



wetenschappelijk bureau voor
onderzoek, expertise en advies
op het gebied van leefwijzen,
verslaving en daaraan gerelateerde
maatschappelijke ontwikkelingen

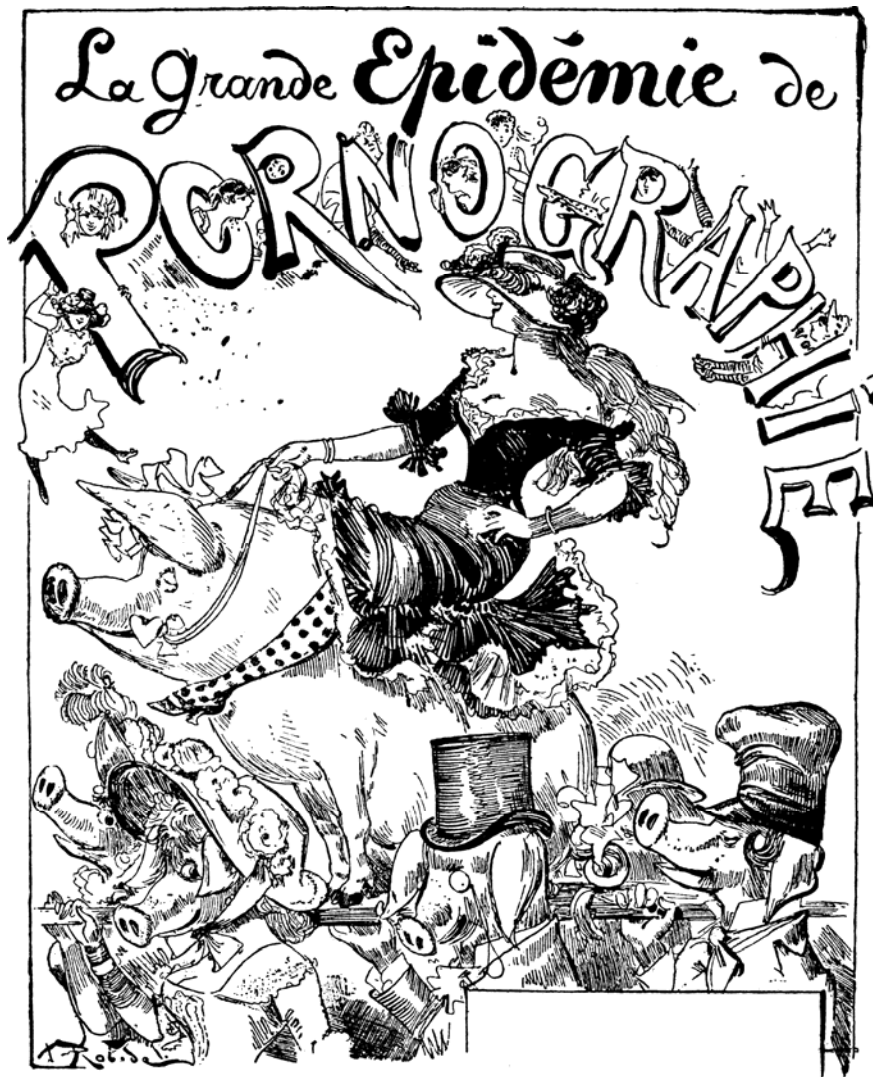
De opwinding voorbij

Aard, ernst en omvang van gebruik en problematisch gebruik
van online pornografie in Nederland

Gert-Jan Meerkerk
Debby V.M. van den Ende
Martijn Altenburg
Tim M. Schoenmakers

De opwinding voorbij

Aard, ernst en omvang van
gebruik en problematisch gebruik van online pornografie in Nederland



Colofon

De opwinding voorbij. Aard, ernst en omvang van gebruik en problematisch gebruik van online pornografie in Nederland

Auteurs

Dr. Gert-Jan Meerkerk
Drs. Debby V.M. van den Ende
Drs. Martijn Altenburg
Dr. Tim M. Schoenmakers

Leden van de begeleidingscommissie

Dr. Hanneke de Graaf (Rutgers WPF)
Dr. Erick Janssen (The Kinsey Institute, VS)
Prof. dr. Jacques van Lankveld (Open Universiteit)
Dr. Gertjan van Zessen (PACE Consultants)

Dit onderzoek is gefinancierd door de Stichting Volksbond Rotterdam

Rotterdam, 27-9-2011



IVO Instituut voor Onderzoek naar Leefwijzen en Verslaving
Heemraadssingel 194
3021 DM Rotterdam
T +31 10 425 33 66
F +31 10 276 39 88
E secretariaat@ivo.nl
W www.ivo.nl

Inhoudsopgave

Samenvatting	6
1 Introductie en onderzoeksvragen	10
1.1 Doel van het onderzoek	14
2 Methoden van onderzoek	15
2.1 Interviews met behandelaren	15
2.2 Interviews met online pornografieverslaafden	15
2.3 Bevolkingsonderzoek met behulp van online vragenlijst.....	15
2.3.1 Dataverzameling en respons.....	16
2.3.2 De steekproef.....	17
2.3.3 De vragenlijst.....	18
3 Literatuuroverzicht	21
3.1 De niet-wetenschappelijke literatuur.....	21
3.2 De wetenschappelijke literatuur	22
3.2.1 Prevalentie van gebruik van internetpornografie	23
3.2.2 Internet-pornografieverslaving.....	25
4 Verslavingszorg	27
4.1 Online pornografieverslaving: het begrip, seksverslaving en kenmerken	27
4.2 Omvang van het probleem en ontwikkeling de afgelopen jaren.....	29
4.3 Kenmerken van cliënten & achterliggende factoren	29
4.4 Seksuele gezondheid en seksueel gedrag	30
4.5 Behandeling.....	31
5 Een drietal gevalsbeschrijvingen.....	32
5.1 Casusbeschrijving cliënt 1	32
5.2 Casusbeschrijving cliënt 2.....	33
5.3 Casusbeschrijving cliënt 3.....	34
6 Survey onder de volwassen bevolking	35
6.2 Het besteden van tijd aan online erotiek	39
6.2.1 Frequentie	39
6.2.2 Hoeveelheid tijd.....	46
6.3 Verslaving aan online pornografie	49
6.3.1 Indicator 1: Subjectieve beleving van verslaving aan online erotiek.....	50
6.3.2 Indicator 2: Compulsief tijd besteden aan online erotiek (CIUS).....	51
6.2.3 Indicator 3 Het besteden van tijd aan online erotiek.....	53
6.3.4 Prevalentie van verslaving aan online pornografie.....	55
6.4 Samenvatting survey	55
7 Discussie en conclusie	57
7.1 Discussie.....	57
7.1.1 Gebruik	57
7.1.2 Verslaving	58
7.1.3 Beperkingen van het onderzoek	59

7.2 Conclusie	60
Referenties	62

Samenvatting

Inleiding, vraagstelling en methode

Door het internet is pornografie meer dan ooit eenvoudig beschikbaar en toegankelijk. Daarnaast bieden de interactieve multimediale mogelijkheden van internet ook ruimte voor nieuwe vormen van seksuele activiteiten (*cyberseks*).

De toegenomen beschikbaarheid en toegankelijkheid van pornografie zou voor sommigen negatieve gevolgen kunnen hebben zoals excessief gebruik van online pornografie of zelfs verslaving aan online pornografie

Recent en betrouwbaar onderzoek naar het gebruik en misbruik van online pornografie in de algemene (Nederlandse) populatie ontbreekt echter grotendeels. Het huidige onderzoek probeert antwoorden te vinden op de vragen naar het gebruik van online pornografisch materiaal (wie, hoe vaak en wat?) en op de vraag naar het voorkomen van compulsief gedrag dat in verband gebracht kan worden met online pornografie (pornografieverslaving).

Om de onderzoeksvragen te beantwoorden is een literatuuronderzoek uitgevoerd, zijn interviews gehouden met hulpverleners en is een survey uitgevoerd in een representatieve steekproef van bijna 2000 volwassen Nederlanders. De survey bevatte o.a. vragen naar aard en omvang van het gebruik van online pornografie en vragen naar problemen in de omgang met online pornografie.

Resultaten

Gebruik onder Nederlandse bevolking

Uit de survey wordt duidelijk dat ongeveer driekwart van de mannen en een derde van de vrouwen ooit wel eens tijd heeft besteed aan online pornografie. Bijna één op de vijf (18%) mannen en één op de vijftig (2%) vrouwen besteedt minimaal 1 à 2 maal per week tijd aan online erotiek. Een kleine groep mannen besteedt relatief vaak tijd aan online erotiek: 7% van de mannen besteedt minimaal 3 à 5 keer per week tijd aan online erotiek waarvan 2% (bijna) dagelijks. Nagenoeg geen enkele vrouw besteedt zo vaak tijd aan online erotiek.

De verschillen naar geslacht in het besteden van tijd aan online pornografie blijken groot. De verschillen naar leeftijd zijn kleiner: van de mannen tussen de 18 en 55 jaar besteedt ongeveer een kwart minimaal wekelijks tijd aan erotiek, van de mannen ouder dan 55 jaar is dat ongeveer één op de tien. Van de vrouwen tussen de 18 en 55 jaar besteedt ongeveer 3% minimaal wekelijks tijd aan online erotiek, van de oudere vrouwen besteedt praktisch niemand minimaal wekelijks tijd aan online erotiek. Tot slot besteden mensen die geen vaste partner hebben vaker tijd aan online pornografie dan mensen met een vaste partner.

