tegenover homoseksuele mannen en lesbische vrouwen, dus is het

voor hen toch eigenlijk niet meer zo nodig om een heteroseksuele relatie aan te gaan?

Leven we zolangzamerhand niet in een vrije samenleving waarin ieder individu zijn eigen vrije keus kan maken en zelf z'n eigen relatievorm kan kiezen?

Kennelijk niet. Of toch wel?

Waren er misschien andere voor mij nog onbekende factoren waardoor mannen en vrouwen met een homo-heterorelatie (want dat lijkt me de beste benaming als je met je homoseksuele/lesbische gevoelens in een heterorelatie zit) in de moeilijkheden zitten?

Deze vragen hebben mij er toe gebracht om op zoek te gaan naar (wellicht nieuwe) antwoorden die duidelijk kunnen maken waarom de homo-heterorelatie nog steeds veel narigheid oplevert voor de betrokkenen.

Mijn uitgangspunt daarbij is dat moeilijkheden bij mannen en vrouwen met een homo-heterorelatie niet op zichzelf staan, maar sterk samenhangen met de heersende opvattingen in onze samenleving ten aanzien van intieme relaties in het algemeen.

Voordat er dan ook maar iets zinnigs over de homo-heterorelatie gezegd kan worden moet eerst duidelijk worden welke idealen er in onze maatschappij op dit gebied bestaan. Deze idealen beïnvloeden ons in meerdere of mindere mate bij het al of niet aangaan, laten voortduren of verbreken van een relatie.

En dus ook een homoheterorelatie.

Moeilijkheden zoals deze voorkomen binnen een homo-heterorelatie zouden een mooi startpunt kunnen zijn voor het experimenteren met andere relatievormen, zeker als de crisis voorbij is en de vraag naar boven komt hoe het nu verder moet/zou kunnen. Hoe gaan mannen en vrouwen in een homo-heterorelatie met hun moeilijkheden om, zowel op de kortere als de langere termijn?

Krijgen ze op grond van hun ervaringen andere ideeën over relaties?

Hebben ze andere verwachtingen gekregen?

Zijn hun idealen over relaties afgezwakt of juist sterker geworden?

En is de seksuele identiteit voor hen de basis en drijfveer van een intieme relatie?

Terugblik

Om te begrijpen hoe de ontwikkelingen binnen de homo-heterorelatie zijn verlopen ga ik eerst terug in het verleden om vervolgens de lijn door te trekken naar het heden.

Uit het onderzoek dat in opdracht van het weekblad Margriet aan het eind van de zestiger jaren met betrekking tot dit onderwerp is gepleegd bleek dat er in Nederland zo'n kleine 100.000 gehuwde mannen en vrouwen waren die zich uitsluitend of overwegend voelden aangetrokken tot personen van gelijk geslacht. (Noordhoff, "Sex in Nederland", 1968)

In 1974 meldde het weekblad Intermediair dat dit getal aan de lage kant was, omdat velen zelfs in een (anoniem) onderzoek niet voor hun homoseksuele gevoelens uit durfden te komen of zich deze gevoelens zelfs misschien wel niet bewust waren en er dus geen melding van maakten. Intermediair concludeerde bovendien dat het om minstens 170.000 gehuwde mannen en vrouwen ging

die zich in bepaald mate (uitsluitend, overwegend en ook enigszins) aangetrokken voelen tot personen van gelijk geslacht (Sanders/Swiebel "Intermediair 10, 1974). In 1989 werd in een NISSO-studie aangegeven dat uit onderzoek was gebleken dat ongeveer 10 à 20 procent van de mannelijke homoseksuelen in Westerse landen minstens éénmaal heteroseksueel trouwde. In Nederland zou dit percentage iets lager liggen, gezien de relatief hoge tolerantie in ons land ten opzichte van homoseksualiteit.

Het ging dus om een aanzienlijk aantal mensen over wie niemand het ooit had en die zelf ook niet aan de weg timmerden.

Dit kwam vooral door het grote taboe dat op het onderwerp rustte. Niemand verwachtte van een echtpaar dat één van de twee (of soms ook allebei) sterke homoseksuele gevoelens had (hadden). En ook de betrokkenen zelf werden dikwijls door hun eigen situatie overrompeld.

De hele wereld was gericht op heteroseksualiteit en ook in de opvoeding gingen de ouders ervan uit dat hun kinderen later zouden gaan trouwen. Homoseksualiteit kwam wel in de publiciteit (bv. via voorlichting van het COC), maar dat nam niet weg dat er vele homo/biseksuele mannen en lesbische/biseksuele vrouwen waren die inmiddels jaren waren getrouwd.

In de tachtiger jaren was er een felle discussie gaande over het gebruik van de termen heteroseksualiteit, biseksualiteit en homoseksualiteit. Sommigen vonden deze termen onjuist en vonden dat er te veel nadruk werd gelegd op de term homo/heteroseksualiteit. Zij vonden termen als homofiel acceptabeler. Toch gaf de term homoseksualiteit goed weer waar het in de emancipatiegedachte veelal om draaide: om gelijkberechtiging, gelijke waardering van verschillende vormen van seksualiteitsbeleving. De getrouwde homo's en lesbiennes voelden zich juist in hun seksualiteitsbeleving tot mensen van hun eigen geslacht aangetrokken. En het is juist deze andere seksualiteitsbeleving die het voor de getrouwde homo's en lesbiennes zo moeilijk maakte om getrouwd te zijn of te blijven.

Daarom was het benoemen van homoseksualiteit zo belangrijk; het was een middel tot emancipatie van iets dat altijd was onderdrukt en meestal onzichtbaar was. De zelfbenoeming was belangrijk en ging gepaard met buttons, slogans, demonstraties en openlijk homoseksueel gedrag op straat. Dit alles versterkte het eigen gevoel, de positieve zelfwaardering. Aan de andere kant was dit "hokjesdenken" ook wel een belemmering, want je creëerde dan een schema waarin nuances wegvielen. Een hetero zou gaan denken dat hij geen homoseksuele kanten had en een homo die getrouwd was voelde zich niet thuis bij zijn partner, want dat was een heteroseksuele keuze. Vooral dat laatste was moeilijk. Je voelde dat je eigenlijk homo of lesbisch was, dus wat deed je dan in een huwelijk? Je behoorde uit te komen voor je gevoelens, dus ook voor je homoseksualiteit. Maar de angst was groot, homoseksualiteit had in de maatschappij een negatieve betekenis. Velen kwamen er niet voor uit, uit angst om afgewezen te worden.

Als homoseksualiteit zo onzichtbaar was, dan gold dat zeker voor homoseksualiteit binnen het huwelijk. Wel waren er in die jaren voor het eerst

de grote homo demonstraties, zoals de demonstratie in Amersfoort (1982) waar het er fel aan toe ging: er was sprake van veel agressie van de kant van het publiek, met name van jongeren die de homo's en lesbiennes te lijf gingen. Deze gebeurtenis had tot gevolg dat de homobeweging meer en meer nadruk ging leggen op zelfverdediging (er werd zelfs een zelfverdedigingsclub, "Het Tijgertje", opgericht) en bewustwording van eigen kracht. Dat bracht velen er toe om voor eigen gevoelens uit te komen. Ook enkele getrouwde homo's en lesbiennes deden dit. Veel anderen bleven "in de kast", waaronder veel getrouwde homoseksuele mannen en lesbische vrouwen. Toch voerde optimisme de boventoon: "we zullen vechten voor een betere maatschappij waarin misstanden en vooroordelen aan de kaak gesteld en ontmaskerd moeten worden."

Vooraf onderdrukking van eigen homoseksualiteit en hiermee samenhangend dikwijls zelfs ook de onbekendheid met eigen homoseksualiteit werd als een van de belangrijkste oorzaken gezien van het aangaan van een huwelijk. De grote mate van aandacht voor het thema onderdrukking paste heel goed in de sfeer van de zeventiger en tachtiger jaren. Het maatschappelijke aspect van die onderdrukking was belangrijk. De zelfonderdrukking van veel homoseksuelen werd veroorzaakt door de negatieve houding die in de maatschappij ten opzichte van homoseksualiteit werd aangenomen. Volgens velen kreeg een homo problemen omdat de maatschappij problemen had met homoseksualiteit. Niet de homo was ziek, zoals men vroeger dacht, maar de maatschappij. Het was daarom soms beter om te trouwen, want als homo/lesbiëne kreeg je het in de maatschappij niet makkelijk. De negatieve houding van de maatschappij werd zodoende een deel van je "homoseksuele zelf", je slikte de vooroordelen als het ware zelf in en het ontbrak je aan een positief zelfbeeld.

Daarnaast waren er nog andere motieven die ook samenhangen met maatschappelijke onderdrukking: goed met je partner kunnen opschieten, de wens om een gezin te stichten, kinderen te hebben en zich geborgen te voelen. Om al aan deze wensen te voldoen hoefde je alleen maar te trouwen: het maatschappelijk instituut van het huwelijk was er als het ware voor gemaakt om al deze wensen in te willigen. Er waren in de tachtiger jaren nog weinig kinderen die van het begin af aan opgroeiden met twee moeders of twee vaders.

Ook voor hetero's golden alle hierboven genoemde motieven om een huwelijk aan te gaan.

Je was bovendien verliefd op je partner. Ook hier speelde de kindervens in hoge mate mee, niet alleen bij vrouwen, maar ook bij mannen. Het kwam ook lang niet bij iedereen op om te bedenken dat je partner wel eens homoseksueel of lesbisch zou kunnen zijn. Dat hing dan weer sterk samen met de in onze maatschappij allesoverheersende heteroseksualiteit.

Homoseksualiteit was onzichtbaar, homo's waren ver weg en niet dichtbij. Menige heteroseksuele vrouw was bovendien gecharmeerd van het gedrag van sommige homoseksuele mannen en zag in hen niet die opdringerige man die meteen met haar naar bed wilde, maar de man die voorkomend was en geduld

had. Opvallend was dat rolpatronen van mannen en vrouwen een grote invloed hadden op de keuzes die ze maakten, zoals het kiezen van de partner. Vooral vrouwen kregen in het verleden vastigheid en zekerheid als ze getrouwd waren. Zo waren er volgens het al eerder aangehaalde onderzoek van het blad Intermediair veel meer gehuwde lesbische vrouwen in ons land (110.000) dan homoseksuele mannen (60.000) die getrouwd waren. En als seksualiteit (traditioneel gesproken) bij vrouwen minder ontwikkeld was dan was het gangbare idee dat het ook minder "erg" was om een huwelijk met een homoseksuele man aan te gaan en kon het zelfs een verademing (!) zijn. Een dergelijke keuze zei dan ook veel over de mate waarin vrouwen geacht werden (of juist niet geacht werden) seksuele wezens te zijn.

Ondanks het feit dat er met name ook in de tachtiger jaren veel kritiek was op de bestaande maatschappelijke structuren, zoals het gezin en het huwelijk, waren veel getrouwde homoseksuele mannen en vrouwen sterk beïnvloed door de opvattingen die aan deze maatschappelijke structuren ten grondslag lagen. Trouwen (eventueel samenwonen), dat deed je gewoon, trouwen, dat was normaal.

Ondanks de sterke maatschappelijke kaders (waar tevens veel kritiek op was), waren er mannen en vrouwen die hun partner inlichtten over hun homoseksuele gevoelens. Zij probeerden de maatschappelijke kaders van het huwelijk te trotseren en zochten naar een oplossing voor hun problemen. Enkel van hen zochten hulp bij de sinds 1970 bestaande werkgroep (later vereniging) "Orpheus" waar vrijwilligers die de situatie vanuit eigen ervaring kennen hen opvingen en begeleidden. In een aantal programma's voor radio en televisie werd het onderwerp aangesneden en vertelden moedige echtparen over zichzelf.

Het bleek dat ook in het zoeken naar oplossingen voor de problemen de traditionele man/vrouwrolpatronen een grote rol speelden.

Zo voelden veel lesbische vrouwen het als plicht om in de eerste plaats hun gezin draaiende te houden, terwijl homoseksuele mannen er makkelijker en sneller op uit gingen om hun eerste contacten te zoeken.

Heteroseksuele vrouwen bleven dikwijls in sterke mate voor hun homoseksuele man denken en zorgen en cijferden zichzelf soms helemaal weg. Duidelijk bleek iedere keer weer dat de crisisituatie een test was voor de assertiviteit van de beide partners en voor de mogelijkheid en bereidheid om met elkaar te praten. Hoewel bijvoorbeeld de werkgroep "Orpheus" er van het begin af aan de nadruk op had gelegd dat het de gezamenlijke verantwoordelijkheid van beide partners was dat zij een huwelijk waren aangegaan zeiden veel heteropartners aanvankelijk dat "ze er niet om hadden gevraagd om met een homoseksuele man of vrouw te trouwen." Met andere woorden: "de ander was homoseksueel, ik niet en dus was het zijn/haar schuld".

Beide partners droegen echter verantwoordelijkheid voor het verdere verloop van de relatie, of er nu een scheiding volgde of niet. Er werd echter in de praktijk soms te weinig aandacht besteed aan de heteropartner, althans dat was dan de klacht van debetrokkenen. Alle aandacht zou uitgaan naar de partner met de homoseksuele gevoelens.

Dat was, hoewel niet helemaal terecht, erg begrijpelijk. Hij of zij was namelijk

de partner die met “iets nieuws” binnen de relatie aan kwam zetten. Hierdoor kwam de relatie in een heel ander daglicht te staan. De partner met de homoseksuele gevoelens was de persoon die, juist omdat de gevoelens zo heftig waren, voor zijn/haar situatie vaak de meeste aandacht vroeg. De heteropartner was verrast, verdrietig of boos, maar was bezig vanuit een andere positie. De heteropartner was niet de initiatiefnemer, maar de “aanhoorder” en moest op de ontstane situatie reageren, hetgeen heel lastig was. Daarbij kwamen de al eerder genoemde rolpatronen in alle hevigheid aan de oppervlakte.

Kon je assertief zijn en voor je wensen opkomen?

Ging dat als vrouw makkelijker dan als man of was dat juist moeilijker?

Concluderend kan gesteld worden dat het thema van de (heteroseksueel) gehuwde homo/biseksuele/ mannen en lesbische/biseksuele vrouwen in 1985 een al lang bestaand probleem was dat toen pas vrijwel voor het eerst openlijk voor het voetlicht kwam. Daarbij werd het verschijnsel vooral als een maatschappelijk probleem gezien, met allerlei ingrijpende consequenties voor de betrokken individuen. Het was in die jaren ook algemeen aanvaard om individuele problemen maatschappelijk te verklaren (denk bijvoorbeeld aan de antipsychiatrie die de maatschappij als oorzaak aanwees voor de individuele problemen van psychiatrische patiënten). De aandacht voor het onderwerp was onder andere een gevolg van meer algemene maatschappelijke ontwikkelingen in de jaren zeventig en tachtig, waarin de emancipatie van homoseksuele mannen en vrouwen op gang begon te komen. Ook was er een bredere emancipatiestroom gaande, met name die van vrouwen in het algemeen. Daaraan lag weer een nog algemenere tendens ten grondslag: de emancipatie van het individu, de steeds groter wordende drang naar individuele vrijheid, het zich willen bevrijden uit de autoritaire structuren van kerk, gezin en maatschappij. De wil om op te komen voor de eigen mening en de eigen rechten werd steeds sterker gevoeld, een tendens die vooral sinds de jaren zestig sterk op gang was gekomen.

In de problematiek van gehuwde homo/biseksuelen kwamen al deze emancipatorische invloeden samen. Het ging immers steeds om de vrije keus die mannen en vrouwen wilden hebben om hun individuele leven vorm te geven. Een tendens die zich in sterke mate zou voortzetten in de jaren negentig en daarna. Dat deze vrije keus voor individualisme en emancipatie niet eenvoudig was zal verderop in het boek blijken. Want een mens blijft op zoek naar verbondenheid met anderen, hoe geëmancipeerd en geïndividualiseerd hij ook is.

1. Een nieuwe eeuw

In de 21e eeuw lijkt de aandacht voor de maatschappelijke onderdrukking van homoseksuelen minder belangrijk te worden. Individualisering lijkt nu het kernwoord te zijn. De vraag is nu veeleer: Hoe kan ik mijn leven zodanig inrichten dat mij recht wordt gedaan aan mijn eigenheid, mijn identiteit? De seksuoloog Sandfort, die onderzoek doet naar de manier waarop mensen hun seksuele leven inrichten, constateert echter ook een trend dat velen steeds meer op seksueel gebied gaan experimenteren en hun specifieke seksuele

identiteit eigenlijk willen loslaten. Dit duidt erop dat het woord identiteit voor velen kennelijk nogal beperkend werkt en niet precies samenvalt met de ervaringen die mensen in de loop van hun leven opdoen. Het zou misschien beter zijn, zo wordt in het magazine gesteld, om het woord seksuele oriëntatie te gebruiken, zeker als je de vaak knellende banden van relaties en vastliggende opvattingen over relaties los wilt laten.

Het is mij in de interviews die ik met de verschillende mannen en vrouwen gehouden heb duidelijk geworden dat mensen erg hechten aan hun eigen (seksuele) identiteit, omdat dit hen enig houvast lijkt te geven in het vaak grillige en onberekenbare terrein van de menselijke gevoelswereld. De term verklaart ook veel van de dikwijls vastliggende (en soms knellende!) opvattingen die mensen over hun leven en hun relaties hebben. En voor veel homoseksuele mannen en vrouwen is de na veel strijd veroverde homoseksuele identiteit een gegeven dat je niet makkelijk loslaat. De seksuele identiteit is daarmee een belangrijke basis (zo niet de belangrijkste) voor het aangaan van een intieme relatie. Veel homo's (en ook hetero's, maar dan meer vanzelfsprekend) ervaren dit zo.

Dit lijkt vooralsnog voor de meeste mensen in onze cultuur zo te blijven, ondanks de experimenten die een aantal mensen op dit gebied aandurft. Zij willen daarmee een minder knellende, ruimere definitie van zichzelf geven en hun grenzen verleggen. En naarmate het rolgedrag van mannen en vrouwen minder vast komt te liggen (mannen kunnen ook zorgen en vrouwen maken ook carrière) worden de grenzen van de seksuele identiteit inderdaad ook meer "opgerekt". Zo werd een man die een verzorgend beroep koos vroeger al gauw voor homo "uitgemaakt".

Met andere woorden: hem werd een homoseksuele identiteit toegeschreven vanwege afwijkend rolgedrag. Rolgedrag en seksuele identiteit worden dan al gauw aan elkaar gekoppeld. Nu de grenzen van wat afwijkend gedrag is en wat niet wat ruimer zijn geworden lijkt het ook minder van belang te worden onderscheid te maken tussen een homoseksuele en heteroseksuele identiteit. Op de lange termijn zou het ook steeds meer die kant op kunnen gaan. Deze ontwikkeling kan dan een rol spelen bij de discussie over het belang van de seksuele identiteit als basis voor een intieme relatie.

Wellicht worden er ook wel andere dingen minstens zo belangrijk voor een relatie (of nog belangrijker), zoals vriendschap, wordt de seksuele oriëntatie op een andere manier ingevuld en zet de tendens zich voort om de grenzen van de eigen seksuele identiteit ruimer te zien. Maar het is nu, vandaag de dag, de wens van velen om zowel seksualiteit (gebaseerd op een vermeende stabiele seksuele identiteit) als vriendschap binnen één relatie te vinden, waardoor hoge eisen aan de relatie worden gesteld. Het is dus onduidelijk of het belang van de seksuele identiteit als uitgangspunt voor bijvoorbeeld een intieme relatie minder belangrijk (of juist belangrijker) zal worden. Nader onderzoek zou daarin meer duidelijkheid kunnen scheppen.

Toch zijn er in onze samenleving ook signalen waarneembaar waardoor de hierboven beschreven ontwikkelingen (met name op het gebied van individuele vrijheid en emancipatie) in een ander daglicht komen te staan. Mede door enkele belangrijke gebeurtenissen, zoals de aanval op de Twin Towers in New

York (11 september 2001) en (in eigen land) de moord op de politicus Pim Fortuyn (6 mei 2002) en op regisseur Theo van Gogh (2 november 2004) werd ons duidelijk dat de westerse wereld niet zonder meer een vreedzaam en geïsoleerd werelddeel is en dat ook Nederland geen volmaakt paradijs is met een perfect functionerende multiculturele samenleving. Veel mensen voelen zich door deze ontwikkelingen bedreigd en roepen om “zero-tolerance”. Autochtone Nederlanders voelen zich bedreigd door (vooral) allochtone moslims en omgekeerd. Het wordt opeens duidelijk dat er radicale moslims in ons land wonen met fundamentalistische opvattingen over mens en maatschappij, over vrouwen en homo’s.

En terwijl de autochtone Nederlanders in een korte tijd van slechts veertig jaar steeds vrijer, steeds individualistischer, zijn geworden in hun opvattingen over relaties en seksualiteit worden zij geconfronteerd met een groeiende groep allochtonen die in Nederlandse ogen conservatieve (zij het lang niet altijd radicale) opvattingen hebben. Er lijkt een kloof te ontstaan tussen enerzijds het “vrije” Nederland (dat in 2001 als eerste land ter wereld het huwelijk tussen personen van gelijk geslacht introduceerde, het zogenaamde homohuwelijk,) en anderzijds de veel traditionelere allochtone bevolkingsgroep. Veel Nederlanders lijken als gevolg van de “dreigende buitenwereld” zelf ook conservatiever te worden en verlangen terug naar de “warmte” van de jaren 50 van de vorige eeuw, zij het met behoud van de vrijheid om je eigen leven vorm te geven, een vrijheid die in die jaren zeker voor vrouwen en homo’s niet echt bestond.

Wat zijn nu, in de 21e eeuw, hun moeilijkheden?

Wat waren hun motieven om destijds een relatie aan te gaan?

Hoe gaan ze, nu de waarheid op tafel ligt, met hun situatie om?

In hoofdstuk II wordt de homo-heterorelatie geplaatst tegen de achtergrond van de in onze maatschappij gangbare opvattingen over de ideale relatie. Hierdoor wordt duidelijk waarom de homo-heterorelatie zo vaak als een probleem wordt ervaren.

Hoofdstuk III gaat over de kinderen van mannen en vrouwen in een homo-heterorelatie.

Hoe beleven zij de situatie?

Worden zij bij alles betrokken?

Of worden ze er buiten gehouden?

En wat zijn de invloeden van deze ervaringen op hun eigen leven?

Durven ze ermee naar buiten te treden?

Gaan ze zelf anders denken over relaties en bepaalt dit hun eigen relatiekeuze?

In hoofdstuk IV staat de hulpverlening centraal, zowel die van vrijwilligers als van professionals.

Wat is een goede hulpverlening als het gaat om mannen en vrouwen met een homo-heterorelatie?

Er is ook aandacht voor de hulpvragers zelf: wie zoeken er eigenlijk hulp en wat kunnen zij van hulpverleners verwachten?

In hoofdstuk V komen de ervaringen van mannen en vrouwen aan de orde die hun relatiecrisis al enkele jaren achter zich hebben gelaten. In hoeverre zijn zij door hun ervaringen anders tegen relaties aan gaan kijken en hoe kijken ze op de doorstane crisis terug?

Hoe leven ze nu en wat zijn hun verwachtingen voor de toekomst?

Hoofdstuk VI vormt de epiloog van het boek. Daarin komt de vraag aan de orde of er eigenlijk wel een ideaal relatiemodel bestaat. Het hoofdstuk vormt een pleidooi voor een zekere relativisering van het “relatietotaalpakket” en voor meer ruimte voor verschillende relatiemodellen naast elkaar. Hierdoor zou niet alleen de homo-heterorelatie in een ander daglicht komen te staan, maar zouden ook mannen en vrouwen makkelijker en opener met elkaar om kunnen gaan, of ze zichzelf nu wel of niet hetero, homo, of bi noemen.

HOOFDSTUK I: MEER INDIVIDUALISERING EN ROMANTIEK IN DE HOMO/HETERO RELATIE

In de 21e eeuw is de thematiek van de homo-hetero relatie nog onverminderd actueel, ondanks (en deels ook juist dank zij) de ontwikkelingen die zich in onze samenleving op het gebied van opvattingen over relaties voordoen. Zo is de emancipatie van homoseksuele mannen en lesbische vrouwen flink toegenomen en is bijvoorbeeld het homo-huwelijk nu officieel erkend. Daarmee is een grote stap vooruit gezet, hoewel de emancipatie van homoseksuelen nog niet is voltooid. Homoseksualiteit is nog lang niet altijd vanzelfsprekendheid en er wordt nog steeds gediscrimineerd. Er zullen daarom nog steeds mannen en vrouwen zijn die ondanks hun homoseksuele gevoelens een heteroseksuele relatie aangaan, omdat ze niet voor hun gevoelens uit durven te komen.

Op het gebied van relaties in het algemeen is er het nodige in beweging: mannen en vrouwen blijven zich verder emanciperen en zien zich zelf meer en meer als individu met eigen rechten en een eigen leven. Tegelijkertijd neemt de behoefte aan onderlinge verbondenheid tussen mensen steeds meer toe nu steeds meer traditionele kaders (bv. kerk) lijken weg te vallen. De intieme relatie tussen twee partners wordt hierdoor steeds belangrijker en aan een “goede relatie” worden steeds hogere eisen gesteld. De behoefte aan romantiek binnen relaties (wat dit ook precies ook moge inhouden) is groter dan ooit.

Ook partners in een homo-hetero relatie zijn aan al deze maatschappelijke invloeden onderhevig en krijgen het er niet makkelijker op: ook zij leven in een samenleving waarin het individualisme hoogtij viert, maar waarin tegelijkertijd ook het verlangen naar samenzijn en romantiek er bepaald niet minder op is geworden. Hierdoor komt de homo/heterorelatie meer dan ooit onder grote spanning te staan. Reden temeer om de homo/heterorelatie opnieuw uitgebreid aan de orde te stellen.

1. Mannen en vrouwen met een homo-heterorelatie.

Het zijn vaak alleraardigste mensen. De partners kunnen het zo op het eerste gezicht heel goed met elkaar vinden. Ze hebben hun rollen evenwichtig verdeeld en gaan leuk met hun kinderen om. Maar meestal weet niemand welke grote problemen beide partners hebben: ondanks hun heteroseksuele relatie heeft één van hen sterke homoseksuele gevoelens.

Soms houdt de homoseksuele partner dit verborgen voor de andere partner, maar vaak vechten ze allebei voor een goede oplossing van hun situatie. En dat vraagt nogal wat van beiden. Seksualiteit speelt daarbij uiteindelijk een beslissende rol. En ondanks alle vriendschap en liefde die beide partners vaak voor elkaar blijven voelen gaan de meesten uiteindelijk uit elkaar. Een homo-heterorelatie is en blijft voor beide partners meestal een te zware opgave. De verschillende individuele seksuele identiteit van beiden vormt daarbij een onoverkomelijk obstakel. Toch kozen beiden indertijd voor elkaar en dat niet zonder reden.

Daarmee belandden zij in een uiterst complexe situatie.

Er zijn in Nederland heel wat homo-heterostellen. Zoals in de inleiding al werd aangegeven waren er in 1974 ongeveer 170.000 mannen en vrouwen met een heterorelatie waarbij minstens één van de partners zich in bepaalde mate aangetrokken voelde tot geslachtsgenoten. Het is onbekend of deze getallen nu nog gelden, recent onderzoek ontbreekt nagenoeg. Omdat de behoefte aan hulp bij mannen en vrouwen in deze situatie sinds die tijd niet minder is geworden (zie ook Hoofdstuk IV), mogen we aannemen dat er nog steeds veel mannen en vrouwen zijn die een homo-heterorelatie hebben.

Het mag dan gek klinken, maar in de ogen van de buitenwereld worden homo-heterostellen vaak als ideaal gezien: beide partners gaan kameraadschappelijk met elkaar om, dikwijls op een heel geëmancipeerde roldoorbrekende manier. Beiden verzorgen vaak het huishouden en de (eventuele) kinderen, beiden hebben vaak een baan buitenshuis. Het valt de buitenwereld op, omdat deze dingen zo zichtbaar zijn en omdat ze afwijken van het kennelijk toch nog erg traditionele patroon waarin de meeste man-vrouw stellen leven.

Veel homo-heterostellen hebben een stevige band met elkaar, ze hebben een sterk wijgevoel.

Er is veel ruimte voor onderlinge vriendschap. Misschien komt dat wel omdat de seksuele spanning die in veel gevallen in man-vrouw relaties aanwezig is hier dikwijls ontbreekt of minder op de voorgrond treedt. Homoseksuele mannen en vrouwen hebben door hun afwijkend rolgedrag al van jongs af aan geleerd om over zichzelf na te denken en met eigen gevoelens om te gaan. En ook al is de homoseksuele partner zich daarvan binnen een heterositatie niet altijd zo bewust, toch brengt hij of zij dikwijls een ander rolpatroon in de relatie dan wanneer beiden heteroseksueel zouden zijn. Met name heteroseksuele vrouwen voelen zich vaak erg aangetrokken tot homoseksuele mannen, omdat deze meestal beter met eigen gevoelens om hebben leren gaan dan heteromannen en hierdoor meer in staat zijn zich in de belevingswereld van vrouwen in te leven.

Dit is ook logisch: als je homoseksueel bent ben je in deze samenleving gedwongen om over jezelf na te denken en denk je na over je eigen identiteit. Als je homo bent wijk je af van de meerderheid. En dat "verhoogt" je bewustzijn. Veel homoseksuele mannen begrijpen vrouwen beter

dan hun heteroseksuele seksegenoten. Beide groepen, homoseksuelen en vrouwen staan, historisch gesproken, ook dicht bij elkaar. Beide groepen zijn lange tijd gediscrimineerd. Ook zijn er voorbeelden van homo-heterostellen waarin de lesbische vrouw en de heteroseksuele man een sterke band met elkaar hebben.

Kortom: prachtig toch, zo'n sterke band? Een homo-heterorelatie is echt een relatie om jaloers op te zijn! De volgende uitspraak is in dit verband veelzeggend: "Jullie hebben een veel sterker saamhorigheidsgevoel dan wij" (heterostel over een bevriend homo-heterostel).

Toch staat vrijwel niemand er bij stil dat homo-heterostellen vaak grote problemen hebben.

Vrijwel niemand is daarvan op de hoogte. Dat is ook verklaarbaar. Aan kameraadschap en vriendschap is er in de homo-heterorelatie dikwijls geen gebrek. Niemand denkt dan aan relatieproblemen.

En toch gaan heel veel homo-heterostellen op den duur uit elkaar. Dit heeft te maken met het feit dat de seksuele identiteit de basis is voor een intieme relatie.

Dit gevoel is de laatste tientallen jaren vooral bij homo's en lesbiennes steeds sterker geworden (hetero's hadden dit gevoel al veel langer, maar dachten daar niet zo bewust over na, omdat heteroseksualiteit zo vanzelfsprekend werd gevonden en er daarom eigenlijk niet zoiets bestaat als een "heteroseksuele identiteit"). En wat een basis voor een relatie is, wordt bij homoheterostellen dikwijls tevens het breekpunt.

Iemands seksuele identiteit is voor de buitenwereld niet direct zichtbaar. Van een man-vrouwrelatie wordt (onbewust) verondersteld dat deze gebaseerd is op wederzijdse seksuele aantrekkingskracht. Het begrip seksuele identiteit is daarbij niet eens een onderwerp. En wie verwacht er van manvrouwstellen nou dat er sprake is van een homoseksuele identiteit van één van de betrokken partners?

Zelfs voor de betrokkenen zelf komt dit feit dikwijls nog als een donderslag bij heldere hemel, zeker voor de heteroseksuele partner.

2. Ontwikkelingen van de laatste jaren

De laatste jaren hebben er maatschappelijke veranderingen plaatsgevonden die van invloed zijn op de homo-heterorelatie. Zo is de homo-emancipatie toegenomen, uitmondend in de wettelijke erkenning van het homo-huwelijk. Door deze grotere openheid zullen homoseksuele mannen en vrouwen waarschijnlijk minder gauw een heteroseksuele relatie aangaan dan pakweg 30 jaar geleden. Ook zijn de verwachtingen en eisen ten aanzien van een intieme relatie de laatste decennia enorm toegenomen. Er worden steeds hogere eisen gesteld aan intieme relaties.

Zelfontplooiing en individuele ontwikkeling zijn steeds meer deel gaan uitmaken van het relationele eisenpakket. Hierdoor zullen ook relaties waarin één van de partners te kennen geeft sterke homoseksuele gevoelens te hebben onder grotere druk komen te staan. Immers: beide partners willen het niet alleen samen goed met elkaar hebben, maar ook hun eigen identiteit recht doen. Dit betekent voor de partner met de homoseksuele gevoelens dat de

bestaande relatie eerder zal worden verbroken, hoe pijnlijk ook. Want homo-heterorelaties zijn de slechtste nog niet. Maar ook de heteropartner zal zich binnen een intieme relatie willen ontplooiën, precies zoals het in een eigentijdse relatie door beide partners verlangd wordt. Want vanuit dat gezichtspunt is een relatie met een homoseksuele partner belemmerend. Je eigen heteroseksuele identiteit ("oriëntatie" zou je ook kunnen zeggen, het klinkt in ieder geval minder zwaar) kan zich dan het beste ontplooiën als je een relatie hebt met iemand die deze seksuele identiteit met jou deelt.

Homo-heterorelaties kunnen zeer knellend zijn als de partners hun individuele ontwikkeling willen volgen. Dat is voor de homopartner vaak nog het lastigst. Want ondanks de toegenomen tolerantie ten opzichte van homoseksualiteit is het in veel gevallen nog steeds niet gewoon om homoseksueel of lesbisch te zijn. Er zijn nog steeds veel jongeren die op school niet openlijk over hun voorkeur durven te praten en die een heteroseksuele relatie aangaan "omdat het nu eenmaal zo hoort". Veel homo-heterostellen worstelen met hun situatie en vinden met moeite oplossingen voor hun problemen. Hun kameraadschap en wederzijdse loyaliteit is echter vaak zo groot, dat beiden niet zo maar uit elkaar kunnen en willen gaan. De verbondenheid is intens en de aarzeling dikwijls groot. Aarzeling ook om openlijk homoseksueel of lesbisch te zijn. Aarzeling om de in onze cultuur zo basale seksuele identiteit te tonen als homoseksuele identiteit.

3. Onzichtbaarheid van homoseksualiteit in onze samenleving.

Omdat homoseksualiteit niet gewoon is, maar door velen nog steeds als "apart" wordt ervaren, voelen veel homoseksuele mannen en vrouwen zich niet vrij om hun gevoelens openlijk te tonen. Als iedereen zich wèl vrij zou voelen om te zijn wie je bent zou de homoheterorelatie wellicht niet eens meer voorkomen. Daar komt nog bij dat er in Nederland wèl heel veel over homoseksualiteit gesproken wordt, maar dat er in het dagelijks leven, op straat bijvoorbeeld, niet zo veel van te zien is.

Nederland bespreekt homoseksualiteit wèl, maar toont het in het leven van alledag niet echt of erg eenzijdig. Veel homo's en bi's vinden dit lastig. Een hulpverlener uit het Noorden van ons land zegt: "Op de televisie zie je wèl de extravagante homo's die met hun blote billen door de grachten varen, maar niet de gewone homo uit de provincie die achter de geraniums zit.

Dat geeft een vertekend beeld en wekt bij velen de indruk dat homoseksualiteit bij hen niet voorkomt."

Veel homoseksuele leraren en lesbische leraressen zijn bang dat hun leerlingen hen niet accepteren als ze voor hun seksuele voorkeur uitkomen.

Als gangmakers in een klas bedenken dat ze die homoseksuele of lesbische docent niet moeten dan doet de rest van de klas al gauw mee. Het is dan ook op veel middelbare scholen voor homoseksuele docenten niet altijd even makkelijk om open te zijn. In een anti-homoklimaat zullen ook veel jongeren met homoseksuele gevoelens tòch een heteroseksuele relatie aangaan en zullen ze later tot de conclusie komen dat ze hun homoseksuele gevoelens hebben onderdrukt.

De neiging van jongeren om er bij te willen horen wordt ook aangegeven door

een hulpverlener van "Orpheus": "Je moet je leven eerst op een bepaalde manier vorm geven. Veel jongeren doen dat nogal traditioneel, met nogal traditionele opvattingen over seksualiteit en relaties.

Pas na een aantal jaren komt er een moment van bezinning: wat heb ik in mijn leven tot nu toe eigenlijk gedaan?

Dat is vaak ook het moment waarop duidelijk wordt dat je homo of lesbisch bent. Maar veel mensen willen zich geen sores op de hals halen en willen de bestaande situatie zo lang mogelijk continueren".

Jongeren moeten de "rode loper van het leven nog uitrollen" en die loper is meestal heteroseksueel en niet roze. Er zijn inmiddels veel jongeren die voor hun voorkeur uit durven komen, de homo-emancipatie is doorgedaan.

Maar er zijn er ook altijd nog veel die dit niet aandurven en wachten totdat ze wat ouder zijn.

4. Onzichtbaarheid van de homo-heterorelatie

De relatieve onzichtbaarheid van homoseksualiteit en de daaraan gekoppelde homoseksuele identiteit wordt helemaal duidelijk bij homoseksuele mannen en vrouwen die een heteroseksuele relatie hebben.