Het vaakst wordt tijd aan online pornografie besteed door volwassen mannen van 18 tot 54 jaar zonder vaste relatie. Van hen besteedt 40% minstens 1 maal per week tijd aan online pornografie waaronder ongeveer 20% minstens 3 tot 5 maal per week.

Het meest populair, bij zowel mannen als vrouwen, blijken erotische films of foto's te zijn en erotische teksten en verhalen. Meer interactieve vormen van online erotiek, zoals erotisch chatten met anderen in *real time* al dan niet met beeld (webcam seks) en al dan niet tegen betaling, zijn weinig populair. De populairste bronnen voor online pornografie zijn websites als *Youporn*. Meer geavanceerde methoden om online pornografie te verkrijgen, zoals downloaden met behulp van torrents of via Usenet, zijn weinig populair. Slechts weinig mensen betalen voor pornografische inhoud.

Verslaving aan online pornografie

De wetenschappelijke literatuur over gebruik en misbruik van online pornografie is beperkt en er is geen consensus over de validiteit van het begrip pornografieverslaving. De interviews met de hulpverleners maken duidelijk dat er ook in de zorg geen consensus bestaat over de adequaatheid van het begrip pornografieverslaving. Wel zijn er mensen die de controle over het gebruik van online pornografie zijn verloren en online pornografie gebruiken om gevoelens van vooral eenzaamheid en onlust uit de weg te gaan. De problemen maken daarbij vaak deel uit van een breder (comorbide) klachtenpatroon. Het aantal cliënten dat de therapeuten zien, is vooralsnog gering maar neemt de laatste jaren langzaam toe.

Uit de survey blijkt dat 1% van de mannen zich behoorlijk en 8% zich een beetje verslaafd voelt aan online pornografie. Vrouwen die zich in meer of mindere mate verslaafd voelen zijn er bijna niet. De uitkomsten op de CIUS (een gevalideerd meetinstrument om compulsief internetgebruik te meten) duiden er op dat het compulsief omgaan met online pornografie bij een kleine minderheid van ca. 1% van de volwassen gebruikers van online pornografie voorkomt. Compulsieve gebruikers van online erotiek zijn, vergeleken met de rest, vaker man, vaker alleenstaand en minder tevreden met hun relatie en hun seksleven. Ze hebben wel een actiever seksleven: ze hebben vaker seksueel contact en wensen nog vaker seksueel contact. Bovendien hebben ze meer verschillende sekspartners gehad, masturberen ze vaker en gebruiken daarbij vaker online erotiek. Uit de survey bleek verder dat de mensen die hoog scoren op de indicatoren voor pornografieverslaving meer last hebben van depressieve gevoelens en gevoeliger zijn voor straf (neuroticisme).

Discussie en conclusie

Voor jongere alleenstaande mannen lijkt het regelmatig bezig zijn met online pornografie eerder regel dan uitzondering. De wetenschappelijke literatuur, de interviews met de hulpverleners en de survey onder de normale bevolking geven verschillende aanwijzingen dat er ook mensen zijn, vooral mannen, die problemen hebben hun omgang met online pornografie te reguleren. Door het gebrek aan consensus over terminologie, diagnostiek en criteria is het echter moeilijk betrouwbare uitspraken te doen over aard, ernst en vooral omvang van het probleem. De omvang lijkt vergelijkbaar met die van andere gedragsverslavingen zoals pathologisch gokken of gameverslaving. De problemen met online pornografie staan daarbij vaak niet op zich maar komen voor in combinatie met andere psychosociale problemen waarbij men online pornografie lijkt te gebruiken om te vluchten voor deze problemen en in ieder geval voor een moment een prettige ervaring te hebben.

De toegenomen beschikbaarheid van online pornografie is een recente ontwikkeling die nog niet ten einde is. Hierdoor kan niet uitgesloten worden dat de omvang van pornografieverslaving zal toenemen. Nader onderzoek naar het fenomeen is dan ook op

zijn plaats. Met name kennis over de factoren die de gevoeligheid voor het ontwikkelen van verslavingsproblemen verklaren en inzicht in de psychologische mechanismen die ontstaan en instandhouding van pornografieverslaving verklaren, kunnen sturing geven aan preventie- en behandelmethoden.

Van de Cheggit¹ website:

The End of a Torrent Era

Published on June 2, 2011 in Cheggit News.

Bomkia, popular poster for a very long time, has decided to retire. Bomkia started posting on Emporium waay back in 04. He was more active back then. I don't remember but i'm sure he was up around 5k posts over there as well before moving here in 06.

Real life has taken over, I have a live in girlfriend and a job that takes a lot of time. But I couldn't stop at 3999 torrents, I needed to go out with a bang. I hope you enjoy it.

So after 4000 posts, I happened to catch him active on irc. happens occasionally.

<cheep> hey Bomkia i'm glad you're here. wanted to say thanks for the years of uploads.

<Bomkia> no problem. I enjoyed it obviously

<cheep> i'll not attempt to make a ham-handed confluence of porn-uploading and real life. i'll just say that i wish you well in life.

<cheep> confluence is the wrong word... but you get the pic.

<Bomkia> I'll still be around, I just cant dedicate 1½ hours a day to porn

<cheep> yeah me either (=

<Bomkia> It always was a bit like stamp collecting for me. I mean, the sex part was fun, but thats like at most a few minutes

<Bomkia> fun to post something and get a lot nice comments, otherwise who the hell would?

<cheep> heh

<simcut> svenska hora :)

<Bomkia> swedish whores are generally ugly I would think. unless we're talking about like camgirls or stuff

<Bomkia> but the ones having sex with random men are all probably .. ugly. Now, eastern european whores..

<cheep> heheh

<Bomkia> it's the same thing in porn. the really beautiful swedish girls will never make enough money doing swedish porn for it to be worth it

<cheep> right. so they go become a secretary or pump gas.

<Bomkia> basically. shop assistant or whatever. but being ukrainian you make far more money doing porn for Private than sitting around in a small shop.

Aaahhh the porn connoisseur till the end. Stamp collecting or not, we'll miss your work. So long and thanks for all the squish.

¹ Cheggit.net is a private adult torrent tracker specializing in amateur adult porn

1 Introductie en onderzoeksvragen

Pornografie² is bepaald geen verschijnsel van de hedendaagse tijd. Bij de opgraving van het Romeinse Pompeii kwamen wandschilderingen (Afbeelding 1.1) te voorschijn waarop expliciet seksuele handelingen te zien zijn en bekend is ook het van pornografische afbeeldingen voorziene aardewerk van de oude Grieken (Afbeelding 1.2).

Afbeelding 1.1 Wandschildering opgegraven in Pompei.



Door de ontwikkeling van het internet is een ongekend groot aanbod van pornografisch materiaal via het internet verkrijgbaar geworden. Niet eerder had men zo eenvoudig zo'n uitgebreid en gevarieerd aanbod aan pornografisch materiaal, zonder grote kosten, thuis ter beschikking. Cooper (1998) spreekt in dit verband van de *Triple A engine* (*Accessibility, Affordability and Anonymity*) en Young (2000) van het *ACE-model* (*Anonymity, Convenience, Escape*). Beide modellen maken duidelijk dat het internet een zeer belangrijke rol speelt als distributiekanaal; door internet is de toegang tot expliciet pornografisch materiaal meer dan ooit eenvoudig, overvloedig, anoniem en goedkoop voor een ieder beschikbaar.

Daarnaast biedt het internet nieuwe mogelijkheden tot seksuele interactie, bijvoorbeeld met een webcam of in een virtuele wereld als Second Live (www.seconddlife.com; Afbeelding 3.1), die voordien niet mogelijk waren. Er is dus niet alleen sprake van een uitbreiding van bestaande mogelijkheden maar ook van de komst van nieuwe vormen van seksueel gedrag: online seks of cyberseks. De beleving van seksualiteit is door de komst van internet voor sommige internetgebruikers uitgebreid met nieuwe mogelijkheden.

² Pornografie is het weergeven van menselijk seksueel gedrag met het doel om seksuele opwindning te creëren. De weergave kan bestaan uit films of foto's maar ook uit getekende beelden, geschreven of gesproken tekst, of door geluiden (<http://nl.wikipedia.org/wiki/Pornografie>).

Online seksualiteit is daarmee niet (alleen maar) een vorm van surrogaat seks maar biedt ook nieuwe mogelijkheden voor het uitoefenen van seksueel gedrag.

Afbeelding 1.2 Grieks aardewerk voorzien van pornografische afbeelding



Pornografische *content* kan betrokken worden van websites, gratis of tegen betaling, maar kan ook worden gedownload via peer-to-peer netwerken (torrents), via Usenet of onderling uitgewisseld worden via internet forums. Pornografie is vaak afkomstig van de zogenaamde “*adult industry*” maar een interessant aspect van internetpornografie is dat in principe iedereen relatief eenvoudig zijn eigen pornografie kan maken en uploaden (ook wel bekend als *amateur* of *homemade* pornografie). Een bekende torrent site gericht op amateur pornografie (video’s en foto’s) is www.cheggit.net. Figuur 1.1 geeft de zogenaamde *tag cloud*³ van Cheggit weer waaruit afgeleid kan worden welke *tags* populair zijn en dus wat de gebruikers van de site het liefste willen zien.