Een hulpverlener uit de provincie Groningen: "Op zondag zie je heel veel mensen in het bos wandelen, zeker als het mooi weer is. Veel echtparen, soms met hun kinderen en vaak ook met de hond. Maar door de week zie je in datzelfde bos iets heel anders. Dan zie je er mannen die elkaar zoeken om seks met elkaar te hebben. Op de parkeerplaatsen zie je dan auto's staan met achterin heel vaak een kinderzitje. Ja echt, het aantal kinderzitjes is niet te tellen. Vooral op maandag, dan is het heel druk. Die mannen hebben het hele weekend hun gezinsverplichtingen gehad en willen er nu wel eens even uit, zo lijkt het wel."

Lesbische vrouwen zullen deze manier van seksbeleving minder gauw kiezen. Bi/homoseksuele mannen doen dit vaker. Vaak ook, terwijl hun vrouw of vriendin van niets weet. Zij denken dat hun partner moet overwerken of naar de sportclub is. Hoogstwaarschijnlijk zal de meerderheid van de mannen die naar het bos gaat op de vraag of ze misschien bi of homo zijn ontkennend antwoorden. Een getrouwde man die op een gegeven moment hulp zoekt voor zijn moeilijkheden zegt hierover: "Ach, als je eens een keer met een man vrijt, dan is dat toch geen overspel en ben je nog niet direct een homo."

Niemand verwacht dat één van de twee partners in een man-vrouwrelatie homoseksuele gevoelens heeft. Het ziet er allemaal zo hetero uit! Ook vinden veel stellen het moeilijk om ermee naar buiten te komen. Het lijkt een nog groter taboe te zijn dan de homo zonder relatie. Een "vrije homo" past meer binnen het verwachtingspatroon van de buitenwereld dan een homoseksuele man of vrouw met een heteroseksuele relatie. Dat versterkt het isolement en het gevoel "het enige stel te zijn dat met zoiets zit". Vaak is het dan ook een enorme opluchting als de betrokkenen hulp zoeken en merken dat er veel meer mensen in dezelfde situatie zijn.

Ook praten met bekenden of vrienden blijkt voor veel stellen prima te werken. Maar veel partners met homoseksuele gevoelens houden dit volledig voor zichzelf en leiden een dubbelleven. Je kunt er als een berg tegenop zien om er

met je partner over te beginnen want je wilt je geen sores op de hals halen. Je zet je relatie, je toekomst op het spel. Je wilt je partner geen verdriet doen. Hierdoor kan de homoseksuele partner zich binnen de relatie erg eenzaam voelen. Sommigen vinden ook dat hun partner er niets mee te maken heeft en houden hun homoseksuele leven voor zichzelf. Het is "puur persoonlijk". Dat kan een masker zijn voor de angst om de situatie open te breken, maar dat hoeft niet. Je kunt ook twijfelen of je nu homo bent of niet. En omdat seksuele gevoelens dikwijls vluchtig en ongrijpbaar zijn is het voor veel mensen erg moeilijk om er greep op te krijgen. Onze samenleving dwingt mensen er welhaast toe om zichzelf in hokjes (identiteiten) te categoriseren om er vervolgens nooit meer uit te komen.

Dus volgt (soms onbewust) een zelfbenoemingsproces waarbij er geen ruimte meer is voor nieuwe ervaringen. Ik ben hetero, dus ik heb geen homoseksuele gevoelens.

Ik ben homo, dus voel ik me nooit aangetrokken tot mensen van het tegenovergestelde geslacht. Mensen die wèl openstaan voor nieuwe ervaringen en bijvoorbeeld opeens heftig verliefd worden twijfelen al snel aan het bestaande "categoriseringssysteem". Dat is voor de betrokkene erg lastig en zet de bestaande situatie dikwijls helemaal op zijn kop. En dat moet je maar willen en durven.

5. Motieven om een heteroseksuele relatie aan te gaan.

Liefde, vriendschap en kameraadschap zijn nog steeds sterke drijfveren om een relatie aan te gaan. Wat deze begrippen inhouden is lang niet altijd duidelijk. Iedereen vult ze persoonlijk in. Waarom zou je geen relatie aangaan met degene met wie je "het zo goed kunt vinden"? Juist deze aspecten blijken in homo-heterorelaties vaak goed te zijn ontwikkeld.

Beide partners zijn dikke maatjes. De eigen seksuele identiteit komt daarbij niet echt voor het voetlicht. Je neemt als vanzelfsprekend aan dat je hetero bent. Je denkt er niet eens over na. Of je weet wel dat je homoseksuele gevoelens hebt, maar denkt dat ze wel over zullen gaan als je eenmaal een heteroseksuele relatie hebt.

De vriendschapsband is immers heel sterk.

Ook bestaat er nog steeds maatschappelijke druk om een heteroseksuele relatie aan te gaan: "Soms hoor je dat jongens al heel vroeg zeker weten dat ze homo zijn. Ik besef nu dat ik mij al vanaf mijn elfde levensjaar tot jongens voelde aangetrokken. Ik weet dat ik met graagte en een gespannen verlangen keek naar de mooie lichamen van enkele van mijn klasgenoten.

Het maakte soms veel in mij los, maar ik beleefde dat niet als verliefdheid. Wat weet een jong mens nog zonder ervaring trouwens wat verliefdheid is? Ik wist dat het houden van jongens niet kon en dus sublimerde ik dat door bewondering of zorg voor hen. Zorg in de zin van: graag iets voor hen doen, zoals later in de kinderbescherming. Lichamelijk deden meisjes mij niets, maar ook dat signaal liep ik voorbij. Het hoorde nu eenmaal zo dat je een vriendin kreeg." (dagboek Ruud, 52). Die druk is dan wel niet meer zo sterk als enkele tientallen jaren geleden, maar is op subtiele wijze toch wel aanwezig. Soms wordt er ook nog openlijk druk uitgeoefend: "Er zijn nog steeds kerken die homo's het huwelijk in bidden." (hulpverlener "Orpheus").

In het algemeen is discriminatie in Nederland erg taboe geworden. Bijna niemand durft zich openlijk negatief uit te laten over homoseksualiteit, op een enkele bisschop na. Tolerantie is echter in veel gevallen een dun laagje vernis. Subtiele vragen die mensen stellen geven aan dat homoseksualiteit geen dagelijkse kost is, zoals blijkt uit de vraag van een heteroseksuele man aan zijn homoseksuele collega die tijdens de middagpauze op het werk vertelt dat hij op dansles is gegaan: "Dans je met een man of met een vrouw?". Opeens blijkt het belangrijk te zijn om te weten of je met een vrouw of met een man danst. Zo'n vraag zal nooit aan een heteroseksuele man of vrouw worden gesteld. Discriminatie? Maatschappelijke druk? In ieder geval wordt er een onderscheid gemaakt dat de betrokkene niet prettig vindt.

Iets wat voor hem of haar vanzelfsprekend is moet uitgelegd worden.

Dit versterkt het gevoel "anders" te zijn dan de anderen. En hoewel het juist soms erg leuk is om anders te zijn dan de anderen (iedereen wil gewaardeerd worden om wie hij of zij is) willen de meeste mensen niet voortdurend uitleg geven over dat wat voor hen heel natuurlijk, heel vanzelfsprekend is. De meeste homoseksuele mannen en vrouwen ontwikkelen als gevolg hiervan een tweede natuur.

Dat wil zeggen: zij voelen direct aan wanneer zij wèl en wanneer zij nièt open kunnen zijn over hun homoseksualiteit en hebben geleerd hun gedrag hierop af te stemmen. Bijvoorbeeld: genegenheid toon je aan elkaar tot aan de voordeur van de veilige, huiselijke woning. Buiten loop je gewoon naast elkaar en houd je je in. Er kunnen altijd mensen (meestal groepen jongens) op je pad komen die je naropen (of erger). En dat is domweg vervelend of zelfs gevaarlijk. Vanuit maatschappelijke druk, hoe subtiel ook, kan iemand voor een heteroseksuele relatie kiezen.

Je kunt je homoseksuele gevoelens onderdrukken, of gewoonweg niet als zodanig onderkennen.

Theo (42) en Yvonne (40) zijn zeventien jaar getrouwd en hebben een zoon van 5 jaar.

Twaalf jaar geleden vertelde Theo aan zijn vrouw dat hij homo is. Voor Yvonne kwam deze mededeling als donderslag bij heldere hemel. Theo heeft altijd van zijn homoseksualiteit geweten, maar had daar eigenlijk nooit gevolg aan gegeven. Toen hij op zijn trouwdag voor de spiegel stond zei hij tegen zichzelf: "Dit moet ik niet doen". Maar daar bleef het bij. Hij had een fijne huwelijgstijd en zijn homoseksuele gevoelens ebden wat weg. Hij en Yvonne hadden zoveel dingen waar ze mee bezig waren. Ook wilden ze kinderen. Theo had in Yvonne een fijne vriendin gevonden en Yvonne wilde eenvoudig bij Theo zijn. Toen de kogel eenmaal door de kerk was wilden ze er samen tegen aan om er iets goeds van te maken. Yvonne was niet boos, ze vond dat Theo er op een heel zuiver manier mee omgegaan was door het haar als eerste te vertellen. Twaalf jaar lang voelden ze een enorme verantwoordelijkheid voor elkaar. Ze hadden geen intieme relaties met anderen, want ze wilden elkaar geen pijn doen. Samen zochten ze hun weg. Toch kunnen ze het nu na al die jaren niet meer opbrengen om samen verder te gaan. Het kost te veel energie. Beiden komen te weinig toe aan een eigen leven dat meer bij hen past. Theo wil in een relatie heren erkend worden als man voor een andere man. Yvonne wil dit ook, maar dan als vrouw voor een man die op vrouwen valt.

De balans tussen seksualiteit en vriendschap is teveel verstoord: de

seksualiteit is op een te laag pitje komen te staan. Yvonne voelt dat zij door Theo voor 200% als mens wordt gewaardeerd, maar merkt dat dat niet meer voldoende is.

Dat geeft een dubbel gevoel: enerzijds is er die enorme band waar velen jaloers op zijn, anderzijds kost de relatie teveel energie, omdat ze iets fundamenteels missen.

Theo en Yvonne gaan zonder boosheid uit elkaar. Hun seksuele identiteit is uiteindelijk het breekpunt geworden van hun relatie. En dan gaat het niet alleen om twee verschillende manieren van seksualiteitsbeleving, maar ook om twee van elkaar verschillende leefstijlen.

Deze kunnen ze niet meer in één relatie met elkaar combineren.

Zij proberen nu ieder een eigen weg te vinden om hun leven vorm te geven. Dit doen zij uit respect voor elkaar. Ze hadden er 12 jaar voor nodig om zover te komen. Ze weten niet alleen heel goed waarom ze indertijd een relatie met elkaar aangingen, maar beseffen ook dat de motieven die ze indertijd hadden om met elkaar te beginnen nu niet meer voldoende zijn om samen verder te kunnen.

Gevoelens, ook seksuele, moeten niet alleen worden erkend, maar ook worden herkend. Bijvoorbeeld als homoseksueel. Er moet een omgeving zijn waarin gevoelens zich kunnen ontplooiën en ontwikkelen.

Als er geen goed voorbeelden, geen "modellen" voor handen zijn waaraan je je kunt spiegelen dan blijft je eigen identiteitsbepaling een probleem. Het is bekend dat er in sommige milieus over homoseksualiteit gezwegen wordt. En wat niet wordt benoemd, bestaat niet. Het "bij ons komt dit niet voor" is een uitspraak die nog altijd in zwang is. En hoe moet je je gevoelens dan herkennen en erkennen?

Een man van midden vijftig zegt hierover:

"Bij ons kwam homoseksualiteit helemaal niet voor. Althans, ik kende niemand die het was. Ik kende alleen Albert Mol van de televisie en dat vond ik zo'n rare flapdrol". Zo was ik niet, dus hoorde ik daar niet bij." Omdat homoseksuele mannen en vrouwen per definitie niet als minderheidsgroep, maar als individu te midden van een heteroseksuele meerderheid opgroeien is het proces van zelfwording en uitkomen voor jezelf een volkomen individuele aangelegenheid. Pas later sluiten sommigen zich bij een homogroep aan, zoals bijvoorbeeld het COC.

Dit ligt bij andere minderheden verschillend. Als Jood ben je vanaf je geboorte "ingebied" in een Joodse gemeenschap, met Joodse ouders en Joodse broers en zusjes. Een homoseksueel kind heeft deze "dekking" niet en moet dus op eigen kracht, geheel tegen de maatschappelijke normen in, uitkomen voor eigen voorkeur. Je moet je eigen seksualiteit als het ware bevechten. Een somber beeld? Iedere homoseksuele man of vrouw kan er een verhaal over vertellen.

Meer individuele, psychologische factoren kunnen de keuze voor een heteroseksuele relatie bepalen. Uiteraard hangen deze dan weer samen met de al genoemde maatschappelijke factoren. Je kunt bijvoorbeeld erg gevoelig zijn voor maatschappelijke druk. Je bent bang om af te wijken, je wilt net zo zijn als alle anderen. Dit geldt vooral voor jongeren.

En als je dan ook nog onzeker bent over je homoseksuele gevoelens, dan wordt het ontwikkelen van een homoseksuele identiteit niet bepaald bevorderd. Als je je alleen voelt en er komt iemand op je pad die je begrijpt en interesse in je

heeft dan ben je in eerste instantie geneigd om met die persoon een relatie aan te gaan. In een dergelijke situatie wordt de keuze niet door de seksuele voorkeur bepaald, maar door de mate waarin gevoelens van eenzaamheid of tekortkoming worden opgeheven.

Ook is het lang niet altijd duidelijk hoe sterk gevoelens uiteindelijk zullen blijken te zijn. Ben je iemand die geneigd is op onderzoek uit te gaan en te experimenteren dan zul je daar sneller achter komen dan wanneer je voorzichtig en misschien wel bang bent. Vaak moet je dan ook nog maar iemand tegen komen die homoseksuele gevoelens bij je "los" kan maken. Toeval speelt daarbij dikwijls ook een rol:

"Ik liep altijd te wachten op iets dat nog komen moest. Op een dag werd ik verliefd op een vrouw en toen dacht ik: dat is gewoon vriendschap. Ik wist niet eens dat homoseksuele gevoelens bestonden. Later dacht ik: misschien ben ik biseksueel. Totdat je op een gegeven moment heel zeker weet dat er iets heel anders aan de hand is: toen vielen er opeens allerlei puzzelstukjes op zijn plaats en werd het duidelijk: ik ben lesbisch! Het seksuele leven met mijn man was niet zo goed en ik dacht dat dat door mijn streng gereformeerde opvoeding kwam, want dan wordt het seksuele heel erg ondergewaardeerd en leer je niets op dat gebied. En mijn hele leven had ik het gevoel dat ik iets zocht. Maar ik wist niet wàt dat precies was..... Nu, had ik het gevonden, het was mijn voorliefde voor vrouwen." (vrouw, 47 jaar).

Ook de kinderwens blijft een belangrijke reden om een heteroseksuele relatie aan te gaan.

Het is nog altijd de makkelijkste manier om kinderen te krijgen, hoewel er tegenwoordig ook veel meer mogelijkheden voor homoseksueel ouderschap zijn gekomen. De opvatting dat kinderen zowel een vader als een moeder nodig hebben leeft hardnekkig voort, een mening die ook door sommige homoseksuele mannen en vrouwen wordt gedeeld. Kinderen vormen voor veel mensen de bekroning van hun relatie. Homoseksuele mannen en vrouwen verschillen daarin niet van de meeste heteroseksuelen.

6. Motieven voor de hetero partner

Vanuit de heteroseksuele partner bekeken ziet het er anders uit: uiteraard spelen ook hier motieven als kameraadschap, vriendschap en liefde een grote rol. Als heteroseksuele partner sta je niet zo snel stil bij de mogelijkheid dat je partner wel eens homoseksueel zou kunnen zijn. Hij/zij vertelt daar immers meestal niets over. En misschien ben je wel door de liefde verblind en wil je die ander "gewoon hebben". Heteroseksualiteit is nog steeds de norm en zeker als je heteroseksueel bent is het onmogelijk als je geliefde "zo" is. Het past niet in je belevingswereld: "Hoe zouden homoseksuelen eigenlijk met hun relaties omgaan?"

Je hoort daar eigenlijk weinig over. Ik ken ze eigenlijk ook niet". (Opmerking van een heteroseksuele vrouw (25) tegenover haar homoseksuele man (27) naar aanleiding van een TV-programma over homoseksuele relaties). Vooral heteroseksuele vrouwen vallen nogal eens voor de vermeende positieve eigenschappen van homoseksuele mannen: "Homo's zijn altijd zo gezellig. Het zijn mijn beste vrienden. En ze zijn vaak ook zo mooi" (heteroseksuele vrouw, 50 jr.).

Het is belangrijk te beseffen dat de partnerkeuze evenveel zegt van de homoseksuele als van de heteroseksuele partner. Sommige heteroseksuele vrouwen lijken bij hun partnerkeuze meer af te gaan op karaktereigenschappen van de ander dan op de mogelijkheid om seksueel aan “hun trekken” te komen, hetgeen ook veel zegt over de seksuele opvoeding die veel vrouwen hebben gehad. Een vrouw van 40 zegt over het ontstaan van haar relatie met een homoseksuele man het volgende: “Hij was zo voorkomend. Hij kwam tenminste niet direct aan mijn borsten”. Van heteroseksuele mannen zijn minder uitspraken bekend over het hoe en waarom van de keuze voor hun lesbische vrouw. Wel is duidelijk dat sommige mannen het niet geslaagde seksuele contact met hun partner vaak toeschrijven aan het “algemeen aanvaarde (?) verschil in seksualiteitsbeleving tussen mannen en vrouwen”: “Er zijn zoveel vrouwen die niet zo van seks houden. Mannen denken maar aan één ding. Vrouwen hebben dat veel minder.” (man, 36).

Er zijn talloze redenen om een relatie met iemand aan te gaan. Heel vaak liggen deze ook in de persoonlijke levensgeschiedenis van de betrokkenen. Misschien heb je eindelijk iemand gevonden met wie je ECHT kunt praten na thuis nooit te zijn begrepen. En is er eindelijk iemand die je begrijpt. Voordat je het weet ben je verbonden met iemand die die aandacht aan je besteedt die je vroeger zo hebt gemist. Dat die ander dan een andere seksuele identiteit blijkt te hebben ligt volledig buiten beider gezichtsveld.

7. Het moment van de waarheid: wat nu?

De partner met homoseksuele gevoelens kan deze gevoelens lang voor zich houden, soms tientallen jaren. Totdat het niet meer gaat. En wat gebeurt er binnen een relatie als de partner met sterke homoseksuele gevoelens besluit om het aan de ander te vertellen? En hoe reageert de heteroseksuele partner als de man of de vrouw met zijn of haar verhaal voor de dag komt?

De mededeling kan voor de heteropartner als een donderslag bij heldere hemel komen.

Nooit iets gemerkt. Geen flauw vermoeden gehad van de problemen waar de eigen partner mee worstelde. Ook (of misschien juist) als direct betrokkene denk je niet aan homoseksualiteit. Misschien was het seksuele contact tussen jou en de ander best goed. En als het minder goed was dan “kwam dat wel vaker voor, net als bij veel anderen”. En als je dan te horen krijgt dat je partner homoseksuele gevoelens heeft is dat schokkend. Vaak krijgt de heteropartner dan een schuldgevoel. Waarom heb ik niks gemerkt? Ben ik blind geweest? Maar ook: waarom heeft mijn man/vrouw mij dit niet eerder verteld? Een citaat uit het dagboek van Elly (53), getrouwd met Ruud (52): “Zichtbaar gespannen zegt Ruud: ik moet met je praten. Geschrokken kleepte ik mij om, want het was mij onmiddellijk duidelijk dat er iets ergs aan de hand was. Ik kroop in bed en hij was inmiddels met kleding en al op bed gevallen met slechts de spreid om zich heen. Stilte, snijdende stilte. “Ja, ik moet met je praten, maar het is zo moeilijk. Opnieuw die stilte. Hoe lang zal het geduurd hebben, één, misschien twee minuten, maar wat er dan gebeurt! Alles spookte door mijn hoofd en een enorme angst kwam er over mij heen. Toch bleef ik zichtbaar kalm, maar kreeg het ijsig koud.

Mijn bloedsomloop die meestal perfect zijn werk doet, stagneerde voelbaar. En toen kwamen die woorden die uitgesproken moesten worden.....

(Ruud): "Ik moet je iets vertellen dat ik tot nu toe voor je verborgen heb gehouden en wat ik ook niet wilde vertellen omdat ik dacht, het is mijn probleem, waar ik alleen maar zelf mee om moet gaan en jou niet mee moet belasten".

Weer die stilte, die angstige stilte. Ik begon te klappertanden, maar bleef verder uiterlijk heel rustig.

(Ruud): "Het is eigenlijk al begonnen toen ik puber was, maar naast mijn gevoelens voor jou en geloof me, die zijn echt, voel ik mij soms ook seksueel aangetrokken tot mannen. Ik voel dat ik soms in twee werelden leef, wat mij enorm verwart en mij het gevoel geeft niet heel te zijn. Deze strijd wilde ik alleen uitvechten, de dubbele gevoelens wegdrukken, maar steeds opnieuw overkwam het mij. Ik vocht ertegen en geloof me, ik heb al die jaren nog nooit een relatie met een man gehad, maar steeds opnieuw was er die aantrekkingskracht en ontstond dat gevecht, die tweestrijd, dat gevoel van niet het één zijn en niet het ander.

Dan ontstond weer dat schuldgevoel dat die gedachten fout waren, dat ik het mij maar verbeeldde. Het waren ook gevoelens die zeker 25 jaar geleden nog niet bespreekbaar waren en als gelovig mens eigenlijk als zondig werden gezien, wat het schuldgevoel en daarmee het verdringen van die gedachten alleen maar groter maakte en daarmee de onrust....."

Wat er op dat moment allemaal door mijn hoofd spookte is met geen pen te beschrijven.

Verwarring, een niet begrijpen. Als ik iets verwachtte, dit zeker niet, want hoe is dit mogelijk bij de man die mij zo dierbaar is, die mij zoveel geeft aan liefde, warmte, aan diepe genegenheid, die mij ook in bed soms zo gelukkig kan maken. Hoe is het mogelijk dat hij dit nooit heeft durven uiten naar mij die voor hem minstens even dierbaar is. Hij die evenveel snakt naar mijn liefde en genegenheid als ik naar hem? Veel was er in de momenten van stilte door mij heen gegaan, maar dit.....

Soms ook vallen eindelijk vele puzzelstukjes in elkaar. De heteropartner had wel iets aan de ander gemerkt, maar had het niet echt begrepen, niet echt kunnen plaatsen. De partner was vaak zo "afwezig", zat zo wezenloos voor zich uit te staren. En als je dan vroeg wat er aan de hand was, dan was er niets. De partner was zo vaak weg, veel vaker dan gewoonlijk. Hij moest ongelooflijk veel overwerken. We zaten al een hele tijd in relatietherapie bij het RIAGG, onze relatie was zo moeizaam de laatste tijd, we konden elkaar helemaal niet meer bereiken. Ik dacht dat het aan mij lag. Het was tijdens het vrijen net alsof er een muur om haar heen stond. Ze was de laatste tijd zo nerveus. Ze wilde de laatste maanden steeds meer tijd voor zichzelf hebben. Er heerste een ondraaglijke, maar ondefinieerbare spanning aan tafel, net alsof het elk moment kon gaan onweten. Enzovoorts, enzovoorts. Steeds is de spanning voelbaar, maar de betekenis ervan ontgaat de ander. Dit is een hele lastige situatie die meestal op een dag tot uitbarsting komt.

Een heel enkele keer komt de één via anderen te weten dat de ander homoseksuele contacten onderhoudt, of wordt de homoseksuele partner rechtstreeks "betrap". Dit is heel pijnlijk en leidt in de meeste gevallen tot een

crisissituatie.

Maar ook voor de homopartner zelf kan het eigen gedrag een raadsel zijn. Je kunt nerveuze klachten hebben, overspannen zijn, gespannen reageren zonder te weten wat de werkelijke oorzaak is. Je kunt in het medische circuit duiken en met pillen naar huis gestuurd worden.

Je kunt met psychiaters en psychologen eindeloze gesprekken over je leven voeren zonder dat de werkelijke oorzaak boven water komt. Soms moet er een hevige verliefdheid ontstaan voordat het ook voor de betrokkene duidelijk wordt wat er eigenlijk aan de hand is.

En als dan alles duidelijk wordt en de waarheid op tafel komt is er, naast spanning, het verdriet en de onzekere toekomst ook de opluchting. Ruud (52) schrijft hierover: "Die eerste periode leefde ik als in een waas. Het was eruit, maar op een of andere wijze leek het wel alsof ik over een vreemde praatte. Ik kon het woord homo ook niet echt over mijn lippen krijgen. Vooral de eerste tijd wist ik met mijn houding naar Elly geen raad. Als ik maar naar haar keek begon ik al te huilen. Voor de eerste opmerking die ze maakte was ik haar dankbaar. Ze zei namelijk: dacht je dat ik je weg zou sturen? Het gaf mij in elk geval aan dat er een mogelijkheid was om verder te gaan, maar ondanks deze opmerking bleef de angst dat ik toch weg moest nog een tijdje in mijn gedachten hangen. Na een aantal weken kwam er een broze rust in mij die echter door het minste of geringste verstoord kon worden.

Slapen was een onmogelijkheid. De nachten werden gekenmerkt door een intense chaos die op talloze momenten door mijn kop schoot en mij telkens wreed wakte."

8. Verschillende positie van de partners

Aan de positie van de heteropartner wordt soms te weinig aandacht besteed. Althans, dat is de klacht van vele betrokkenen. Alle aandacht zou uitgaan naar de partner met de homoseksuele gevoelens. Dat is ook wel verklaarbaar, hoewel niet terecht. De partner met de homoseksuele gevoelens brengt iets nieuws in de relatie. Hij of zij is de persoon die, juist omdat de gevoelens zo heftig zijn, hiervoor vaak de meeste aandacht vraagt. Je wilt eindelijk iets nieuws beginnen!

De heteropartner is verrast, overdonderd, boos of verdrietig omdat deze bezig is vanuit het "oude" perspectief. De uitspraak: "Ik heb er niet om gevraagd" duidt op een faseverschil tussen de partners.

Dat wil zeggen dat de homopartner dikwijls (in gedachten of in de praktijk) al veel langer met de eigen homoseksuele gevoelens bezig is, soms vele jaren. Soms moeten deze ervaringen van jaren in tijd worden overbrugd, hetgeen lang niet altijd makkelijk is. Voor de heteropartner is alles vreemd en nieuw. Er wordt van hem/haar een reactie gevraagd op een totaal nieuwe situatie. Afhankelijk van ieders (verschillende) individuele situatie, persoonlijkheid en achtergrond balanceren de meeste partners tussen twee uitersten: samen er het beste van maken of zo snel mogelijk uit elkaar willen gaan.

Aan de ene kant van de lijn staat de heteropartner die er samen met haar man of zijn vrouw van wil maken wat er van te maken valt. De relatie wordt gezien als een gemeenschappelijke onderneming en er is werk aan de winkel. En als

de homopartner daar ook zo over denkt volgt een (soms langdurig) proces van samen zoeken naar een oplossing.

Soms is de heteropartner daarin zo actief dat er sprake is van een grote mate van asymmetrie in de relatie. Dat wil zeggen: de heteropartner is sterk gericht op de homopartner en het behoud van de relatie en de homopartner is meer gericht op seksegenoten, ondanks de gemeenschappelijke wens de bestaande relatie zo lang mogelijk te continueren.

Sommige heterovrouwen kunnen daarin ver gaan: "Als hij maar gelukkig is, dan ben ik het ook. Hij mag van mij best een vriendje hebben, als we maar bij elkaar blijven" (vrouw tijdens open avond van de vereniging "Orpheus" over haar homoseksuele man). Naarmate vrouwen meer en meer gewend raken ook naar hun individuele behoeften te luisteren en niet alleen te letten op het welzijn van anderen zal deze "opofferende" rol minder op de voorgrond treden. Er zijn ook stellen die al op het moment dat beiden met elkaar in zee gaan op de hoogte zijn van elkaars seksuele voorkeuren. Deze bewuste start maakt de kans op het slagen van de gemeenschappelijke relatie groter, omdat beide partners zich gelijkwaardiger voelen. Beiden hebben ingestemd met de homo/biseksualiteit van de een en de heteroseksualiteit van de ander. Er zijn geen geheimen, er hoeft niets onthuld te worden.

Kameraadschap en liefde kunnen daarbij een grote rol spelen. Veelal hebben de beide partners veel respect voor elkaar en elkaars leven. Wellicht gunt men elkaar de vrijheid om ook intieme relaties met anderen te onderhouden. Dit alles geldt niet als de heteroseksuele partner weliswaar op de hoogte is van de homoseksuele gevoelens van de ander, maar meent dat die gevoelens wel weer over gaan als ze eenmaal getrouwd zijn. Deze gedachte bestaat niet alleen bij de homopartner, maar vaak ook bij de heteroseksuele partner. Uit onderzoek, althans onderzoek naar gehuwde homoseksuele mannen, blijkt dat mannen die denken dat hun homoseksualiteit door het huwelijk wel zal verminderen of verdwijnen in deze mening vaak gesteund worden door hun toekomstige echtgenotes. Sommige van deze heteroseksuele partners menen dat zij zelf een belangrijke rol kunnen spelen in het veranderen van de seksuele oriëntatie van hun man.

Aan de andere kant kan de heteropartner zich ook erg onmachtig voelen in de nieuwe situatie. De heteropartner weet zich totaal geen raad met de sterke homoseksuele gevoelens van de ander en wil dan ook meteen opstappen. De relatie raakt vrijwel meteen in een crisis.

In sommige gevallen gaan beide partners ook daadwerkelijk direct uit elkaar. Soms neemt de heteropartner daarin het initiatief, soms ook niet. Soms kan de traditioneel ingestelde man de boodschap dat zijn vrouw niet meer met hem wil vrijen, maar liever met een vrouw, niet aan en raakt de relatie al snel op een dood spoor. Als deze man zich in zijn mannelijkheid aangetast voelt wordt het voortzetten van de relatie steeds moeilijker.

Naarmate de man meer pogingen doet om de communicatie met zijn lesbische partner open te houden zal de relatie langer voortduren.

Het snel opbreken van een relatie is in het algemeen niet wenselijk. Dikwijls ook komen partners daar naar verloop van jaren op terug, omdat zij merken dat een goede afwikkeling van hun relatie niet heeft plaatsgevonden. Het was

toch een belangrijke periode in ieders leven en beide partners hebben behoefte aan een rouwproces dat naar alle eerlijkheid wordt doorlopen.

De partners die samen een zoekproces aangaan om een goede oplossing te vinden komen er in het algemeen goed uit te voorschijn, of ze nu uiteindelijk samen met elkaar verder gaan of niet. Beiden melden een persoonlijke groei die van grote waarde is in hun leven. Wèl is het soms een heel gevecht dat met veel vallen en opstaan gepaard gaat. Hoe dit proces verloopt hangt, naast de wil van beiden om zich in te zetten voor een goede oplossing van hun problemen, sterk af van een aantal relationele vaardigheden. Ook zullen de steeds grotere nadruk die in onze samenleving gelegd wordt op de eigen assertiviteit, het eigen initiatief en de persoonlijke ontwikkeling, van grote invloed zijn op de keuzes die beide partners voor hun verdere leven zullen maken.

9. Keuze voor kwaliteit.

Meer nog dan enkele tientallen jaren geleden wordt in onze samenleving belang gehecht aan de individuele vrijheid die de mens heeft om vorm te geven aan zijn eigen leven. Het idee dat de mens steeds keuzes moet maken om zijn leven op een zo goed mogelijke manier in te richten komt steeds meer op de voorgrond te staan. Dat geeft mensen enerzijds meer vrijheid, maar maakt het er anderzijds niet altijd makkelijker op. Want de vraag blijft natuurlijk: wat is dan goed voor mij? Welke keuze past het beste bij mij, bij ons? Vragen die niet altijd makkelijk te beantwoorden zijn, zeker niet voor mannen en vrouwen die een homo-heterorelatie hebben. Vrouwen en homoseksuelen emanciperen zich steeds meer en stellen zich vaker assertief op. Dit gegeven heeft ook grote invloed op het proces van mannen en vrouwen in een homo-heterorelatie. Vrouwen zullen zich steeds vaker bewust zijn van de rol die zij in een homo-heterorelatie spelen. De homoseksuele partner zal zich meer en meer bewust worden van zijn/haar homoseksuele/lesbische identiteit en zal zich dienovereenkomstig willen gedragen.

Al eerder werd gesignaleerd dat het verlangen naar saamhorigheid en geborgenheid er tegelijkertijd niet minder op is geworden. Mannen en vrouwen verlangen naar "romantiek", naar "eeuwig samen zijn" en willen vooral kwaliteit in relaties. Sommige van deze verlangens zijn eeuwenoud (mensen willen zich met elkaar verbinden), maar andere ontwikkelingen zijn zeer recent (zoals het toenemend individualisme). Het is vooralsnog niet duidelijk welke gevolgen deze ontwikkelingen zullen hebben voor de vormgeving van onze intieme relaties. Wel zal de homo-heterorelatie door genoemde ontwikkelingen onder grotere druk komen te staan. Het zal steeds moeilijker worden om deze relatie in stand te houden. Beide partners zullen meer en meer voor hun eigen ontwikkeling willen vechten, een keuze willen maken voor hun eigen seksuele identiteit en de nodige eisen stellen aan de kwaliteit van hun relatie. Dat betekent niet dat de partners altijd persé uit elkaar moeten gaan, maar wèl dat hun relatie een andere vorm moet krijgen wil deze overleven. Deze relatievormen zijn in onze maatschappij niet voorhanden en zullen met veel creativiteit moeten worden ontwikkeld. Dit gegeven plaatst de homo-

heterorelaties in de bredere context van de in onze maatschappij heersende opvattingen over relaties in het algemeen. In het volgende hoofdstuk wordt de manier waarop aan relaties in onze samenleving vorm wordt gegeven nader geanalyseerd.

Discussievragen Hoofdstuk 1

1. Kunt u aangeven waarom u indertijd voor uw (hetero)relatie hebt gekozen?
2. In hoeverre zijn de motieven van toen ook nu nog van toepassing?
3. In hoeverre waren/zijn de motieven anders dan die van uw partner of ex-partner?
4. Hoe open kunt u/ durft u te zijn tegenover uw partner over uw gevoelens?
5. Hoe geeft u praktisch vorm aan de ontstane situatie en bent u daar tevreden over?

HOOFDSTUK II: HET RELATIETOTAALPAKKET ALS IDEEAAL of UTOPIE

Veel relatieproblemen binnen een homo-heterorelatie worden niet alleen veroorzaakt door een verschillende seksuele identiteit van beide partners, maar ook door de hooggespannen verwachtingen ten aanzien van de ideale relatie en de steeds toenemende behoefte aan individuele vrijheid binnen relaties. In die zin weerspiegelen de problemen binnen de homo-heterorelatie de algemeen heersende relatiecultuur van onze samenleving, maar dan in versterkte mate.

Vooraf blanken mensen uit de midden- en hogere klassen stellen aan relaties bijzonder hoge eisen die bovendien steeds hoger lijken te worden: je moet je niet alleen seksueel tot elkaar aangetrokken voelen, maar ook goed met elkaar over wederzijdse gevoelens kunnen praten, je moet elkaars maatje zijn en ruimte hebben voor persoonlijke, individuele ontwikkeling. Een tendens die ook door grotere lagen van de bevolking lijkt te worden overgenomen. Mensen hebben nog steeds (of misschien wel steeds méér) behoefte aan "romantische" relaties (eeuwige trouw, altijd samen), maar gaan hier op "moderne" wijze mee om. Dat wil zeggen: mensen van deze tijd willen in hun relaties binnen hun samenzijn nu óók een grote mate van individuele vrijheid ervaren.

Deze "moderne, romantische relatie" wordt zodoende soms een bijna onbereikbaar ideaal.

Er vallen dan ook veel "slachtoffers", zeker onder degenen die een homo-heterorelatie hebben.

1. Seks, vriendschap en individuele ontwikkeling:
een veeleisende combinatie.

De intieme relaties van veel blanken Nederlanders, vooral uit de midden- en hogere klassen, zijn vaak gebaseerd op gelijke seksuele identiteit van beide partners en moeten tevens voldoen aan een heel scala van (steeds hogere) eisen die onderling niet altijd even makkelijk te combineren zijn. Er moet wederzijdse seksuele aantrekkingskracht zijn en je moet goed met elkaar om kunnen gaan, met elkaar kunnen praten, elkaars gevoelens delen en elkaar ruimte geven voor individuele ontwikkeling.

Deze factoren zorgen vooral in een homo-heterorelatie voor veel spanning en

leiden vaak tot een breuk. Vooral de combinatie van deze factoren leidt tot veel moeilijkheden: veel homo-heterostellen kunnen vriendschappelijk goed met elkaar omgaan en leren- als de situatie eenmaal duidelijk is - vaak razendsnel elkaars grenzen en behoeften aan individuele ontplooiing kennen. Toch zorgt diezelfde behoefte aan individuele ontplooiing voor de nodige problemen, omdat deze gekoppeld wordt aan de eigen seksuele identiteit.