De huidige situatie bestaat nog niet lang. In Nederland, een land dat op het gebied van de toepassing van internettechnologie wereldwijd tot de vooraanstaande landen behoort, is internet voor particulieren pas sinds medio jaren negentig van de vorige eeuw beschikbaar. Sinds de introductie is de ontwikkeling zeer snel gegaan en inmiddels heeft de overgrote meerderheid van de Nederlandse bevolking toegang tot internet. Toch bestaat het (breedband) internet en daarmee online pornografie zoals we het nu kennen voor de meeste mensen amper 10 jaar.

³ “A tag cloud is a stylized way of visually representing occurrences of words used to described tags” (http://www.webopedia.com/TERM/T/tag_cloud.html)

Afbeelding 1.3 Cyberseks in Second Life: Pixel Porn



Actueel en representatief onderzoek naar het gebruik van online pornografie blijkt grotendeels te ontbreken⁴. Er zijn wel studies maar die zijn of gedateerd (in de zich snel ontwikkelende wereld van het internet is een studie van bijvoorbeeld 5 jaar oud al gedateerd), of gebaseerd op een *convenience* steekproef of een steekproef onder slechts een deel van de bevolking (bijvoorbeeld studenten). Ook de betrouwbaarheid van de gegevens is vaak twijfelachtig door het taboe dat op het gebruik van online pornografie ligt. Over het algemeen komt men er niet zo gemakkelijk voor uit zich bezig te houden met online pornografie. Er zijn echter wel verschillende aanwijzingen dat pornografie één van de meest gezochte onderwerpen is op internet en dat veel mensen er tijd aan besteden. Pornografie lijkt een belangrijke drijfveer te zijn geweest voor de ontwikkeling van het internet en omgekeerd, door het internet is de porno-industrie groter gegroeid dan ooit (Anonymous, 2007, 2009).

De opkomst van het internet heeft volgens sommigen bijgedragen aan de 'pornificatie van onze samenleving', getuige de titel van een 2009 door de Nederlands Vlaamse Federatie Seksuologie⁵ georganiseerd congres over de vermeende pornificatie van de maatschappij en de eventuele gevolgen hiervan voor de seksuele gezondheid van jongeren en volwassenen (Leusink & Van Lankveld, 2009; Picavet, 2009). Eén van de zorgen over de seksuele gezondheid betreft verslaving⁶ aan online pornografie: het excessief, obsessief,

⁴ Een van de meest recente Nederlandse studies is de studie van Bakker en Vanwesenbeeck (2006).

⁵ <http://www.nvfs.info>

⁶ In dit rapport wordt (hoofdzakelijk) de term pornografieverslaving gehanteerd al is er nog geen consensus of deze term adequaat is. Anderen spreken over het compulsief bezig zijn met pornografie, problematisch pornografiegebruik of hyperseksualiteit.

compulsief en ongecontroleerd bezig zijn met pornografisch materiaal via internet waarbij het gedrag voor de gebruiker leidt tot ongewenste psychologische, sociale of beroepsmatige effecten. De (internationale) literatuur over verslaving aan online pornografie is vooralsnog tamelijk beperkt (zie Hoofdstuk 3) maar dat verslaving aan online pornografie bestaat, wordt al jaren door verschillende onderzoekers betoogd (Carnes, 2001; Cooper, Scherer, Boies, & Gordon, 1999; Griffiths, 2004; Putnam, 2000; Stein, Black, Shapira, & Spitzer, 2001; Young, 2008). Sommige onderzoekers zien in online pornografie zelfs één van de grootste risico's voor de ontwikkeling van een (gedrags)verslaving (Orford, 2005).

Figuur 1.1 De tag cloud van Cheggit.net



Er zijn verschillende aanwijzingen dat verslaving aan online pornografie ook in Nederland daadwerkelijk een prevalent probleem is. Zo bleek bij een behandeling voor internetverslaafden door Brijder verslavingszorg dat een aanzienlijk deel van degenen die zich aanmeldden, moeite hadden hun gebruik van het internet voor seksuele doeleinden onder controle te houden en zich primair om deze reden bij de zorginstelling meldden (Van Rooij, Zinn, Schoenmakers, & Van de Mheen). Ook het IVO onderzoek naar nieuwe vormen van verslaving in de reguliere (verslavings)zorg liet zien dat het hebben van problemen met het reguleren van het gebruik van het internet voor het verkrijgen van seksuele stimulatie een voorkomend probleem is. (Meerkerk, Van Rooij, Amadmoestar, & Schoenmakers, 2009). Verder liet een eerder IVO onderzoek naar de relatie tussen het gebruik van het internet voor verschillende doeleinden en internetverslaving⁷ zien dat vooral het gebruik van het internet voor het verkrijgen van seksuele stimuli gerelateerd kan worden aan internetverslaving (Meerkerk, Van den Eijnden, & Garretsen, 2006).

⁷ In het gerefereerde artikel wordt gesproken over compulsief internetgebruik, deze term kan praktisch gelijk gesteld worden aan internetverslaving.

1.1 Doel van het onderzoek

Zoals gezegd is het bestaande onderzoek naar gebruik en problematisch gebruik van online pornografie nog tamelijk beperkt. Wat de Nederlandse situatie betreft, is de kennis nog geringer. Het huidige onderzoek biedt een aanzet deze lacune in te vullen. Doel van het onderzoek is het verkrijgen van inzicht in het gebruik en misbruik van online pornografie in de volwassen Nederlandse bevolking. De nadruk ligt daarbij op pornografieverslaving, ofwel het compulsief bezig zijn met online pornografie. Vanwege de beperkte kennis die vooralsnog beschikbaar is, is het onderzoek ten eerste inventariserend. De hoofdvraag luidt:

In welke mate wordt door welke bevolkingsgroepen op welke wijze aan wat voor soort online pornografie tijd besteed en in hoeverre is daarbij sprake van verslavingsgedrag?

Daarnaast ligt de nadruk op relaties tussen enerzijds gebruik en verslaving met anderzijds achtergrondvariabelen (demografisch, persoonlijkheid), kenmerken van het gebruik van online pornografie (intensiteit, compulsiviteit) en een aantal psychologische factoren. Deze kennis kan sturing geven aan de ontwikkeling van behandel- en preventiemethoden.

Concreet geformuleerd zoekt het onderzoek met behulp van kwalitatieve en kwantitatieve methoden antwoorden op de volgende vragen:

1. Wat is er in de wetenschappelijke literatuur geschreven over gebruik en problematisch gebruik (verslaving) van online pornografie? (literatuurstudie)
2. Is er sprake van problematisch gebruik van online pornografie, ofwel verslaving aan online pornografie ofwel hyperseksualiteit met betrekking online pornografie en welke vormen neemt dit aan? (interviews met behandelaren)
3. Aan welke vormen van online pornografie besteedt de Nederlandse internetgebruiker tijd? Hoe vaak en hoe lang, en wat zijn de verschillen tussen verschillende bevolkingsgroepen? (survey)
4. In welke mate komt verslaving met betrekking tot online pornografie voor in de Nederlandse bevolking? (survey)
5. Met welke variabelen hangt verslaving aan online pornografie samen (survey):
 - a. Demografische variabelen
 - b. Persoonlijkheidsvariabelen, impulsiviteit en gevoeligheid voor beloning en straf
 - c. Depressie

2 Methoden van onderzoek

Voor het onderzoek zijn verschillende methoden gebruikt. Allereerst is een literatuurstudie uitgevoerd over gebruik van en verslaving aan online pornografie (Hoofdstuk 3). Hierin werd gezocht naar ouder en recent onderzoek over prevalenties van gebruik en verslaving. Daarnaast zijn kwalitatieve interviews gevoerd met behandelaars van cliënten met online pornografie verslaving en tevens met een aantal cliënten zelf. De interviews met behandelaars zijn geanalyseerd en worden besproken in Hoofdstuk 4. De interviews met verslaafde cliënten zijn opgetekend in de vorm van gevalbeschrijvingen in Hoofdstuk 5. Tot slot is een bevolkingsonderzoek naar het gebruik van online pornografie uitgevoerd met behulp van een online vragenlijst (Hoofdstuk 6).

2.1 Interviews met behandelaren

Diverse verslavingszorginstellingen en instellingen voor geestelijke gezondheidszorg zijn benaderd met de vraag of zij ervaring hadden met de hulpverlening aan cliënten met een aan het gebruik van online pornografie gerelateerde problematiek. Ook zijn verschillende vrijgevestigde therapeuten benaderd die zich specifiek richten op seksverslaving en pornografieverslaving. Op deze wijze zijn zes semigestructureerde interviews georganiseerd waarbij telkens één of meerdere therapeuten aanwezig waren die ervaring hebben met een aan online pornografie gerelateerde hulpvraag. De duur van de interviews bedroeg ongeveer een uur.

De belangrijkste vragen in de interviews waren:

- Bestaat er zo iets als verslaving aan online pornografie en zo ja, op basis van welke kenmerken wordt deze diagnose gesteld?
- Hoe vaak komt verslaving aan online pornografie voor in de betreffende GGZ-instellingen, is er de laatste jaren sprake van een toename?
- Wat zijn kenmerken van de cliënten en hoe ziet de problematiek van de cliënten er uit?
- Wat zijn mogelijke achterliggende factoren van online pornografieverslaving?

2.2 Interviews met online pornografieverslaafden

Tot slot zijn een drietal mensen geïnterviewd die zelf aangaven verslaafd te zijn aan online pornografie. Deze mensen zijn geworven via de therapeuten en ook is op de website www.hulpbijseksverslaving.com een oproep geplaatst om mee te werken aan het onderzoek. De drie interviews zijn gebruikt voor casusbeschrijvingen die in het rapport ter illustratie zijn opgenomen (Hoofdstuk 5).

2.3 Bevolkingsonderzoek met behulp van online vragenlijst

Het kwantitatieve onderzoek is uitgevoerd door middel van een online survey onder een representatieve steekproef van de Nederlandse bevolking ouder dan 18 jaar (CentERdata: www.centerdata.nl). Het panel van CentERdata wordt samengesteld door een aselechte

groep mensen aan te schrijven met het verzoek deel te nemen aan het panel. Het is dus geen *convenience* steekproef zoals de meeste internet panels. Hierdoor is de representativiteit beter geborgd. Het doel van dit onderdeel van het onderzoek was vooral het in kaart brengen van het gebruik van online pornografie door de Nederlandse internetgebruiker en dit te relateren aan eventuele negatieve gevolgen (compulsief gebruik / verslaving), persoonlijkheidseigenschappen en depressie. In de survey wordt de term pornografie vanwege de voor sommigen negatieve conotatie vermeden en wordt in plaats daarvan gesproken over online erotiek. Het invullen van de survey duurde 20 à 30 minuten. De panelleden konden de survey op een zelf gekozen tijdstip invullen in het weekend van elf tot dertien februari 2011. Voorafgaand werd vermeld dat de vragen in de vragenlijst gingen over onderwerpen met betrekking tot relaties en seksualiteit. Aangegeven werd dat het wenselijk was de vragenlijst in te vullen zonder dat er andere mensen in de buurt waren.

De vragenlijst is te vinden in Bijlage 1. De belangrijkste onderwerpen uit de survey zijn:

- Frequentie van tijd besteden aan diverse vormen van online erotiek
- Bron (herkomst) online erotiek (websites, Usenet, P2P etc.)
- Compulsief gebruik van online erotiek (aangepaste CIUS (Meerkerk, Van den Eijnden, Vermulst, & Garretsen, 2009))
- Subjectieve ervaring van verslaafd zijn aan online erotiek
- Seksueel gedrag
- Masturbatie
- Relatiesatisfactie
- Seksuele satisfactie
- Impulsiviteit (Dickman, 1990)
- Gevoeligheid voor beloning en straf (BISBAS: (Franken, Muris, & Rassin, 2005))
- Depressiviteit

2.3.1 Dataverzameling en respons

De data zijn verzameld in week 6 en 7 van het jaar 2011. In totaal zijn 2687 leden van het panel van CentERdata (www.centerdata.nl) benaderd. Van hen hebben 1952 leden (respons 72,6%, non-respons 27,4%) geheel of gedeeltelijk de vragenlijst via internet ingevuld (respectievelijk 68,4% en 4,2%). Eén respondent is naderhand verwijderd vanwege opvallend inconsequente, extreme en onmogelijke antwoorden. Van vijf andere respondenten zijn de antwoorden verwijderd op de vraag naar het aantal sekspartners in het hele leven vanwege de onwaarschijnlijkheid van het antwoord mede gezien de leeftijd van de betreffende respondenten (bijvoorbeeld 1000 verschillende sekspartners op 23 jarige leeftijd). Voor de uiteindelijke analyses zijn 1839 geheel ingevulde en 112 gedeeltelijk ingevulde vragenlijsten beschikbaar. De uiteindelijke respons bedraagt daarmee 72,6 procent (n=1951). In de analyses zijn zowel de geheel als gedeeltelijk ingevulde vragenlijsten meegenomen waardoor het aantal respondenten per vraag enigszins kan verschillen.

Non-respons analyse

In een non-respons analyse is berekend of de mensen uit de non-respons op een aantal achtergrondvariabelen verschillen van de mensen uit de respons. Dit is gedaan met een t-test voor leeftijd met de variabele respons (ja/nee) als afhankelijke variabele. Voor geslacht (man/vrouw), opleidingsniveau (laag/hoog), stedelijkheidsgraad (5 categorieën 'zeer sterk stedelijk' tot 'niet stedelijk') en woonvorm van het huishouden (5 categorieën:

alleenstaand met of zonder kinderen, samenwonend met of zonder kinderen, 'anders'), zijn chi-kwadraat testen uitgevoerd met respons (ja/nee) als afhankelijke variabele.

Uit de resultaten blijkt dat de respons groep gemiddeld 7 jaar ouder is dan de non-respons groep (54 vs. 47), dat er relatief minder vrouwen in zitten (46% vs. 53%), dat er meer alleenstaanden zonder kinderen (19% vs. 9%) en minder samenwonenden met kinderen in zitten (33% vs. 48%) en dat er relatief minder laag opgeleiden in zitten (60% vs. 65%). Er is geen verschil in stedelijkheidsgraad tussen de respons en non-respons groep

2.3.2 De steekproef

Demografische gegevens

De respondenten variëren in leeftijd van 18 tot 89 jaar en zijn gemiddeld 54,5 (s.d. 14,7) jaar oud. Tabel 2.1 geeft een overzicht van de leeftijden in categorieën en laat zien dat jongere generaties relatief wat minder zijn vertegenwoordigd; meer dan helft van de respondenten (52,6%) is 55 jaar of ouder. Mannen zijn in de steekproef licht oververtegenwoordigd; 54,1% van de respondenten is man en 45,9% vrouw. In sommige leeftijdscategorieën is de verdeling echter anders, zo is in de leeftijdscategorie 25 tot 34 jaar slechts 34,8% van de respondenten van het mannelijk geslacht.

Tabel 2.1 Leeftijd en geslacht van de respondenten

		Geslacht		Totaal
		Man	Vrouw	
Leeftijd (in CBS-categorieën)	18 - 24 jaar	27	24	51
		2,6%	2,7%	2,6%
	25 - 34 jaar	47	88	135
		4,5%	9,8%	6,9%
	35 - 44 jaar	150	179	329
		14,2%	20,0%	16,9%
	45 - 54 jaar	217	192	409
		20,6%	21,4%	21,0%
	55 - 64 jaar	282	227	509
		26,7%	25,3%	26,1%
65 jaar en ouder	332	186	518	
	31,5%	20,8%	26,6%	
Totaal		1055	896	1951
		100,0%	100,0%	100,0%

Weging

Voor de analyses waarvan de resultaten staan beschreven in de paragraaf 'Beschrijving van de steekproef' is gebruik gemaakt van de ongewogen data. De data voor de analyses waarvan de resultaten staan weergegeven in de resultatensectie zijn gewogen. Er is gebruik gemaakt van een weegfactor die de steekproef voor de variabelen leeftijd, geslacht en opleiding representatief maakt voor de volwassen Nederlandse bevolking. De resultaten zijn daarmee generaliseerbaar naar de gehele volwassen (18 jaar en ouder) Nederlandse bevolking. Enig voorbehoud moet gemaakt worden omdat het panel van

CentERdata weliswaar wordt samengesteld om representatief te zijn voor de Nederlandse bevolking maar er helaas weinig Nederlanders met allochtone achtergrond in zitten – een probleem waarmee alle landelijke panels te maken hebben. Hierdoor zijn de resultaten van het surveyonderzoek slechts in zeer beperkte mate vertaalbaar naar allochtone Nederlanders. Ook is de steekproef door de weging representatief voor de variabelen leeftijd, geslacht en opleiding maar daarmee niet noodzakelijkerwijs ook voor andere variabelen.

De weegfactor is multiplicatief berekend met behulp van het programma Bascula 4.8 (Centraal Bureau voor de Statistiek). De weegfactor varieert van 0,435 tot 7,613. Voor de berekening van samenhangen tussen variabelen (correlaties en regressieanalyses) is gebruik gemaakt van de ongewogen steekproef.

2.3.3 De vragenlijst

Gevoeligheid onderwerp online erotiek

Het onderwerp van de vragenlijst, het besteden van tijd aan online erotiek, ligt voor sommige mensen gevoelig. Dit zou de betrouwbaarheid van de resultaten negatief kunnen beïnvloeden. Om de respondenten niet voor het hoofd te stoten of af te schrikken is daarom gekozen voor een voorzichtige opbouw van de vragen en is het gebruik van mogelijk afschrikkende termen – zoals het woord ‘porno’ dat voor veel mensen een negatieve conotatie heeft – zo veel mogelijk vermeden.