Juist op dat gebied willen de partners (aanvankelijk meestal eerst de homopartner, maar later vaak ook de heteropartner) zichzelf leren kennen en ontplooiën. Dat betekent in dit geval: je vestigt je aandacht op contacten buiten de bestaande relatie.

De homo-heterorelatie is begonnen als heterorelatie, ook al zal de wederzijdse seksuele aantrekkingskracht niet de belangrijkste basis geweest zijn.

Vriendschap, kameraadschap en diepe genegenheid voor elkaar speelden vaker mee bij het aangaan van deze relatie. Dat is het verwarrende.

Want nu blijkt dat één van de twee een andere seksuele identiteit heeft dan aanvankelijk werd aangenomen (hoewel de homopartner daar soms altijd al van wist). Als de seksuele identiteit niet zo belangrijk zou worden gevonden voor het aangaan van een intieme relatie zou er niet zo veel aan de hand zijn.

Maar nu staat de hele wereld op zijn kop en dreigt de relatie verbroken te worden, omdat de relatie niet meer intiem kan zijn op de manier die de partners zich hadden voorgesteld. Dat kan blijkbaar alleen met iemand die dezelfde seksuele voorkeur, seksuele identiteit heeft.

Een element dat aanvankelijk een vanzelfsprekend onderdeel leek uit te maken van het "totaalpakket" van de relatie.

Ook in heterorelaties is de combinatie van seksuele aantrekkingskracht met vriendschap en het elkaar ruimte geven voor individuele ontwikkeling dikwijls moeilijk. In dit geval zal de relatie meestal beginnen doordat beiden zich seksueel tot elkaar aangetrokken voelen. De hormonen zorgen voor verliefdheid en geven een gelukkig gevoel. En als de eerste heftige verliefdheid in kalmer vaarwater is gekomen zullen beiden toch vooral ook goed met elkaar moeten kunnen praten en oog moeten krijgen voor elkaars behoeften aan individuele ontplooiing en voor de verschillende karakters van beiden. Als de eerste spanning er af is wordt ook vriendschap en communicatie over gevoelens heel belangrijk.

Anders is de relatie ten dode opgeschreven, tenzij beiden elkaar louter en alleen zien als vrijvrienden of instemmen met een louter zakelijke relatie. De meeste mensen zoeken naar iets "volledigers", oftewel: zij zoeken een moderne, eigentijdse relatie met het totaalpakket van seks en vriendschap en ruimte voor individuele ontwikkeling. En bijvriendschap horen: een gevoel van gelijkwaardigheid en bereidheid tot uitwisseling van ervaringen en gevoelens. Vooral hoger opgeleiden stellen daarin hoge eisen. En ook bij hetero's leidt deze combinatie van seksuele aantrekkingskracht met vriendschap en ruimte voor individuele ontwikkeling regelmatig tot problemen.

Iemand waar je je aanvankelijk seksueel toe aangetrokken voelde kan misschien heel moeilijk over gevoelens praten. Dat kan tot behoorlijke relatieproblemen leiden. Vooral vrouwen klagen soms over de onbereikbaarheid van hun man/vriend. Je kunt zo moeilijk met hem praten.

En ook al houden vrouwen urenlange gesprekken met hun vriendinnen, ze

missen soms diezelfde intensiteit in het contact met hun man/vriend. Kennelijk willen deze vrouwen ook met mannen praten en laat de sekse hen niet onverschillig. En dan blijkt dat seksuele aantrekkingskracht niet altijd soepel samengaat met factoren als vriendschap en communicatie. In de heterorelatie kan daar bijvoorbeeld door therapie iets aan worden gedaan (als beide partners dit willen). In de homo-heterorelatie kan dit ook, al blijft de verschillende seksuele voorkeur een groot probleem. Vooral hier komt wel heel sterk naar voren dat de combinatie seksualiteitsvriendschap-ruimte voor individuele ontwikkeling uitermate gecompliceerd is. Maar in beide situaties, zowel in de heterorelatie als in de homo-heterorelatie, gaat het om eigentijdse relaties. Ook in homorelaties komt dezelfde dynamiek naar voren. Partners die na hun homo-heterorelatie een homorelatie aangaan zullen dan ook opnieuw te maken krijgen met dezelfde dynamiek waarin seksuele identiteit gecombineerd wordt met vriendschap en de behoefte aan individuele ontwikkeling. Vooralsnog staat nu de dynamiek van de man-vrouwrelatie centraal, want ook al gaat het over een homo-heterorelatie, de partners zijn man en vrouw en als zodanig is het belangrijk de moderne dynamiek tussen man en vrouw aan een nader onderzoek te onderwerpen. Meer zicht hierop zal homo-heterostellen (en alle andere geïnteresseerden) de mogelijkheid bieden om hun problemen op een evenwichtige en voor beide partners respectvolle manier te hanteren. Het inzicht kan ook goed van pas komen bij de eventuele nieuwe relaties die beiden in de toekomst zullen aangaan. Want alle moderne, intieme relatievormen zijn gebaseerd op dezelfde aanname die al een paar honderd jaar onveranderlijk en meestal zonder kritiek van generatie op generatie wordt overgedragen: de seksuele identiteit is de basis voor een intieme relatie. De laatste tijd is daar de behoefte aan vriendschap, gelijkwaardigheid en individuele ontplooiing nog aan toegevoegd, vooral onder hoogopgeleide.

2. Relationele vaardigheden

Als twee mensen in een relatiecrisis terecht zijn gekomen wordt er een groot beroep gedaan op hun communicatieve vaardigheden, nog meer dan wanneer er geen echte problemen zijn. Nu komt het er echt op aan. Kun je met elkaar praten? Kun je aan elkaar vertellen wat er in je omgaat? Bovendien moet je, wil je op gelijkwaardig niveau met elkaar communiceren, elkaars eigenheid en grenzen respecteren. Je moet met elkaar over seksualiteit kunnen praten. Vooral in een homo-heterorelatie is dat niet makkelijk. Het is vaak heel pijnlijk om aan je partner te vertellen dat je seksuele gevoelens hebt die niet de partner zelf betreffen. Dat geldt al vaak voor heterostellen, maar bij homo-heterostellen is dit vaak nog moeilijker, vanwege het definitieve karakter ervan. Seksuele verlangens, in deze cultuur uitgekristalliseerd in seksuele identiteit (hetgeen een bepaalde mate van continuïteit veronderstelt), gaan niet over. Er zijn heel wat homo-heterostellen die altijd met elkaar gevreeën hebben tot aan het moment dat de hele relatie in een ander daglicht komt te staan. Eén van de partners blijkt homoseksuele gevoelens (een homoseksuele

identiteit) te hebben. Elke keer als beide partners nu weer met elkaar vrijen speelt dat gegeven steeds mee op de achtergrond. De heteropartner kan zich afvragen of de homopartner tijdens het vrijen misschien fantaseert over een homoseksueel contact.

Praat je daar met elkaar over?

Of is dat te moeilijk en te pijnlijk? Vaak wordt het vrijen steeds minder, totdat het helemaal stopt. Er zijn ook stellen waarvan de ene partner niet meer met de ander in één bed wil slapen. Hoe vertel je zoiets aan elkaar?

Kun je aan elkaar zien wat je voor elkaar nog betekent?

Of houd je dat bij jezelf, omdat je dat niet goed kunt? Wat vertel je aan elkaar over je eventuele intieme contacten buiten je relatie?

Vertel je de kinderen wat er aan de hand is? En hoe doe je dat?

En hoe ga je met vrienden, familie en collega's om?

Moeten die ook allemaal op de hoogte gesteld worden?

De meeste homo-heterostellen vinden het vaak prettig als er in ieder geval een paar mensen in de eigen omgeving zijn die op de hoogte zijn van de moeilijkheden. Dat schept meer mogelijkheden om met elkaar om te blijven gaan en geeft de betrokkenen ook het idee niet zo alleen te staan.

Communicatieve vaardigheden, "aan elkaar vertellen wat er in je omgaat", "elkaars grenzen aftasten": het zijn allemaal zaken die modern en eigentijds zijn, zeker in de partnerschapsrelatie, een relatievorm die steeds meer in opkomst is. In een partnerschapsrelatie wordt voortdurend tussen de beide partners onderhandeld. Uitgaande van een steeds vergaande individualisering in onze samenleving wordt een relatie ook steeds meer beleefd als een samengaan van twee individuen, elk met een eigen leven, een eigen karakter. Als je als partners met elkaar om wil gaan moet je met elkaar kunnen onderhandelen en communiceren. Je moet op elkaar ingespeeld zijn, je moet elkaar kunnen vertrouwen, je moet weten wat je aan elkaar hebt, je moet een grote mate van kameraadschap met elkaar ervaren. En tegelijkertijd moet je elkaar de ruimte kunnen geven om een eigen leven te leiden. Het gaat in de hedendaagse relatie om autonomie, privacy en zelfontplooiing.

Wat de partners samen ook hebben, het blijven twee afzonderlijke individuen. Voor het gezinsgerichte denken (we gaan trouwen omdat we een gezin willen stichten) is dan steeds minder plaats.

De prioriteiten komen in ieder geval anders te liggen: kameraadschappelijkheid en individuele ontplooiing staan voorop, kinderen komen dan daarna pas. Veel stellen willen vaak wel kinderen, maar vinden dat ze er "aan toe moeten zijn." Ze bedoelen daarmee vaak ook dat ze eerst zelf psychisch evenwichtige individuen willen zijn en dat ze óók met elkaar als partners in "balans" moeten zijn vóórdat er kinderen kunnen komen. Er moet een besluit gevallen zijn over rollen taakverdeling tussen beide partners als het kind eenmaal is geboren. Een besluit dat duidelijk ook te maken heeft met de behoefte aan individuele ontplooiing (carrière!) van beide partners. En terwijl er vroeger gewoon (!) kinderen kwamen, worden deze nu in het algemeen zorgvuldig gepland na een langdurige periode van voorbereiding en overleg.

In een klimaat waarin uitwisseling van gevoelens tussen partners heel belangrijk wordt gevonden hebben mensen met homo-heterorelaties het niet

makkelijk. Want dan kun je er helemaal niet meer omheen: er zal gepraat moeten worden, tenminste als je een totale verwijdering of een loodzware, onbespreekbare (en dus onleefbare) situatie wilt voorkomen. Van de communicatieve vaardigheden van beide partners hangt het af of en hoe de problemen zullen worden opgelost. Als je met elkaar kunt praten is er in ieder geval een basis om een oplossing te zoeken. En dan gaat het er niet om of beide partners uit elkaar gaan of niet, maar of ze een oplossing kunnen vinden waar beiden tevreden mee zijn.

Sommigen beslissen dan dat een scheiding het beste is. Anderen blijven bij elkaar omdat hun kameraadschap heel sterk blijkt te zijn. Weer anderen blijven bij elkaar "voor de kinderen", hoewel hier vaak iets anders achter blijkt te zitten: de angst om uit elkaar te gaan. Om deze angst enigszins te bezweren worden (vaak geheel te goeder trouw en soms volkomen onbewust) motieven gezocht om het bij elkaar blijven acceptabel te maken. De verantwoordelijkheid van het ouderschap wordt hiervoor dan als het ware "gebruikt".

3. Seksuele identiteit als breekpunt in de relatie.

In paragraaf 1 is al gesignaleerd dat de seksuele identiteit één van de drie pijlers is waarop de hedendaagse intieme relatie is gebaseerd. Bij hetero's is deze vaak ook het startpunt van de relatie; je wordt verliefd en de hormonen doen hun werk. Dit gegeven wordt bij hetero's meestal niet geabstraheerd en als voortkomend uit een heteroseksuele identiteit ervaren. Het wordt vanzelfsprekend gevonden en als natuurlijk ervaren. Dus zijn er eigenlijk geen abstracties voor nodig. Een abstractie zoals je seksuele identiteit komt voort uit reflectie, uit een opzettelijk nadenken over de situatie waarin je verkeert. Daartoe lijkt geen reden als je "heteroseksueel" verliefd bent. Het wordt namelijk als normaal ervaren en de gevoelens worden door de meeste mensen gedeeld.

Dit ligt heel anders als deze gevoelens van homoseksuele aard blijken te zijn. Deze wijken af van wat de meerderheid ervaart (of zegt te ervaren). Opeens wordt de seksuele identiteit een gegeven waarover de betrokkenen gaan nadenken. De abstractie is ontstaan, de reflectie is geboren, de identiteit geconstrueerd.

Opeens worden de betrokkenen zich bewust van het belang van seksuele gevoelens, van een seksuele identiteit als basis en onmisbaar bestanddeel van een (eigentijdse) intieme relatie.

En vaak blijkt diezelfde seksuele identiteit het breekpunt van de meeste homo-heterorelaties te worden. Opeens wordt duidelijk hoe belangrijk je seksuele identiteit is. Nu pas, nu er van de gebaande (heteroseksuele) weg wordt afgeweken, wordt duidelijk dat de seksuele identiteit veel belangrijker en ingrijpender blijkt te zijn dan men ooit had kunnen denken.

De meeste homo-heterorelaties komen er helemaal van op de kop te staan, zeker in het begin.

Maar ook later blijkt de seksuele identiteit vaak uiteindelijk toch het breekpunt voor de relatie te worden. Het geeft te veel spanningen in de relatie als je je seksuele identiteit wil waarmaken. Kennelijk vormen de communicatieve vaardigheden op zich niet voldoende draagvlak om de relatie voort te zetten. Communicatieve vaardigheden dragen zoals gezegd wèl bij tot een goede

oplossing van de problemen, hoe deze oplossing ook uitvalt. Veel partners blijven elkaar bijvoorbeeld trouw als hele goede vrienden, terwijl beiden verder hun eigen leven leiden, al dan niet met een nieuwe partner. Maar kennelijk is het gevoel van partnerschap zo sterk verbonden aan ieders seksuele identiteit dat de homo-heterorelatie in de betekenis van partnerschapsrelatie dikwijls wordt verbroken.

Kameraadschap moet voor veel mensen in balans zijn met seksualiteit. En dat evenwicht wordt in homo-heterorelaties drastisch verstoord. In heterorelaties gaat kameraadschap op de lange duur vaak óók de boventoon voeren, maar het wezenlijke verschil met de homo-heterorelatie is dat er in een heterorelatie geen verlangen naar een homoseksuele partner aanwezig is. Dus kan deze relatie een stuk "rustiger" zijn (hoewel de partners ook daar op zoek kunnen zijn naar "iets nieuws"), terwijl er in de homoheterorelatie altijd één wezenlijk verlangen onbevredigd blijft.

Dit verlangen zoekt zijn uitweg, hetzij in de praktijk (al of niet openlijk), hetzij via de fantasie. (Vooral) oudere homo-heteroparen die besluiten bij elkaar te blijven nadat ze de hele crisis hebben doorgemaakt zijn zich deze situatie zeer goed bewust. Hun keuze wordt mede ingegeven door hun gemeenschappelijke (en inmiddels lange) levensgeschiedenis. Ze zijn met elkaar vergroeid geraakt en respecteren elkaar. Ze hebben samen geschiedenis gemaakt en dat bindt. Soms zien ze op tegen een ander leven, misschien wel zonder nieuwe partner, eenvoudig omdat het niet zo makkelijk is om "zomaar" een andere partner te vinden. Ze weten dat een wezenlijk element in hun leven onbeantwoord blijft, maar kunnen daar mee omgaan of hebben een manier gevonden waarop ze hun gemis kunnen opvangen. Bij de meeste stellen is de seksuele identiteit echter het "heetste" hangijzer.

De meeste mannen en vrouwen die niet voor een dubbelleven kiezen komen op een gegeven moment voor de vraag te staan of hun man- of vrouwzijn in de bestaande relatie in voldoende mate tot zijn recht komt. Een vraag die heel moeilijk is te beantwoorden.

Kenmerkend voor de homo-heterorelatie is de dubbelheid van de situatie. Beide partners kunnen ervoor kiezen om intieme relaties aan te knopen met anderen buiten hun relatie.

Maar velen hebben daar moeite mee: het kost niet alleen tijd en energie (volle agenda's!), maar vaak is er ook een onvoldaan gevoel. Dit komt omdat de betrokkenen het gevoel hebben dat men aan beide partners niet voldoende aandacht besteedt en/of dat de betrokkenen niet voldoende "aan hun trekken" komen (vaak de klacht van de "derde partij" in de relatie). Als je bij de één bent, heb je het gevoel dat je eigenlijk bij de ander moet zijn en als je bij de ander bent wil je weer bij de één zijn.

Een gecompliceerde situatie. Het voelt nooit compleet. In een heterorelatie kun je een poging wagen aan een gevoel van onbehagen iets te doen, maar in de homo-heterorelatie blijven de partners het gevoel hebben dat ze iets bij elkaar missen. Dit gevoel wordt nog versterkt doordat beide partners (dikwijls geheel) onbewust uitgaan van een relatie die beschouwd wordt als een "relatietotaalpakket": de relatie voelt pas als compleet aan als alle drie de elementen: seks, kameraadschap en ruimte voor individuele ontwikkeling in min of meer gelijke mate in de relatie worden gerealiseerd.

Kennelijk moeten partners vaak eerst uit elkaar gaan en afstand nemen tot

elkaar om daarna weer gevoelens van vriendschap en kameraadschap te kunnen ervaren.

Harald (34) heeft een vaste vriend, hoewel hij getrouwd is. Hij kent hem nu een half jaar en hij is stapelverliefd op hem. Zijn vrouw is hiervan volledig op de hoogte en stemt er mee in dat hij om de veertien dagen een weekend bij zijn vriend is. Zelf heeft zij ook een vriend die ze eveneens om de twee weken ziet. En zo stemmen ze hun beide agenda's op elkaar af om ook regelmatig tijd voor elkaar te hebben. Dat kost veel energie, maar het gaat al een tijdje aardig goed.

De laatste weken echter begint Haralds vriend steeds meer moeite te krijgen met de beperkingen van zijn relatie met Harald. Hij wil meer, of liever gezegd: hij wil een volledige relatie met Harald, hij wil een "totaalpakket" en vindt dat Harald eigenlijk moet scheiden. Harald vindt dit vreselijk moeilijk, hij kan maar geen besluit nemen. Als hij bij zijn vrouw is mist hij zijn vriend en voelt hij zich schuldig dat hij daar niet vaker is. Maar als hij dan bij zijn vriend is, mist hij zijn vrouw weer en voelt hij zich ook niet tevreden. Hij kan voor zijn gevoel geen kant op en voelt zich met zijn rug tegen de muur staan. Scheiden wil hij niet, daarvoor voelt hij zich teveel verbonden met zijn vrouw.

Maar zonder vriend verder gaan lijkt hem ook vreselijk. Hij slaapt slecht en kan zich niet meer concentreren op zijn werk. Op een gegeven moment laat hij zijn vriend weten dat hij het contact toch wil verminderen, niet omdat hij dat zo graag wil, maar omdat hij geen andere uitweg ziet. Voor een scheiding van zijn vrouw voelt hij voornamelijk niets. Zijn vriend is boos en radeloos.

Zelf is Harald ook ten einde raad en gaat hij een paar dagen naar familie om bij te komen van alle spanningen. Hij weet niet hoe hij verder moet met zijn leven. Dagen achtereen heeft hij hoofdpijn en slaapt hij de halve dag. Hij heeft geen energie meer en is woedend op zichzelf, op het feit dat hij is zoals hij is.

"Waarom moet mij dit overkomen?", denkt hij. "Nu ben ik mijn vriend kwijt.

Maar als ik met hem doorga verlies ik mijn vrouw." De leuze: "Hoe meer zielen, hoe meer vreugd" maakt hem radeloos en woedend. Kennelijk is er in de praktijk van het leven maar plaats voor één liefde tegelijk. Daar moet je dan maar mee leren leven. En dat vindt Harald vreselijk onrechtvaardig.

4. Wat zoeken mannen en vrouwen bij elkaar?

Een man zoekt een vrouw. Een vrouw zoekt een man. Wat zoeken al die mannen en vrouwen bij elkaar? Seks? Gezelligheid? Zekerheid? Tederheid? Veiligheid? Communicatie? Om samen een gezin te vormen? Dat zijn moeilijke vragen waarop niet zomaar één antwoord te geven is. Mannen en vrouwen hebben er kennelijk veel voor over om zich, om welke reden dan ook, met elkaar te verbinden.

Allerlei moeilijkheden en frustraties in relaties tussen mannen en vrouwen heeft maar bij weinigen tot de conclusie geleid dat mensen bijvoorbeeld maar beter relaties met geslachtsgenoten kunnen aangaan. Zelfs veel mannen en vrouwen met een homo-heterorelatie doen hun uiterste best om hun relatie te bestendigen, totdat het echt niet meer gaat. Dat is uit het voorafgaande wel duidelijk geworden. De man-vrouwrelatie zit stevig in het zadel. Maar waarom? Eigenlijk een vreemde vraag als we om ons heen kijken. Maar mannen en

vrouwen met een homoheterorelatie kunnen om deze vraag niet heen. Zij moeten een antwoord zien te vinden, al was het alleen maar om hun eigen leven te kunnen "plaatsen", te begrijpen, te accepteren om vervolgens een keuze te maken voor de toekomst en duidelijk te krijgen wat je wèl bij elkaar kunt vinden en wat niet.

Ze zijn er door de nood toe gedwongen. En om dit antwoord te vinden moet je te rade gaan bij de maatschappelijke context van man-vrouwrelaties.

Daar is iedereen sterk door beïnvloed. Zodoende kun je zicht krijgen op je eigen leven. Je kunt een antwoord krijgen op de vraag in hoeverre je je hebt laten beïnvloeden door maatschappelijke conventies bij de keuze van je partner. Hierdoor wordt het makkelijker om meer en meer op zoek te gaan naar een persoonlijk antwoord op de vraag hoe het nu verder moet.

Mannen en vrouwen hebben elkaar in ieder geval nodig om kinderen te krijgen. Vrouwen kunnen, als zij kinderen willen, niet zonder het zaad van een man en mannen kunnen zonder vrouwen geen kinderen voortbrengen. Als je kinderen wilt moet je op een of andere manier een verhouding aangaan met het andere geslacht, ook al is het via kunstmatige inseminatie. Maar dat is dan eigenlijk ook alles. Voor het overige is niet vast te stellen dat mannen persé vrouwen nodig hebben en andersom. Veel meer dan de uitspraak: "Mensen hebben elkaar nu eenmaal nodig" valt niet te bedenken. Sommigen zeggen dat man en vrouw zo mooi voor elkaar geschapen zijn: alles "past zo mooi in elkaar". Toch gaat dat, biologisch gezien, niet helemaal op: zo zitten er in de mannenborst zitten geen kuiltjes voor vrouwenborsten.

Vanuit de biologische gesteldheid van het man- of vrouwzijn valt niet zo veel definitiefs af te leiden over de vraag of man en vrouw het beste bij elkaar passen. Met evenveel recht zou je kunnen zeggen dat mannen bij mannen horen en vrouwen bij vrouwen. Wèl lijkt de "scheikunde van het lichaam" mensen naar elkaar toe te drijven. De etholoog Jan van Hooff zegt bijvoorbeeld: "Wie wie kiest op de dansvloer is niet alleen afhankelijk van rationele overwegingen, mensen gaan ook af op hun gevoel. En je mag aannemen dat aan de snaren die dan geraakt worden, oeroude biologische wetmatigheden ten grondslag liggen die in de evolutie hun waarde hebben bewezen".

De seksuele aantrekkingskracht vormt vaak ook de basis, het beginpunt, van een manvrouw relatie. Over aantrekkingskracht hoef je niet na te denken, die is er gewoon. En die verdwijnt vaak ook weer na verloop van tijd. En dan? Als je de relatie wilt voortzetten dan komt het vooral aan op kameraadschap, solidariteit, communicatie en het eventueel delen van gevoelens en interesses. Dat alles bij elkaar zou je liefde kunnen noemen. Lager opgeleiden leggen daarbij het accent op gezin en solidariteit. Straver noemt dit: "Het coöperatieve solidariteitshuwelijk".

Hoger opgeleiden vinden vooral het uitwisselen van wederzijdse gevoelens heel belangrijk en kiezen daarmee voor een partnerschapsrelatie.

Zeker als de communicatie en de gevoelsuitwisseling centraal staan blijkt het niet eenvoudig te zijn om dan goed met elkaar om te blijven gaan.

Daar moet aan gewerkt worden, zeker nu de verwachtingen op dit vlak steeds hoger worden.

De relatie is zodoende een werkplaats geworden waarin deelnemers goed met

elkaar leren communiceren . De boeken over man-vrouw verhoudingen vliegen de (winkel)deur uit. Mannen en vrouwen lijken van verschillende planeten te komen getuige de titel van een populair boek van John Gray ("Mannen komen van Mars, Vrouwen komen van Venus", 1992) dat de man-vrouw relatie als onderwerp heeft.

Alle boeken op dit terrein vertellen ons dat mannen en vrouwen verschillend zijn, niet alleen biologisch, maar vooral ook psychologisch. Het mag weer worden gezegd, na een (korte) periode van de "mannen en vrouwen zijn eigenlijk allemaal gelijk aan elkaar ideologie". Zijn die verschillen dan zo interessant?

Maakt dat een relatie tussen man en vrouw zo spannend?

In veel boeken kunnen we lezen dat de communicatie tussen man en vrouw dikwijls niet eenvoudig is. Als je van verschillende "planeten" komt kost het veel moeite om elkaar te begrijpen. Je kunt je dan seksueel wel tot elkaar aangetrokken voelen, de psychologie wil ook wat, zo willen de auteurs ons doen geloven. En vervolgens krijgt de begerige lezer een aantal adviezen en oefeningen mee om de relatie te verbeteren. Als je oefent kun je elkaar beter begrijpen.

De behoefte aan een relatie met de andere sekse als zodanig wordt niet ter discussie gesteld. Nergens valt te lezen dat we het maar eens met een seksegenoot moeten proberen.

De man-vrouwrelatie heeft sterke papieren en de auteurs putten zich uit in verklaringen van het waarom: de man probeert bij een vrouw de intimiteit terug te vinden die hij als kind ooit bij zijn moeder vond. Of we lezen dat de vrouw in de man haar stoere beschermer zoekt die ze zo hard nodig heeft.

Vrouwen willen op middeleeuwse wijze vervoerd en ontvoerd worden, gevloerd door een storm van emoties, platgewalst door een prins, zo vertelt Griet Schrauen in haar boek "Spelen met passie" (1992). Dat past niet echt in het moderne scenario van de geëmancipeerde vrouw en leidt dan ook vaak tot een tegenstrijdig gevoel.

De man-vrouw verhouding is echter alom gewild en de meeste mensen kiezen ervoor, al of niet gedreven door seksuele aantrekkingskracht, maatschappelijke gewoonte of toeval. Er zijn mensen die erover willen lezen en nadenken. Al in 1983 schreef de Amerikaanse relatietherapeute Lilian Rubin een nog steeds actueel boek over de man-vrouw verhouding met als veelzeggende titel:

"Intieme vreemden". Mannen en vrouwen zijn eigenlijk, hoewel ze intiem zijn, vreemden voor elkaar: het viel haar op dat veel vrouwen met hun man willen praten over "gevoelens en zo", maar dat mannen dikwijls wanhopig reageren met: "Ik heb alles al gezegd, waarom wil je toch steeds praten?" Vervolgens geeft Rubin een uitgebreide (psychoanalytische) verklaring voor de oorzaken van de verschillende manieren die mannen en vrouwen hebben om met hun relatie om te gaan.

Hoe het ook zij, feit is dat veel vrouwen dikwijls een totaal andere gevoelswereld hebben dan mannen.

Dat kan voor velen juist heel aantrekkelijk zijn, maar voor anderen juist niet: "Ik wil geen relatie met een vrouw. Ik wil wel seks met haar, maar verder niet.

Waar moet je het in vredesnaam steeds met elkaar over hebben?" (man, begin 30). Een 40-jarige uitgeefster: "Ik wil pas met een man naar bed als ik een leuk gesprek met hem kan voeren.

Maar jammer genoeg hebben veel mannen geen tekst. Dodelijk saai. Dus blijf ik alleen." Dikwijls is er wèl seksuele aantrekkingskracht die dan aanleiding kan zijn tot een beginnende relatie, maar vervolgens blijkt de belevingswereld van beide partners te verschillend te zijn. Soms ook komt de relatie min of meer toevallig tot stand. Een 25- jarige elektromonteur zegt hierover: "Ik heb haar leren kennen in een disco, waar ik met jongens uit mijn straat naar toe ging. Ik was toen net 17 en begon zo'n beetje los te komen van mijn ouders. Die avond een beetje met haar gepraat en haar de volgende dag van het werk gehaald. Het is gelijk aangebleven. Ik weet eigenlijk niet waarom ik met haar begon. Eerst hoefde het eigenlijk ook niet zo van mij, maar je danst samen en zij kon wel goed met mij praten. Het is gewoon gegroeid. Maar om nou te zeggen: we waren gelijk gek op elkaar, nou nee. Zijn vrouw, ook 25: "Ja, waarom, ik zou het niet weten. Ik vond zijn bruine ogen wel leuk. En iedereen in mijn omgeving ging zich verlossen. Verder weet ik het ook niet".

Deze elektromonteur en zijn vrouw komen niet uit de hogere klassen waarin de relatie beleefd wordt als een onderneming waaraan gewerkt moet worden. Zij zijn niet gericht op het voortdurend uitwisselen van wederzijdse gevoelens en zoeken niet naar individuele ontplooiing, maar willen hoogstwaarschijnlijk een gezin stichten.

In de midden-en hogere klassen komt er tegenwoordig "een heleboel psychologie" bij een relatie kijken. Dat is een westerse gedachte: het gelijkwaardig met elkaar omgaan en met elkaar praten is lang niet overal gemeengoed. Vooral economische factoren spelen hierin mee: als beide partners een baan buitenshuis hebben of als er bijvoorbeeld uitkeringen zijn om een zelfstandig leven te leiden neemt het gevoel van gelijkwaardigheid en het gevoel van autonomie sterk toe. Dat heeft ook gevolgen voor de manier waarop mensen een relatie vorm geven en beleven.

In Zuid-Europa zien we in dit opzicht al grote verschillen met het (blanke) West-Europese en Amerikaanse model: mannen doen in Zuid-Europa veel meer met elkáár (politiek bedrijven, vrijetijdsbesteding etc.) dan met vrouwen. Omgekeerd zijn veel vrouwen dikwijls ook veel intiemer met andere vrouwen dan met mannen.

In de Arabische wereld wordt de gescheidenheid van mannen-en vrouwenwereld nog veel opvallender. Veel samenlevingen zijn "homosociaal": mannen verkeren onderling meer met elkáár dan met vrouwen. Ditzelfde geldt dan uiteraard ook voor vrouwen onderling.

In Nederland (en in de andere Westerse landen) lopen man en vrouw niet alleen gearmd met elkaar over straat omdat ze samen een gezin vormen, maar óók omdat ze gelijkwaardig met elkaar om (willen) gaan en dus elkaars vrienden, kameraden, maatjes zijn. Het gaat om uitwisseling van gevoelens. Dit wil niet persé zeggen dat zij dit laatste ook kunnen of willen. Maar deze moderne opvatting lijkt wel steeds algemener te worden, zoals bijvoorbeeld ook blijkt uit de aanhoudende stroom artikelen in (vooral) populaire bladen over relaties en het verhogen van de kwaliteit ervan. Ook al ben je aan elkaar blijven "hangen", of dacht je door je verliefdheid aan een enkel woord genoeg te kunnen hebben: steeds meer vrouwen (en ook mannen) willen, behalve opwindende seks, óók gevoelens en ervaringen met elkaar delen en bespreken. De verwachtingen en wensen op beide terreinen, de seksualiteit en de socialiteit, zijn hoger gespannen dan ooit.

Er is alleen vaak wel een kloof tussen ideaal en werkelijkheid. Er heerst in onze samenleving niet alleen een hoge werkdruk, maar er is ook veel relatiestress. Man en vrouw moeten zich in een relatie zowel seksueel als geestelijk ten volle kunnen ontplooien. Ze moeten met elkaar kunnen vrijen en op de hoogte zijn van elkaars wederzijdse gevoelens. Deze gevoelens moeten regelmatig "doorgenomen" worden. Beide partners moeten interessant voor elkaar zijn en het liefst ook gemeenschappelijke interesses hebben.

Bovendien moeten ze samen voor het huishouden en de kinderen zorgen. Er moet ook voldoende ruimte zijn voor individuele ontplooiing buiten de eigen partner om. Ga daar op een drukke zaterdagmiddag maar eens even aanstaan. Een partnerschapsrelatie is bepaald niet eenvoudig, zeker niet als je dat wil combineren met een interessante, opwindende carrière. Vooral voor jonge vrouwen lijkt dit een moeilijke opgave te zijn: "Een groot gedeelte van mijn patiënten bestaat uit vrouwen tussen de 30 en de 35 jaar die vol stress zitten en allerlei lichamelijke klachten hebben.

Ze stellen enorm hoge eisen, zowel aan hun relatie als aan hun carrière, en kunnen er eigenlijk niet tegenop." (fysiotherapeut in Amsterdam over zijn patiëntenbestand).

Hoge eisen en verlangens vormen dikwijls een groot contrast met de alledaagse werkelijkheid. In dit verband zijn de vele soft-seksprogramma's die de commerciële omroepen laat op de avond op de televisie uitzenden een opvallend verschijnsel. Zoiets zou tien, vijftien jaar geleden bijna ondenkbaar zijn geweest. Vaak wordt de toename van dit soort televisieprogramma's verklaard vanuit de toegenomen tolerantie en vrijheid op seksueel terrein. Dit is maar een gedeeltelijke verklaring. Deze programma's kunnen inderdaad zonder meer worden uitgezonden, niemand zal ze verbieden. Maar de meeste mensen zullen de vertoonde erotiek waarschijnlijk zelf niet in de praktijk brengen. Ze durven hun verlangens niet aan hun partner kenbaar te maken, omdat ze bang zijn dat hun partner het gek zal vinden.

Communiceren over seks en seksuele verlangens is niet eenvoudig, er ligt vaak nog een taboe op. De erotische tv-programma's vormen dan een uitlaatklep voor niet vervulde fantasieën, voornamelijk voor mannen. Wat in de praktijk in eigen relatie vaak niet mogelijk (meer) is of nooit was kan nu in alle vrijheid worden bekeken en via de fantasie uitgeleefd worden. De fixatie op zo veel openlijk bloot vormt een schril contrast met de alledaagse werkelijkheid waar de kijkers vaak mee te maken hebben. De (soft)porno is daarmee de kasteelroman van deze tijd geworden. Je kunt je even verplaatsen in een andere wereld. Het ideaal, de moderne, romantische relatie (waar spannende seks een onderdeel van is) is vaak meer ideaal dan werkelijkheid.

5. Steeds meer romantiek

Binnen veel hedendaagse relaties wordt een modern soort liefdesideaal nagestreefd. Je zou kunnen zeggen: het wordt steeds romantischer in het "nuchtere" Nederland. In een wereld waarin de techniek en de rationaliteit het voor het zeggen hebben is er grote behoefte aan romantiek. De media publiceren veelvuldig over de grote populariteit van de bloeiende, romantische liefde, met name onder jongeren. In jongerenenquêtes staat een gelukkig gezin boven aan het verlanglijstje. Het utopisme (zo kenmerkend voor de zestiger

jaren: we gaan de wereld verbeteren) is niet verdwenen, maar verschoven naar het persoonlijke vlak. Geen politieke strijd, maar een allesbevredigende relatie. Relaties zijn nu bij uitstek het terrein waarin mensen zichzelf kunnen leren kennen, hun eigen identiteit kunnen ontwikkelen.

Relaties worden nu hoe langer hoe meer “emotierelaties”: partners willen eigenlijk het liefst continu verliefd op elkaar zijn. Bijna alle grote bioscoopfilms gaan over romantische liefde.

Talloos zijn de romans die over de prins of de prinses op het witte paard zijn geschreven. De soapseries op de televisie behoren al jarenlang tot de best bekeken programma's. Hun populariteit is wel eens verklaard vanuit een diep aanwezige behoefte bij de kijker om zich bezig te houden met relaties en romantiek via al of niet werkelijk bestaande mensen om hem heen. De moderne mens loopt niet meer warm voor de grote verhalen van het christendom of het communisme, waarin ons een beter leven wordt beloofd, al of niet op deze aarde, maar laat zich leiden door een grote behoefte aan persoonlijk geluk in het hier en nu.

De moderne mens wil nu gelukkig zijn, nu een bevredigende relatie hebben. Straks is het leven voorbij en je weet niet zeker of er daarna nog wat moois komt. De soap vervult daarbij een grote behoefte: ook de figuren uit het verhaal houden zich op met al of niet vervuld liefdesverlangen in hun eigen leven. De kijker kan zich met hen naar hartenlust identificeren.

Het wordt niet echt steeds romantischer om ons heen, maar het romantisch verlangen in onszelf wordt steeds sterker. We zoeken een relatie die zo lang mogelijk duurt en die ons gelukkig maakt. Er is echter één belangrijk verschil met vroeger: lang betekent nu niet meer levenslang, maar zo lang mogelijk. Seriële monogamie is in: veel mensen hebben in hun leven verschillende partners achter elkaar, met daar tussenin periodes van alleen-zijn.

Dat betekent dat relaties worden verbroken als ze niet meer voldoen aan het ideaal. En waar onze ouders hun leven lang met elkaar getrouwd bleven, ook al hadden ze elkaar niets meer te melden of leefden ze als kat en hond samen, zoeken wij verder naar een betere relatie, een relatie die meer aan onze idealen voldoet, ondanks de inspanning en het verdriet waarmee deze zoektocht vaak gepaard gaat.

En daarmee staan de huidige man-vrouwrelaties in de lijn van de grote verschuiving die al in de loop van de 19e eeuw op gang is gekomen: relaties worden niet meer aangegaan om economische stabiliteit te bieden of om een gezin te stichten, althans niet meer in de eerste plaats, maar zijn gebaseerd op de behoefte aan wederzijds doorleefde seksualiteit en emotionaliteit. “Moderne romantiek” staat op de eerste plaats.

6. Help, ik wil samen alleen zijn!

Dit romantische verlangen heeft een eigentijds jasje aangekregen. Eigentijds is dan: het binnen één relatie willen combineren van enerzijds het verlangen om samen te zijn, zich samen te ontwikkelen, met anderzijds de behoefte aan individuele ontplooiing. Samen goede gesprekken voeren, gevoelens delen en ervaringen uitwisselen, je op elkaar afstemmen en de zorgtaken gelijkelijk willen verdelen aan de ene kant en alle ruimte willen hebben voor een eigen, persoonlijke ontwikkeling aan de andere kant. Dat is een strakke jas waar veel

in moet. Een dergelijke instelling kost veel tijd en energie. Beide partners moeten, tenminste als zij hun relatie willen voortzetten, voortdurend met elkaar in gesprek blijven over wat die persoonlijke, afzonderlijke ontwikkeling dan eigenlijk inhoudt en tot hoever deze zich uitstrekt. Daarbij gaan partners vaak uit elkaar, omdat één van beiden (of allebei) voor méér persoonlijke ontwikkeling kiest (kiezen). Maar deze tijd is óók van de gedachte vervuld dat het “leven relatie is”. Het verlangen naar romantiek hangt overal in de lucht en dus zullen partners die een relatie hebben verbroken na verloop van tijd weer een nieuwe relatie willen aangaan. Opnieuw moet je dan een oplossing vinden voor dezelfde vraag: hoe kan ik samen alleen zijn? Hoe kan ik in een relatie mijn individualiteit ontwikkelen? Een misverstand daarbij is dat individuele ontwikkeling iets is dat je altijd alleen doet.

Een relatie (in welke vorm ook) kan echter juist bijdragen aan de individuele ontwikkeling van beide partners. In je eentje leer je niet zoveel over jezelf, wèl als je met anderen in contact treedt. Je kunt via de ander veel leren over wie jezelf bent.

De meeste mensen verstaan onder “de ander”, of “de anderen”: de partner met wie je een intieme relatie hebt. De intieme relatie komt zodoende onder zware druk te staan. De relatie wordt namelijk nu HET middel bij uitstek om jezelf te leren kennen, jezelf te ontplooien. En dat laatste is in onze cultuur heel erg belangrijk. Hierbij staat de individuele mens en zijn mogelijkheden centraal. Je kunt je eigen levensplan realiseren. En als je je best doet krijg je dat ook voor elkaar. Een optimistisch mensbeeld dat doet denken aan het principe van de (Amerikaanse) krantenjongen die miljonair wordt.

Het gaat om de vrije keus, om een maakbare wereld, óók in relaties. Dat is niet universeel, maar typisch het denken van de blanke (Westerse) middenklasse. De gedachte dat we zelf onze relaties kiezen en dat we onze relaties stoppen als deze ons niet meer bevallen, als we er niet meer mee om kunnen aan is in de wereld niet vanzelfsprekend. In veel culturen zijn relaties niet vrij en moet je trouwen met degene die voor jou is uitgekozen. Ook moet je doen wat je vader deed, moet je worden wie je vader of moeder is: “Mijn ouders vragen mij iedere keer wanneer ik nou eens ga trouwen.

Ze willen namelijk dat ik over een paar jaar hun zaak overneem. En dan moet ik óók getrouwd zijn.” (homoseksuele man, 31 jaar, Japan). Onze Westerse relaties zijn op “contractbasis” gesloten. Bevalt de relatie niet meer dan stoppen we er mee, hoe verdrietig ook. Dat geeft een groot gevoel van vrijheid. Maar aan de andere kant is er voortdurend de grote zoektocht naar de prins of prinses op het witte paard die je niet gauw tegen zult komen. En die prins of prinses is zelf óók, in alle vrijheid die de westerse cultuur eigen is, op zoek naar een prins of prinses bij wie je èn helemaal jezelf kunt zijn èn met wie je tegelijkertijd heel romantisch samen kunt versmelten. Een wonder dat ze elkaar ooit tegen komen!

Terug naar de homo-heterorelatie. De homo-heterorelatie is in eerste instantie een “gewone” man-vrouwrelatie die onder invloed staat van bovengenoemde ontwikkelingen.

Ook al zullen velen de relatie begonnen zijn om bijvoorbeeld een gezin te stichten, tòch zullen velen (vooral in de loop van hun relatie) ook relatieaspecten willen inbrengen die de sporen vertonen van deze tijd. Beide partners zoeken, al of niet bewust, de “moderne romantiek”: “samen alleen

willen zijn". Beiden krijgen, vooral als de situatie eenmaal duidelijk is, te maken met de vraag van de individuele ontplooiing binnen de bestaande relatie en zullen tot de ontdekking komen dat dit een boel spanningen oplevert en zich slecht verdraagt met het ideaal van samenzijn en je "aan elkaar ontwikkelen". Als beiden het proces willen aangaan, onder ogen willen zien wat er werkelijk aan de hand is en een oplossing willen zoeken voor hun problemen zal er wèl degelijk sprake zijn van een mogelijkheid tot individuele ontwikkeling (je leert er heel veel van, je leert omgaan met een crisis, het biedt mogelijkheden tot emancipatie), maar de spanning zal groot zijn. Veel partners kunnen daar niet tegen en kunnen hun crisis alleen maar de baas door uiteindelijk uit elkaar te gaan. Immers: de individuele ontwikkeling kan nu maar gedeeltelijk binnen de relatie zelf worden bevredigd. De blik is óók altijd naar buiten gericht, ook al is het alleen maar in gedachten. Dat zou geen enkel probleem zijn als het andere aspect van de moderne eigentijdse, romantische relatie niet even belangrijk was: samen zullen we alles eerlijk delen.

Eén prins(es) zoekt één prins met wie zoveel mogelijk gevoelens en ervaringen worden gedeeld. Als een belangrijke ander buiten de relatie de plaats gaat innemen van de partner, ook al is het maar gedeeltelijk, dan is het gevoel van wij samen weg, alle experimenten met partnerruil in de zestiger en zeventiger jaren ten spijt. Vooral de seksualiteit speelt daarbij een belangrijke rol. Vrijen met een ander, buiten de relatie, dat doe je niet. Dan is er iets goed mis met je relatie, zo is de gangbare mening.

Flexibiliteit is wèl een begrip voor de arbeidsmarkt, maar niet voor seksualiteit en intimiteit. We maken een verschil tussen vrijen met iemand buiten de relatie en urenlang praten met diezelfde persoon. Dat, bezien vanuit het gezichtspunt van wij samen, ook geestelijk contact met iemand buiten de eigen relatie een hele grote plaats in kan nemen wordt vaak vergeten.

Hoeveel (vooral) mannen zijn er niet getrouwd met hun werk?

Dat zijn ook buitenechtelijke relaties die een bedreiging kunnen vormen voor de relatie, voor het wij-samengevoel.

Hoeveel vrouwen praten niet urenlang met hun vriendinnen, hoewel ze dit ook wel met hun man willen?

Dat alles maakt de homo-heterorelatie, juist vanwege het "ik wil samen alleen zijn", zo moeizaam. En ook al gaan de partners nog zo goed met elkaar om, het idee van de onvolmaaktheid, het gevoel niet te voldoen aan de norm van de romantische liefdesrelatie, is onontkoombaar. Het doet pijn, want niemand had dit van te voren allemaal bedacht.

7. Persoonlijke gevoelens bepalen de partnerkeuze

Tot ongeveer 1750 werd de partnerkeuze heel anders geregeld dan nu het geval is. De traditionele partnerkeuze lijkt meer op een sollicitatieprocedure. Voor beide partners geldt dat het van het grootste belang is de juiste persoon op de juiste plaats te krijgen, dat emoties geen al te grote rol horen te spelen, dat het goed is om derden in de keuze te laten bemiddelen en dat de seksuele oriëntatie van de kandidaten er niet toe doet. Een vorm die we ook vandaag de dag bij veel niet-Westerse culturen zien.

Toen, omstreeks 1750, werd in onze burgerlijke samenleving het geheel nieuwe idee van het huwelijk op basis van persoonlijke partnerkeuze geboren.

Werden seksuele hartstocht en diepere gevoelens tot dan toe meestal in de buitenechtelijke liefde beleefd, nu kreeg de passie een plaats binnen het huwelijk. Aan het eind van die eeuw wordt dan deze kijk op de partnerkeuze alom populair. De huwelijkskeuze wordt meer en meer op grond van je persoonlijke en allerdiepste gevoelens gedaan. En zo ontstaat het idee van het huwelijk uit liefde. Twee generaties later is deze nieuwe huwelijksbasis in de burgerlijke samenleving sterk in opkomst. In 1870 is deze vorm behoorlijk ingeburgerd en dan gebeurt er iets wat niemand had voorzien: er duiken mensen op die weliswaar beschikken over het vermogen om lief te hebben, die volgens de nieuwe maatschappelijke norm een "diep-gevoelsmatige" band met een ander mens kunnen aangaan, maar niet met iemand van het andere geslacht. Deze mensen zijn als het ware blijven steken in het nieuwe filter van de seksuele identiteit die de samenleving heeft ontwikkeld. Want je ging nu een relatie aan op grond van je diepste gevoelens, je seksuele geaardheid. En pas dan blijkt dat er mensen zijn die hun geaardheid niet kunnen combineren met het dwingende man-vrouw schema. Er is een "abnormale" categorie geboren, de categorie met een homoseksuele geaardheid. Natuurlijk bestonden diezelfde mensen ook vóór 1750.

Toen werden ze echter niet ingedeeld op grond van geaardheid (nooit van gehoord), maar werd er alleen gesproken over (homoseksuele) handelingen, sodomie, waarvoor je trouwens ter dood veroordeeld kon worden.

De handelingen werden niet gekoppeld aan het "anders-zijn", aan een andere seksuele identiteit, maar werden gewoon door bepaalde mensen gepleegd. Seks is zodoende iets wat je doet en heeft dan niets te maken met wie je bent. Met de homoseksuele identiteit wordt uiteraard ook de heteroseksuele identiteit geboren, hoewel daarover eigenlijk niet gesproken hoeft te worden, zolang je niet over homoseksualiteit hoeft na te denken en er niet uitdrukkelijk mee wordt geconfronteerd.

Niemand zal zichzelf als heteroseksueel benoemen; dit gebeurt alleen in een gesprek waarbij ook homoseksualiteit wordt benoemd.

Pas dan hoef je onderscheid te maken, al was het alleen maar om aan te geven dat jij niet "zó" (d.w.z. homoseksueel) bent.

En als je een "dubbele" geaardheid hebt, dat wil zeggen als je merkt dat je diepste gevoelens naar beide geslachten kunnen uitgaan, dan is er nog een extra categorie: die van biseksualiteit.

Na talloze jaren van traditionele partnerkeuze zijn we dus beland in een relatievorm die gebaseerd is op iemands seksuele oriëntatie, daarna meestal seksuele identiteit genoemd.

Zoals in de inleiding al is vermeld beïnvloedt het woord identiteit de totale persoonlijkheid, de totale manier van leven, de eigen bij die identiteit passende leefstijl die behoorlijk stabiel lijkt te zijn. Dat is heel wat meer dan dat de betrokkenen alleen (homo- of heteroseksuele) handelingen verrichten. Gedrag kun je veranderen, maar je identiteit gaat blijkbaar "langer mee". De identiteit heeft gevolgen voor de relatiekeuze. Hierdoor zijn we geobsedeerd geraakt door de liefde in de zin van een diep-gevoelsmatige betrokkenheid bij één ander mens. Deze diep-gevoelsmatige betrokkenheid bij één ander mens is geformaliseerd in de huwelijkswetgeving die nu ook bereikbaar is geworden voor homo's en lesbiennes. De nadruk op homoseksuele identiteit heeft een enorm emanciperende werking gehad, zeker de laatste tientallen jaren. Maar

de diep-gevoelsmatige betrokkenheid bij één ander mens heeft ook schaduwzijden.

Zo is de vaste heterorelatie, gebaseerd op die diepe gevoelsmatige betrokkenheid op één geliefde ander, een matig succes: één derde van de huwelijken eindigt in echtscheiding. Samenwoners pakken hun koffers nog vaker.

Een diep-gevoelsmatige betrokkenheid bij één ander mens is kennelijk nog niet zo eenvoudig te bereiken. Maar we zoeken gewoon door, de diep-gevoelsmatige betrokkenheid bij die ene ander blijft onveranderlijk het hoogst bereikbare ideaal van de meeste mensen.

Daarnaast is de grote nadruk op seksuele identiteit als basis voor een relatie voor de homoheterorelatie een regelrechte ramp: relaties met vaak veel vriendschap en verbondenheid komen nu op losse schroeven te staan omdat de seksuele identiteit in het geding is. Deze zorgt er voor de betrokkenen voor dat ze een moeilijke tijd tegemoet gaan.

De homoseksuele partner komt in een identiteitscrisis: hij/zij heeft een relatie die niet bij zijn/haar seksuele identiteit past. En dat hoort nu wèl zo te zijn. Er is voortdurend het gevoel dat er "iets niet klopt", ook al is er nog zo'n goed contact en is er een grote mate van betrokkenheid op elkaar. Velen lossen dit op door losse contacten buiten de bestaande relatie aan te gaan en alleen homoseksuele handelingen te verrichten, eigenlijk volgens het model van vóór 1750. Vaak verzwijgen de betrokkenen dit omdat ze donders goed weten dat hun gedrag enorme consequenties kan hebben voor hun bestaande relatie. Daarom ook willen velen zichzelf niet homoseksueel noemen.

Zij weten, al of niet bewust, dat de bestaande relatie (die ze graag willen handhaven) onder zware spanningen kan komen te staan als ze zichzelf homoseksueel noemen. Dat is psychisch een te zware last. Een uitspraak als: "Ik doe wel eens iets homoseksueels" klinkt nu eenmaal luchtiger dan "Ik heb een homoseksuele identiteit". Toch blijft de schoen wringen, omdat iedereen van jongs af aan met het gangbare relatieconcept is grootgebracht.

En ook al vertoon je alleen maar homoseksueel gedrag (je ontkent dat je het bent), toch voelen velen dat ze niet voldoen aan het ideaal van het "relatietotaalpakket." Het lijkt in onze genen te zitten op zoek te willen gaan naar de ware Jacob(a), hoewel het gangbare model waarin de romantische liefde, gekoppeld aan het burgerlijke huwelijk, nog maar ongeveer 250 jaar oud is. Romantische liefde in de zin van het "samen willen versmelten" heeft altijd al wel bestaan, maar de koppeling hiervan aan een officiële, burgerlijke status is vrij nieuw.

Het model van vóór 1750 zien we trouwens overal om ons heen, in andere culturen buiten, maar ook binnen Nederland. Zo kunnen bijvoorbeeld Marokkaanse en Turkse mannen (en in mindere mate vrouwen) ongestoord homoseksuele handelingen verrichten, zolang er maar niet over wordt gesproken en zolang zij zichzelf maar niet homoseksueel noemen en een homoseksuele identiteit aannemen. Want dan komt homoseksualiteit teveel op één lijn te staan met het heteroseksuele huwelijk. En dat is bedreigend: het aannemen van een seksuele identiteit heeft namelijk serieuze gevolgen voor je leefstijl en dus voor je relaties en huwelijkskeuze.

Door het contact met de Westerse cultuur komen Turkse en Marokkaanse (en

andere allochtone) homoseksuele jongeren dan ook in de grootst mogelijke problemen. Zij kunnen binnen hun eigen milieu niet openlijk een homoseksuele identiteit aannemen. Velen van hen trouwen en koesteren in het geheim hun homoseksuele handelingen: "Ik ben een goede echtgenoot. Ik vervul al mijn plichten. Ik houd wel van haar, ze is als een zuster. Als ze zou weten dat ik mijn seksuele bevrediging buiten de deur zoek, zou ze er last van hebben. Nu niet. Ik ben toch een goede echtgenoot? Soms, als ik verliefd word, worstel ik wel met alles. Maar het kan in mijn situatie gewoon niet." (Algerijnse bezoeker Arabische avond, COC-Amsterdam). De grote nadruk die in de westerse cultuur gelegd wordt op het uitkomen voor je homoseksuele identiteit is daarbij een groot probleem en wordt door allochtonen soms als arrogant ervaren. Hulpverleners moeten in dit geval hun roze, Westerse bril kunnen afzetten en niet alleen maar hameren op hun "coming out", zonder dat zij zich realiseren wat de gevolgen daarvan kunnen zijn voor de relatie die de betrokkene heeft met zijn/haar familie. Westerse hulpverleners kunnen zich ook laten inspireren door een allochtone visie op seks en identiteit en zodoende hun eigen manier van kijken nuanceren. Deze houding is trouwens ook van belang bij het begrijpen van de vele Nederlandse homoseksuelen die net als veel allochtonen kiezen voor (verborgen gehouden) homoseksueel gedrag en ontkennen dat ze homoseksueel zijn.

8. De homo-heterorelatie gevangen in het ideaal van het "relatietotaalpakket."

In de praktijk is de officiële relatie dus lang niet bij iedereen gekoppeld aan de werkelijke (homoseksuele) voorkeur. Dat neemt niet weg dat het Westerse ideaal hier wel van uitgaat.

En dat veroorzaakt vaak schuldgevoel bij mannen en vrouwen in een homo-heterorelatie.

Niet alleen bij degenen die zichzelf openlijk een homoseksuele identiteit aanmeten, maar ook bij de vele mannen en vrouwen die niet zover willen gaan en het vooralsnog houden op homoseksuele handelingen die ze meesal uitvoeren terwijl hun partner er niets van weet. De eersten voelen zich vaak schuldig omdat ze niet voldoen aan het plaatje van de ideale relatie, het "relatietotaalpakket", de tweede groep omdat ze meestal wel beseffen dat ze voor hun partner bovendien óók nog iets essentieels van zichzelf verzwijgen. Want bij het ideaalplaatje van het "relatietotaalpakket" wordt onder communicatie en onder het delen van wederzijdse gevoelens zeker óók verstaan: "eerlijk zijn en je diepste gevoelens aan elkaar vertellen". En daar horen seksuele gevoelens zéker óók bij. Je relatie is tenslotte (al of niet bewust) gebaseerd op een gemeenschappelijk gedeelde seksuele identiteit; zo is de aanname.

Relaties op basis van liefde en seksuele identiteit waarin de beide partners zich tegelijkertijd én samen én individueel willen ontplooiën hebben schaduwzijden waarover nog te weinig kritisch wordt nagedacht. Het relatie-eisenpakket is behoorlijk opgeschroefd. Daardoor is het ideaal vaak te mooi om waar te zijn. En idealen willen gekoesterd worden. De realiteit van veel relaties halen ons echter uit de droom. En de crisis binnen homo-heterorelaties, gevolg van zowel maatschappelijke onderdrukking van homoseksuele gevoelens als van

overwaardering van een relatievorm die gebaseerd is op “modern romantisch” liefdesverlangen, is daarvan een sprekend voorbeeld, hoewel er in veel gevallen over de problemen wordt gezwegen.

Discussievragen Hoofdstuk 2

1. Welke plaats nemen seksualiteit en vriendschap in binnen uw relatie?
2. Hoe ervaart u het verschil tussen een homoseksuele en een heteroseksuele relatie?
3. Welke verwachtingen hebt u ten aanzien van een partner?
4. Wat verstaat u onder “romantiek binnen de relatie?”
5. In hoeverre is er binnen uw relatie ruimte voor individuele ontwikkeling?



HOOFDSTUK III. KINDEREN: “HO” OF “HE” GEEN PUNT, MAAR SCHEIDEN WÈL.

In de partnerschapsrelatie, ook wel onderhandelingsrelatie genoemd, overleggen beide partners niet alleen over hun gevoelens en over wat er in hen omgaat, maar onderhandelen ze ook over het krijgen van kinderen. Kinderen komen meestal niet meer “zomaar”, maar worden gepland. Al eerder werd gesignaleerd dat dit dikwijls een ingewikkelde zaak is, want binnen de partnerschapsrelatie lijken de prioriteiten te zijn verschoven: het stichten van een gezin (en dus: het krijgen van kinderen) staat veelal niet meer bovenaan het verlanglijstje en moet op zijn minst concurreren met doelen als: communicatie en carrière.

De relatie tussen de partners zelf en de daaraan gekoppelde behoefte aan zelfontplooiing zijn dikwijls belangrijker. Kinderen blijven wel een belangrijk thema, maar vaak wordt besloten om met “kinderen nog even te wachten”.

Eerst moet er carrière gemaakt worden en moeten de beide partners gelukkig met elkaar zijn, dat wil zeggen: moeten zij goed met elkaar communiceren. Pas dan is het kind welkom en is er, zo vinden moderne ouders, een gezonde situatie geschapen om een kind te krijgen. Er moet tussen de partners vaak stevig over de prioriteiten worden onderhandeld. Niettemin komen er in veel gevallen wèl kinderen. Want ook kinderen maken deel uit van het “relatietotaalpakket”.

De kinderwens is bij veel mensen een onomstotelijk gegeven. Kinderen worden door veel mensen nog altijd beschouwd als de “bekroning van hun relatie”. Zij zijn niet meer een economische investering (ze kunnen je verzorgen op je oude dag), maar een emotionele. Ze vertegenwoordigen voor veel ouders de emotie, de trots en de hoop voor de toekomst. In het onderhandelingsmodel is er ook een “onderhandelingshuishouden”: d.w.z.: je gaat zo gelijkwaardig mogelijk met je kinderen om, je praat met ze. Ze zijn volwaardig deel van het moderne gezin. Maar wat moet je doen als je in de moeilijkheden terecht bent gekomen? Moet je kinderen op de hoogte brengen van de problemen die een homo-heterorelatie meestal met zich meebrengt?

Kinderen, ook hele jonge, voelen heel scherp aan dat hun ouders problemen hebben, ook al weten ze dan niet waar die problemen precies over gaan. Soms verwijten kinderen hun ouders dat ze daarover zo lang hebben gezwegen. Waarom vertellen ze gewoon niet waar de moeilijkheden over gaan? En dat vader of moeder homo/lesbisch is?

Vooraf jonge kinderen maken daar niet zo'n punt van. Scheiden vinden ze erger. Wat doet dit gegeven met kinderen? Gaan ze anders over relaties denken? Gaan ze meer over hun eigen seksualiteit nadenken? En hoe verloopt de relatie met hun ouders?

Worden ze kritischer dan andere kinderen? Of is de leeftijdsgroep waar ze bijhoren veel belangrijker en denken ze net als alle anderen?

Acceptatie door leeftijdgenoten is immers heel erg belangrijk.

En bij veel jongeren is homoseksualiteit niet gewoon, ondanks alle TV-programma's hierover.

Het blijkt dat jongeren heel verschillend omgaan met de homoseksualiteit van één van hun ouders. Sommigen zetten zich erg tegen hun thuissituatie af, anderen worden ware strijders voor vrije (homo)seksualiteit.

1. De kinderwens.

Het is belangrijk zich te realiseren dat de heteroseksuele relatie meestal direct in verband gebracht wordt met het krijgen en hebben van kinderen. Ook een homo-heterorelatie die er voor buitenstaanders “puur hetero” uitziet (en biologisch gesproken ook “puur hetero” is) wordt direct geassocieerd met het thema kinderen. De eerste vraag die buitenstaanders meestal ook aan homo-heteroparen stellen als zij over hun situatie horen is: “Hebben jullie kinderen?” Vaak worden kinderen in een homo-heterorelatie gezien als een factor die de moeilijkheden alleen nog maar groter maken.

Als mensen met een homo-heterorelatie aan buitenstaanders over hun situatie vertellen zijn de reacties die ze op hun openheid krijgen redelijk voorspelbaar: “Het lijkt me voor jullie heel erg moeilijk, zeker omdat er ook kinderen in het

spel zijn". Homo-heterostellen die geen kinderen hebben krijgen heel vaak te horen: "Het is maar goed dat jullie geen kinderen hebben, dat zou de zaak alleen nog maar moeilijker maken". Achter deze opmerkingen zit een wereld aan opvattingen over relaties en kinderen.

Bij de vraag "Hebben jullie ook kinderen?" wordt duidelijk dat heteroseksuele relaties meestal direct in verband gebracht worden met het hebben van kinderen.

Veel heterostellen die bewust geen kinderen willen vinden dit vaak een pijnlijke vraag, omdat zij voelen dat ze daarmee eigenlijk ter verantwoording worden geroepen en hun relatie eigenlijk niet compleet zou zijn, ja zelfs gebaseerd zou zijn op egoïsme: "Als mensen ons vragen waarom wij geen kinderen hebben zeggen wij altijd dat we geen kinderen KUNNEN krijgen. Dan ben je zielig en krijg je alle begrip. Als je zegt dat je er geen behoefte aan hebt vinden ze je een stel egoïsten." (heterostel, dertigers, in antwoord op de vraag naar het ouderschap).

Kinderen worden vaak pas na "stevig onderhandelen" over taakverdeling van de partners worden geboren. Dat kan een aantal jaren duren, maar meestal komen ze dan toch. Kinderen staan in de relatie dan wel niet direct op de eerste plaats, maar zijn wel een heel belangrijk "discussiepunt" tussen de partners. Ze zijn vaak een bekroning van de relatie, nadat de partners het over een heleboel andere zaken met elkaar eens zijn geworden. Een houding die past bij de partnerschapsrelatie, waarbij de partners steeds met elkaar overleggen over elkaars individuele wensen en behoeften. En als de kinderen er eenmaal zijn behoren ze worden gekoesterd en geknuffeld, want onze kinderen zijn tenslotte allemaal "liefdesbabies". Kinderen behoren vandaag de dag gewenst te zijn.

Kinderen zijn het product van een weloverwogen keuze waarover lang is nagedacht. Een boektitel als "Meer dan gewenst", over lesbisch en homoseksueel ouderschap, (Gort, Warmerdam, 1998) is daarbij veelzeggend. Uiteraard moeten homoseksuele en lesbische stellen veel meer nadenken over hun ouderschap dan gewone hetero-ouders, al was het alleen maar vanwege de constructie die ze moeten bedenken om kinderen te krijgen. Toch is de titel ook op hetero-ouders van toepassing, want ook voor hen geldt in ieder geval dat kinderen gewenst moeten zijn.

Achter de opmerking "Het is maar goed dat jullie geen kinderen hebben" zit de gedachte dat kinderen bij voorkeur in harmonie en zonder al te veel narigheid moeten opgroeien. Ze zouden wel eens te kort kunnen komen als er tussen de ouders zoveel problemen zijn.

En juist omdat de kindwens een belangrijk gegeven is en de meeste homo-heterostellen gewenste kinderen hebben die zij als ouders in harmonie willen opvoeden komt de dringende vraag naar boven hoe je houding ten opzichte van je kinderen moet zijn als je als homo-hetero-ouderpaar in een crisis terecht bent gekomen.

2. Moet je het aan de kinderen vertellen?

Een kind voelt razendsnel aan of er thuis problemen zijn en of vader en moeder het goed met elkaar kunnen vinden of niet. In die zin zijn kinderen vanaf het

begin betrokken bij de relatie van hun ouders, ook al kunnen zij misschien niet precies verwoorden wat er speelt.

Als er spanningen zijn tussen vader en moeder omdat één van hen homoseksuele gevoelens heeft dan zullen kinderen deze spanningen bewust of onbewust signaleren. Kinderen willen weten waar ze aan toe zijn. En het is wenselijk ze uit te leggen wat er aan de hand is, zonder dat alle details verteld hoeven te worden. Veel kinderen verwijten hun ouders dat ze veel te laat op de hoogte gebracht zijn van de werkelijke oorzaak van de problemen thuis. Ze voelen zich dan buitengesloten en eigenlijk een beetje misleid. Het is begrijpelijk dat je als ouders niet meteen al je moeilijkheden naar buiten wilt brengen. Ook ouders kennen schaamtegevoelens ten opzichte van hun kinderen. Er zijn ouders die het als een afgang voor hun kinderen beleven wanneer ze moeten vertellen dat één van hen homoseksuele gevoelens heeft. Sommige ouders denken dat hun kinderen het niet zullen begrijpen of boos zullen worden.

Kinderen begrijpen echter vaak meer dan de ouders denken: “Nadat wijzelf de eerste verwerking wat gehad hadden heb ik het een aantal weken nadat ik ben gaan praten tegen onze oudste dochter verteld. Ik heb haar opgezocht toen ze op haar kamer in Den Haag zat. Ik wist niet hoe ik moest beginnen, ze wachtte rustig, want ze had heel goed door dat dit geen gezelligheidsbezoekje was. Haar reactie verbaasde mij enorm.

O, zei ze.

Dat heb ik eigenlijk altijd al geweten. Niet dat ik het echt wist, maar de fijne wijze waarop jij met mijn vrienden omging en hun positieve gevoel daarover had iets bijzonders. De opluchting die ik voelde was geweldig” (dagboek Ruud, 52). Wel maken de meeste kinderen zich zorgen over de gevolgen van de situatie. Gaan hun vader en moeder scheiden? Of blijven ze toch bij elkaar? En als ze dan uit elkaar gaan, bij wie zullen ze dan gaan wonen? Zullen ze heen en weer gaan pendelen of kiezen ze ervoor om bij één van beiden te blijven? Het is belangrijk als de kinderen zoveel mogelijk mee mogen en kunnen beslissen. Het maakt ook voor hen de situatie veel leefbaarder. Het blijkt dat iets meer kinderen bij hun heteroseksuele ouder blijven wonen dan bij hun homoseksuele/lesbische ouder, hoewel het verschil niet zo groot is. Wel komt het soms voor dat het contact met de ouder waar het kind niet bij blijft wonen minder wordt, niet alleen wat betreft de hoeveelheid contact, maar ook ten aanzien van de kwaliteit ervan. De relatie tussen de scheidende ouders was dan vaak al slecht, hetgeen zijn weerslag heeft op het contact ouder-kind. In veel gevallen echter is er ten aanzien van de opvoeding van de kinderen sprake van een prima samenwerking tussen de beide ex-partners.

Er wordt heel wat aan co-ouderschap gedaan, vaak meer dan bij “gewone” echtscheidingen.

Kinderen zijn heel cruciaal in homo-heterorelaties. Er zijn ouders die zeggen bij elkaar te blijven voor de kinderen. Kinderen nemen hen dat meestal niet in dank af. Als er veel spanningen thuis zijn is dit in ieder geval geen goede oplossing. En ouders moeten bij zich zelf goed te rade gaan of het argument “we blijven bij elkaar voor de kinderen” wel zuiver is. Er kan angst achter zitten voor het besluit om uit elkaar te gaan. Angst voor een onzekere toekomst. Die angst is heel terecht en begrijpelijk. Kinderen mogen daarvoor echter niet worden gebruikt. In veel gevallen kunnen ouders beter uit elkaar gaan. Maar

het is heel verstandig om niet te ver bij elkaar uit de buurt te wonen, zeker niet als de kinderen jong zijn. Co-ouderschap behoort dan tot de mogelijkheden. En kinderen kunnen dan toch met beide ouders contact houden. En dat willen de meeste kinderen graag. Tenslotte horen hun ouders in hun ogen bij elkaar, ook al is de feitelijke situatie anders geworden.

De vader en moeder van Clemens (14) zijn 8 jaar geleden gescheiden. Zijn vader is homo en samen met zijn ex-vrouw hebben zij het co-ouderschap over hun zoon. Clemens pendelt regelmatig heen en weer tussen het huis van zijn vader en dat van zijn moeder. Daar heeft hij zelf in meebeslist: hij wilde ze graag allebei regelmatig blijven zien. Maar er is ook een nadeel: hij moet veel meer in het huishouden doen dan de andere kinderen die met allebei de ouders wonen! Als hij bij zijn moeder is moet hij meehelpen, maar bij zijn vader moet dit ook weer. En als hij net bij zijn moeder is gekomen en hij heeft bijvoorbeeld een boek bij zijn vader laten liggen dan moet hij weer terug fietsen. Maar over het algemeen vindt hij het prima zo, hoewel hij altijd nog hoopt dat ze weer bij elkaar komen. Ze kunnen zo goed met elkaar overweg en doen nog steeds veel dingen samen. Ze passen echt bij elkaar. Hij snapt wel dat zijn vader homo is, maar een compleet gezin is altijd nog een gezin met een vader en een moeder. Zelf vindt hij vrouwen toch interessanter; hij is op het ogenblik verliefd op een meisje en kan zich daarom moeilijk voorstellen dat hij op een man verliefd kan worden. Dat heeft toch iets raars. Natuurlijk, iedereen moet het zelf weten, maar hij denkt dat hij nooit iets met een man zal hebben. Maar hij heeft ook wel eens getwijfeld.

Bijvoorbeeld als de meisjes op school of zijn moeder aan hem vroegen of hij een bepaalde jongen mooi vond, dan ging hij zich inleven in hun situatie. En dan voelde hij zich wel eens onzeker en ging hij zich voorstellen hoe het zou zijn als je op een man zou vallen. Tenslotte heeft zijn vader dat ook. En hierdoor denkt hij er wel over na; iets wat andere kinderen misschien niet zo gauw doen. Maar nu heeft hij dat gevoel veel minder, want hij is nu zo verliefd! En als hij fantaseert over de toekomst dan wil hij samenwonen met zijn vriendinnetje en samen kinderen krijgen. Hij heeft wel eens meningsverschillen met haar, maar dat hoort erbij. En...zij is de ware! Hij heeft nog nooit zo'n hechte band met iemand gehad. Op de honkbalclub, waar Clemens op zit, heeft hij het wel over de homoseksualiteit van zijn vader gehad. Daar vonden ze het niet echt gek dat zijn vader zo is. Maar op school heeft hij het niet gezegd. Daar heeft hij niet zo'n behoefte aan.

De kinderen gebruiken het woord homo wel als scheldwoord. Eerst vond hij dat erg vervelend, maar hij heeft er mee leren leven. Het is een scheldwoord als alle andere scheldwoorden en als andere kinderen het gebruiken dan weten ze niet dat het ook over zijn vader gaat, dus deert het hem niet echt. Maar zelf scheldt hij nooit op die manier. Hij kent op school ook niemand die homo of lesbisch is. Het zou toch wel gek zijn als iemand daar mee kwam!

3. Een nieuwe partner

Clemens heeft te maken met een vader en moeder die apart zijn gaan wonen. Maar als de ouders uit elkaar zijn gegaan en één van beiden (of alle twee) gaat (gaan) daarnaast ook met een nieuwe partner wonen dan ontstaat er ook voor

de kinderen een nieuwe situatie. Dat kan heel lastig voor ze zijn. Hoewel (vooral jonge) kinderen het heel gewoon vinden dat mannen van mannen en vrouwen van vrouwen kunnen houden, hoeft dit nog niet persé te betekenen dat ze automatisch accepteren dat vader of moeder voortaan met een ander leeft.

Je ziet je eigen vader of moeder al minder omdat ze niet meer bij elkaar wonen, terwijl je bovendien moet leren opschieten met de nieuwe partner van je vader of moeder. Het kan ook voor de nieuwe partner zelf lastig zijn. Soms heeft de nieuwe vriend/vriendin zelf ook kinderen en was hij/zij zelf ook getrouwd. Maar dat is niet altijd zo. In ieder geval krijgt de nieuwe partner er zelf in één klap ook kinderen bij.

Voor sommigen is dat heel erg leuk: een droom komt uit. Anderen vinden het moeilijk, omdat ze nu opeens rekening moeten houden met het vaderschap c.q. moederschap van hun partner. Je voelt je minder vrij, je kunt niet meer op elk moment doen wat je wilt. En je gaat (zeker als je bij je partner woont) automatisch "mee- vaderen/meemoederen", ook al is de gezagsverhouding niet altijd even duidelijk. Wat mag je van de kinderen verwachten? Moeten ze naar je luisteren?

En wat mogen de kinderen van de nieuwe vriend/vriendin verwachten? De gezagsverhouding met de kinderen kan heel soepel verlopen, omdat het wederzijds klikt.

Maar dat is niet altijd het geval. Vooral als kinderen moeite hebben met de nieuwe situatie kan dit tot problemen leiden. Een uitspraak als: "Jij hebt niks over me te zeggen, je bent mijn vader/moeder niet" is daarvan een goede illustratie. Voor een goede verstandhouding is dan tijd, geduld en veel overleg nodig. Voor kinderen is het niet altijd even makkelijk om met een nieuwe partner van vader of moeder geconfronteerd te worden: "Als Marije er is, lijkt het of ik een weekend lang geen moeder heb.