De vragenlijst werd ingeleid met een korte begeleidende tekst:

“Deze vragenlijst gaat over seksualiteit. De vragen gaan over een intiem en zeer persoonlijk onderwerp en we begrijpen dat het lastig kan zijn om daar helemaal eerlijk en open over te zijn. Daarom willen we u vragen deze vragenlijst te beantwoorden zonder dat er andere mensen in de buurt zijn. Op die manier kunt u de vragenlijst naar alle eerlijkheid invullen.”

Online erotiek is in de vragenlijst als volgt omschreven:

*“Er zijn op het internet veel verschillende websites te vinden met seksueel getinte foto's, films, contactmogelijkheden enz. Ook op andere manieren kunt u via internet aan erotisch of pornografisch materiaal komen, bijvoorbeeld via torrent sites of nieuwsgroepen. We gebruiken voor al het bovenstaande de verzamelnaam **online erotiek**.”*

Schalen

In de survey zijn verschillende vragenlijsten (schalen) opgenomen. Hieronder volgt een beschrijving van deze schalen. Per schaal staan de herkomst, het aantal items waaruit de schaal is opgebouwd en de antwoordcategorieën weergegeven. Ook wordt van iedere schaal een voorbeelditem gegeven (geselecteerd op basis van de hoogste item-totaal correlatie). Voor iedere schaal is bepaald hoeveel mensen hoeveel vragen niet hebben beantwoord ('missing') en zijn mensen die voor de betreffende schaal meer dan twee derde van het totale aantal items niet hebben beantwoord uit de betreffende analyse verwijderd. Tot slot is van iedere schaal de betrouwbaarheid (Cronbach's Alpha) in de huidige steekproef berekend. De totale vragenlijst is opgenomen in Bijlage 1.

Verslaving aan online pornografie

Verslaving aan online pornografie (of hyperseksualiteit ten aanzien van online erotiek, compulsief online erotiek gebruik of online seksverslaving) vormt, voor zover het betrekking heeft op het dwangmatig, ongecontroleerd, excessief en/of obsessief bezig zijn met online seksueel gedrag, een belangrijk aspect in het (survey) onderzoek. De survey bevat verschillende vragen en schalen die erop gericht zijn om informatie over deze aspecten te verkrijgen. Dit zijn de hieronder beschreven CIUS aangepast voor tijdsbesteding aan online erotiek (Meerkerk, Van Rooij et al., 2009) en de schaal die seksuele compulsiviteit meet (overmatig seksueel verlangen) (Bakker & Vanwesenbeeck, 2006). Daarnaast is de respondenten gevraagd of zij zichzelf verslaafd beschouwen aan online erotiek waarbij zij konden antwoorden op een 5-punt Likert schaal ('helemaal niet' tot 'heel erg'). Tot slot zou de frequentie waarmee tijd aan online erotiek wordt besteed een indicatie kunnen zijn van online hyperseksueel gedrag. De CIUS schaal, de vraag naar subjectieve zelfbeoordeling en de frequentie waarmee tijd aan online erotiek wordt besteed zijn expliciet van toepassing op online erotiek, de schaal seksuele compulsiviteit heeft betrekking op seksuele gedachten en gevoelens in het algemeen.

Compulsief internetgebruik (CIUS online erotiek)

Deze schaal is gebaseerd op de *Compulsive Internet Use Scale* (Meerkerk, Van den Eijnden et al., 2009), een schaal die bedoeld is om de compulsiviteit van internetgebruik ('internetverslaving') te meten. Voor de huidige toepassing zijn de items zodanig aangepast dat ze betrekking hebben op online erotiek (Meerkerk, Van Rooij et al., 2009). De 14 items vragen naar het voorkomen van bepaalde ervaringen, bijvoorbeeld "Hoe vaak vindt u het moeilijk om met online erotiek te stoppen?". Antwoorden moeten gegeven worden op een 5-punts Likert schaal (nooit, zelden, soms, vaak, zeer vaak). Cronbach's Alpha bedraagt 0,914.

Hoewel de CIUS geen gevalideerd cut-off score kent, is in vergelijkbare studies een cut-off van 3 gehanteerd (Meerkerk, 2007; Meerkerk, Van Rooij et al., 2009). Een cut-off waarde van 3 houdt in dat respondenten die gemiddeld 'soms' of meer scoren over alle 14 items van de CIUS, gerekend worden tot de compulsieve gebruikers. Hoewel de waarde 3 gekozen is op basis van *face validity* ('validiteit op zicht') wijzen ook andere studies uit dat een waarde rond de 3 indicatief is voor compulsief gebruik; e.g. (Van Rooij, Schoenmakers, Vermulst, Van den Eijnden, & Van de Mheen, 2010).

Seksuele compulsiviteit

De schaal seksuele compulsiviteit (Bakker & Vanwesenbeeck, 2006), ook aan te duiden als overmatig seksueel verlangen, bestaat uit 4 items met een 5-punts Likert schaal (helemaal mee oneens t/m helemaal mee eens). Bijvoorbeeld "In hoeverre bent u het eens of oneens met onderstaande uitspraken? Mijn seksuele gedachten en gevoelens zijn sterker dan ikzelf". Cronbach's Alpha bedraagt 0,838.

Relatie satisfactie

De tevredenheid met de bestaande vaste relatie, de relatiesatisfactie, is vastgesteld met een schaal (Bakker et al., 2009) bestaande uit 8 items met een 5-punts Likert schaal (nooit, soms, regelmatig, vaak, altijd). Bijvoorbeeld: "Hoe vaak komt het onderstaande voor bij u en uw partner? Ik voel me fijn bij mijn partner." Cronbach's Alpha bedraagt 0,846.

Seksuele satisfactie

De tevredenheid met het seksuele leven is vastgesteld met een schaal (Bakker et al., 2009) bestaande uit 4 items met een 5-punts Likert schaal (helemaal niet van toepassing t/m heel sterk van toepassing en heel erg ontevreden t/m heel erg tevreden). Bijvoorbeeld "Hoe tevreden bent u over het algemeen over uw seksleven?" Cronbach's Alpha bedraagt 0,862.

Impulsiviteit

De oorspronkelijke Dickman Impulsivity inventory (DII; (Dickman, 1990) bestaat uit 23 vragen en kent 2 subschalen; functionele en disfunctionele impulsiviteit. Voor de huidige survey is alleen de subschaal disfunctionele impulsiviteit opgenomen welke de geneigdheid meet om onbezonnen te reageren en dit problemen veroorzaakt ("*Dysfunctional impulsivity is the tendency to act with less forethought than most people of equal ability when this tendency is a source of difficulty*" (Dickman, 1990) p. 95). De subschaal bestaat uit 12 ja-nee items. Bijvoorbeeld "Zijn onderstaande uitspraken van toepassing op uzelf? Ik zeg en doe vaak dingen zonder rekening te houden met de gevolgen". In de huidige steekproef is Cronbach's Alpha relatief laag: 0,740.

BISBAS

De BISBAS (Franken et al., 2005) bestaat uit 20 items met een 4 punt Likert schaal (helemaal mee oneens t/m helemaal mee eens) en meet de gevoeligheid voor beloning ('*incentive sensitivity*'; BAS) en gevoeligheid voor straf (BIS). De BIS schaal bestaat uit 7 items (bv "ik raak enigszins gestrest als ik denk dat er iets vervelends staat te gebeuren"). De BAS kent 3 subschalen: BAS Drive (4 items; bv "als ik iets wil, zal ik er gewoonlijk alles aan doen om dit te krijgen"), BAS Fun Seeking (4 items; bv "ik verlang naar spanning en sensatie") en BAS Reward Responsiveness (5 items bv "als ik iets leuks meemaak heeft dat duidelijk invloed op me"). De BAS subschalen hebben een wat lagere betrouwbaarheid (BAS Drive 0,718, BAS Fun Seeking 0,557 en BAS Reward Responsiveness 0,677) dan de BIS schaal (0,806).

Depressie

Het voorkomen van depressieve gevoelens is gemeten met behulp van de 6 items van de *Depressive Mood List* van Kandel en Davies (1982). Een voorbeeld item is "Hoe vaak hebt u onderstaande gevoelens gehad in de laatste 12 maanden? Ik voel me ongelukkig, somber en neerslachtig". Antwoorden worden gegeven op een 5-punts Likert schaal (nooit, bijna nooit, soms, vaak, altijd). Cronbach's Alpha in de huidige steekproef bedraagt 0,848.

3 Literatuuroverzicht

In dit hoofdstuk wordt eerst een globale indruk gegeven over hoe de niet-wetenschappelijke of populaire literatuur bericht over online pornografie en verslaving daaraan. Vervolgens wordt er aan de hand van de wetenschappelijke literatuur een overzicht gegeven over de prevalentie van online pornogebruik en –verslaving.

3.1 De niet-wetenschappelijke literatuur

Wie een zoektocht start op internet (www.google.com) met als zoektermen 'internet', 'pornografie' en 'verslaving', of het Engelse equivalent hiervan, vindt bijna 8 miljoen resultaten. Bij het bekijken van de resultaten vallen een paar zaken op. Ten eerste, veel resultaten voeren naar sites met hulpprogramma's om van een pornografieverslaving af te komen; bijvoorbeeld <http://www.no-porn.com/>, <http://treatingpornaddiction.com/> of <http://www.quitpornaddiction.com>. Vaak blijken deze sites te zijn opgezet door ervaringsdeskundigen en spelen mogelijk ook commerciële belangen een rol wanneer via de sites boeken en programma's verkocht worden. Hierdoor lijken niet alle sites even professioneel en betrouwbaar.