Het lijkt soms net of ze mijn moeder van me afpakt. Niet dat ik haar onaardig vind, ik kan juist goed met haar opschieten. Maar die twee doen zo klef als ze samen zijn, dat het gewoon vervelend is om er bij te zitten. Ze zijn zo verliefd op elkaar dat ze de hele tijd zitten te giechelen. Als het heel stil is in de kamer, ga ik niet naar binnen, want dan zijn ze aan het zoenen. Toen ik laatst tegen mijn moeder zei dat ik dat zo vervelend vind, begreep ze dat heel goed. Ze zei dat ze er op zou letten. "Maar", zei ze, "we houden heel veel van elkaar en dat kun je niet helemaal verbergen".

4. Kun je nog zien dat ik gehuild heb?

Een belangrijk thema, ook voor kinderen, is het contact met de buitenwereld. Zeker als de kinderen weten wat er thuis aan de hand is, zal de vraag naar boven komen of ze het bijvoorbeeld ook op school en aan vriendjes en vriendinnetjes zullen vertellen of niet.

Voordat kinderen naar school gaan is de thuisbasis norm voor gedrag en voor het "gevoel van wat gewoon is". Een kind denkt dat iedereen doet wat er bij hem thuis gebeurt. Dàt is de wereld, zó is iedereen. Als een kind ziet dat zijn vader met een man zoent of zijn moeder een vriendin heeft dan zal het zich daar niet zo gauw over verbazen. Liefde is een algemeen begrip. Je kunt van iedereen houden en de begrippen hetero en homo zijn uitvindingen van

volwassenen. Zelf speelt het jonge kind met jongens en met meisjes; het geslachtsverschil ligt er nog niet zo dik bovenop. De geslachtsidentiteit van het kind (hoe voelt en gedraagt het kind zich als jongen/meisje) zal sterk worden beïnvloed door de voorbeelden die het van thuis meekrijgt. Concreet aanwezige, invloedrijke "modellen" (vader en moeder, twee moeders, twee vaders of één moeder/vader) dienen meestal als richtsnoer en gids voor het ontwikkelen van de mannen- of vrouwenrol. Doet je vader het huishouden of bemoeit hij zich daar niet mee?

Zoent hij met zijn vriend of knuffelt hij zijn vrouw of allebei?

Doet je moeder in huis technische klusjes of stelt ze zich alleen verzorgend op? Heeft ze een baan buitenshuis?

Heeft ze een relatie met een vriendin of is ze met een man getrouwd?

Afhankelijk van het voorbeeld dat ze thuis zien vormen de kinderen zich een idee over wat normaal gedrag is.

Als een kind eenmaal naar school gaat verandert er heel erg veel. De wereld wordt groter en het socialiseringsproces, het ingeburgerd raken in de sociale omgeving, vindt niet alleen meer in het gezin plaats, maar ook daarbuiten. Het kind wordt geconfronteerd met andere opvattingen over seksualiteit, rolgedrag en relaties dan het van huis uit gewend is. Er komen andere autoriteiten in zijn leven: "De juf zegt.....", en dat is soms heel wat anders dan wat vader en moeder zeggen. Voor het eerst wordt het kind deel van een grote groep leeftijdgenoten. Die worden heel belangrijk voor hem. Normen en waarden worden steeds meer door de groep bepaald (iedereen dezelfde merkkleding!) en steeds minder door thuis.

Je gaat nu heel goed opletten of je er wel bij hoort en niet buiten de boot valt. Want niets is erger dan er niet bij te horen. Dan loop je grote kans om gepest te worden en moet er misschien wel een "niet-pesten contract" worden gesloten. In iedere klas zit wel zo'n buitenbeentje en je zult het maar zijn! Als je groot en stoer bent word je al gauw populair en heb je veel vriendjes.

Vooraf jongens gaan ervoor oppassen dat ze niet al te veel meer huilen, want dan ben je een moederskindje. Dat is niet stoer. Thuis huilen kan dan nog wel, maar voordat je de deur uitgaat moet je nog even vragen of je tranen nog zichtbaar zijn.

Stel je voor dat ze op school zouden zien dat je hebt gehuild. Dat doen alleen kleine kinderen.

Vanaf dat moment is het kind zich ervan bewust dat er verschil is tussen binnenwereld en buitenwereld. Het wordt zich in ieder geval bewust van de reacties die zijn gedrag in de buitenwereld kan oproepen. Daarmee gaat een heleboel spontaniteit verloren. Je gaat je inhouden of soms ook toneelspelen omdat je weet dat je daarmee iets voor elkaar krijgt wat anders niet lukt. En daarmee is een gedrag ontstaan dat ook kenmerkend is voor veel volwassenen. Dit proces lijkt onvermijdelijk en naarmate kinderen gevoeliger zijn voor acceptatie door de groep zullen ze zich meer aanpassen en rekening houden met de groepsnormen.

Zo krijgen kinderen heel gauw in de gaten dat niet iedereen gewoon vindt wat bij hen thuis wel gewoon is: namelijk dat je vader homo of je moeder lesbisch is. Je hoort scheldwoorden op het schoolplein als: "vuile homo", "je bent een flikker" of: "een rare lesbi" en je voelt je opeens heel persoonlijk betrokken omdat je eigen vader of moeder zo is! Wat moet je doen? Als je er iets van zegt

dan wordt je misschien zelf wel voor flikker of pot uitgescholden. En als je zegt dat je vader of moeder het is kun je “het helemaal wel schudden”. Dat het woord homo in de categorie scheldwoorden valt, tegelijk met woorden als “kankerlijer” enz. betekent dat homoseksualiteit voor jongeren niet gewoon is. Als kinderen geplaagd kunnen worden op school omdat hun vader of moeder homoseksueel is betekent dit voor hen dat hun gevoel van erbij horen op het spel komt te staan.

Je komt in een afwijkende positie te zitten als je een homoseksuele ouder hebt.

Teun (13), Daan (11) en Anne-Maartje (9) zijn de kinderen van José (45). José is lesbisch en heeft een vriendin. Vierenhalf jaar geleden besloten zij en haar man uit elkaar te gaan.

Sindsdien woont zij alleen met de kinderen. Met de vader is er weinig contact. Teun, Daan en Anne-Maartje wisten eigenlijk helemaal niet wat lesbisch was, maar toen hun moeder daarover vertelde vonden ze het heel gewoon. Teun had wel door dat het niet zo goed ging tussen zijn vader en moeder, want ze hadden veel ruzie. Hij verwachtte wel dat er iets ging gebeuren. Alle drie vinden ze dat ouders dan aan hun kinderen moeten vertellen wat er aan de hand is. Anders weet je niet waar je aan toe bent en snap je ook niet waarom ze gaan scheiden. En als je vader dan weggaat is dat wel vervelend, maar ze waren niet boos. Teun vindt dat iedereen voor zichzelf bepaalt wat hij gaat doen, dus kun je niet tegen je vader zeggen dat hij moet blijven. Het is zijn beslissing. En dan kun je wel voor de kinderen bij elkaar blijven, maar dat gaat fout en geeft veel te veel spanningen. En dat is niet goed voor kinderen. Die raken veel te veel in de stress. En je vader moet zelf ook een fijn leven hebben. Daan heeft op school nog niet verteld over zijn moeder, maar hij is het wèl van plan. Maar hij is er ook wel een beetje bang voor, hij denkt dat ze hem gaan uitlachen. Ook Teun heeft het nog maar aan één vriendje verteld, omdat zijn moeder Teun's moeder kent. En hij weet wel zeker dat ze hem op school zullen gaan plagen als hij daar gaat vertellen dat zijn moeder lesbisch is. Maar hij wil het eigenlijk wel, hoewel hij het dan alleen zou vertellen aan iemand die te vertrouwen is en het aankan. Want je kunt het er in de klas wel over hebben, maar dan gaan ze na school gewoon weer door met pesten. Anne-Maartje heeft het er wel over op school. Ze gebruiken het woord homo bij haar op school als scheldwoord en dan zegt zij: “Wat is daar erg aan?” En dan gaan de kinderen je pesten! Maar ze heeft het tegen de meester gezegd. En die heeft er met alle kinderen over gepraat en gezegd dat niet alle mensen hetzelfde zijn. Ze vindt het ook heel belangrijk tegen de kinderen te zeggen dat je ouders gewoon hetzelfde blijven als eenmaal duidelijk is dat ze homo of lesbisch zijn. Het blijven gewoon dezelfde aardige vader en moeder en het worden niet meteen krenge. De kinderen zijn nu wel gestopt met pesten, maar ze gebruiken nog steeds het woord homo als scheldwoord. Anne-Maartje vindt dit heel vervelend, je kunt toch ook wat anders zeggen? Ze zijn zelf ook wel eens verliefd geweest, maar ze denken niet dat ze zelf homo of lesbisch zijn. Daan: “Maar je weet nooit hoe het later gaat”. Teun denkt dat je later wel op een jongen verliefd kunt worden, maar hij denkt voor zichzelf niet dat het ervan gaat komen, daar kent hij zichzelf te goed voor. Hij denkt dat de kans 5% is. En het is ook wel handig het te weten, want dan zit je meteen goed. Anne-Maartje vindt dat je het later vanzelf wel ziet.

Je moet niet alles van te voren weten, dat is helemaal niet leuk. Want dan maak je je alleen maar zorgen. Maar ze denken er niet zo heel erg veel aan, het is ook eigenlijk zo gewoon. Teun wil later wel trouwen en kinderen krijgen. Hij wil een "vette" huwelijksreis en een huis kopen. Je hoeft dan niet alles samen te doen, maar je moet wel samen kunnen lachen. Want dan red je het wel. Voor Anne-Maartje moet een man vooral aardig zijn, niet dom en niet zo uitsloverig. Hij moet goed kunnen werken. En Daan weet het allemaal nog niet. Misschien blijft hij wel vrijgezel.

Dat is wel zo rustig!

Ze vinden zichzelf wel veranderd nu ze weten dat hun moeder lesbisch is. Ze zijn zelf minder gaan pesten, want ze weten nu wat het is om gepest te worden.

Wie wil er nu afwijken van de groep en gepest worden? Kinderen zijn hier, zoals ook blijkt uit het verhaal van Teun, Daan en Anne-Maartje, heel gevoelig voor. Het is belangrijk dat de leerkracht van de klas waar ze in zitten op de hoogte is van de thuissituatie en achter hen staat. De leerkracht kan het onderwerp met de andere kinderen aankaarten, zodra dit te pas komt. Dat kan in een les in het kader van seksualiteit in het algemeen, maar ook naar aanleiding van een voorval dat op het onderwerp betrekking heeft. De gevoeligheid voor groepsnormen geldt des te meer naarmate de kinderen zelf ouder worden en hun eigen seksuele gevoelens verder ontwikkelen. Ook dan, of: juist dan, speelt de groepsnorm op de (middelbare) school een grote rol. Sommigen in de groep zullen opscheppen over hun eerste (hetero)seksuele veroveringen, anderen willen daar niet voor onder doen en verzinnen desnoods een gelijkwaardig (hetero)seksueel verhaal. Openlijk uitkomen voor homoseksualiteit blijft ongewoon, hoewel er natuurlijk uitzonderingen zijn. En onder uitkomen voor homoseksualiteit valt ook het praten over het homo of lesbisch zijn van je vader of moeder.

Sommige pubers zetten zich duidelijk af tegen hun ouders en moeten opeens niets meer van homoseksualiteit hebben, terwijl ze dit daarvoor nog heel gewoon vonden. Een zekere schaamte en ook angst ten opzichte van klasgenoten om over die "vreemde" vader of moeder te praten is hen niet vreemd. De angst om buitengesloten te worden is het grootst tussen 12 en 15 jaar, een kwetsbare leeftijd. Daarna wordt het minder, je gaat als je ouder wordt steviger in je schoenen staan en treedt de buitenwereld zekerder tegemoet. Toch maakt iedere jongere een kwetsbare beginperiode mee, hoewel deze meestal wat minder is naarmate ze zelf jong-volwassene zijn geworden. Het is altijd maar weer afwachten hoe de buitenwereld zal reageren op de mededeling dat vader of moeder homo/lesbisch is. Een kind, van welke leeftijd ook, hoort niet graag iets negatiefs over een kwestie die het meteen op de eigen thuissituatie betreft. Je voelt jezelf er zo bij betrokken dat het net lijkt alsof het óók over jou gaat.

En zo ontwikkelen kinderen een scherpe intuïtie. Ze leren heel snel waar en wanneer ze wèl en waar en wanneer ze niet vrijuit over hun thuissituatie kunnen praten: "Ik wil mijn vrienden graag vertellen dat mijn vader homo is, maar ik durf niet. Ik ben doodsbang dat ze het gek zullen vinden of dat ze het tegen iedereen zullen vertellen. Toch probeer ik er wel over te beginnen, maar steeds als ik mijn mond opendoe, lijk ik wel verlamd en sluit mijn mond weer zonder iets te zeggen. Toen ik een tijdje geleden bij mijn beste vriend logeerde,

heb ik het er toch maar uitgegooid.

Dat ging zo geforceerd, dat het net leek of het niets met mij te maken had. Daardoor geloofde hij me eerst niet. Toen ik hem ervan overtuigd had dat het echt waar was, reageerde hij belangstellend. Hij vroeg me hoe ik me voelde, probeerde me te begrijpen. Hij wees me niet af. Wat een opluchting.”

Het is hetzelfde gevoel dat bijna alle homoseksuelen bij zichzelf ontwikkelen om met de buitenwereld om te gaan. Het is een soort zesde zintuig. Je leert al heel snel waar je wèl en waar je niet open over jezelf kunt zijn. In de speciale weekenden die door de werkgroep “Jongeren met een homo-ouder” twee keer per jaar worden georganiseerd kunnen kinderen in ieder geval vrijuit met elkaar praten over thuis. Iedereen zit in dezelfde situatie. Niemand vindt het gek. Het is het grote feest der herkenning. En na een zinvol weekend gaat iedereen tevreden en een stuk weerbaarder naar huis.

Omdat de buitenwereld lang niet altijd begripvol reageert op de thuissituatie moeten kinderen daarom ook zo goed mogelijk en ook zo vroeg mogelijk worden voorbereid op contacten met buitenstaanders. De ouders zelf kunnen daarbij helpen, maar ook een ontmoetingsweekend met kinderen uit dezelfde situatie kan heel stimulerend werken.

5. Invloeden op langere termijn.

Het valt heel moeilijk te voorspellen wat het effect van de thuissituatie is op de verdere ontwikkeling van de kinderen. Kleine kinderen vereenzelvigen zich vooral met de thuissituatie en met de rollen die ze voorgeschoteld krijgen. Uit onderzoek blijkt dat kinderen die opgroeien in alternatieve leefsituaties (woongroepen, lesbische leefsituaties e.d.) gevarieerder denken en opener zijn over de verdeling van arbeid buitenshuis, de taakverdeling in het huishouden, de zorg voor de kinderen en de seksuele relaties tussen volwassenen dan kinderen die opgroeien in traditionele heteroseksuele twee-oudergezinnen. Daarbij is niet speciaal gelet op kinderen die opgroeien in een homo-heterosituatie. Maar ook hier zal gelden wat het onderzoek aangeeft: wat kinderen thuis aan voorbeelden zien zal hen zeker beïnvloeden in hun eigen ontwikkeling. Op één belangrijk punt zullen kinderen uit een homo-heterorelatie vaak verschillen van de kinderen uit de onderzochte alternatieve leefvormen.

In een homo-heterorelatie van hun ouders zullen de kinderen de gebeurtenissen daaromheen en de veranderingen die dit voor de gezinssituatie met zich meebrengt vaak zelf aan den lijve ondervinden.

Veel kinderen veronderstelden net als hun ouders dat ze een gewoon traditioneel heteroseksueel gezin waren (ze stonden er hoogstwaarschijnlijk niet eens bij stil) en kwamen er later achter dat de zaken er anders voorstonden, vaak nadat hun ouders hen daarover soms pas na lange tijd hadden ingelicht. Dat kan een enorme schok teweeg brengen.

Het is vervolgens moeilijk precies aan te geven wat kinderen met die “variant” zullen gaan doen. Ook zij zullen met de veranderingen om moeten leren gaan. Je vader heeft opeens een vriend. Je vader en moeder gaan uit elkaar, want je moeder wil met een vriendin gaan wonen. De kinderen die in deze situatie opgroeien zullen in ieder geval méér op de hoogte zijn van de variaties die in relaties tussen mensen kunnen voorkomen dan kinderen uit de meer

traditionele twee-ouder gezinnen.

Naarmate ze ouder worden ontwikkelen kinderen meer en meer hun eigen leefstijl, hoewel er altijd nog invloed uitgaat van de opvoeding die ze hebben gehad. Sommigen worden aanhangers van het "huisje-boompje-beestje model" en willen net zoals alle anderen een "gewone" relatie hebben. Een dergelijke keus kan mede bepaald worden door wat ze thuis aan moeilijkheden hebben gezien. Onder het motto "dat nooit" kiezen ze dan de meest voor de hand liggende weg: een relatie zonder "geëxperimenteer".

Ook omgevingsinvloeden buitenshuis zullen een grote rol spelen, met name van leeftijdgenoten. En om niet uit de boot te vallen kunnen kinderen vervolgens hele traditionele standpunten innemen en standpunten aanhangen die overeenstemmen met de groepsnorm. Daarmee zetten sommigen zich ook duidelijk af tegen hun thuissituatie.

Anderen worden, mede onder invloed van thuis, ware voorvechters van "vrije" relaties en vertellen overal waar het maar kan dat "homoseksualiteit moet kunnen". Uiteraard speelt naast de omgevingsinvloeden ook de aanleg van de zich ontwikkelende jongere een rol. Ben je gevoelig voor het oordeel van de buitenwereld of ga je "gewoon" je eigen gang? Welke keuze kinderen op dit gebied zelf ook gaan maken, de problematiek thuis betekent voor kinderen altijd een confrontatie met hun eigen seksualiteit, hun eigen identiteit. Méér dan andere kinderen gaan ze, zeker in de puberteit, nadenken over hun eigen gevoelens en gaan ze zich afvragen of zij misschien óók homoseksuele gevoelens kunnen hebben.

Ze ontwikkelen daardoor een scherper waarnemingsvermogen en krijgen meer oog voor de gevarieerdheid van menselijke gevoelens dan de meeste andere kinderen.

Ze zijn toch uiteindelijk over het algemeen minder veroordelend en minder rechtlijnig in hun denken, ondanks de druk van de groepsnorm van leeftijdgenoten. Ze weten sneller wat er op relatiegebied te koop is.

Sommige kinderen ontwikkelen een bepaalde reserve ten opzichte van relaties in het algemeen. Ze staan gereserveerd tegenover begrippen als eeuwige trouw, alles samen delen, willen als ze ouder worden niet trouwen en gaan "hoogstens" samenwonen, zoals blijkt uit het verhaal van Sander.

Sander (23), is vrachtwagenchauffeur, woont sinds kort op kamers en heeft al een paar jaar een vriendin. Zijn ouders zijn 14 jaar geleden gescheiden omdat zijn vader homo is. Sander is toen, evenals zijn 2 jaar jongere broer, bij zijn moeder gaan wonen. Op een avond, toen de scheiding al rond was, is alles aan Sander verteld. Hij kon niet geloven dat zijn ouders uit elkaar gingen vanwege het homo-zijn van zijn vader. Hij dacht dat zijn ouders om hèm gingen scheiden: hij wist van zichzelf dat hij een "moeilijke" jongen was.

Toen hij in de puberteit kwam merkte hij dat hij erg boos op zijn vader was: volgens Sander had zijn vader het gezin in de steek gelaten en was hij met een vriend gaan wonen om het zichzelf makkelijker te maken. Hij vond zijn vader geen voorbeeld van hoe een goede vader moest zijn.

Zo'n 10 jaar sloot Sander zich af voor elk wezenlijk contact. Dit bleef zo totdat hij kort geleden zijn vader een gedicht hoorde voordragen ter gelegenheid van de 50e verjaardag van zijn moeder. Deze had voor zijn ex-vrouw een gedicht gemaakt over haar levensloop en had aan elk jaar dat hij met haar samen geweest was aandacht besteed. Toen Sander merkte dat het zijn vader teveel

werd toen hij al voordragend bij de periode van de echtscheiding was aangekomen werd het hem duidelijk dat zijn vader het zelf óók heel moeilijk met de scheiding had gehad. Dat inzicht greep Sander heel erg aan en sindsdien heeft hij meer respect en waardering voor zijn vader gekregen. Het contact is nu veel beter.

Hij ziet nu ook dat zijn ouders er van hun kant van alles aan gedaan hebben om het contact met hem te verbeteren. En uiteindelijk blijkt nu één gedicht hem inzicht te hebben gegeven in de situatie. Hij hoopt dat het van zijn kant niet te laat is om het contact te herstellen. Hij is nu pas aan de verwerking begonnen. Naar de buitenwereld toe is Sander vrij open over zijn thuissituatie, hoewel hem dit niet altijd in dank is afgenomen. Op school werd hij vaak gepest, óók om de homoseksualiteit van zijn vader. Zijn huidige collega-chauffeurs reageren ook niet altijd even positief, uitzonderingen daargelaten. Collega's die zelf thuis problemen hebben zijn wèl begripvol.

De thuissituatie heeft Sander duidelijk beïnvloed. Zo is hij huiverig om te trouwen. Samenwonen lijkt hem voldoende. Je moet je niet helemaal aan iemand vastketenen; het kan altijd mis gaan. Dat heeft hij thuis, bij zijn ouders, wel gezien. Je moet echt 100% zeker van elkaar zijn, maar Sander twijfelt. En volgens hem zal dat wel nooit veranderen.

Ondanks de romantische muziek en de liedjes die ze overal om zich heen horen staan jongeren als Sander kritisch tegenover de "gangbare romantiek". Ze hebben thuis gezien dat relaties ook stuk kunnen lopen en dat liefde niet altijd hoeft te duren. En hoewel het samenwonen zonder huwelijk in brede lagen van de bevolking al een tijdlang heel normaal is, lijkt de motivatie om deze vorm te kiezen (en niet een huwelijk) bij veel kinderen uit een homo-heterorelatie mede tot stand gekomen te zijn door de ervaringen met de thuissituatie.

En dan blijkt dat het niet zozeer het lesbisch of het homo zijn van één van hun ouders de meeste indruk op hen heeft gemaakt, als wel de scheiding die er uit voortkwam. Dit blijkt ook voor de kinderen zelf het moeilijkst te zijn. Voor hun gevoel horen de ouders bij elkaar.

En ook al snappen ze best dat hun vader homo is of dat hun moeder een vriendin heeft en dat het huwelijk niet meer functioneert, tòch blijft scheiden iets heel moeilijks. Dat geldt het meest voor de jonge kinderen. Kortom: homo of lesbisch zijn is niet zo'n punt, maar uit elkaar gaan wel. Een belangrijk gegeven dat ouders er soms van weerhoudt om uit elkaar te gaan, ook al is de situatie heel moeilijk.

Susan (30), woont en werkt in een opvanghuis voor vluchtelingen. Haar ouders zijn gescheiden toen ze 11 jaar was. Ze heeft een broer die 1 jaar jonger is. De scheiding was ingrijpend voor haar, er waren veel ruzies geweest. Toch had dit voor haar gevoel niets te maken met het lesbisch zijn van haar moeder. Het huwelijk was sowieso niet goed. Susan ging bij haar moeder wonen.

Het contact met haar vader werd steeds minder, het was ook heel geforceerd. Op een gegeven moment, toen ze 14 jaar was, zei haar vader: "Jullie kunnen nu zelf wel beslissen". Toen kwamen Susan en haar broer niet meer.

Ze zou nu wel weer contact met haar vader willen, al was het alleen maar om het scheidingsverhaal van vaders kant te horen zodat ze ook zichzelf beter kan begrijpen en een completer beeld krijgt.

Bovendien zou ze het ook wel fijn vinden om te weten of haar vader trots op haar was.

Pas toen Susan 15 jaar was vertelde haar moeder tijdens een wandeling dat ze lesbisch was. Susan nam dit nogal nuchter op, de scheiding vond ze veel erger. Toch accepteerde Susan het lesbisch zijn van haar moeder misschien ook wel heel snel omdat ze zo'n goede band met haar had.

Ze wilde haar moeder absoluut niet kwijt door "moeilijk te gaan doen".

Toen haar moeder een vriendin had vond Susan het wel moeilijk dat zij niet meer altijd de aangewezen persoon was om haar moeder te troosten als ze het moeilijk had. Die functie was overgenomen door haar moeders vriendin. De band die Susan met haar moeder had werd hierdoor toch wat minder hecht, hoewel dit nu niet meer speelt. Haar moeder was altijd heel voorzichtig met het tonen van haar gevoelens.

Ze zoende haar vriendin nooit in het openbaar, anders zou Susan het misschien wel lastig gevonden hebben.

De mensen maken er namelijk gauw grappen over. Op school vertelde ze er nooit iets over, ze had eigenlijk überhaupt weinig contact met andere kinderen. Nu, in de woongroep met vluchtelingen uit allerlei verschillende culturen, vertelt ze het wel eens. Eerlijk gezegd doet ze het ook een beetje vanwege het schokeffect. In veel culturen is homoseksualiteit toch wel vreemd of wordt er gezegd dat het niet voorkomt. Maar uiteindelijk accepteren ze het wel, temeer omdat ze de moeder van Susan ook kennen en haar heel aardig vinden. Susan heeft geen vaste relatie. Wel is ze een keer hevig op een man verliefd geweest, maar het was niet wederzijds.

Door die verliefdheid ging er wel een heel nieuwe wereld voor haar open, maar toch is Susan nogal terughoudend als het om relaties gaat. Het kost haar veel moeite om mensen te vertrouwen en zichzelf bloot te geven. Door de scheiding van haar ouders heeft ze gemerkt dat het "gevaarlijk" is om je te binden. Het kan namelijk ook weer fout gaan.

Maar doordat haar moeder lesbisch is, is ze zich wel bewust geworden van het grote aantal mogelijkheden op relatiegebied, meer dan anderen. Ze sluit ook niet uit dat ze in haar leven een keer op een vrouw verliefd kan worden.

Zoiets realiseer je je minder gauw als je alleen met hetero's omgaat.

Omdat de scheiding zelf meestal het meest ingrijpende aspect is komen kinderen uit een homo-heterorelatie ten aanzien van dit punt op één lijn te staan met alle andere kinderen die een scheiding van hun ouders meemaakten, zij het dan dat de oorzaak van de scheiding bij kinderen uit een homo-heterorelatie wezenlijk anders is.

Er komt als het ware nog een

dimensie bij: je hebt niet alleen gescheiden ouders (dat komt veel vaker voor), maar één van je ouders heeft ook nog een andere seksuele voorkeur (en dat komt minder vaak voor, hoewel vaker dan dikwijls gedacht wordt). De dimensie "vertel ik het aan anderen of niet" maakt het ook voor kinderen soms extra zwaar. Ze weten dat homoseksualiteit lang niet overal geaccepteerd wordt. Bovendien zijn veel kinderen boos omdat hun ouders niets hebben verteld. Ze werden er op het laatste moment mee geconfronteerd. Het is belangrijk dat ouders hun kinderen van het begin af aan bij de hele situatie betrekken, zodat de kinderen zich in ieder geval niet overdonderd voelen door een nieuwe situatie en ook zij zich kunnen voorbereiden op een (eventuele) scheiding. Lang niet alle ouders kunnen in een periode waarin ze zo met zichzelf en hun problemen bezig zijn de nodige aandacht aan hun kinderen besteden.

Sommige kinderen voelen zich in dat opzicht in de steek gelaten en verwijten hun ouders nalatigheid, soms nog na vele jaren. Het geschonden vertrouwen wordt dan ook soms pas veel later, als de rust allang is weergekeerd, hersteld. Dit lukt niet altijd: jarenlang kan het contact tussen ouders en kinderen hierdoor moeizaam blijven verlopen. Ouders blijven dan dikwijls met een schuldgevoel zitten. Het is dan ook belangrijk om in een emotioneel gevoelige periode attent te blijven op de directe omgeving en de kinderen niet te vergeten. Vaak gebeurt dit ook, zoals bij Rianne:

Rianne (19), is student maatschappelijk werk en dienstverlening. Zij heeft een zus van 15 en een broer van 12 jaar.

Drie jaar geleden zijn haar ouders gescheiden, toen duidelijk was dat haar moeder lesbisch was. Haar ouders hebben haar ook heel snel verteld wat er gaande was. Ze hoorde van andere kinderen in dezelfde situatie dat dit lang niet altijd gebeurde. Dat haar ouders haar wèl meteen vertelden wat er aan de hand was gaf haar een enorm vertrouwen in hen. Ze heeft dan ook een hele goede band met zowel haar vader als haar moeder.

Na een jaar heen en weer gependeld te hebben tussen haar vader en moeder ging Rianne op kamers en nu woont ze samen met haar vriend.

Ze was niet echt verbaasd over het lesbisch zijn van haar moeder.

Homoseksualiteit is bij haar thuis altijd normaal geweest, ze had twee ooms die "zo" waren. En ook haar moeder had wel lesbische vriendinnen. Rianne was meer onder de indruk van haar eigen eerste verliefdheid en het feit dat ze op kamers ging dan van het lesbisch-zijn van haar moeder.

Wèl vond Rianne de scheiding zelf een ramp. De vraag hoe het nu verder moest met haar en met haar broertje en zusje hield haar erg bezig. Nu, drie jaar later, kijkt ze er een stuk nuchterder tegenaan. Het is allemaal goed afgelopen en iedereen kan nu zichzelf zijn.

Op de middelbare school vond Rianne het moeilijk om open te zijn tegenover haar klasgenoten. Ze was bang dat die homoseksualiteit vies zouden vinden. Ze voelde zich geestelijk wel een stuk verder dan de andere kinderen omdat ze al heel snel ging nadenken over haar eigen seksuele voorkeur. Ook merkte ze dat andere kinderen waarvan ze vermoedde dat ze worstelden met hun homo-zijn haar soms om raad vroegen. Maar vaak heerste er op school toch ook een agressieve sfeer tegenover homo's. Het is in de puberteit kennelijk belangrijk om ergens tegen te zijn, dat scherpt je identiteit. Op haar HBO opleiding is het geen enkel punt om over haar thuissituatie te vertellen. Maar nu ze tijdelijk een baan heeft op een kantoor is ze weer een stuk voorzichtiger. Ze voelt zich kwetsbaar tegenover de mensen die daar werken en die vaak zo veroordelend zijn ten opzichte van alles wat anders is. "Ik heb geen zin om me af te laten maken", is haar commentaar.

Rianne zal nooit trouwen, al houdt ze nog zoveel van haar vriend. Dat ziet ze als een vorm van zelfbescherming. Ze wil haar eigen identiteit bewaren, niet àlles samen delen en niet helemaal "opgaan" in de ander. Samen zijn en tóch je eigen identiteit bewaren vindt ze niet eenvoudig. De romantiek wordt er in de maatschappij dan wel "ingeramd", maar Rianne is realistischer. Dat komt ook door de scheiding van haar ouders, maar het besef dat niets definitief is vindt ze juist heel erg positief.

Ook Rianne heeft een zekere reserve ten opzichte van de gangbare romantiek van het "altijd zullen we alles samen delen". Zij vindt dit juist heel positief. Het

beseft dat je vóór alles een individu bent met een eigen persoonlijkheid en een eigen leven is bij veel kinderen van homo-hetero-ouders nogal sterk. Soms ook moet de eigen individualiteit en onafhankelijkheid worden bevochten en speelt dit thema ook een belangrijke rol binnen de relaties die de jongere na verloop van tijd zelf aangaan, zoals blijkt uit onderstaand verhaal.

Karina (32) woont 7 jaar samen haar vriendin. Samen hebben zij een dochtertje van 3 jaar.

Karina's ouders gingen 14 jaar geleden uit elkaar. Er waren al een tijdlang spanningen tussen beiden. Het lesbisch zijn van haar moeder was wel een factor die meespeelde, maar kwam pas later aan de orde. Met haar vader heeft ze geen contact meer. Karina heeft eigenlijk nooit goed begrepen of hij de situatie thuis accepteerde. Hij was erg gesloten en ze trok het meest naar haar moeder.

Op haar 14e liep Karina een paar dagen van huis weg. Ze dacht dat haar ouders het wel gek zouden vinden dat ze lesbisch was. Haar moeder zei toen ze terug kwam: "Ik heb liever huisje, boompje, beestje, maar als het niet anders is, dan is het O.K." Tot Karina's grote verbazing kwam haar moeder een poos later zelf met een vriendin op de proppen. Ze had het gevoel dat haar moeder met het lesbisch zijn van haar eigen dochter aan de haal was gegaan, terwijl ze niets daarover had gezegd toen Karina daar indertijd zelf mee aan kwam zetten. Karina had zo voor haar lesbische gevoelens gestreden en opeens had haar moeder nu zelf een vriendin!

Na verloop van tijd merkte Karina dat ze toch veel met haar moeder deelde. Ze gingen ook vaak samen uit. De mensen vonden het wel heel bijzonder: moeder en dochter samen op het lesbische pad! Velen probeerden zich voor te stellen hoe ze dat zelf zouden vinden.

Ondanks de bewondering en verbazing van veel omstanders sprak Karina lang niet altijd openlijk over haar situatie. Zeker niet op de Moedermavo en het MDGO waar ze op heeft gezeten. Angst voor de reacties speelde daarin toch zeker ook mee.

Door veel met haar moeder uit te gaan werd haar weg in de homowereld geplaveid. Toch vond ze de relatie met haar moeder soms te close, te symbiotisch: tenslotte zijn moeder en dochter geen vriendinnen, maar zitten ze in een ouder-kind relatie. Na een paar jaar ging Karina meer haar eigen weg en had ze het gevoel dat ze meer een individu was geworden.

Ze vroeg zich nu bij alles wat ze deed minder af wat haar moeder ervan vond. Nu ze zelf moeder is probeert ze er duidelijk op te letten dat ze haar dochtertje als een zelfstandig wezen ziet met een eigen ontwikkeling. Het is in elke relatie belangrijk om een goed evenwicht te bewaren tussen samenzijn en individu zijn, of het nu gaat om de verhouding ouders-kind of om een relatie tussen volwassenen. Karina let ook binnen de huidige relatie met haar vriendin erg op haar individualiteit. Dat is misschien wel het effect van de strijd die ze hierover met haar moeder heeft gevoerd. Vooral tussen twee vrouwen kan de eigen individualiteit snel klem komen te zitten. Want het is niet zozeer de homoseksualiteit van haar moeder die haar bepaald heeft, als wel de strijd voor haar individualiteit en de grotere onafhankelijkheid ten opzichte van haar moeder.

Karina kiest nu voor een (liefst) levenslange relatie, ondanks het voorbeeld van

haar ouders die uit elkaar gingen. Maar ze weet ook dat aan de lange lijst van verwachtingen ten aanzien van een relatie niet compleet kan worden voldaan. Romantiek is maar gedeeltelijk haalbaar.

Kinderen richten hun leven vaak weer anders in dan hun ouders. Ze zullen op een geheel eigen manier relaties leggen. Jongeren met homo-hetero-ouders moeten daarbij heel vaak zelf "het wiel" uitvinden en de "fouten" maken die alle anderen ook maken. De heersende romantiek Moraal wordt door hen echter, mede onder invloed van de thuissituatie, gerelativeerd. Ze hebben de crisis van hun ouders "overleefd". Sterker nog: ze zijn veelal sterker uit de strijd gekomen en zijn snel wereldwijd geworden, vaak meer dan hun leeftijdgenoten. Ze zijn realistisch.

Er is in het algemeen dan ook geen enkele reden voor ouders om de crisis waar zij in zitten voor hun kinderen verborgen te houden. Niet alleen omdat kinderen het waarschijnlijk toch wel in de gaten hebben dat ze het moeilijk hebben, maar ook omdat kinderen, zeker binnen de moderne opvatting van het onderhandelingshuishouden, deel uitmaken van het gezin waar ze bij horen en kunnen leren dat moeilijkheden overwonnen kunnen worden. Ouders kunnen daarbij rolmodel zijn.

Kinderen kunnen tegen een stootje en vinden het bovendien meestal helemaal niet gek als hun vader of moeder behalve van elkaar ook nog van een ander houden, of het nu gaat om een heteroseksuele of een homoseksuele relatie. Van homoseksualiteit kijken kinderen (zeker de jonge kinderen) niet op, maar van een scheiding die onverwacht wordt meegedeeld schrikken ze. Ze nemen het hun ouders meestal kwalijk dat deze niet eerder open over de moeilijkheden hebben gepraat.

Ze nemen het hun ouders ook kwalijk als ze door alle moeilijkheden die er zijn vergeten worden of aandacht te kort komen, maar vinden het niet erg als alles niet even soepel verloopt. Dat hoort er nu eenmaal bij. Zo gaan die dingen nu eenmaal. En ook een scheiding van ouders die het ècht niet meer samen uithouden is verre te verkiezen boven ouders die elkaar het leven zuur maken en hun kinderen daarvan dagelijks getuige laten zijn. Zo'n scheiding snappen kinderen wel, hoe naar het ook voor hen is. Soms gaan ouders wèl goed met elkaar om en willen ze tòch uit elkaar. Dat snappen kinderen minder gauw, zeker kleine kinderen begrijpen dit niet altijd even goed. Toch is ook hier duidelijkheid op zijn plaats. Vertel gewoon de reden van de beslissing om uit elkaar te gaan, hoe moeilijk dit ook is. Kinderen worden niet slechter van eerlijkheid en openheid. Maar àl te vaak hoor je zeggen: "Waarom hebben ze mij niets verteld?"

Het is niet duidelijk of de kinderen van ouders met een homo-heterorelatie de voorhoede zijn van een nieuwe mentaliteit ten aanzien van relaties. Daar zijn zij te verschillend voor.

Wel geven velen aan dat het "relatietotaalpakket" een te hoog gegrepen ideaal is en staan zij kritisch ten opzichte van de heersende relatiemoraal. De ervaringen van hun ouders spelen daarbij ongetwijfeld een rol. Het woord romantiek wordt door hen met de nodige voorzichtigheid in de mond genomen. De nadruk valt daarbij op de eigen individualiteit en de eigen ontwikkeling die onomstotelijk een plaats moeten hebben binnen een intieme relatie met (meestal) één ander. En in dit verlangen naar individualiteit en geborgenheid wordt duidelijk dat kinderen van ouders met een homo-heterorelatie gewoon

kinderen van deze tijd zijn.

6. Homo of hetero niet belangrijk; openheid en geborgenheid wèl.

Het is belangrijk nogmaals vast te stellen dat kinderen niet zo druk bezig zijn met begrippen als homo-en heteroseksualiteit, maar wèl met geborgenheid. Later, in de puberteit, kan homoseksualiteit gevoeliger komen te liggen, maar dan spelen de opvattingen van leeftijdgenoten en de cultuur op school een rol. Van kinderen kunnen we leren dat gevoelens van aantrekkingskracht en liefde niet gebonden zijn aan een bepaalde sekse.

Deze onbevangenheid gaat helaas later vaak verloren, als gevoelens worden geïnterpreteerd en gekoppeld worden aan maatschappelijk geconstrueerde concepten, zoals een hetero- of homoseksuele identiteit.

Aan deze concepten is dan onherroepelijk een waardeoordeel verbonden: heteroseksualiteit is de norm, homoseksualiteit wijkt af en is (in de ogen van velen) onacceptabel. Ouders met een homo-heterorelatie kunnen van deze nog aanwezige onbevangenheid van hun jonge kinderen profiteren door open te zijn over hun situatie en hun gevoelens. Het gaat daarbij niet om de details, maar om de houding die ouders innemen.

Ouders kunnen daarbij als rolmodel fungeren en laten zien dat het in de liefde niet zo zeer gaat om hetero-en of homoseksualiteit, maar om eerlijkheid en openheid naar elkaar.

Dat is zeker niet makkelijk als je zelf jarenlang je homoseksuele gevoelens uit angst tegenover je partner hebt verzwegen. Dit kan echter geen reden zijn om deze angsten vervolgens op de eigen kinderen te projecteren.

Angsten kunnen worden overwonnen en het contact met de kinderen wordt er meestal alleen maar beter van als ouders vertellen hoe "de vork in de steel zit".

Scheidingen zijn en blijven zoals gezegd moeilijk, zeker ook voor de kinderen. Maar de geborgenheid die hierdoor verloren lijkt kan meestal opnieuw worden veroverd als ouders zich blijven inspannen om het contact met hun kinderen in alle openheid voort te zetten en zo mogelijk zelfs te verdiepen.

Discussievragen

1. Zijn uw kinderen op de hoogte van de situatie?
2. Zo nee, waarom niet?
2. Zo ja: hoe gaan zij er mee om?
3. Kunt u er makkelijk met ze over praten?
4. In hoeverre helpt u ze bij hun contacten met de buitenwereld (vriendjes, vriendinnetjes, school etc.) als het om dit onderwerp gaat?
5. Zou u voor uw kinderen bij elkaar blijven of juist niet?

HOOFDSTUK IV: HULP ZOEKEN EN HULP BIEDEN

Als er een hoofdstuk gewijd wordt aan de hulpverlening aan homoseksuele mannen en vrouwen in een heterorelatie dan ga je er vanuit dat een dergelijke relatie problemen oplevert en dat er al of niet professionele hulp gezocht moet worden. Dat is lang niet altijd het geval.

Er zijn mensen die soepel en zonder al te veel moeilijkheden met hun situatie omgaan. Zij zien hun manier van leven als een verrijking en beide partners kunnen hier samen goed mee uit de voeten. Het komt niet in hun hoofd op om hulp van buiten te zoeken.

Anderen voelen wel aan dat hun situatie erg moeilijk is, maar lossen dit zelf op of komen er met hulp van vrienden en familie uit. Een grote groep houdt zijn voorkeur geheim en leidt een dubbelleven.

Daar komt geen hulpverlener aan te pas, want als je hulp zoekt dan geef je toe dat je ergens mee zit. En dat is te confronterend.

Bovendien is het zoeken van hulp bij professionele hulpverleners of bij een zelfhulpgroep nogal milieugebonden: niet iedereen is gewend om met problemen naar anderen te gaan en niet iedereen kan makkelijk over gevoelens praten. Het zijn vooral de midden-en hoog opgeleiden die, met hun verlangens van het "relatietotaalpakket" onder de arm, de kamer van de hulpverlener binnenstappen of een afspraak maken met de vrijwilligers van de zelfhulpgroep "Orpheus".

Dit hoofdstuk gaat dus over het bekende topje van de ijsberg.

Het is van belang na te gaan waarom hulpvragers hulp zoeken en wat ze van hun hulpverleners wèl en niet kunnen verwachten. Tegelijkertijd is aandacht voor de hulpverleners zelf op zijn plaats. In hoeverre is er bijvoorbeeld verschil tussen een professionele hulpverlener en een ervaringsdeskundige? En maakt het dan voor de hulpvragers veel uit welke vorm van hulpverlening hij/zij zoekt?

1. Een beperkte groep.

Lang niet iedere homoseksuele man of lesbische vrouw in een heterorelatie zoekt hulp. Als je voor je gevoel slechts homoseksuele handelingen pleegt die je, los van je heteroseksuele relatie, reserveert voor een aparte tijd en een aparte plaats (de "baan", de sauna, de homobar, geheime contacten etc.) dan zul je niet gauw naar een hulpverlener stappen. De situatie wordt al wat moeilijker wanneer je je voorkeur ervaart als iets dat helemaal bij je past en dat sterk afwijkt van de heterorelatie die je hebt, kortom als je merkt dat je een homoseksuele identiteit hebt, dat je niet alleen aan homoseks doet, maar homoseksueel bent.

Als de betrokkene het zó beleeft dan heeft dit consequenties, ook al zullen er veel mensen zijn die een dubbelleven blijven leiden. Dikwijls komt dan ook de vraag naar voren hoe het nu verder moet. Het gaat dan niet meer alleen om seks, maar om je hele leefstijl, je hele manier van in de wereld staan. Jarenlang kun je daarmee rondlopen.

Pas als de betrokkene besluit dat het zo niet langer gaat kan er hulp gezocht worden. Dat kan nog gebeuren vóóordat de partner van de situatie op de hoogte wordt gebracht. Je kunt bijvoorbeeld met vrienden gaan praten. Lang niet altijd komt het tot contacten met professionele hulpverleners of met vrijwilligers van een zelfhulpgroep als "Orpheus". Dat hangt met een aantal factoren samen. Er zijn mensen die hun eigen situatie soepel hanteren, het soms als een verrijking ervaren, of er met goede wil uitkomen.

Zij kloppen niet bij hulpverleners aan. Vervolgens blijft er toch een grote groep over (waarschijnlijk is deze groep veel groter dan de groep die deze situatie soepel hanteert) die wel degelijk in de problemen zit. Toch hangt het dan sterk

van het milieu af of er hulp wordt gezocht. En àls er hulp wordt gezocht is het maar de vraag of er hulp van buiten moet komen. In sommige kringen hang je “de vuile was gewoon niet buiten” (en de was is in de ogen van de betrokkenen soms heel vuil) en houdt je de problemen binnenshuis.

Met name midden-en hoog opgeleiden blijken de weg naar de hulpverlenende instanties het best te kunnen vinden. Dat komt ook omdat de manier waarop deze instanties hulp bieden sterk gericht is op het onder woorden brengen van je eigen gevoelens en dat kunnen midden-en hoog opgeleiden over het algemeen goed. De sterk verbaal gerichte hulpverlening kan echter voor velen een drempel zijn. Niet in alle milieus is het gewoon om uitgebreid over gevoelens te reflecteren. Midden-en hoog opgeleiden zijn binnen hun relatie ook het meest gericht op het wederzijds verbaal uitwisselen van eigen gevoelens en gedachten.

De partners hebben elkaar bewust uitgekozen en zien hun relatie ook als een hele onderneming waaraan voortdurend gewerkt moet worden. Dit maakt een relatie heel erg kwetsbaar. Je moet steeds alert zijn op wat de ander wil, op wat jezelf wenst en op hoe je met elkaar communiceert. Kortom: de midden-en hoog opgeleiden hanteren het ideaalbeeld van de moderne, romantische liefdesrelatie met alle hoge eisen die daaraan verbonden zijn. En met dit “relatietotaalpakket” (dat de betrokkenen niet eens altijd bewust hanteren) stappen ze dan naar de hulpverleners die klaarstaan om dit pakket “grondig door te nemen”. Laag opgeleiden gaan dikwijls heel anders om met hun relatie. Ze zijn meer gericht op het gezin zelf en op onderlinge solidariteit wat tot gevolg heeft dat zij soms geen aansluiting vinden bij de professionele hulpverlening.

Mensen in beide milieus kunnen in de problemen raken, maar de manier waarop er mee omgegaan wordt is enigszins verschillend. Laag opgeleiden uiten hun emoties vaak op een directere manier (“Hij d’r uit of ik d’r uit”), er wordt minder om de hete brij heen gedraaid. Dat kan een enorm voordeel zijn, ook als hulpverlener weet je snel waar je aan toe bent. Een hulpverlener moet de manier van hulpverleners daaraan aanpassen. Snel zal blijken of de gewenste acceptatie van de situatie haalbaar is en of er iets mee kan worden gedaan waar beide partijen tevreden mee zijn. Meestal komt die acceptatie goed op gang: “Als het moet dan moet het”.

Midden en hoog opgeleiden hebben soms de neiging zo veel te praten en na te denken over hun situatie dat het voor de hulpverlener moeilijk is om de werkelijke gevoelens van de betrokkene(n) te peilen.

e heteroseksuele partner zegt bijvoorbeeld dat hij/zij de homoseksuele gevoelens van de partner accepteert (“het moet kunnen”), maar de werkelijke gevoelens blijven verborgen.

Het is voor de hulpverlener dan moeilijk om er een “vinger achter te krijgen”. Hulpverlening gaat over hulp die al of niet professioneel wordt gegeven aan mensen die hun situatie als zeer problematisch ervaren en er op gericht zijn hun situatie te verbeteren. Ze kunnen hun gevoelens onder woorden brengen en zijn bereid om daar met derden, buiten hun directe vrienden-en familiekring, over te praten. Dat is een klein, maar vrij constant aantal mensen.

Zoals gezegd bellen er bijvoorbeeld per jaar zo’n 4 à 500 mensen naar de vereniging “Orpheus”, opgericht in 1970 onder de naam “Ge-Hu-En-To-Zo”

(gehuwd en tòch zo) door Jacques Hooftman, een jurist uit den Haag die in het blad Vrij Nederland een advertentie plaatste met als titel: "Bent U ook zo moe?" Een veelzeggende titel die getrouwde homoseksuelen opriep contact met elkaar op te nemen om elkaar te ontmoeten.

Zo ontstond een vorm van zelfhulpverlening die tot op de dag van vandaag een duidelijke functie vervult. Op 14 plaatsen in Nederland worden maandelijks open avonden gehouden waar iedereen naar toe kan gaan om te praten met mensen die in dezelfde situatie zitten als de nieuwkomers en daar meestal al meer ervaring mee hebben. Daarnaast is er een landelijk telefonisch netwerk van- eveneens - vrijwilligers die gebeld kunnen worden door iedereen die in de problemen zit of verdere informatie wil hebben over open avonden.

De hulpvragers zijn vrijwel allemaal tussen de 30 en de 60 jaar, met een piek rondom de 40 jaar. Het ligt voor de hand om hierbij te denken aan de "midlife crisis": er komt in onze samenleving voor velen een moment waarop men zich de vraag stelt of er nog meer in het leven is dan hetgeen tot nu toe gebeurd is. Ben je als jongere aanvankelijk druk bezig met het uitrollen van de "levensloper", op een gegeven moment ga je achterom kijken en sta je stil bij hetgeen tot stand is gebracht.

Dat terugkijken kan heel heftig zijn. Je kunt je afvragen of het niet anders had gekund. Vaak komt dan de homoseksuele voorkeur (waarvan de meesten wel een vage notie hadden, maar waarmee verder niets is gedaan) in alle hevigheid naar boven.

De heteroseksuele relatie komt dan in een crisis terecht. Er moet alsnog ruimte worden gegeven aan een gevoel dat altijd is weggestopt. Het tijdsperspectief speelt daarbij een belangrijke rol: rondom de 40 wordt het besef sterker dat-menselijkerwijs gesproken - de helft van je leven voorbij is. Je kunt jezelf toch niet altijd blijven verloochenen, straks is het te laat en heb je een wezenlijk element in je leven laten liggen. En dat is onvergeeflijk.

Homoseksuele gevoelens kunnen ook als donderslag bij heldere hemel uit de lucht komen vallen, maar dan nog is het opvallend dat dit vaak gebeurt rondom het 40e-45e levensjaar.

Een in onze cultuur toch dikwijls gevoelige periode waarin velen een wending aan hun leven willen geven. De meeste hulpvragers kunnen hun problemen vrij goed verwoorden.

Hulpvragers zijn soms heel direct, maar komen soms ook met bedekte vragen, omdat ze erg onzeker zijn en een enorme drempel over moeten: "Toen ik me voorgenomen had voor het eerst zo'n open avond te bezoeken, heb ik wel een uur heen en weer gelopen voor de ingang van het gebouw waar de avond werd georganiseerd. Ik durfde gewoon niet naar binnen.

Het hart klopte in mijn keel. Wie zou ik daar aantreffen? En wat zouden ze tegen me zeggen?

En vooral ook: als ik naar binnen zou gaan zou ik daarmee voor mezelf toegeven dat ik echt hulp nodig had en dus echt een getrouwd homo was." (bezoeker open avond van de vereniging "Orpheus").

Hoewel mensen uit alle mogelijke lagen van de bevolking hulp zoeken, komen er toch opvallend veel mensen uit het onderwijs, de gezondheidszorg, de

kerkelijke wereld (geestelijken), de hulpverlening en meer in het algemeen uit andere beroepen waarvoor een hogere opleiding vereist is. Beroepen waar sowieso heel wat nagedacht en gediscussieerd wordt, vaardigheden die goed van pas komen als er hulp gezocht wordt.

Sommigen zoeken eerst professionele hulp en wenden zich tot bijvoorbeeld de huisarts of een RIAGG, anderen gaan alleen naar open avonden van de vereniging "Orpheus" of worden daar naartoe verwezen door professionele hulpverleners.

De omgekeerde weg is ook mogelijk: soms is de problematiek zo ernstig dat vrijwillige hulpverlening niet voldoende is en er hulp gezocht moet worden bij een psychotherapeut, psycholoog of psychiater. Soms worden homoseksuele mannen en vrouwen met een heterorelatie als twijfelaars beschouwd, als mensen die niet krachtig genoeg hun eigen keuzes in het leven hebben gemaakt. Hoewel dit zeker waar zal zijn voor een aantal van hen (en dan nog kun je je afvragen of dat een doodzonde is!), het merendeel van de hulpvragers is psychisch volkomen gezond, maar is in de moeilijkheden komen door een veelheid van factoren die in eerdere hoofdstukken is beschreven. Het twijfelen kan daarbij een rol spelen, maar de belangrijkste oorzaak is gelegen in de in onze cultuur heersende opvattingen over intieme relaties (met alle hoge eisen en verwachtingen die daar bij horen) en in de maatschappelijke onderdrukking van homoseksualiteit die nog altijd voortduurt, zij het minder dan pakweg vijftig jaar geleden.

2. Wanneer zoek je hulp en wat kun je verwachten?

Dit zijn twee vragen die de meeste mensen zich stellen als ze in de problemen zitten en erover nadenken om hulp te zoeken. Heel vaak hebben de betrokkenen een soort schaamtegevoel dat ze er zelf niet uitkomen. De drempel om hulp te zoeken is dan ook vrij hoog. Daar komt in dit geval nog bij dat het hier om hele intense problemen gaat waar de betrokkenen zelf soms maar met moeite voor uitkomen. Je moet tegenover een buitenstaander toegeven dat je homoseksuele gevoelens hebt en dat is voor de betrokkenen zelf soms heel moeilijk, zeker omdat de hulpvrager het lang nog niet altijd voor zichzelf duidelijk heeft, laat staan kan toegeven. Je kunt dan hulp zoeken en aangeven dat je relatieproblemen hebt. Een hulpverlener is dan meestal niet direct in staat om achter zo'n algemene uitspraak te kijken en te ontdekken wat er precies gaande is. Maar het is niet erg als je nog niet precies weet wat je moet zeggen. Als er een vertrouwensrelatie tussen de hulpvrager en de hulpverlener groeit komt er vanzelf meer openheid, hoewel niet alle hulpverleners gewend zijn om te gaan met de problematiek van de homo-heterorelatie. Het is als je hulp zoekt wel verstandig om je af te vragen of je liever met een man praat dan met een vrouw of omgekeerd. Als vrouw wil je misschien het liefst met een vrouw praten en als man zoek je misschien bij voorkeur een man. Hetzelfde geldt ook voor de seksuele voorkeur van de hulpverlener, hoewel die in de professionele hulpverlening niet altijd duidelijk is. Homo's/lesbiennes blijken vooral met andere homo's/lesbiennes te willen praten en hetero's met ander hetero's in dezelfde situatie. Dat vergroot de openheid van het gesprek. Je begrijpt elkaar ook makkelijker. Als je met ervaringsdeskundigen (bijvoorbeeld van de vereniging "Orpheus") in zee gaat

weet je in ieder geval vrijwel altijd zeker dat ze je zullen begrijpen. Hulp zoeken kan veel verlichting geven en duidelijkheid scheppen. Je praat eindelijk eens met een niet direct-betrokkene. Immers: het is niet verstandig om als partners elkaars therapeut te zijn. Als partner ben je te emotioneel bij de hele zaak betrokken, je bent "partij" en dat is niet altijd bevorderend voor een heldere kijk op de zaak.

Een hulpverlener is in principe neutraal.

Als hulpvrager zit je al gauw in een afhankelijke positie. De hulpverlener weet het, heeft ervoor gestudeerd of is ervaringsdeskundige. De hulpvrager zit met een moeilijk probleem, de hulpverlener niet. Afhankelijkheid is een valkuil die zoveel mogelijk vermeden moet worden. Je kunt de hulpverlener als een soort vader of moeder gaan zien. Hij/zij moet voor je zorgen en je probleem oplossen. Je kunt er verliefd op worden. Je kunt hem of haar alles toeschrijven wat mooi en lelijk is. De hulpverlener is een prachtig "projectiescherm" van onze gevoelens. Maar uiteindelijk moet je zelf leren leven met de situatie, welke oplossing je ook zoekt en uiteindelijk vindt. Een goede hulpverlener zal je ook niet precies zeggen hoe je de problemen moet oplossen, maar zal je helpen je eigen oplossing te vinden door je een spiegel voor te houden van je eigen situatie. Goede hulpverleners bieden een luisterend oor en geven de hulpvragers ook het gevoel dat ze zichzelf kunnen zijn: "Toen ik dan eindelijk de moed had gevonden om naar zo'n open avond te gaan en met mensen te spreken die in dezelfde situatie zaten als ik ging er een hele nieuwe wereld voor me open.

Er waren veel meer mensen met precies dezelfde problemen als ik, terwijl ik altijd dacht dat ik de enige was! Er viel een zware last van me af, er waren eindelijk andere mensen die naar mij luisterden, mensen bij wie ik mijn problemen kwijt kon. En wat ook heel belangrijk was: ik kon gewoon mezelf zijn, ik hoefde de schijn niet hoog te houden zoals ik tot dan toe altijd gedaan had" (bezoeker, middelbare leeftijd, open avond vereniging "Orpheus").

3. Professionele hulpverlening of begeleiding door ervaringsdeskundigen?

Kun je beter naar een professionele hulpverlener stappen of naar iemand die de situatie uit eigen ervaring kent? Beide vormen van hulpverlening hebben hun voor- en nadelen.

Mensen die de homo-heterorelatie uit eigen ervaring kennen, zoals de vrijwilligers bij de vereniging "Orpheus", staan dicht bij de hulpvragers. Nogal logisch: ze hebben hetzelfde doorgemaakt, zij het dat ze een stap verder zijn in het proces. Ze kunnen goed met de problemen omgaan en hebben besloten anderen hiermee te helpen. "Nieuwkomers" durven aan de vrijwilliger vaak ook meer te vragen, omdat zij weten dat de hulpverlener de moeilijkheden uit eigen ervaring kent. Hulpvragers voelen zich bij ervaringsdeskundigen snel op hun gemak, hoewel de laatsten ook heel bedreigend kunnen zijn. De hulpverlener is bijvoorbeeld gescheiden, de hulpvrager is daar helemaal niet aan toe en vraagt zich af: "Hangt mij dit ook boven het hoofd?" En omdat de psychologische afstand tussen hulpvrager en hulpverlener bij deze vorm van hulpverlening dikwijls zo gering is kan er een te snelle en te vergaande

identificatie tussen hulpverlener en hulpvrager plaatsvinden. De hulpvrager kan gaan denken: "Ik moet het doen zoals mijn hulpverlener het heeft gedaan" en de hulpverlener kan soms te weinig emotionele afstand houden tot de vragers en te veel z'n eigen oplossing van het probleem als norm hanteren. Belangrijk is ook hier de eigen, creatieve omgang met het gegeven. Iedereen moet zijn eigen oplossing zien te vinden. De ervaringsdeskundigen moeten dit dan ook duidelijk aangeven. Het is in ieder geval voor de hulpvragers heel prettig met mensen te praten die hun ervaringen kunnen delen. Het zijn "lotgenoten", hoewel deze term erg zwaar klinkt. Je zou ook kunnen zeggen: door te praten met mensen die in dezelfde situatie zitten krijg je het gevoel dat je niet de enige bent die met het probleem worstelt. En dat gevoel hebben heel veel mensen die in een homoheterorelatie zitten, zeker omdat het onderwerp nogal taboe is en er verder weinig over wordt gesproken. Tegelijk vormen deze "lotgenotencontacten" vaak de eerste stap op weg naar verdere bewustwording en naar verwerking van de gerezen moeilijkheden. Dikwijls worden er ook nieuwe vriendschappen gesloten en het zal niet de eerste keer zijn dat er nieuwe relaties ontstaan. Homoseksuele mannen en lesbische vrouwen vinden er soms hun eerste vriend of vriendin. Dit geldt ook voor de heteroseksuele partners, hoewel soms het gevaar dreigt dat aan hun positie te weinig aandacht wordt besteed. Het nieuwe, de aanleiding van "alles" is immers het homo/lesbisch zijn van de ander. Die moet zijn/haar verhaal kwijt! Met name oudere heteroseksuele vrouwen zitten soms in een lastige positie. Zij hebben vanuit hun opvoeding vaak geleerd hun eigen belangen ondergeschikt te maken aan die van hun man. En als hun man dan homoseksueel blijkt te zijn gaat de aandacht vaak eenzijdig naar hem uit. Verder durven oudere vrouwen vaak niet over hun eigen seksuele behoeften te praten, terwijl hulpverleners dit punt vaak onaangeroerd laten omdat ook zij er (dikwijls onbewust) vanuit gaan dat de seksuele behoeften wel zullen afnemen als je ouder wordt. Mannen zijn ook op deze punten vaak zelfstandiger, ondernemen meer en vinden meestal hun weg wel. Daarom is het belangrijk steeds in de gaten te houden dat er aan beide partners voldoende aandacht wordt besteed. Beiden moeten uiteindelijk tevreden zijn met de weg die zal worden gevolgd.

Professionele hulpverleners zijn afstandelijker, zij kennen de situatie meestal niet uit eigen ervaring. De rollen zijn ongelijker, er is echt sprake van iemand die vraagt en een hulpverlener die deskundig is en dan vooral geschoold is in het begeleiden van processen die zich binnen en tussen mensen afspelen. Die afstand is een voordeel als het gaat om het goed kunnen waarnemen van de processen die zich bij hulpvragers afspelen. De hulpverlener zal door deze afstand een helder zicht kunnen krijgen op de situatie en van hieruit begeleiding kunnen geven. Wel kunnen hulpvragers het gevoel hebben dat de professionele hulpverlener zelf de homo-heterorelatie niet accepteert, ook niet echt begrijpt of misschien zelfs wel raar vindt. Het blijkt in de praktijk voor te komen dat professionele hulpverleners niet altijd goed om kunnen gaan met seksuele vraagstukken en soms zelf kampen met hun eigen taboes op dit gebied. Dit is natuurlijk niet bevorderlijk voor een goede hulpverlening. Een goed inzicht in de eigen waarden en normen rondom seksualiteit in het algemeen en met name in homoseksualiteit in het bijzonder is daarom erg belangrijk.

De samenwerking tussen de professionele hulpverlening en de hulpverlening door vrijwilligers is de laatste jaren erg verbeterd. Artsen of een psychologen/therapeuten verwijzen regelmatig naar ervaringsdeskundigen en omgekeerd. Met name als er in het contact met vrijwilligers blijkt dat hulpvragers complexe persoonlijke- en dus relatieproblemen hebben is het raadzaam naar professionele hulpverleners te verwijzen. Het kan namelijk zijn dat de homo-heteroproblematiek deel is van een veel groter gebied van problemen die soms hun oorsprong vinden in de vroege jeugd of in traumatische ervaringen. Daar zijn vrijwilligers meestal niet op voorbereid en niet in getraind. Soms is dan, meestal tijdelijk, psychologische of ook psychiatrische hulp nodig. Daarna kan de man of vrouw de moeilijkheden meestal wel weer aan en is contact met mensen in dezelfde situatie voldoende.

4. Is de hulpverlener homo of hetero/ man of vrouw?

Een belangrijk punt bij hulpverlening aan mensen met een homo-heterorelatie is het geslacht en de seksuele voorkeur van de hulpverlener zelf. Hulpverlening is niet neutraal, hoe professioneel ook. Moet de hulpverlener homo zijn of hetero? Man of vrouw? Of doet het er niet toe?

De vereniging "Orpheus" zorgt er bij de opvang voor dat de mogelijkheid bestaat dat lesbische vrouwen met lesbische vrouwen kunnen praten, echtparen met echtparen, heteromannen met andere heteromannen, heterovrouwen met heterovrouwen en homomannen met homomannen. Het is uiteraard niet verplicht (het gaat om vrijwillige hulpverlening!), maar de mensen vragen er vaak zelf om. Het biedt ze de grootst mogelijke identificatie en de grootst mogelijke kans op begrip. Het bijzondere van een vereniging als "Orpheus" is dat alle betrokken groeperingen (mannen/vrouwen/kinderen/hetero/bi/homo) meedraaien in de hulpverlening, zodat iedere hulpvrager een geschikte gesprekspartner kan vinden. Identificatie kan in een dergelijk geval, zoals gezegd, ook te ver gaan, maar het is de taak van iedere hulpverlener er voor te zorgen dat iedere hulpvrager zijn eigen weg vindt.

In de professionele hulpverlening liggen de zaken iets anders. De hulpverlener verleent lang niet altijd niet per definitie hulp vanwege zijn of haar man- of vrouwzijn of vanwege eigen seksuele voorkeur; meestal zelfs niet. Sommige heteroseksuele hulpverleners hebben bijvoorbeeld weinig interesse in het onderwerp omdat ze bang zijn om zelf als homoseksueel te worden geëtiketteerd en zijn dan bang om hun carrière op het spel te zetten als ze steeds aan homohulpverlening doen. Er heersen toch ook onder professionele hulpverleners nog wel eens vooroordelen ten aanzien van homoseksualiteit of er bestaat weinig kennis van de homoseksuele leefwereld. Ook kun je als hulpverlener bijvoorbeeld moeite hebben met "overspelig" gedrag van je cliënten. Dat wil zeggen: de hulpverlener ziet het als een stoornis als de man of vrouw, naast het huwelijk, een relatie met een vriend/vriendin aangaat. Je zou dan geen "knopen door kunnen hakken" of je "durft je niet aan één iemand te binden" (ervan uitgaande dat de binding aan één persoon de norm is en psychisch het gezondste is).

In principe moet de professionele hulpverlener hulp geven vanwege zijn/haar professionele manier van werken en niet vanwege zijn/haar man- of vrouw-,

hetero- of homo zijn. Toch kun je daar als professionele hulpverlener niet helemaal omheen. De hulpvragers kunnen, zeker als man en vrouw allebei tegelijk komen, denken dat een mannelijke hulpvrager meer aan de kant van de man staat en een vrouwelijke hulpverlener automatisch voor de vrouw kiest. Ook kan de homopartner denken dat een heterohulpverlener aan de kant van de heteropartner staat en omgekeerd kan een homoseksuele hulpverlener (soms onbewust) partij kiezen voor de homopartner, waardoor de heteropartner zich afgewezen voelt.

Sommige homoseksuelen zijn zo boos op de heteromaatschappij (en daarmee op hun heteropartner), dat ze dit afreageren op hun heteroseksuele hulpverlener. En een heteropartner kan agressief zijn naar een homoseksuele hulpverlener, omdat "haar/zijn huwelijk is verpest door homoseksualiteit".

Het is belangrijk dat de hulpverlener deze processen onderkent. Het zijn hele normale menselijke gevoelens die niet meteen afgekapt hoeven te worden, maar op de juiste manier moeten worden gekanaliseerd. Zo kan de hulpverlener er voor zorgen dat de partners deze gevoelens naar elkaar toe leren uiten, zodat zij er tenslotte zelf een weg in kunnen vinden.

Er valt moeilijk een algemene uitspraak te doen over de wenselijkheid van het man- of vrouw-zijn, het homo of hetero-zijn van de hulpverlener. Wel is duidelijk dat deze aspecten méér dan in andere situaties van grote invloed kunnen zijn op de manier waarop de hulpverleningsgesprekken verlopen. De hulpverlener moet zich van al deze aspecten dan ook in hoge mate bewust zijn. Je moet je bewust zijn van de normen die jezelf als hulpverlener hanteert op het gebied van relaties en seksualiteit en je realiseren dat daar in homo-heterorelaties soms anders mee omgegaan wordt dan je gewend bent.

Het is wenselijk dat heteroseksuele hulpverleners zich inleven in de belevingswereld van homoseksuele mannen en vrouwen en zich verdiept hebben in de maatschappelijke positie van homoseksuelen en de homoseksuele (sub)cultuur. Homoseksuele hulpverleners moeten weten dat je een neiging kunt hebben om je teveel te identificeren met de homopartner (het kan je herinneren aan je eigen strijd op dit gebied!) en minder aandacht te besteden aan de positie van de heteropartner. Bovendien moet elke hulpverlener homoseksualiteit als een gegeven behandelen dat volstrekt gelijkwaardig is aan heteroseksualiteit. Psychische problemen moeten niet per definitie gekoppeld worden aan homoseksualiteit, zoals vroeger vaak gebeurde (en ook nu dikwijls nog gebeurt).

Kortom: een professionele hulpverlener moet van alle markten thuis zijn, kennis hebben van zowel de heteroseksuele als de homoseksuele wereld, zowel van het man-zijn als van het vrouw-zijn, wil hij/zij werkelijk professioneel handelen. Een hoge mate van bewustwording van al deze "markten" kan hieraan een enorme bijdrage leveren.

5. Waar loopt het op uit?

Wat beoog je met de hulp die je geeft, of het nu professioneel of vrijwillig is of allebei?

Relatieprocessen verlopen langzaam. Sommige echtparen met een homo-heterorelatie gaan vrijwel direct nadat de situatie duidelijk is geworden uit elkaar. Ze kunnen de situatie niet aan en nemen radicale besluiten. Toch blijkt

dat degenen die snelle besluiten nemen daar later op terug komen en alsnog hun situatie moeten verwerken. Het gegeven dat ze lang samen zijn geweest met een partner brengt nu eenmaal met zich mee dat het niet “in je kouwe kleren gaat zitten”. Dat is niet negatief bedoeld: elke relatie, zeker als deze een aantal jaren heeft geduurd (en dat is bij homo-heterorelaties vrijwel altijd het geval), zet een onuitwisbaar stempel op je leven. En als de relatie dan voorbij is moet daaraan, zoals dat heet, een plek gegeven worden.

Als dit niet gebeurt blijven mensen met onverwerkte gevoelens zitten, soms zelfs met haatgevoelens. Het is dus in de eerste plaats belangrijk dat er voor het hele proces genoeg tijd wordt uitgetrokken. Het klinkt als een cliché, maar het is maar al te waar: de tijd doet het meeste werk. Gesprekken, met professionele of vrijwillige hulpverleners of met allebei, kunnen daarbij helpen. Het is moeilijk om onder ogen te zien dat een relatie stuk loopt.

Veel stellen die om hulp vragen willen er van alles aan doen om hun relatie te redden en zeggen bijvoorbeeld:

“Vriendschap is voor ons het belangrijkste en maakt wel 95% van onze relatie uit, de seks is niet het belangrijkste, slechts 5%”. Toch moeten zij zich realiseren dat de verschillende seksuele voorkeur juist de reden was van de hulpvraag. De kracht van seksualiteit wordt onderschat om de relatie te redden. Dat is begrijpelijk. Veranderen doen de meeste mensen liever niet. Het is moeilijk. Het is angstig. Waar loopt het op uit? Zekerheid is toch ook belangrijk? Alleen mensen die een bevredigend seksueel leven leiden kunnen zeggen dat seks niet zo belangrijk is. Ook geld is niet belangrijk als je er veel van hebt.

Zodra er problemen op het seksuele vlak zijn merk je pas hoe belangrijk seksualiteit is.

Zeker in onze cultuur is dat het geval, immers: de persoonlijke, seksuele voorkeur is gekoppeld (geraakt) aan de romantische relatie van het huwelijk (en de andere intieme samenlevingsvormen die daar later bijkwamen, zoals het samenwonen, het homo-huwelijk etc.). Dat is een gegeven met een hele pijnlijke kant: in met name homo-heterorelaties is de vriendschap tussen partners dikwijls hecht. Het zijn de slechtste relaties niet. En juist zij kunnen niet meer samen verder. Dat maakt deze relaties ook zo speciaal en maakt het scheidingsproces wezenlijk anders dan bij andere relaties. De partners haten elkaar (meestal) niet, er is lang niet altijd een doorlopende ruziesfeer in huis. Men waardeert elkaar juist heel erg als mens. De lesbische vrouw zoekt echter niet het man-zijn van de heteroseksuele partner.

En de homoseksuele man valt niet op het vrouw-zijn van zijn vrouw/vriendin. Dat doet ontzettend veel pijn. De homopartner kan zich hierover heel erg schuldig voelen. Hij/zij kan niet (of maar ten dele) voldoen aan de seksuele verlangens van de partner en heeft dit misschien ook heel lang verzwegen. De heteropartner kan hierover boos en verdrietig zijn en de partner kan de ander dit stilhouden ernstig verwijten. “Waarom heb je dit in vredesnaam niet eerder gezegd?” is een veel gehoorde vraag. Het vertrouwen is geschonden.

Aan al het schuldgevoel, de boosheid, de rouw van gemiste kansen en het verdriet moet ruim aandacht besteed worden door de hulpverlener. Pas nadat deze gevoelens de kans hebben gekregen kan er ruimte komen voor het verdere verloop van het proces. Een kant en klare oplossing kan niet worden gegeven. Alle hulpverleners moeten de hulpvragers hun eigen weg laten gaan.

Er zijn stellen die bij elkaar willen blijven, omdat ze hun band belangrijker vinden dan een onzekere toekomst. Vaak gaat het om oudere echtparen die al een heel leven samen hebben gedeeld, hoewel dit niet altijd zo is. Alle keuzes die de betrokkenen maken moeten in ieder geval door beide partners worden gedeeld. Dat is het meest ideale. De heteropartner zal regelmatig uitroepen: "Ik heb er niet om gevraagd!" Dat is ook zo, dat gegeven moet zeker worden erkend. Toch zal hij/zij de seksuele voorkeur van de partner als een onomstotelijk gegeven moeten aanvaarden om verder te kunnen. Bovendien zal de heteropartner zich moeten afvragen: "Waarom ben ik indertijd met hem/haar in zee gegaan?"