Verslaving aan pornografie wordt op dergelijke hulp-websites dikwijls afgeschilderd als een ernstig probleem waarmee vele mannen te maken zouden hebben: *"This battle with the pornographic monster is a growing problem across the entire societal grid"* en *"Statistics tell us that 35% of all Internet usage is pornographic, and that as many as 50% of men have serious struggles in this area."* (Currie, 2011). Vaak is er sprake van een conservatief christelijke achtergrond en wordt pornografie in zijn geheel afgewezen als zijnde amoreel en verwerpelijk.

Ook in de Nederlandse berichtgeving zijn vergelijkbare meldingen te vinden. Zo stelt Dick Trubendorffer, verslavingsagoog, ervaringsdeskundige en oprichter van een private verslavingskliniek in Amsterdam, in de Telegraaf "...er zijn inmiddels zeker 100.000 seks-c.q. pornoverslaafden in ons land. Door de tablet of smartphone van de baas is dat extra toegankelijk geworden. Maar iemand die elke nacht een paar uur porno zit te kijken, is de volgende dag natuurlijk niet fit." (van Rutten, 2011). Onduidelijk blijft helaas waarop het cijfer van 100.000 is gebaseerd. Volgens sommige media treft het probleem bovendien niet alleen mannen maar ook vrouwen: "Steeds meer vrouwen verslaafd aan internetporno" aldus de kop van een artikel in de online editie van het Algemeen Dagblad. (Redactie, 2011). Verder verwerpt de christelijke gemeenschap ook in Nederland internet pornografie en wordt het gezien als een ernstige bedreiging voor zowel individuen als maatschappij: "Hardcoreporno is het grootste gevaar voor kerk en samenleving. Ze verwoest onze cultuur, onze gezinnen en onze kinderen." (Kerkredactie, 2011).

Het ligt niet in de bedoeling van het huidige onderzoek een analyse te maken van de berichtgeving over pornografie en verslaving aan pornografie in de populaire media, maar er blijkt veel aandacht te zijn voor pornografie en de eventuele negatieve effecten er van. De kwaliteit van de geboden informatie lijkt echter niet altijd gewaarborgd en in de berichtgeving klinkt vaak een vooringenomen veroordeling van pornografie in zijn geheel door.

3.2 De wetenschappelijke literatuur

De hoeveelheid wetenschappelijke medisch-psychologische artikelen over online pornografie is relatief beperkt. Op zich is dit beperkte aantal niet zo vreemd gezien de relatief korte geschiedenis van online pornografie.

Online seksualiteit is een breed onderwerp waarbij uiteenlopende aspecten aan de orde kunnen komen. Deze aspecten zijn terug te vinden in de literatuur, bijvoorbeeld:

- De rol van online seksualiteit bij het ontstaan en de instandhouding van seksuele delinquentie (victimisatie; verkrachting, kinderpornografie). Zie bijvoorbeeld (Diamond, 2009; Ferguson & Hartley, 2009; Seto, Maric, & Barbaree, 2001).
- De rol van online seksualiteit op de ontwikkelingen van seksuele normen en waarden, attitudes en seksuele identiteit (met name van jongeren). Zie bijvoorbeeld (Braun-Courville & Rojas, 2009; Greenfield, 2004; Subrahmanyam, Greenfield, & Tynes, 2004).
- De invloed van online seksualiteit op paarvorming en instandhouding; hierbij valt ook te denken aan relatie satisfactie en seksuele satisfactie. Zie bijvoorbeeld (Baker, 2002; Manning, 2006; Young et al., 2000).
- De invloed van online seksualiteit op het ontstaan van seksuele stoornissen zoals hyperseksualiteit, seksverslaving of online pornografieverslaving. Zie bijvoorbeeld (Garcia & Thibaut, 2010; Kafka, 2010; Kingston & Firestone, 2008; Kuss & Griffiths, 2011; Stein et al., 2001; Young, 2008).

Binnen de context van het huidige onderzoek ligt de aandacht vooral op het laatste aspect; de relatie tussen online seksualiteit en het voorkomen van compulsief seksueel gedrag.

Nicola Döring is één van de weinige onderzoekers die een review heeft gemaakt over online seksualiteit in al zijn facetten (Döring, 2010; Döring, 2009). Döring (2009) onderscheidt zes aspecten van online seksualiteit:

1. Pornografie: foto's, video's en teksten die bedoeld zijn om seksueel te stimuleren. Gratis of tegen betaling beschikbaar via websites, Usenet, internet forums en peer-to-peer (P2P) netwerken zoals KaZaA en BitTorrent.
2. Sekswinkels: online winkels waar erotische attributen gekocht kunnen worden zoals vibratoren, condooms, lingerie, erotische dvd's en tijdschriften etc.
3. Sekswerkers: enerzijds biedt het internet advertentiemogelijkheden voor traditionele offline commerciële erotische activiteiten zoals escortservice (bijvoorbeeld www.vialetesescortservice.nl) en bordelen (bijvoorbeeld www.asmara.nl). Anderzijds zijn door de mogelijkheden van het internet nieuwe vormen van commerciële seksuele activiteiten ontstaan zoals commerciële webcams waar klanten tegen betaling (1 à 2 euro per minuut) *in real time* in contact kunnen komen met verleners van seksuele diensten. Men zou kunnen spreken van een vorm van virtuele prostitutie (zie bijvoorbeeld www.cambabes.nl).
4. Seksuele voorlichting: het internet biedt een grote verscheidenheid aan informatie voor mensen met vragen over seksualiteit. Het voordeel van internet boven traditionele brochures is dat de informatie eenvoudig, discreet en anoniem verkregen kan worden. Zie bijvoorbeeld www.seksualiteit.nl/. Daarnaast bieden

forums de mogelijkheid lotgenoten te vinden of eigen ervaringen te delen. Zo biedt de vooral onder jongeren populaire site fok.nl een apart subforum (forum.fok.nl/forum/51) voor vragen van seksuele aard: "Dit forum biedt een plek om te discussiëren over seks, seksualiteit, SOA's, voorbehoedsmiddelen, vragen en ervaringen op het gebied van seks!".

5. Sekscontacten: het internet biedt de mogelijkheid niet-commerciële seksuele contacten te leggen waarbij de seksuele activiteit zich zowel offline als online (cyberseks) kan afspelen. De seksuele activiteit kan daarbij onderdeel zijn van een langdurende relatie maar zich ook beperken tot een vluchtig eenmalig contact. Voorbeelden van sites vooral gericht op offline seksueel contact zijn www.secondlove.nl en www.dateprive.nl. Deze sites richten zich expliciet op het vinden van een sekspartner buiten een bestaande relatie.
6. Seksuele subculturen: voor mensen met wat minder traditionele seksuele voorkeuren biedt het internet middels een platform of discussieforum mogelijkheden gelijkgestemden te vinden. Een controversieel voorbeeld hiervan is website van de "vereniging voor acceptatie van ouderen-kinderen relaties" welke een platform biedt voor discussie over pedofilie (www.martijn.org).

De voor het huidige onderzoek meest relevante aspecten van online seksualiteit betreffen het gebruik en eventuele misbruik van pornografie, webcamseks en sekscontacten (zowel commercieel als niet-commercieel).

3.2.1 Prevalentie van gebruik van internetpornografie

Veel mensen lijken zich in meer of mindere mate wel eens bezig te houden met online pornografie. Het aantal betrouwbare cijfers om deze stelling te onderbouwen is echter beperkt en de verschillen in de gerapporteerde cijfers groot. Tabel 3.1 op de volgende pagina's geeft een opsomming van studies waarin (o.a.) bepaald is hoeveel mensen tijd besteden aan online pornografie of andere vormen van online seksueel gedrag. Het overzicht maakt enkele dingen duidelijk, bijvoorbeeld dat de meerheid van de mannen en een minderheid van de vrouwen zich met online pornografie bezig houdt. Aan de andere kant wordt duidelijk dat de gerapporteerde aantallen (uiteraard) sterk afhangen van de periode waarover wordt gerapporteerd (ooit, afgelopen maand etc.), de tijd waarin de data zijn verzameld (het begin van deze eeuw is in internetperspectief oertijd), de definiëring van wat onder pornografie wordt verstaan, de representativiteit van de gebruikte steekproef, de leeftijd van de respondenten of het land waarin het onderzoek is uitgevoerd.