De verantwoordelijkheid voor de relatie ligt uiteindelijk bij beide partners. Sommige vrouwen vallen bij voorbeeld op een bepaald type man. Heel vaak blijken dat homoseksuele mannen te zijn. Het is belangrijk dat deze vrouwen zich afvragen waarom dit type mannen hen zo bevalt. Deze voorkeur zegt ook vaak iets over de seksualiteitsbeleving van de vrouw zelf. Zo hebben sommige vrouwen vervelende ervaringen met seksualiteit opgedaan en zijn ze, soms zelfs onbewust, op zoek naar een partner die niet zo'n direct beroep doet op hun seksualiteit. Maar nog vaker hebben vrouwen (nog) niet geleerd van seksualiteit te genieten en vinden ze het eigenlijk gek van zichzelf als ze seksualiteit zo belangrijk vinden. Soms ook vinden vrouwen homoseksuele mannen geëmancipeerder dan heteroseksuele mannen en kunnen ze makkelijker met homo's praten dan met heteromannen.

Dit alles zegt niet alleen veel over de normen die de vrouwen zelf hanteren, maar ook iets van het beeld dat hetero's, homo's, mannen en vrouwen van elkaar hebben.

De hele situatie levert vooral voor vrouwen, nadat het verdriet en de boosheid is geuit, vaak enorm veel op: menigeen komt als zelfstandiger vrouw uit de relatie te voorschijn en voelt zich hierdoor sterker en geëmancipeerder dan ooit. Maar ook de heteroseksuele man die met een lesbische vrouw samenleefde "komt zichzelf tegen" en zal zich afvragen wat hem zo aantrok in de vrouw waar hij zijn leven mee deelde. In de hulpverlening kunnen deze emancipatieprocessen worden begeleid. De homoseksuele man zal vooral vorm moeten gaan geven aan een nieuw, homoseksueel leven, al of niet binnen zijn bestaande heterorelatie.

Voorals oudere mannen vinden dit moeilijk, de homosubcultuur is erg op jong gericht, iets waar lesbische vrouwen juist vaak weer geen last van hebben. Heteroseksuele partners zullen opnieuw hun eigen positie moeten leren bepalen, zowel wanneer de bestaande relatie voortduurt, als wanneer er een einde aan komt. Je moet leren je grenzen te stellen. Wat kun je aan als je bij elkaar blijft? Kun je het verdragen als je partner bijvoorbeeld "buiten de deur" vrijt? En ga je dat zelf ook zoeken? En wat ga je doen als je alleen komt te staan?

Niet kiezen, dat wil zeggen, voorlopig bij elkaar blijven kan heel verstandig zijn. Dat is ook een keuze. Het gaat er niet om dat de partners uiteindelijk uit elkaar gaan, hoewel de meesten dit uiteindelijk wel doen. Voor de meesten is het bij elkaar blijven te moeilijk. Het kost te veel energie, het doet beide partners te veel pijn en geen van beiden komt - gemeten naar de maatstaven van de moderne romantische relatie- voldoende tot zijn recht.

Hoe de beslissing ook uitvalt, het verantwoording nemen voor de eigen situatie

is het speerpunt van de hulpverlening. Uiterst belangrijk is hierbij ook het veilig vrijen van vooral de mannelijke homopartner. Zeker zolang hij nog in een heterorelatie zit en nog seksueel contact met zijn vrouw/vriendin heeft moet hij er zich van bewust zijn dat hij veilig met andere mannen vrijt.

Het risico bestaat dat hij zijn eigen partner meesleept in een gevaarlijke situatie. Sommige mannen hebben zo lang gewacht met hun eerste seksuele contacten dat ze als het dan eindelijk gebeurt alle remmen losgooien en vergeten veilige seks te hebben. Tot schade van henzelf, maar ook van hun vrouw/vriendin. Het onderwerp condooms hoort dan ook een vast onderdeel te zijn van de hulpverlening aan mensen met een homo-heterorelatie.

Hulpverleners moeten in ieder geval proberen bij de hulpvragers op al deze elementen aan te koersen.

Openheid, verantwoording nemen voor je situatie, je eigen weg kiezen, het zijn allemaal belangrijke zaken, maar niet altijd haalbaar. Er zijn nu eenmaal hulpvragers die er niet toe kunnen komen om hun situatie open te breken en hun partner in te lichten. Hulp kun je dan niet weigeren. Tegelijkertijd moeten hulpverleners er op blijven wijzen dat

openheid de meeste mensen meer lucht geeft en er meer levensruimte komt. Het begeleiden van de angst hiervoor neemt dan een hele grote plaats in.

Hulpverlening is zeker niet waarde vrij. Niet alleen als het gaat om man/vrouw of hetero/homo-zijn, maar ook ten aanzien van het doel dat je als hulpverlener nastreeft. Dat is ook helemaal niet erg.

Maar ook hier geldt: je moet je ervan bewust zijn wèlk doel je wilt nastreven in je gesprekken met mensen die in grote nood zijn.

Het is ook van het grootste belang zich te realiseren dat wij in grote mate beïnvloed zijn door onze cultuur en geschiedenis, óók als het om relaties en relatievorming gaat. De meesten van ons zijn op zoek naar de prins of prinses op het witte paard en willen het liefst samen oud worden. Het is nog niet zo lang dat wij ons als individu met een eigen mening mogen en kunnen opstellen, vijftig jaar geleden was dat nog heel anders.

De omgeving reageert op ons gedrag, op ons homo-zijn, ons hetero-zijn. Heel wat homo's en vrouwen worden nog steeds gediscrimineerd, hoewel dit vaak op subtiele wijze gebeurt.

Ook heteroseksuele mannen die openstaan voor verandering worden vaak niet serieus genomen. In de homo-heterorelatie komen al deze invloeden sterk naar voren, zeker als je er mee naar buiten treedt en bijvoorbeeld via hulpverlening een oplossing wilt vinden voor je moeilijkheden. Iedereen die zich op dit terrein begeeft, of hij/zij er nu voor gestudeerd heeft of als ervaringsdeskundige hulp biedt, moet zich dit realiseren en de betrokkenen helpen niet langer slachtoffer te zijn van omstandigheden en eenmaal gemaakte keuzes.

Het is voor de hulpverlener van belang om de romantische beelden die hulpvragers soms over een relatie hebben kritisch te benaderen, al was het alleen maar om de betrokkenen te laten inzien dat deze idealen te hoog gegrepen zijn en dat de praktijk vaak heel anders uitpakt.

Het "relatietotaalpakket" komt onherroepelijk onder vuur te liggen. Als beide partners samen verder willen (op welke manier dan ook) zullen ze eenmaal gemaakte keuzes opnieuw moeten overwegen en andere wegen inslaan. Ze zullen hun waarden en normen moeten herzien, zoals bijvoorbeeld op het terrein van het wel-of niet monogaam zijn. Ze zullen sterk rekening moeten

kunnen houden met elkaars individuele wensen en ontwikkeling. De vraag: "Wat bindt ons, wat niet?" zal met grote nauwkeurigheid moeten worden beantwoord. Daar hebben de partners soms hulp bij nodig van een derde. Als beide partners niet samen verder willen volgt het pijnlijke proces van de scheiding. Beide partners moeten elk voor zich, maar vaak ook samen, nagaan of er in de toekomst nog ruimte zal zijn voor verder contact of niet. Als men "als vrienden met elkaar om wil gaan" zal hier ook over gepraat moeten worden. Als beiden (of één van beiden) het contact definitief willen (wil) verbreken moeten beide partijen toch een plek leren geven aan de verbroken relatie en aan de tijd (soms tientallen jaren) die beiden samen hebben doorgebracht. Hulpverleners spelen in dit proces dan ook vaak weer een belangrijke rol.

Discussievragen

1. Denkt u dat u eventuele problemen zelf kunt oplossen of heeft u hulp van anderen nodig?
2. In hoeverre praat u over uw situatie met familie, vrienden, collega's e.d.?
3. Wat vindt u van professionele hulpverlening en hoe denkt u over hulp van mensen die in dezelfde situatie zitten als uzelf, zoals bij de Vereniging "Orpheus"?
4. Praat u liever met een man of met een vrouw over uw situatie of maakt het u niet uit?
 5. Wat verwacht u uiteindelijk van de hulp en steun van anderen?

HOOFDSTUK V: NA DE CRISIS: MEER NADRUK OP INDIVIDUALITEIT EN IDENTITEIT.

Veel mensen die met hun homo-heterorelatie naar buiten komen en hulp zoeken gaan uiteindelijk uit elkaar en bouwen met vallen en opstaan een nieuw leven op. Een klein aantal van hen blijft bij elkaar en vindt een manier om samen verder te gaan. De meest interessante vraag is nu: hoe leven zij verder? Stellen zij hun verwachtingen ten aanzien van relaties bij? Hebben zij geleerd om hun idealen te relativeren of leven ze net zo als voorheen, alleen nu met iemand anders van al of niet hetzelfde geslacht?

Zijn ze de stille voortrekkers van een nieuwe relatiecultuur waarin er minder hoge of andere eisen worden gesteld? Is er nu meer of minder vrijheid? Meer of minder romantiek? Kortom: wat hebben de ervaringen van de relatiecrisis die mensen met een homo-heterorelatie veelal doormaken uiteindelijk opgeleverd? Hoe vullen ze hun nieuwe leven in als ze die ene nieuwe partner niet gevonden hebben of dit niet meer willen? En: wat kunnen mensen die zich nog maar net van hun situatie bewust zijn geworden van hen leren? Eén ding is alvast duidelijk: mensen die hun verdriet, teleurstelling, angst voor de toekomst en soms ook hun haat achter zich kunnen laten en de verantwoordelijkheid voor hun eigen leven durven op te pakken slagen er stuk voor stuk in om een nieuwe manier van leven te vinden.

Een leven met meer lef, glans en relativiseringsvermogen, met meer diepte en eigenheid. Op dat punt staat de crisis van mensen met een homo-heterorelatie op één lijn met andere crises die mensen in hun leven kunnen doormaken: als je er doorheen komt wordt je er door verrijkt, wordt je meer jezelf.

Er is echter één belangrijk verschil met andere crises: de crisis voor mensen in een homo-heterorelatie draait om het besef dat de seksuele identiteit in onze cultuur zowel breekpunt als uitgangspunt is en blijft voor intieme relaties. Van dat besef zijn de betrokkenen sterk doordrongen en van hieruit kiezen zij hun nieuwe relaties. Daarbij zijn ze zich sterk bewust van hun eigen individualiteit en persoonlijke ontwikkeling.

Partnerschap met één geliefde ander is daarbij opnieuw voor de meesten het belangrijkste doel. Maar niet altijd. Sommigen hebben naast hun relatie andere intieme relaties of één andere intieme relatie waar ze regelmatig mee omgaan, steeds gebaseerd op een gelijke seksuele identiteit. En een enkeling kiest voor een netwerk van vrienden met daarbij een minnaar op afstand.

1. Erkenning en verantwoording.

Mensen willen gezien worden zoals ze zijn. De bron van veel conflicten binnen relaties is het verwijt van de ene partner aan de ander : "Je begrijpt me niet, je ziet me niet staan".

Soms gebeurt het volgende: terwijl de homoseksuele partner zich met enthousiasme overgeeft aan de nieuw verworven identiteit en nieuwe contacten zoekt, klaagt de heteropartner en voelt deze zich achtergesteld en bedrogen. Een dergelijke situatie brengt beiden geen stap verder. Pas als beide partners het kunnen opbrengen om elkaar in hun behoeften en gemis te zien en vooral te erkennen is de eerste stap gezet op weg naar een nieuwe situatie met meer perspectief. "Het gaat erom dat je elkaar respecteert in elkaars verschillende proces. Dan kun je elkaar ook loslaten. Ik heb zoveel elkaar hatende mensen gezien: maar als je echt oog hebt voor elkaars proces kun je elkaar niet haten." (trainer ontmoetingsweekenden "Orpheus")

Loslaten betekent in de meeste gevallen: afstand nemen tot elkaar. Een ander leven opbouwen. Bijvoorbeeld: niet meer met elkaar in hetzelfde huis wonen, maar misschien wel bij elkaar in de buurt; ook omdat er meestal kinderen in het spel zijn. Dan is het gewoon handig als je niet al te ver bij elkaar uit de buurt woont. Maar er is meer dan dat: als je zoveel met elkaar hebt gedeeld blijft er altijd een band bestaan, je hebt samen namelijk iets heel bijzonders beleefd: je bent tot de bodem van elkaars bestaan gekomen en bent tot het besef gekomen dat je elkaar daarin alleen maar kunt respecteren, al is dit vaak een moeizaam proces.

Voor zeer velen is de seksuele identiteit (als seksuele voorkeur) de basis van de intieme relatie. Deze identiteit wordt dan gekoppeld aan het man- of vrouw-zijn. En man- of vrouwzijn is weer een sterk cultureel bepaald begrip. Het gevoel van man- of vrouw-zijn wordt gekoppeld aan (cultureel bepaald) mannelijk of vrouwelijk rolgedrag.

Maar velen ervaren hun gevoel van man- of vrouw-zijn ook als iets dat hen is aangeboren, als iets dat wezenlijk bij hen hoort. Hoe het ook zij: dat het man- of vrouw-zijn als cruciaal wordt ervaren is te merken als je intieme relaties aangaat: daarin ontmoet je elkaar als man, als vrouw. Er is dan seksuele aantrekkingskracht, spanning, of het is er niet. Veelal gebruikt men in dit verband het begrip seksuele identiteit. Het blijkt in ieder geval de drijfveer te zijn om bij elkaar te willen zijn of juist niet en leidt tot alle mogelijke situaties: relaties, romantische gevoelens, huwelijken, samenwonen, echtelijke ruzies,

passionele moorden, eeuwige trouw en wat dies meer zij. De vormen waarin deze drijfveer wordt gegoten zijn cultureel bepaald.

In de Westerse cultuur wordt de seksuele identiteit gekoppeld aan vaste relaties, kameraadschap, trouw en samenleven met een daarbij behorend vrouwelijk of mannelijk rolgedrag. In andere culturen worden deze zaken soms meer uit elkaar gehouden. De seksuele identiteit (als seksuele voorkeur) richt zich dan niet altijd vanzelfsprekend op degene met wie je getrouwd bent, omdat een huwelijk bijvoorbeeld in eerste instantie om economische redenen wordt gesloten (de ene familie wordt via een huwelijk aan een andere familie gekoppeld). Dat komt in de Westerse cultuur ook wel voor, maar wordt meestal niet als ideaal gezien. Het wordt niet "romantisch" genoeg gevonden. Het is belangrijk die drijfveer, die seksuele identiteit te erkennen. Er wordt vaak nogal makkelijk over gedaan: "Er is toch meer in het leven?". Dat kun je vooral beweren als je tevreden bent of in een vanzelfsprekende situatie verkeert. Heteroseksuele mannen en vrouwen hebben eigenlijk geen seksuele identiteit omdat ze deze niet bewust hoeven te bevechten. Het is zo vanzelfsprekend dat je er niet eens over na hoeft te denken. Dus bestaat het niet. In die zin is en blijft de seksuele identiteit een kunstmatige constructie.

Maar het blijkt wel dat heteroseksuele mannen en vrouwen die een relatie met een homoseksuele man of vrouw hebben (gehad) ook over hun eigen seksuele identiteit gaan nadenken. De confrontatie met het andere, een andersgerichte identiteit, roept dit kennelijk op.

Vooraf heteroseksuele vrouwen die met een homoseksuele man samenleefden emanciperen zich hierin snel en leren beter aan te geven wat ze wel of niet willen: "Ik wil nooit meer een relatie zonder sex.

Dat is een van de gevolgen van de hele geschiedenis. Ik wil daar ook geen compromissen meer in sluiten. Een relatie moet passioneel zijn. Voor de andere dingen heb ik mijn vrienden." (Vrouw, 44, acht jaar na de scheiding van haar homoseksuele man).

Heteroseksuele mannen ontwikkelen zichzelf vooral ook op het emotionele vlak: "Ik heb geleerd mijn eigen emoties onder woorden te brengen en affectie te tonen. Vroeger was ik veel rationeler." (man, 62, na scheiding opnieuw getrouwd). Daarbij gaat het steeds om mannen en vrouwen die bereid zijn verantwoording te willen nemen voor hun eigen leven en boven alle teleurstelling en verdriet uit willen groeien. Dat is verre van eenvoudig, maar wel de moeite waard: "De scheiding heeft veel opgeleverd. Ik was bang om alleen te zijn.

Nu, 15 jaar later, heb ik dat niet meer. Ik heb veel kansen gehad om zelf te groeien. Die heb ik genomen: ik heb mijn eigen inkomen en mijn eigen leven. Ik weet wat ik wil. Ik zou niet meer dagelijks iemand om me heen willen en zou mijn vrienden niet meer willen opgeven voor een vaste partner. Het is allemaal veel realistischer geworden, niet meer zo romantisch op de roze wolk. Je levert je niet meer zo uit aan een ander. Ik ben blij met mijn zelfstandigheid (vrouw, 50, was 15 jaar geleden getrouwd met homoseksuele man).

Mannen en vrouwen die zichzelf niet uitsluitend als homoseksueel of heteroseksueel zien ervaren de strijd rondom de seksuele identiteit soms anders en definiëren hun problemen meer in de eerste plaats in termen van communicatieproblemen tussen zichzelf en de partner.

Zij voelen zich over het algemeen minder gedwongen om een keuze te moeten maken voor het één of het ander, maar komen iemand anders (nu van hetzelfde geslacht) tegen met wie het veel beter gaat: "Ik kwam DIE ene vrouw tegen. Ik weet niet of ik nooit meer met een man zou kunnen leven, maar met DEZE vrouw heb ik meer rust. Het is ook praktisch veel makkelijker. Ik heb het gevoel dat ik thuis gekomen ben. Ik heb geen last meer van benauwende rolpatronen, zoals in het huwelijk met mijn ex-man, waarin veel taken op mij neerkwamen". (vrouw, 60, woont 17 jaar samen met haar vriendin).

Als je je zowel tot mannen als vrouwen voelt aangetrokken en je hebt een heteroseksuele relatie kan er wellicht een plek gevonden worden voor de homoseksuele kant, zonder dat de bestaande relatie daarmee direct beëindigd hoeft te worden.

Er zijn ook mensen die zich in verschillende periodes van hun leven afwisselend homoseksueel en heteroseksueel voelen en ook met een zelfde intensiteit relaties zowel met mannen als met vrouwen aangaan. De noodzaak tot een keuze is dan meer periodiek en lijkt minder definitief. Dat neemt niet weg dat ook biseksuelen dikwijls een heel proces doormaken om voor zichzelf duidelijk te krijgen waar hun voorkeur naar uitgaat. Een proces dat ook maatschappelijk gesproken tot de nodige vooroordelen leidt: "Je kunt niet kiezen, je eet van twee walletjes" etc. Het blijkt voor velen moeilijk te zijn om het levensproces gewoon zijn gang te laten gaan. De keuze voor één bepaalde identiteit (heel vaak de heteroseksuele) wordt dan al gauw gemaakt. Daarin spelen ook allerlei maatschappelijke factoren mee.

Een heteroseksuele relatie is dan maatschappelijk gesproken soms eenvoudiger en is (in veel gevallen nog steeds) de meest voor de hand liggende keuze. Anderen hebben in hun leven daadwerkelijk intieme relaties zowel met mannen als met vrouwen en kunnen zich in beide situaties erg gelukkig voelen: "Ik heb nooit het gevoel gehad dat ik een keuze moest maken. Ik heb altijd zowel met mannen als met vrouwen gevreeën en ik voelde me daar prima bij.

Toen ik met vrouwen begon te vrijen vond ik dat heel gewoon en deed dat niets af aan mijn aantrekkingskracht die ik voor mannen voelde."(vrouw, 44, alleenwonend). De meeste vrouwen en mannen die hulp zochten voelen dit echter anders. Zij waren in een crisis beland, omdat ze wèl het gevoel hadden een keus te moeten maken. Dat gevoel drong zich het eerst en het meest op bij de homoseksuele partner. Maar later (vaak aanvankelijk noodgedwongen) ook bij de heteroseksuele partner. Beiden moeten, willen zij de crisis te boven komen, hun eigen en niet op elkaar aansluitende seksuele identiteit erkennen en vervolgens verantwoording nemen voor hun verdere leven. In sommige gevallen zullen de partners dan toch bij elkaar blijven.

Daar heeft ieder zo zijn redenen voor. Je kunt je na een heel lang huwelijk bijvoorbeeld heel erg met elkaar verbonden voelen en besluiten bij elkaar te blijven. Het is echter voor de meesten te moeilijk om in een dergelijke situatie een tweede relatie aan te gaan, naast de al bestaande. Dat geeft het gevoel te blijven laveren tussen twee partners waarbij alle betrokkenen te kort wordt gedaan en dat kost veel energie. Maar er zijn ook mannen en vrouwen die dat wèl kunnen: "Ik ben getrouwd gebleven, ik heb werkelijk een fantastische vrouw en ik heb een heerlijke vriend die een stuk jonger is dan ik met wie ik heerlijk kan vrijen. Wij, mijn vrouw en ik, kunnen daar heel goed met elkaar

over praten.” (man, 70)

Als er wèl sprake is van een vriend of vriendin binnen de bestaande homo-heterorelatie dan is er in zo'n geval bijna altijd sprake van een “basisrelatie”, dat wil zeggen: er is dan wel een vriend of vriendin in het spel naast de oorspronkelijke relatie, maar de oorspronkelijke partners blijven dan bij elkaar wonen. Zij vormen dan met elkaar de “uitvalsbasis” voor de afspraken met de eventuele vriend en/of vriendin. Een interessant en boeiend leven met een nogal volle agenda vol afspraken is dan het gevolg. Het concept van het “relatietotaalpakket” (althans met één persoon) wordt daarmee losgelaten en er wordt gezocht naar andere wegen.

Dat “totaalpakket” is voor sommigen ook niet echt nodig en misschien juist een voordeel. En zo wordt een ideaal bereikt waar velen naar streven : een “basisrelatie” met een maximum aan individuele vrijheid.

Er moet wel openheid zijn over de intieme relaties die de partners er buiten de deur op na houden.

Ook de “derde partij in het spel” (en de vierde) moet(en) met de situatie akkoord gaan en geen aspiraties hebben om het klassieke “totaalpakket” met één persoon te willen.

Karel (74) en Thea (72) zijn 47 jaar met elkaar getrouwd. Zij hebben drie kinderen (39, 40 en 42 jaar) en vier kleinkinderen. Na ruim 12 jaar huwelijk merkte Thea dat er iets aan haar huwelijk ontbrak. Ze omschrijft dat gevoel als volgt: “Het leek wel of er een muur tussen ons was. Elk liepen we aan een kant van die muur, soms was er dan een poortje dat je elkaar even ontmoette, maar verder liepen we elk aan onze eigen kant.”

Karel kwam toen met zijn homoseksuele gevoelens voor de dag, gevoelens waarvan hij zich toen hij trouwde eigenlijk niet eens bewust was. In het begin van de jaren jachtig stapten beiden naar de vereniging “Orpheus” om met lotgenoten over hun situatie te praten. Een nieuwe wereld ging voor hen open. Ze namen er deel aan gespreksgroepen en weekenden om inzicht te krijgen in hun situatie en steun te vinden bij elkaar en bij mensen die in dezelfde situatie zaten als zij.

Langzaamaan ontstond het idee dat het ook mogelijk was om een eigen weg te gaan, maar toch getrouwd te blijven. Het zou ook wel mogelijk moeten zijn om er bijvoorbeeld een vriend bij te hebben. Thea deed er lang over om deze gedachte te accepteren, maar uiteindelijk kreeg zij in de in de jaren tachtig een relatie met een weduwnaar die een aantal jaren echter overleed. Het waren goede jaren en de hele familie aanvaardde deze situatie, van beide kanten. Ze heeft ook nog steeds contact met de familie van de weduwnaar. Vijf jaar geleden kreeg Thea een nieuwe vriend, weer een weduwnaar, die ze al heel lang kende.

Zij is er nog steeds bevriend mee en is drie dagen per week bij hem. Dat geeft haar “het gevoel echt vrouw te zijn.” De andere vier dagen is ze bij Karel of bij één van de kinderen.

Ook Karel heeft een paar vrienden gehad, waarvan er in de loop der tijd ook een aantal zijn overleden. Momenteel heeft hij een vriend die zelf óók getrouwd is. Deze vriend wil ook niet scheiden. Beiden zien elkaar wel regelmatig, maar niet zo vaak als Thea háár vriend bezoekt.

Tenslotte heeft de vriend van Karel ook een leven met zijn eigen vrouw. Karel en Thea zijn altijd bij elkaar gebleven. Thea zegt hierover: “Als je gaat scheiden

geeft dat zo'n rompslomp, je gooit je hele leven overhoop. Ik heb altijd relaties met oudere mannen gehad. De kans is groot dat ik ook straks weer alleen overblijf, want mijn vriend is ouder dan ik. Daarom is het fijn als Karel er ook nog is." Karel en Thea hebben bovendien twee dingen die hen heel erg aan elkaar binden: ze reizen heel veel samen en zijn al jaren lid van een roeivereniging. Er is heel veel vriendschap tussen hen beiden. Het is geen "relatietotaalpakket", want de seksualiteit is uit hun relatie verdwenen. Dat vinden ze wel jammer. En als ze jonger waren geweest waren ze misschien wel gescheiden. Maar omdat ze elkaar de ruimte geven om een andere partner te hebben vinden ze toch dat ze "geluk gehad hebben." Beiden ervaren zodoende dat ze echt zichzelf konden zijn en vonden ze de warmte en de waardering die ze zochten.

Aanvankelijk ging dat gepaard met veel schuldgevoel, maar uiteindelijk hebben zij zich daarin sterk ontwikkeld. Zij maakten daarvoor afspraken en moesten dus veel met elkaar communiceren, overleggen. Dat ging en gaat niet altijd even makkelijk. Karel is niet zo'n prater en dat vindt Thea op haar beurt wel eens lastig. En dat is voor Thea toch wel een voorwaarde voor intimiteit. Maar ze hebben zich daarvoor wel sterk gemaakt en volgden er zelfs een counselloring voor. Ook al vinden ze hun situatie niet ideaal en vinden ze hun huwelijk eigenlijk geen "echt" huwelijk meer, ze vinden wel dat ze van hun moeilijkheden enorm veel hebben geleerd, met name dat je buiten het huwelijk ook veel kunt vinden. Beiden vinden ze zichzelf voor jongeren geen ideaal voorbeeld dat navolging verdient. Voor ouderen zijn zij dat waarschijnlijk wel. Maar beide partners moeten elkaar dan wèl de vrijheid kunnen geven. Als partners bij elkaar blijven wonen zonder dat er ruimte is voor intieme contacten met anderen wordt de situatie anders. De seksualiteit wordt dan niet met anderen buiten de relatie om gedeeld. En veel partners delen dan met elkaar ook geen seksueel leven (meer).

Velen ervaren dit wel als een verschraving van hun persoonlijk leven. Toch zijn er stellen die hier voor kiezen, om wat voor reden dan ook. Hun gevoel van wederzijdse verbondenheid kan bijvoorbeeld heel erg sterk zijn.

Hoe man en vrouw ook verder willen gaan, de oorspronkelijke verwachtingen die bij een man-vrouw relatie horen (hoorden) moeten altijd worden bijgesteld, vooral als het gaat om de seksualiteit die meestal wèl in het "pakket" van verwachtingen was opgenomen.

De man-vrouw relatie moet opnieuw worden gedefinieerd en moet wellicht worden omgezet in een vriendschapsrelatie. Ook dat is een proces: het verleden is immers niet zomaar weg te wissen: man en vrouw hebben ooit beloofd elkaars partner te zijn. In de meeste gevallen betekende dit dat je elkaars leven op de eerste plaats zette ("Jij bent nummer één voor me"), zeker ook seksueel. En bij vriendschap hoort, traditioneel gesproken, meer vrijheid. Vrienden laten elkaar vrij om (seksuele) partners te zoeken, partners (meestal) niet, of met de nodige moeite. Het is daarom dat partners vaak pas vrienden kunnen worden als ze elkaar eerst hebben losgelaten om hun eigen weg te gaan en het partnergevoel is verdwenen.

Een weg die aansluit bij ieders eigen seksuele identiteit.

Vanuit een dergelijke situatie kan ieder ook verregaande vriendschappen sluiten met mensen van tegenovergesteld geslacht, zoals bijvoorbeeld ook veel jongere homoseksuelen die nooit een heteroseksuele relatie zijn aangegaan

dikwijls verregaande vriendschappen hebben met leeftijdgenoten van tegenovergesteld geslacht.

En zo kunnen ook mannen en vrouwen met een homoheterorelatie vrienden van elkaar worden nadat ze eerst een zekere afstand tot elkaar hebben genomen.

De vrijheid die ze elkaar dan gunnen op het seksuele terrein maakt het daarbij dan allemaal wel wat makkelijker.

2. Nadruk op seksuele identiteit.

De term seksuele identiteit wordt in dit boek onnoemelijk vaak ter sprake gebracht. Mannen en vrouwen die een nieuw leven hebben opgebouwd nadat ze als partners uit elkaar gegaan zijn en hun eigen weg hebben gezocht komen hier herhaaldelijk op terug. Het was indertijd het breekpunt van de relatie en het is nu tevens startpunt geworden voor nieuwe relaties.

Dat de seksuele identiteit tevens gekoppeld is aan verwachtingen en romantiek, aan relaties en aan het verlangen naar vastigheid en geborgenheid valt niet uit te vlakken. Dat er met een nieuwe partner opnieuw een heel proces van het met elkaar leren omgaan start wordt allemaal voor lief genomen. De aantrekkingskracht, gebaseerd op de seksuele identiteit, is de basis van de nieuwe relatie. Het gaat, zo blijkt uit veel levensverhalen, om het zich bemind en aanvaard voelen door een man (homoman, heterovrouw) of door een vrouw (heteroman, lesbische vrouw). Het gaat dan om de bevestiging van het gevoel van mannelijkheid en vrouwelijkheid: "Ik zoek het andere, de tegenpool. Dat vind ik in heteromannen.

Ik wil hierin mijn vrouwzijn ontwikkelen. Dat gaat niet met homomannen. Dat is contact op basis van gelijkwaardigheid. Leuk en belangrijk. Maar je stapelt alleen dezelfde soort ervaringen, je bevestigt elkaar in hetzelfde. Niets nieuws, hoewel veilig en belangrijk. Ik vind het heerlijk om me in mijn vrouwzijn begeerd te voelen. Het is mijn vrouwelijkheid tegenover zijn mannelijkheid. Seksualiteit is een hele belangrijke drijfveer.

Maar het is veel meer dan één keer in de week neuken. Je kunt ervan op de toppen gaan leven." (heteroseksuele vrouw, 50, over haar keuze voor heteroseksuele mannen).

Door de acceptatie van jezelf en je seksuele oriëntatie word je sterker, durf je meer: "Met een vrouw was ik meer (een traditionele) man, maar met een man ben ik meer mens.

Doordat je niet meer in dat keurslijf zit ben je nadrukkelijker aanwezig. Anders denk je, bijvoorbeeld op je werk: Ach waarom zou ik mijn mening eigenlijk zeggen, ik ben toch niet echt. Ook tegenover mijn pasgeboren zoon voelde ik me niet echt. Ik ben niet een ware vader als ik niet echt ben. Met een kind moet je heel puur zijn. Nu kan ik veel beter met mensen omgaan, en zeker ook met mannen. Er is een wereld bijgekomen." (homoman, 47, enkele jaren na zijn scheiding). Een andere homoseksuele man (49) zegt hierover: "In de periode van mijn coming-out zei mijn schoonzus tegen mij: Ik weet wanneer jij het tegen je vrouw hebt verteld. Ik vond dat zo bijzonder dat zij dat zag. Kennelijk straalde ik dat onbewust uit. En later had ik een relatie met een man die mij voor het eerst in mijn leven het gevoel gaf dat ik in mijn WEZEN werd bevestigd. De seks die je dan hebt is daarvan de uitdrukking.

Dat uitkomen voor je identiteit had ook gevolgen voor de houding op mijn werk: ik liet me meer horen en werd ook meer gewaardeerd en serieus genomen. Ik had een boodschap, een visie. De impact van je seksuele identiteit gaat dus mijlen verder dan seks.”

De seksuele identiteit wordt door velen gezien als een soort basisconditie met verstrekkende gevolgen. Zoals bijvoorbeeld seks. Maar het is veel meer dan seks alleen. Velen koppelen de seksuele identiteit aan een eigen leefstijl, aan hun gevoel van man- of vrouw-zijn. En dat is altijd weer gekoppeld aan het verlangen om dit man- of vrouw-zijn met andere mannen en vrouwen te delen, al naar gelang je voorkeur. Daar willen mensen ruimte voor hebben en krijgen. Vaak heeft de mogelijkheid om de seksuele identiteit de ruimte te geven ook verstrekkende gevolgen voor alle andere terreinen van het leven. Mensen voelen zich dan klaarblijkelijk gelukkig en zijn ook “authentieker”. Dit “straalt dan van hen af”, op hun werk, in hun vrije tijd enzovoorts.

Mannen en vrouwen met een homo-heteroverleden leggen daarbij heel veel nadruk op de seksuele identiteit, omdat deze zo sterk onderontwikkeld was of ook zelfs was onderdrukt. Veel zaken worden gerelativeerd, het romantisch verlangen wordt op alle mogelijke manieren realistisch bekeken en ingevuld, maar de seksuele identiteit lijkt nu meer dan ooit de basis te zijn voor nieuwe partnercontacten, in wat voor vorm deze contacten uiteindelijk ook gegoten worden. Het maakt de meeste mensen ongelukkig als ze er niets mee kunnen of mogen doen. Vooral mensen die in een homo-heterorelatie hebben gezeten weten dit maar al te goed. Uiteraard is een en ander sterk normatief gesteld en cultureel bepaald.

Normatief omdat het geluk van een mensenleven dan wordt afgemeten aan een wel of niet vervuld man- of vrouw-zijn; iets wat sterk cultureel bepaald is. Cultureel bepaald, omdat er hier bijvoorbeeld van uitgegaan wordt dat zowel mannen als vrouwen een bevredigend seksueel leven kunnen leiden en dit ook behoren te doen. Een aspect dat zeker voor miljoenen vrouwen in deze wereld niet opgaat, zeker niet als we dit beoordelen vanuit onze Westerse waarden en normen. En als je dat zo algemeen stelt kun je je afvragen of er niet veel meer mannen en vrouwen (maar dan in een heterorelatie) doodongelukkig moeten zijn, omdat ook zij in een keurslijf zitten en zich maar moeizaam aan opgelegde rolpatronen kunnen onttrekken en geen bevredigend seksueel leven hebben. In die zin komen heel veel mannen en vrouwen niet aan hun wezenlijk verlangen toe, het verlangen om zich als man of vrouw volledig te kunnen ontplooien en uit te drukken. Mensen zitten elkaar dikwijls nodeloos in de weg en beperken elkaars vrijheid en ontwikkeling, omdat zij elkaar in hun partnerschap gevangen houden.

Toch gaat voor veel mensen het ontkennen van de eigen seksuele identiteit verder en dieper dan het voldoen aan vaste rolpatronen. Het man- of vrouw-zijn valt niet samen met maatschappelijke rolpatronen. De rol die je speelt is veranderbaar, ook al gaat het moeizaam en kost het waarschijnlijk meerdere generaties om wezenlijke veranderingen aan te brengen in gegroeide patronen. Zo zorgen vrouwen nog steeds meer dan mannen, alle emancipatiegolven ten spijt. Dergelijke processen gaan langzaam, maar ze verschuiven tenminste, zij het in veler ogen lang niet snel genoeg. De seksuele identiteit lijkt

hardnekkiger, althans dit wordt vaak zo ervaren. En als je (de cultureel geconstrueerde) term seksuele identiteit concretiseert in seksuele voorkeur dan blijft die in je leven nagenoeg hetzelfde, alle pogingen die er in de loop van de tijd gedaan zijn om die voorkeur te veranderen ten spijt.

Dus moet je deze accepteren en er gelukkig mee worden, zo is de redenering. Toch worden grenzen van seksuele voorkeuren vaak te snel en eenzijdig vastgesteld. Ten eerste omdat het begrip seksuele voorkeur (of seksuele oriëntatie) voor de meeste mensen vanzelfsprekend heteroseksuele voorkeur betekent. Dit gegeven wordt dikwijls ook bevorderd door een heteroseksuele opvoeding van kinderen en jongeren. Maar ook omdat het blijkbaar voor veel mensen lastig en bedreigend is om met deze grenzen te experimenteren. Het gooit je leven misschien wel helemaal overhoop.

Dat blijkt dan ook vaak bij mannen en vrouwen in een homo-heterorelatie; zij starten een vaak moeizaam proces en testen hun grenzen uit. Maar ook al kost dit de nodige inspanning, het is een proces waar de meeste mensen uiteindelijk wel gelukkig mee zijn. Mensen met een homohetero verleden beschouwen hun seksuele identiteit als iets dat helemaal bij hen hoort en dat ze nu eindelijk ontdekt hebben. Het besef dat dit de diepste manier is om liefde te kunnen geven en ontvangen is tot op het bot doorleefd en ervaren. Het is doodzonde als je daar niets mee doet, zo is het gevoel. Het klinkt scherp, maar mannen en vrouwen, zowel homo als hetero, die zo knel hebben gezeten gebruiken klare taal: "De homo-heterorelatie is voor mij geen verloren tijd geweest, maar heeft wel sterk tragische kanten. Het duurt zolang, voordat je echt jezelf leert kennen". (heteroman, 57).. Een lesbische vrouw (60), zegt, terugkijkend op het hele proces: "Ik voel me wel verrijkt, maar het omkeerproces van hetero naar homo is erg zwaar, vooral als je serieus bent. Het is me achteraf erg tegengevallen, het kost verschrikkelijk veel energie, maar nu ben ik thuis". En een heteroman (60) meldt: "Ik kwam pas echt aan mezelf toe toen mijn vrouw en kinderen weg waren en ik helemaal alleen was. Een verlate emancipatie!"