Tabel 3.1 Beknopt overzicht van studies naar het gebruik van online erotiek

Auteur	Prevalentie	Toelichting
Bakker en Vanwesenbeeck (2006)	81% mannen 40% vrouwen	Percentage Nederlandse mannen en vrouwen tussen de 19 en 69 jaar dat het voorgaande half jaar gebruik van één of andere vorm van pornografie maakte. Respectievelijk 66% en 18% deed dat minstens eens per maand. Representatieve steekproef, helaas wordt niet helemaal duidelijk welk deel internet hierin had.
Braun-Courville (2009)	55% 86% mannen 50% vrouwen	Percentage jongeren uit New York tussen de 12 en 22 jaar dat ooit wel eens een pornografische website bezocht. Niet-representatieve steekproef.
Buzzel (2005)	25% mannen 4% vrouwen	Percentage Amerikaanse mannen en vrouwen dat de afgelopen 30 dagen pornografische website bezocht. Representatieve steekproef maar de cijfers dateren uit 2000 en 2002. Deze cijfers moeten, gezien de snelle ontwikkeling van het internet, waarschijnlijk als gedateerd worden beschouwd.
Daneback (2009)	36% mannen 6% vrouwen	Percentage Noorse mannen en vrouwen tussen de 22 en 67 jaar dat de afgelopen 12 maanden en pornografische website bezocht. Studie met een representatieve steekproef van bijna 400 Noorse heteroseksuele paren. Het betreft hier echter alleen paren en bijvoorbeeld het eerder aangehaalde onderzoek van Buzzel laat zien dat het al dan niet hebben van een relatie van invloed is op het wel of niet bezig zijn online pornografie (Buzzell, 2005).
De Graaf en Woering (2009)	86% mannen 48% vrouwen	Percentage Nederlandse mannen en vrouwen dat het afgelopen half jaar minstens een enkele keer naar één of andere vorm van pornografie had gekeken. Dit kon echter betrekking hebben op seksblaadjes of pornoboekjes, pornografie op een video of DVD, pornografie in een bioscoop, of pornografie via internet. Bovendien is gebruik gemaakt van een niet-representatieve <i>convenience</i> steekproef.
Hald en Malamuth (2008)	98% mannen 80% vrouwen	Percentage Deense mannen en vrouwen dat ooit pornografie had gebruikt. Representatieve steekproef van bijna 700 jonge Deense mannen en vrouwen (18-30 jaar). Onduidelijk is wat de bron van het pornografische materiaal is De data dateren uit 2003.
Lam en Chan (2007)	93% mannen	Percentage Chinese mannen tussen de 18 en 25 jaar (voornamelijk studenten) dat wel eens pornografische websites bezocht. Ongeveer 15% gaf aan dit vaak te doen, bijna de helft soms en ongeveer een derde zelden.
Luder en collega's (2011)	30% jongens 1% meisjes	Percentage Zwitserse adolescenten tussen de 16 en 20 jaar oud dat aangaf de afgelopen 30 dagen pornografische websites te hebben bezocht. Data uit 2002.

Rogala en Tydén (2003)	80% vrouwen	Percentage jonge Zweedse vrouwen dat ooit pornografisch materiaal had gezien. Het betrof hier echter zowel het lezen van pornografische teksten, het zien van pornografische films als het bezoeken van pornografische websites. De data zijn uit 1999 wat ze voor het perspectief van internet pornografie weinig relevant maakt.
Sabina en collega's (2008)	97% mannen 83% vrouwen	Percentage Amerikaanse studenten dat ooit online pornografie had gezien. De data zijn verzameld in 2006.
Svedin en collega's (2010)	98% mannen 74% vrouwen	Percentage Zweedse scholieren van middelbare scholen (gemiddelde leeftijd 18 jaar) dat ooit pornografisch materiaal had gezien (in een tijdschrift, film of op internet). 11% van de jongens en 0,2% van de meisjes keken min of meer dagelijks naar pornografie. Het is niet helemaal duidelijk wanneer de data zijn verzameld.
Traeen en collega's (2004)	24% 37% mannen 9% vrouwen	Percentage volwassen Noren dat ooit pornografisch materiaal had gezien via internet. Waarschijnlijk zijn ook hier de cijfers (data zijn verzameld in 2002) enigszins gedateerd.
Traeen en collega's (2006)	34% 63% mannen 14% vrouwen	Percentage Noren tussen de 18 en 49 jaar oud dat pornografische beelden op internet had bekeken. De data stammen uit 2002.
Tsitsika (2009)	24% 88% mannen 12% vrouwen	Percentage Griekse studenten (leeftijd rond de 15-16 jaar) dat pornografische internet sites had bekeken.
Twohig en collega's (2009)	49% mannen 3% vrouwen	Percentage Amerikaanse studenten (gemiddelde leeftijd 21 jaar) dat de voorgaande drie maanden pornografisch materiaal had gezien via internet.

3.2.2 Internet-pornografieverslaving

De al eerder genoemde *Triple A engine* (*Accessibility, Affordability and Anonymity*) (Cooper, 1998) en het ACE-model (*Anonymity, Convenience, Escape*) (Young et al., 2000) beschrijven factoren die bijdragen aan het gebruik van internetpornografie wat in sommige gevallen zou kunnen uitmonden in compulsief gebruik of verslaving. De literatuur over internet pornografie verslaving is vooralsnog beperkt, al zijn er verschillende studies die uitwijzen dat er internetgebruikers zijn die problemen hebben het gebruik van online pornografie onder controle te houden en dermate veel met online pornografie bezig zijn dat het negatieve effecten heeft voor het sociale, psychologische en/of beroepsmatige functioneren (Albright, 2008; Boies, Cooper, & Osborne, 2004; Cooper, Delmonico, & Burg, 2000; Cooper, Delmonico, Griffin-Shelley, & Mathy, 2004; Cordonnier, 2006; Daneback, Ross, & Månsson, 2006; Meerkerk et al., 2006; Ross, Månsson, & Daneback, 2011; Schwartz & Southern, 2000; Svedin et al., 2010; Twohig et al., 2009).

De cijfers over de omvang van het probleem lopen sterk uiteen. Zo beschrijven Cooper en collega's (2004) een weliswaar grote maar niet representatieve Amerikaanse steekproef,

waarvan 9,2% aangaf dat ze het gebruik van het internet voor online seksueel gedrag niet meer onder controle hadden. In een andere grote niet-representatieve convenience steekproef, ditmaal in Frankrijk, vindt Cordonnier (2006) ook zo'n 10% van de respondenten die zelf aangeven verslaafd aan cyberseks te zijn en daarvoor hulp nodig te hebben. In een Zweedse wederom niet-representatieve steekproef (Daneback et al., 2006) bleek op basis van de Kalichman sexual compulsivity scale (Kalichman et al., 1994) 6% compulsief met online seksueel gedrag bezig te zijn (74% mannen en 26% vrouwen). In een recente andere Zweedse studie concluderen Ross en collega's (2011) dat 13% van de mannen en 5% van de vrouwen 'enige problemen' en 2% van de vrouwen en 5% van de mannen 'serieuze problemen' ervaren op basis van een 5 items tellende 'Internet sexual problems scale'. Twhig en collega's (2009) concluderen zelfs dat 20% tot 60% van een kleine steekproef mannelijke studenten die pornografie keken problemen rapporteerden.

Eén van de problemen bij het beoordelen en interpreteren van dit soort gegevens is het gebrek aan uniformiteit in het gebruik van termen (verslaving, dwangstoornis of inadequate copingstrategie), definities en criteria (Giugliano, 2009; Gold & Heffner, 1998; Voros, 2009). Hierdoor is het moeilijk absolute uitspraken te doen over de validiteit van de gebruikte termen en over het voorkomen van (verslavings) problemen die gerelateerd zouden kunnen worden aan het (compulsieve) gebruik van online pornografie. Toch lijkt het duidelijk dat een kleine groep internetgebruikers, voornamelijk bestaande uit mannen, problemen ondervindt die gerelateerd kunnen worden aan het gebruik van online pornografie. Dit problematische gebruik hoeft niet per se excessief te zijn maar kan ook veroorzaakt worden door schuldgevoelens jegens de partner of als ongepast worden ervaren gezien de religieuze overtuiging. Zo blijkt in verschillende studies religieuze oriëntatie gerelateerd te kunnen worden aan het al dan niet ervaren van problemen met online pornografie (bijvoorbeeld (Janghorbani & Lam, 2003; Nelson, Padilla-Walker, & Carroll, 2010)). Daarnaast zijn er ook neurobiologische studies die een overeenkomst tussen pornografieverslaving en middelenverslaving aantonen en op deze wijze de validiteit van het begrip willen demonstreren (Hilton & Watts, 2011).

Tot slot

Het bovenstaande beknopte overzicht van literatuur over het gebruik van en verslavingsproblemen met online pornografie, maakt duidelijk dat een kleine groep internetgebruikers, voornamelijk mannen, negatieve gevolgen van het bezig zijn met online pornografie kan ondervinden. Daartegenover staat dat online pornografie voor menigeen ook een plezierig (en veilig) tijdverdrijf kan inhouden en mogelijkheden biedt seksuele behoeften te vervullen, in contact te komen met gelijkgestemden en de kennis over seksualiteit te vergroten. Het onderzoek naar de negatieve effecten wordt gekenmerkt door zwakheden in de methodologie zoals het gebruik van slecht gedefinieerde en niet-gevalideerde begrippen, gebrekkig instrumentarium, niet-representatieve *convenience* steekproeven en cross-sectionele in plaats van longitudinale designs. Het is duidelijk dat hier nog veel te winnen is.

4 Verslavingszorg

In dit hoofdstuk worden de bevindingen gepresenteerd van de vraaggesprekken met de therapeuten die ervaring hebben met de behandeling van mensen met problemen met online pornografie.