Veel uitspraken over het doorgemaakte proces worden geassocieerd met "thuiskomen" of "thuishoren", zoals ook bij deze homoman (50): "Ik ben eindelijk ergens aangekomen waar ik thuis hoor. Maar ik ben wel eens jaloers geweest op jonge homo's, ik raakte pas een man aan toen ik al 32 was."

Allemaal uitspraken van mensen die terugkijken op een moeilijke periode en aangeven hoe belangrijk het is om te voelen dat "je jezelf bent."

De vraag is alleen wat je doet met de voor jou zo belangrijke seksuele identiteit die je nu verworven hebt. Het is mogelijk dat je naar de andere kant doorslaat en dat je je krampachtig aan je nieuw verworven identiteit gaat vasthouden. Dat is begrijpelijk, er is vaak een heel gevecht aan vooraf gegaan. En ook de rolpatronen, de verwachtingen van elkaar en de behoefte aan romantiek kunnen opnieuw rigide worden. Steeds is er sprake van een zekere spanning tussen behoefte aan veiligheid en zekerheid enerzijds en een blijvend openstaan voor nieuwe ervaringen anderzijds. Behoeftes die beide om aandacht vragen en die elkaar soms tegenwerken, maar elkaar ook kunnen aanvullen.

3. Besef van individualiteit sterker dan ooit.

Vanuit een sterk ontwikkeld identiteitsbesef ontwikkelen de mensen die de crisis van de homo-heterorelatie achter zich hebben gelaten nieuwe relaties en vriendschappen. Er is een nieuw leven waarin keuzes worden gedaan die bij je passen. De seksuele voorkeur speelt daarbij een grote rol. Vooral homo's wordt in dit verband nog wel eens verweten dat zij daarbij krampachtig vasthouden aan een nieuw verworven identiteit. Ben je niet biseksueel als je eerst met iemand van tegenovergesteld geslacht hebt geleefd?

Voor een aantal mannen en vrouwen zal dit zeker opgaan. Maar een groot gedeelte van degenen die in een homo-heterorelatie hebben gezeten ervaart de "nieuwe" voorkeur als exclusief, dat wil zeggen als een weg die andere wegen uitsluit. Dat zal zeker te maken hebben met de strijd die aan het verwerven van de homo-identiteit vooraf is gegaan. Een met pijn en moeite verworven identiteit geef je liever niet op. Heb je daar al die moeite voor gedaan? Maar ook de ervaring met een homo-heterorelatie zelf heeft hen duidelijk gemaakt dat de homoseksuele identiteit hen toch het gelukkigst maakt.

De mannen en vrouwen die de crisis hebben verwerkt kiezen zoals al eerder werd opgemerkt niet allemaal voor een nieuwe partner volgens het gangbare maatschappelijke model, hoewel het verlangen naar geborgenheid, naar DIE ene partner wel degelijk een rol blijft spelen, zeker als deze er niet is gekomen. Bij sommigen is het "relatietotaalpakket", met die éne partner als stralend middelpunt, duidelijk op de achtergrond geraakt: "Ik neem nu meer afstand. Ook letterlijk. Mijn heterominnar die ik af en toe zie heb ik vooral voor de spanning en het gevoel een tegenpool te hebben. Ik hoef niet direct maatjes met hem te worden en alles samen te doen. De bladen staan vol met de frustraties die menig manvrouw echtpaar op dit gebied heeft." (vrouw, 50, na scheiding, 15 jaar geleden, alleenwonend).

Keuzes worden gedaan vanuit een sterk ontwikkeld individualiteitsbesef. Hoge verwachtingen worden sterk gerelativeerd. Er is een sterker realiteitsbesef. De wil om bij jezelf passende keuzes te maken overheerst. Opvallend is dat veel mensen dit kennelijk niet doen als ze jong zijn. Maatschappelijke druk, gewoontes en algemeen aanvaarde normen zijn vaak toch sterker dan de ruimte die een (Westers) mens nodig heeft om zijn individualiteit te ontwikkelen. Veel mensen doen daar lang over. Dit geldt zeker voor de generatie mensen met een homo-heterorelatie die in dit boek centraal staat. Maar ook hun kinderen, hoe zelfbewust en kritisch ook, ontkomen niet helemaal aan de maatschappelijke conventies die nu eenmaal behoorlijk sterk zijn, al was het alleen maar de niet aflatende druk tot heteroseksueel gedrag. Het individu-zijn wordt pas op latere leeftijd echt ervaren en doorleefd. Dit geldt zowel voor de betrokkene zelf, als voor zijn omgeving: "Vroeger kwam je wel bij ons op bezoek, maar was je er niet. Nu kunnen we niet meer om je heen." (vrienden van 63-jarige homoman na zijn "coming-out").

Ook mannen en vrouwen die met een nieuwe partner in zee gaan zijn zich sterk bewust van hun individualiteit en zijn goed in staat om de ander, de partner, in zijn of haar eigenheid te respecteren, ook al ging dit niet vanzelf: "Mijn vriend kan toch zeker niet altijd voldoen aan mijn romantische verwachtingen? Gelukkig zijn wij door het gevecht van romantische verwachtingen heen gekomen en heb ik mijn dogma's op dat gebied leren relativeren." (man, 49 na 15 jaar relatie met vriend).

Het begrip relatie wordt aan een stevig onderzoek onderworpen. Individualiteit en seksuele voorkeur zijn daarbij de criteria. Toch worden ook daar soms vraagtekens bij gezet: “Het verbaast mij dat mensen seks bepalend laten zijn voor het begrip RELATIE. Als je neukt en je hebt elkaar verder niets te zeggen heb je een relatie en als je geen sex hebt en je hebt elkaar veel te vertellen dan heb je geen relatie!! Dat is toch vreemd?” (vrouw, 50, die na haar scheiding van haar homoseksuele man een homoseksuele vriend heeft).

Hoe het begrip relatie verder ook wordt omschreven, er is na de crisis van de homoheterorelatie (soms pas na vele jaren) een verschuiving gekomen van relatie als invulling van je leven naar relatie als aanvulling hierop. Dit hangt natuurlijk sterk samen met de ontwikkelde individualiteit.

Een relatie kan mijn eigen leven aanvullen en verrijken, maar niet opvullen, invullen, vervangen. Het gaat in eerste instantie om individueel persoonlijk geluk. In die zin is niet alleen het klassieke romantisch liefdesideaal (we doen alles samen, wij zijn voor elkaar bestemd, de ander komt mij gelukkig maken), maar ook het moderne liefdesideaal (waarin bovendien de torenhoge wederzijdse verwachtingen een duidelijke rol spelen) enigszins naar de achtergrond verdwenen. Wèl zitten we in typisch Westers (Westeuropees/Noordamerikaans) vaarwater: het gaat om het eigen geluk, de eigen emancipatie, de eigen keuze.

Zo blijkt uit onderzoek, begin jaren negentig verricht door Ruut Veenhoven, directeur van de “World Database of Happiness” dat geluk in hoge mate gebaseerd is op een gevoel van autonomie, keuzevrijheid en keuzemogelijkheden van mensen. Nederland blijkt dan op een vierpuntsschaal met een score van 3,39 erg hoog te scoren en staat daarmee bovenaan de lijst van 12 onderzochte landen (ter vergelijking: Bulgarije staat onderaan en scoort 2,33).

Hopelijk kan dat eigen geluk dan met iemand anders of met anderen worden gedeeld.

Sommigen kiezen daarbij voor een nieuwe partner, anderen zoeken het meer in vriendschapsnetwerken. Maar steeds vanuit eigen verworven vrijheid en individualiteit.

Ben (47) is in 1982 uitgekomen voor zijn homoseksuele gevoelens. Hij was toen getrouwd.

Van het begin af aan wilde hij open zijn naar zijn vrouw toe en dus vertelde hij haar heel snel over zijn gevoelens. Samen zijn ze er mee aan de slag gegaan. Ze hebben elkaar daarin gesteund, maar een aantal jaren later besloten ze toch uit elkaar te gaan. Ze vonden dat ze toch te weinig ruimte hadden om vorm te geven aan hun wensen en verlangens. Ben bouwde zijn leven verder alleen op en had een relatie van ongeveer vijf jaar met een jongere vriend die uiteindelijk werd verbroken. Hij had het moeilijk gevonden om hun levens te combineren. Ze hadden bovendien ook zoveel verschillende vrienden waar ze allebei veel aandacht aan wilden besteden.

Maar belangrijker voor Ben was zijn nieuwe ontdekking, namelijk dat hij bij het aangaan van de relatie met deze vriend zich te veel door het dogma had laten leiden dat een homoseksuele man een vaste vriend behoorde te hebben.

De vaste vriendin (vrouw) had hij eigenlijk vervangen door een vaste vriend (man)!

En toen deze vriend verliefd op hem was had Ben zijn kans schoon gezien. Maar al gauw kwam hij erachter dat deze keuze niet echt te maken had met wie hij werkelijk was, maar voor een groot gedeelte gebaseerd was op dogma's en aangeleerde gedragspatronen. Hij vroeg zich nu af of hij eigenlijk wel een vaste vriend wilde hebben en of hij zijn leven eigenlijk niet heel anders moest inrichten. Zijn homoseksuele voorkeur zou hij toch ook wel op een andere manier kunnen invullen. Opgelucht en los van zijn vriend probeerde Ben zijn leven verder vorm te geven. Hij probeerde daarbij af te gaan op zijn gevoel en de dogma's die hem klaarblijkelijk toch weer parten hadden gespeeld zo veel mogelijk te relativieren.

Hij creëerde een netwerk van vrienden om zich heen, waarbij hij zijn seksuele gevoelens ook zeker niet vergat. Hij bleef alleen wonen en vond een paar vriendinnen en vrienden die heel belangrijk voor hem werden en ook nog steeds zijn. Hij ziet ze heel regelmatig en ze wonen vlak bij hem in de buurt. Ben is hierover ook nu nog behoorlijk tevreden en heeft het idee dat dit leven meer bij hem past dan die ene vaste vriend.

Toch wil hij het eigenlijk nu anders formuleren: hij wil best graag een vriend hebben, maar hij wil niet een leven waarin hij alles met die ene vriend deelt. Dat is hem te benauwend. Bovendien, zo vindt hij, belast je de ander met torenhoge verwachtingen, hetgeen alleen maar op teleurstellingen uitloopt. Je kunt nu eenmaal niet alles in elkaar vinden, zegt hij. Sinds twee jaar heeft Ben een nieuwe vriend. En omdat hij veel meer let op zijn eigen individuele behoeften en wensen en deze niet automatisch inruilt voor een aantal vaste dogma's over relaties gaat hij nu heel anders met de nieuwe relatie om. Hij gaat veel meer op zijn gevoel af en verwacht tegelijk van zijn vriend geen dingen waaraan deze toch niet kan voldoen. Hij laat duidelijk aan zijn vriend weten wat hij zelf wil, vastbesloten om er iets moois van te maken. Zijn vriend doet dit ook. Dat leidt natuurlijk wel eens tot confrontaties, maar het voelt uiteindelijk veel beter. Ben verwaarloost zijn vrienden niet. Zij zijn minstens even belangrijk voor hem, zij zijn voor hem het netwerk waar hij zijn nieuwe relatie inpast.

Het is moeilijk aan te geven in hoeverre het proces van individuele ontwikkeling wordt bepaald door de ervaring met de homo-heterorelatie en de daaruit voortvloeiende crisis.

Ook latere ervaringen spelen een rol, zoals blijkt uit het verhaal van Ben.

Mensen worden gewoon ouder en het inzicht in de eigen vrijheid en individualiteit rijpt hierdoor vaak vanzelf. Toch krijgen lang niet alle mensen die ouder worden dit inzicht. Soms moet er een crisis aan te pas komen om het proces op gang te brengen. De homo-heterocrisis heeft dit proces (eigenlijk een proces van menswording, van emancipatie) in ieder geval bij velen versneld op gang gebracht.

Discussievragen

1. Hoe kijkt u terug op de afgelopen tijd waarin er zoveel in uw (relationele) leven is gebeurd?
2. Waarom bent u uiteindelijk bij elkaar gebleven? Waarom niet?
3. In hoeverre zijn uw verwachtingen van een relatie veranderd?
4. Hoe beantwoordt u vraag 3 als u:

- a. bij elkaar gebleven bent (al of niet met een derde partner)?
- b. uit elkaar bent gegaan (en al of niet een nieuwe partner hebt gevonden)?
 - 5. Specifiek: hoe kijkt u nu aan tegen uw “eigen individualiteit en eigen seksuele identiteit”?

HOOFDSTUK VI: EPILOOG: PLEIDOOI VOOR MEERDERE RELATIEMODELLEN.

Het huidige relatiemodel zit stevig in het zadel: romantiek, samen zijn, individualiteit en identiteit zijn onmisbare bestanddelen van de huidige intieme relatie. Mensen met een homo-heterorelatie relativeren dit model sterk, maar zijn niettemin ook deel van de samenleving en staan onder invloed van de huidige relatiecultuur. Toch is het noodzakelijk om serieus na te denken over de bestaande opvattingen over relaties, zodat het monopolie van het “relatietotaalpakket” enigszins wordt doorbroken. Daar hebben mensen met een homo-heterorelatie in ieder geval sterke behoefte aan, al was het alleen maar om de situatie waarin zij terecht zijn gekomen wat “lichter” te maken. Het is ook van levensbelang voor die stellen die na hun worsteling met zichzelf en met elkaar besluiten bij elkaar te blijven.

Daarnaast kunnen de moeilijkheden waarin deze mensen terecht zijn gekomen in de toekomst wellicht worden voorkomen en kunnen mannen en vrouwen in de toekomst hopelijk “gerust” een homo-heterorelatie aangaan, zij het vanuit een ander perspectief.

Daarnaast kunnen al degenen die over hun relaties na willen denken met dit hoofdstuk hun winst opdoen, want uiteindelijk gaat het verhaal van het “relatietotaalpakket” toch over alle intieme relaties die mensen met elkaar aan willen gaan. Een hoofdstuk dat de discussie wil aanwakkeren bij al diegenen die op zoek zijn naar verbondenheid met anderen en creatief willen zijn in het bedenken van manieren die bij hen passen om die verbondenheid vorm te geven.

1. Nogmaals het huidige relatiemodel.

Als de crisis is overwonnen blijven de seksuele identiteit en het “relatietotaalpakket” steeds belangrijke drijfveren bij het aangaan van intieme relaties, of dit nu heteroseksuele relaties zijn of homoseksuele. Wèl is het besef van eigen individualiteit, van eigen persoonlijkheid en voorkeuren sterker geworden. Binnen dit “relatietotaalpakket” willen partners genoeg ruimte hebben voor hun eigen individualiteit en ontwikkeling. Daar zitten twee kanten aan: enerzijds hebben partners de sterke behoefte om naast hun samen-zijn ook alléén activiteiten te ondernemen (je eigen club, vrienden etc). Het besef dat je niet alles bij de ander kunt vinden leeft sterk. Anderzijds leeft het gevoel dat je jezelf juist ook kunt ontwikkelen in relatie tot je partner. Met andere woorden: je hebt die ander nodig om jezelf te leren kennen, te ontwikkelen. Je ontwikkelt je “aan elkaar”.

Want dat liep in de homoheterorelatie uiteindelijk spaak. Het vervullen van beide verlangens (alleen èn samen-zijn) stelt opnieuw nogal wat eisen aan beiden. Je moet elkaar de ruimte geven én je moet je voortdurend op de ander afstemmen om het gevoel van samen-zijn te ervaren.

Het partnerschap met één ander is erg belangrijk gebleven.

Mensen hebben behoefte aan warmte en geborgenheid en het meest voor de hand liggende model is (en blijft) die van het partnerschap met één vrouw of man, ook na een relatiecrisis. Met z'n tweeën ben je minder alleen, dat is de alom heersende gedachte.

Opvallend is dat veel mensen die in een homo-heterorelatie zitten met relaties beginnen te experimenteren. Dat is logisch en voorstelbaar. Vanuit de dringende behoefte om een oplossing te vinden voor een noodsituatie ga je van alles uitproberen. Sommigen proberen naast de bestaande relatie een verhouding aan te gaan met een andere man of vrouw met wie je dan bijvoorbeeld de seksualiteit kunt delen die je in je eigen relatie niet vindt. Anderen gaan alleen wonen om de relatie vast te houden en meer ruimte te hebben voor eigen ontwikkeling, voor méér partners.

Sommigen vinden hierin hun weg. Maar bij de meeste mensen is deze weg moeizaam en vol frustraties. Niemand is het gewend om af te wijken van de gebruikelijke, meest voor de hand liggende route. Iedereen heeft geleerd om op zoek te zijn naar die ene partner waarmee je zoveel mogelijk wilt delen. Monogamie is daarbij een belangrijk gegeven. Monogaam zijn wordt in onze cultuur vooral seksueel vertaald: "Je doet HET niet met een ander". HET is dan: je hebt seksueel contact met iemand buiten je eigen partner om. Ook al heb je meer geestelijk contact met een goede vriend of vriendin dan met je eigen partner, tóch wordt dit niet als "overspel" ervaren. Ook als één van de twee meer "getrouwd" is met zijn werk dan met de partner wordt dit door de ander (en vaak ook door de betrokkene zelf) meestal wel heel vervelend gevonden, maar niet als overspel ervaren.

Seks met iemand anders dan je eigen partner is dit naar het gevoel van velen wel.

Daarbij speelt de vooronderstelling mee dat (liefst regelmatige en zeer bevredigende) seks onverbrekkelijk met partnerschap verbonden is. Er ontbreekt dan iets fundamenteels aan de relatie als je met een ander dan je eigen partner vrijt. Monogamie is dan gekoppeld aan de modern romantische opvatting van een relatie: eerlijk zullen we alles (in ieder geval zo veel mogelijk) met elkaar delen. Seks is dus onverbrekkelijk verbonden met het "relatietotaalpakket" en is het meest kwetsbare onderdeel. Als het namelijk in het pakket ontbreekt noemen we de relatie geen partnerschapsrelatie meer. Jaloezie en bezitsdrang spelen bij seksualiteit een grote rol. Ook binnen homo-heterorelaties. Als je partner met een ander vrijt, komt bij de achterblijvende partner als vanzelf de gedachte op: "Wat heeft die ander wat ik niet heb?" En hoewel het antwoord in dit geval nogal voor de hand ligt (die ander heeft voor mij de "juiste seksuele identiteit"), is het zelfbeeld van de vragensteller in het geding. Veel "achterblijvende" (vooral vrouwelijke) partners wijten de situatie aan zichzelf: "Jarenlang heb ik gedacht dat het aan mij lag dat de seks niet lekker ging. Totdat ik er achter kwam dat mijn vriend homo was en seks met mannen had.

Woedend was ik, want hij heeft het nooit verteld." (vrouw, 47, enkele jaren na de scheiding van haar homoseksuele vriend). Toch ligt de zaak behoorlijk genuanceerd en weten de partners behoorlijk goed hoe het met de jaloezie en de monogamie bij hen gesteld is: "Ik vind het helemaal niet erg als mijn vriend met een man vrijt. Daar kan ik als vrouw toch niet tegen op concurreren. Ik zou pas jaloers worden als hij met een andere vrouw zou gaan vrijen. Dan zou ik mij

afvragen wat er aan mij mankeert!" (vrouw, 29, over haar homoseksuele partner).

Omdat monogamie zo belangrijk wordt gevonden is de homo-heterorelatie een zware opgave. Onze cultuur heeft slechts één min of meer geaccepteerde uitlaatklep: de prostitutie die sinds kort ook gelegaliseerd is. Er bestaat dus een zekere erkenning van het feit dat de seksualiteit kennelijk niet altijd bevredigd wordt binnen een bestaande partnerschapsrelatie, ook al is de prostitutie nogal eenzijdig op mannen gericht. Toch zullen weinigen openlijk toegeven dat ze van deze sector regelmatig gebruik maken.

Onze cultuur is paar- en monogaamgericht. Mensen die daar niet in passen worden hardnekkig alleengaanden of alleenstaanden genoemd, ook al hebben zij soms meer intieme contacten en vriendschappen dan paren. In een dergelijke cultuur is het moeilijk een nieuwe weg te vinden en vormen te kiezen die meer aansluiten op je eigen persoonlijke leven.

Binnen de homo-heterorelaties vindt er wél een persoonlijke emancipatie plaats, zowel bij mannen als bij vrouwen. Mannen (zowel de heteroseksuele als de homoseksuele) leren hun gevoelens te uiten en vrouwen leren zelfstandiger te zijn en minder afhankelijk. Kinderen van paren met een homo-heterorelatie ontwikkelen zich in het algemeen tot kritische, zelfbewuste volwassenen die weten waarvoor ze kiezen. Een andere manier van omgaan met het bestaande "relatietotaalpakket" blijft echter ook in homo-heterorelaties een moeizaam proces dat met vallen en opstaan wordt aangeleerd.

2. Is er een ideaal relatiemodel?

Het valt niet te zeggen welk relatiemodel ideaal is. Misschien bestaat er wel helemaal geen ideale situatie. Wel constateren veel mensen dat het stellen van zoveel eisen aan een intieme relatie met één ander onmiskienbaar tot moeilijkheden leidt. Daar weten mensen die een homo-heterorelatie hebben gehad alles van. Niettemin blijft het "relatietotaalpakket" ook bij mensen die de homo-heterorelatie achter zich hebben gelaten een belangrijk streven.

Modellen veranderen niet snel, ook relatiemodellen niet. Wel ondergaat het denken over relaties de invloed van de toenemende individualisering van onze samenleving. Op zich is dit een goede ontwikkeling. Zo blijkt bijvoorbeeld uit onderzoek dat het geluksgevoel van inwoners van samenlevingen die individualistisch zijn ingesteld en georganiseerd (zoals Nederland) bevordert wordt. Dit in tegenstelling tot de gedachte dat individualisme eenzaamheid in de hand werkt (Slingerland, dagblad Trouw, 9 december 2000). Mensen voelen zich kennelijk het prettigst als zij kunnen kiezen, een gevoel van individuele vrijheid hebben en het idee hebben dat zij controle over hun eigen leven kunnen uitoefenen.

Individualisering op zich is dus positief, maar maakt het partnerschap er niet makkelijker op. Zo'n relatie wordt waarschijnlijk eerder zwaarder, want er moeten binnen die ene, exclusieve (letterlijk: anderen uitsluitende) relatie nu ook steeds meer individuele behoeften worden vervuld.

Een enkeling kiest ervoor het verlangen naar die individualisering vorm te geven door op het terrein van relaties in "deelpakketten" te gaan denken. Dat wil zeggen: je zoekt een aantal mensen om je heen met wie je verschillende

aspecten van je leven kunt delen: je hebt dan iemand waarmee je op vakantie gaat, iemand waarmee je diepe gesprekken over de zin van het leven hebt of tennist, iemand waarmee je vrijet, enzovoorts. Samen vormen zij het vriendschapsnetwerk, samen zijn zij je partners, hoewel deze term in dit verband meestal niet wordt gebruikt.

Zelden, of eigenlijk nooit, worden al onze behoeften vervuld in één persoon. Het is vervolgens echter niet eenvoudig om uit deze redenering de conclusie te trekken dat het "relatietotaalpakket" (waarin het leven wordt gedeeld met één andere man of vrouw en je er naar verlangt dat alle behoeften in de relatie worden vervuld) moet worden gerelativeerd.

Velen blijven ernaar verlangen. Maar: individualisering gaat maar gedeeltelijk samen met een verlangen naar volledig partnerschap. Eén van de twee moet het vaak ontgelden: of je levert een aantal individuele behoeften in en je kiest één partner, of je kiest voor individualisering en het vervullen van zoveel mogelijk individuele behoeften, maar je vindt dat niet in die éne ideale partner. Beide wensen kunnen niet tegelijkertijd voor 100% worden vervuld.

Dat weten alle mannen en vrouwen die in een homo-heterosituatie hebben gezeten maar al te goed. En zij constateren hetzelfde als ze na de crisis na een experimenteerperiode opnieuw voor één partner kiezen, met wie ze zoveel mogelijk willen delen. Sommigen zijn zeer tevreden en hebben eindelijk iemand gevonden met wie ze gelukkig zijn.

Anderen blijven worstelen met de eisen die ze aan het partnerschap stellen en vinden geen ideale partner. Zij komen tot de conclusie dat deze voor hen niet bestaat, althans niet in de traditionele zin des woords. In die zin zijn mensen die een relatiecrisis hebben doorgemaakt niet veel anders dan alle andere mensen die zich op het terrein van intieme relaties begeven.

Opvallend is dat het partnerschap zelf echter niet of nauwelijks ter discussie staat, ondanks het geworstel van velen. En dat is in een steeds meer geïndividualiseerde samenleving een opvallende constatering. Maar toch ook zeer begrijpelijk. De behoefte om samen te zijn, aan geborgenheid, is een constant menselijk gegeven. De vraag is alleen hoe aan deze behoefte het beste kan worden voldaan in een samenleving waarin de mensen zichzelf steeds meer als individu beschouwen, los van de verbanden waarin zij opgroeien. Naast het relatietotaalpakket zouden er andere modellen ontwikkeld kunnen worden die meer ruimte geven aan de diversiteit van behoeften die individuen hebben. Het partnerschap zou een bredere, ruimere inhoud kunnen krijgen en over meerdere personen kunnen worden verdeeld. Daarvoor is een heel andere manier van denken nodig waarbij het verlangen naar die ENE wordt opgegeven.

Er zou ook meer waardering kunnen komen voor tussenvormen: mensen hebben dan wel een partner die ze als nummer één beschouwen, maar delen evenzo goed veel van hun leven met andere mensen waarvan ze houden. Voor velen zou het een verademing zijn als ze uit meerdere mogelijkheden konden kiezen zonder dat ze het gevoel hebben een mindere keus te maken omdat ze de ware nou eenmaal niet tegen zijn gekomen. Als mensen een vriendschapsnetwerk hebben in plaats van die ene partner wordt dit vaak nog gezien als een tweede keus, uit nood geboren. Het zijn dikwijls ook de betrokkenen zelf die daar - onder invloed van de heersende opvattingen in de samenleving- zo over denken.

Het “bij gebrek aan beter” kan beter vervangen worden door: “zó kan het ook”. Een relatiecrisis zoals mensen die in de homo-heterosituatie meemaken zorgt op zichzelf nog niet voor een ommekeer in het denken over de “totale” relatie. Veel ellende kan op dit terrein wél worden voorkomen als de visie achter de totaalrelatie en het “relatietotaalpakket” wordt aangevuld met een andere kijk op relaties: degene met wie je vrijt hoeft niet persé degene te zijn met wie je het dagelijks bestaan deelt. Degene met wie je diepzinnige gesprekken voert hoeft niet persé dezelfde te zijn als degene met wie je uit eten gaat, enzovoort. Door zó te denken worden de aspecten van het “relatietotaalpakket” losgekoppeld van elkaar. Je seksuele identiteit is niet meer automatisch gekoppeld aan de behoefte om vervolgens alles met elkaar te delen en te bespreken en als maatjes samen te leven.

De vervulling van individuele behoeften wordt over meerdere mensen verdeeld. Je individuele ontwikkeling vindt plaats in samenhang met belangrijke anderen. Een eventuele partner kan daarbij een hele belangrijke bron van inspiratie zijn, maar niet de enige. Dit is niet een terugval in de oude situatie van vóór 1750, toen het elkaars minnaar zijn en het gehuwd zijn meestal niet automatisch samenvielen.. Er is nu veel meer sprake van een individuele, vrije keus voor een bepaalde manier van samenleven. Deze keus is voor steeds meer mensen bereikbaar, zoals ook blijkt uit het toenemend aantal openlijke homoseksuele/lesbische relaties en alleenwonenden. Die vrije keus is behoorlijk nieuw en was vroeger (zeker vóór 1750) voorbehouden aan een kleine elite. Mede door de economische welvaart staan ons méér leefwijzen en samenlevingsvormen ter beschikking dan ooit. De koppeling van deze leefwijze aan een officieel huwelijk is daarbij mogelijk als je dit wilt (hoewel met duidelijke beperkingen, zo kun je bijvoorbeeld niet met z'n 3-en trouwen!), maar is niet vanzelfsprekend.

Binnen een sfeer van individualisering passen meerdere alternatieven naast het vertrouwde “relatietotaalpakket”. En pas als de gedachte wordt opgegeven dat mannen en vrouwen (en dan nog het liefst één man en één vrouw) elkaar zo fantastisch aanvullen, zowel fysiek als psychisch, wordt er meer mogelijk. Immers: zo lang je dit denkt blijven mannen en vrouwen wanhopig zoeken naar elkaars volmaakte en fantastische aanvulling. En zullen zij vaak teleurgesteld worden. Deze kijk op mensen beperkt niet alleen heteroseksuelen, maar ook homo's en lesbiennes. Hetero's zullen steeds alleen maar alles bij hetero's blijven zoeken en maar gedeeltelijk vinden. Homo's en lesbiennes, eveneens getraind in hetzelfde eenzijdige denken, zullen nu alles bij andere homo's en lesbiennes gaan zoeken (en kunnen nu ook met elkaar trouwen) en maar gedeeltelijk vinden. Hetero's horen bij hetero's en homo's bij homo's, nietwaar? Een seksuele identiteit geeft dan duidelijkheid en veiligheid, maar scheidt ook afstand en perkt mogelijkheden.

Als je niet voor je homoseksualiteit durft uit te komen loop je het risico dat je een “totaalpakketrelatie” aangaat met een heteroseksuele man of vrouw, met alle ellendige gevolgen vandien. Want in een homo-heterorelatie wordt duidelijk dat mannen en vrouwen in het algemeen denken en/of hopen dat ze elkaar gelukkig zullen maken en elkaar volledig zullen aanvullen (hoewel sommige homo's die dit doen heus wel beter weten). Vervolgens komen mannen en vrouwen met een homo-heterorelatie er achter dat dit maar

gedeeltelijk het geval is. De partners vullen elkaar in ieder geval seksueel niet aan. Ze zijn er niet op getraind dit op te lossen door die aanvulling elders te zoeken. Want de start van de relatie was al gevaarlijk: beiden kozen (dikwijls onbewust) voor een “totale” relatie (dat wil zeggen: èn seks, èn individualiteit èn samen delen) en kozen er niet voor om “slechts” bepaalde aspecten van het leven met elkaar te delen.

Vanuit dit “totalitaire” denken blijft er dan meestal ook maar één radicale oplossing over als duidelijk wordt hoe de situatie in elkaar zit: uit elkaar gaan. Veel verdriet en ellende is het gevolg. Immers: er waren ook een heleboel terreinen waarop de partners elkaar wél konden vinden. Maar onze opvattingen over het “relatietotaalpakket” dwingen ons tot een “totaal” besluit, waarbij soms ook de goede dingen die de partners deelden verloren gaan door de haat en de nijd die met een scheiding gepaard kunnen gaan. Een keuze voor een “relatietotaalpakket” heeft soms ook een totaal verlies van elkaar als gevolg. In andere gevallen moet er heel veel moeite worden gedaan om de goede dingen die beiden met elkaar deelden te blijven behouden.

Als je van tevoren van elkaar zou weten en accepteren dat je bepaalde aspecten wél en andere niet met elkaar wilt delen zouden er niet zoveel moeilijkheden ontstaan zijn. Kortom: je zou veel meer een relatie op maat (eigentijdse term, passend bij een geïndividualiseerde samenleving!) hebben gekozen en gecreëerd.

De erkenning van de realiteit van ons menszijn zal ons een stuk verder brengen: iedere vriend, iedere vriendin, iedere man of vrouw kan een bijdrage leveren aan ons geluk.

We mogen ons gelukkig prijzen als we in ons leven een paar mensen tegenkomen met wie we een gedeelte van ons mens-zijn kunnen delen.

Wie denkt al zijn verlangens en behoeften op één mens te kunnen projecteren belast daarmee die ene ander onnodig en daarmee ook zichzelf.

Om gelukkiger te worden, moeten we – hoe paradoxaal dat ook mag klinken – ons juist niet richten op de partner. De tevredenheid neemt toe als we ons richten op andere mensen in onze sociale omgeving. Uit onderzoek blijkt dat mannen en vrouwen die vertrouwelingen hebben buiten het eigen gezin, geestelijk en lichamelijk gezonder zijn dan mensen die voor intieme gevoelens en steun op slechts één persoon zijn aangewezen. Naarmate mensen minder tijd besteden aan de bredere persoonlijke betrekkingen, worden zij steeds afhankelijker van romantische relaties vol intimiteit. Als een relatie dan stukloopt, raken de partners makkelijker in een isolement. Het gebeurt zelfs wel dat we de relatie laten mislukken door er te veel van te verwachten.”

Het is geen eenvoudige opgave om ons juist niet te richten op de partner nu blijkt dat de blik van geliefden vooral naar binnen is gericht, ook omdat anderen voor praktische ondersteuning vaak niet meer nodig zijn, aangezien deze door professionals wordt gegeven.

3. Het dagelijks leven

Processen verlopen langzaam. Het is bijvoorbeeld al een wonder dat de emancipatie van homoseksuele mannen en lesbische vrouwen in de afgelopen 40 jaar zo'n hoge vlucht heeft genomen. Vaak verlopen processen een stuk

langzamer. De koppeling van het instituut van het burgerlijk huwelijk aan de persoonlijke, op gevoelsmatige gronden gebaseerde partnerkeuze bestaat al zo'n 250 jaar en zal voorlopig nog wel voortduren. Een met moeite verworven homoseksuele identiteit laat je niet zo maar weer los.

Er is reden genoeg om hem "vast" te houden, immers: zolang de homo-emancipatie niet is voltooid moet een homoseksuele voorkeur apart worden benoemd en benadrukt. Je gaat ook als heteroseksuele man of vrouw niet zo snel experimenteren met homoseksuele relaties, want wat zet je op het spel? Velen zeggen dat ze zelf niet tegen vrijen met anderen buiten hun relatie zijn, maar dit om praktische redenen niet doen ("het geeft zo'n gedonder"). Een netwerk van vrienden en "deeltijdpartners" is niet zomaar opgebouwd en het kost tijd en energie om dit netwerk te onderhouden.

De mate van vanzelfsprekendheid om elkaar als partners in een netwerk te helpen en voor elkaar beschikbaar te zijn moet i.t.t. de gebruikelijke partnerschapsrelatie tussen twee mensen steeds worden vastgesteld en opnieuw worden besproken. Aan de andere kant zijn deze aspecten in een paarrelatie voor de partners soms juist belastend, juist vanwege de schijnbare vanzelfsprekendheid ervan!

Als alles op één persoon neerkomt kan dat heel erg zwaar zijn. Dat een "totaalpakketrelatie" de partners de mogelijkheid biedt om één ander heel goed te leren kennen (iets wat minder goed zal lukken naarmate er méér mensen in je leven zijn) is wellicht waar. Aan de andere kant kan een "totaalpakketrelatie" een te zware klus worden als de wenslijst die met deze keus gepaard gaat niet sterk wordt gerelativeerd.

Een ander belangrijk punt is de kindervens. Hoe regel je de opvoeding van kinderen als je anders gaat leven dan volgens het standaardmodel, bijvoorbeeld in een vriendschapsnetwerk? Ook homo-en lesbische paren komen met deze vragen in aanraking.

Zij moeten hiervoor veel regelen, méér dan normaliter gebruikelijk is.

Angst en behoefte aan zekerheid en veiligheid spelen in relaties een grote rol. Soms is het aantrekkelijker een onbevredigende situatie onveranderd te laten, omdat een verandering te veel angstgevoelens of gevoelens van onzekerheid oproept.

Mensen beperken zich om de greep op de werkelijkheid niet te verliezen en blijven vaak in dezelfde situatie, dezelfde omstandigheden voortleven.

Veel mannen en vrouwen met een homo-heterorelatie konden dit echter niet meer opbrengen en waagden een moedige stap.

Hun situatie dwong hen ertoe de heersende opvattingen over intimiteit en relaties ter discussie te stellen.

En hun zoektocht is niet zonder positieve gevolgen gebleven, of ze nu bij elkaar bleven of niet.

Discussievragen

1. In hoeverre bent u tevreden met het gangbare westerse relatiemodel, waarbij relaties heel vaak gebaseerd zijn op een combinatie van seksualiteit, vriendschap en wederzijdse communicatie, het zgn. "totaalpakket"?
2. Wat zijn volgens u voor- en nadelen van:
 - een intieme relatie met één ander, waarbij je "nummer 1" voor elkaar bent.
 - een netwerk van vriendschapsrelaties, waarbij allen even belangrijk zijn
3. Wat zijn volgens u voor- en nadelen van:
 - een LAT-relatie
 - met zijn 2-en wonen
 - het wonen met een aantal belangrijke anderen (bv. in een woongroep)?
(steeds al dan niet met kinderen)



Oprecht hoop ik u hiermee te hebben geholpen in de ingewikkelde materie genaamd; 'relaties'.

Rob, masseur en founder van de Slaunge.