Er zijn zes gesprekken georganiseerd met telkens één of meerdere therapeuten. In totaal zijn zo 10 therapeuten gehoord. De therapeuten zijn afkomstig van reguliere en particuliere verslavingszorginstellingen en het RIAGG. Daarnaast zijn nog twee vrijgevestigde gespecialiseerde therapeuten geïnterviewd. De ervaring van de therapeuten met seks- of pornografieverslaafde cliënten wisselt. De geïnterviewde therapeut van het RIAGG had maar beperkte ervaring met verslaving aan pornografie en meer met andere vormen van seksuele problemen. De therapeuten van de reguliere verslavingszorginstelling konden binnen hun instelling geen cliënten opvangen met seks- of pornografieverslaving als primaire klacht; deze cliënten dienden te worden doorverwezen naar andere GGZ instellingen. De meeste ervaring met de doelgroep hadden de twee vrijgevestigde in seksverslaving gespecialiseerde therapeuten en de therapeuten van de particuliere verslavingszorginstellingen waar ambulante behandeling voor pornografieverslaving wordt geboden.

De volgende onderwerpen kwamen in de interviews aan de orde:

1. *Online pornografieverslaving: het begrip, seksverslaving en kenmerken*
2. *Omvang van het probleem en ontwikkeling de afgelopen jaren*
3. *Kenmerken van de cliënten & achterliggende factoren*
4. *Seksuele gezondheid en seksueel gedrag*
5. *De behandeling van pornografieverslaving*

De resultaten in dit hoofdstuk geven de meningen en ervaringen weer van de geïnterviewde therapeuten.

4.1 Online pornografieverslaving: het begrip, seksverslaving en kenmerken

Pornografieverslaving is (nog) niet officieel erkend als verslaving binnen de psychiatrie maar de therapeuten zijn van mening dat er wel degelijk verslavingachtige problematiek rondom pornografie bestaat. Men ziet overeenkomsten met middelenafhankelijkheid waarbij pornografie als “middel” fungeert. Kenmerkend is dat er sprake is van a) controleverlies en b) negatieve consequenties. Het controleverlies heeft daarbij betrekking op het onvermogen het aantal malen en de hoeveelheid tijd die aan online pornografie besteed wordt te beperken: “dat ze [de cliënten] geen meester meer zijn over hun eigen gedrag”. Ze kunnen niet stoppen met het gedrag, maar willen dit wel. De negatieve gevolgen bestaan vooral uit het verwaarlozen van relaties en werk en de daaruit voortvloeiende problemen. Ook kan het bezig zijn met pornografie onverenigbaar zijn met de (bijvoorbeeld christelijke) levensbeschouwing of met geldende waarden en normen.

Puur het aantal uur dat aan online pornografie besteed wordt, lijkt van ondergeschikt belang. Het bezig zijn met pornografie wordt wel vaak aangewend als (inadequaat) copingmechanisme, als manier om met problemen om te gaan. Beter gezegd: men gaat

dingen uit de weg zoals gevoelens van eenzaamheid, onlust, ontevredenheid, minderwaardigheid en angst door bezig te zijn met pornografie; een vlucht uit de realiteit. Pornografieverslaving wijkt daarmee niet erg af van andere vormen van verslaving of middelenafhankelijkheid waarbij in dit geval pornografie het middel is dat iemand prettiger doet voelen en onaangename gevoelens helpt te verdringen. In beide gevallen is er sprake van een korte termijn behoeftebevrediging.

Verder noemt een aantal therapeuten het optreden van onthoudingsverschijnselen (agitatie, irritatie, trillen, ontevredenheid, boosheid naar de partner, depressies, lethargie) en tolerantieontwikkeling als legitimering van het begrip seks- of pornografieverslaving. De tolerantieontwikkeling zou daarbij af te leiden zijn uit het zoeken naar steeds hardere vormen van pornografie.

Enkele therapeuten zien seks- of pornografieverslaving vooral als comorbide stoornis naast andere vormen van verslaving. Opvallend zou ook zijn dat bij de behandeling van andere vormen van verslaving, bijvoorbeeld cocaïneverslaving, vaak na verloop van tijd seks- of pornografieverslaving de kop op steekt. De vergelijking met een douchekop wordt hierbij gemaakt waarbij het dicht drukken van één waterstraal leidt tot het harder worden van de andere waterstralen. De seksuele problematiek zou in dergelijke gevallen dus pas ontstaan of manifest worden tijdens of na de behandeling van andere vormen van verslaving. Hierbij zou overigens ook de taboesfeer rondom het gebruiken van pornografie een rol kunnen spelen. Men is niet snel geneigd toe te geven bezig te zijn met pornografie, laat staan daar problemen mee te hebben. Deze therapeuten brengen naar eigen zeggen bij de behandeling van andere vormen van verslaving het thema seksualiteit dan ook altijd ter tafel.

Zowel bij seksverslaving en pornografieverslaving is er sprake van controleverlies en obsessie maar je kunt seks- en pornografieverslaving niet aan elkaar gelijk stellen. Seksverslaving kan het gebruik van online pornografie inhouden maar kan ook betrekking hebben op andere vormen van seksueel gedrag. In de praktijk lijken de meeste cliënten met seksverslaving zich ook bezig te houden met pornografie. Maar aan de andere kant leidt het bezig zijn met online pornografie niet noodzakelijkerwijs tot het bezig zijn met andere vormen van seksualiteit zoals het bezoeken van prostituees. Online pornografie kan aanzetten tot andere vormen van seksueel gedrag, maar dat is niet altijd het geval.

De therapeuten zien verschillende vormen van verslaving aan pornografie. De ene cliënt houdt zich vooral bezig met foto- en videomateriaal, de andere cliënt is meer interactief bezig met chatten en webcams. Deze laatste vorm, waarbij de interactie centraal staat, wordt als riskanter gezien omdat er contact is met andere mensen, het dicht bij vreemdgaan staat, en er daarom meer moet worden gelogen om feiten te verdoezelen voor bijvoorbeeld een partner.

Ook de aard van de pornografie waarmee de pornografieverslaafde zich bezighoudt, loopt volgens verschillende therapeuten sterk uiteen. Volgens de ene therapeut gaat het meestal om rechttoe rechtaan *straight* seks, maar volgens een andere therapeut komen alle vormen voor. Ook binnen een behandeling is het voor veel cliënten erg schaamtevol om open uit te komen voor wat ze precies doen. Hierdoor is het niet altijd duidelijk waar de verslaafden zich precies mee bezighouden. Er zouden ook cliënten zijn die vooral pornografie verzamelen zonder er daadwerkelijk naar te kijken.

4.2 Omvang van het probleem en ontwikkeling de afgelopen jaren

Over de omvang van het probleem is het lastig uitspraken te doen door het ontbreken van uniforme registratie. Binnen één reguliere verslavingszorginstelling geldt dat seks- of pornografieverslaving als primaire problematiek niet in de instelling behandeld dient te worden maar moet worden doorverwezen naar andere GGZ instellingen. De ervaring met seks- en pornografieverslaving beperkt zich hier tot cliënten met andere verslavingsproblemen waarbij seks- en pornografieverslaving zich als comorbide of secundair probleem voordoen. Dit komt volgens de therapeuten vaak voor.

Een vrijgevestigde en in seksverslaving gespecialiseerde therapeut rapporteert een sterke toename van het aantal seks- en pornografieverslaafden in zijn praktijk. Een tijd geleden meldde zich per maand een enkeling aan; inmiddels komt het voor dat er zich 12 mensen op één dag aanmelden. Deze therapeut legt ook een duidelijk verband met de door het internet sterk toegenomen beschikbaarheid en toegankelijkheid van pornografie. De toename in het aantal gevallen wordt ook door andere therapeuten gezien al blijft het daadwerkelijke aantal aanmeldingen bij de meeste instellingen beperkt, zeker wanneer het om 'pure' seks- of pornografieverslaving gaat. Als comorbide secundaire stoornis is de prevalentie beduidend hoger. Daarbij komt dat volgens de therapeuten het werkelijke aantal probleemgevallen wellicht veel groter is dan wat gezien wordt bij de zorginstellingen ("topje van de ijsberg") door het grote taboe en de schaamte waarmee het onderwerp omgeven is. De drempel om hulp te zoeken ligt hierdoor waarschijnlijk hoog.

De toename van problemen zou, volgens een therapeute, ook onder ouderen merkbaar zijn. Het internet biedt deze ouderen ongekennde mogelijkheden waar ze vroeger niet mee hebben leren omgaan.

4.3 Kenmerken van cliënten & achterliggende factoren

De therapeuten zien voornamelijk mannen in hun praktijk, mogelijk omdat mannen eerder geprikkeld raken door visuele stimuli dan vrouwen (Hamann, Herman, Nolan, & Wallen, 2004; Steinman, Wincze, Sakheim, Barlow, & Mavissakalian, 1981). Vrouwen (partners) spelen wel vaak een rol bij de aanmelding bij de zorginstelling. De vrouw kan of wil niet accepteren dat haar partner zich bezig houdt met online pornografie, vindt dat de man een pornoverslaving heeft en eist dat hij hulp zoekt. In deze zin maakt de partner deel uit van het probleem. Relatieproblemen of een dreigende huwelijks crisis vormen dan ook vaak de directe aanleiding voor aanmelding voor hulp. Eén therapeut vermoedt wel dat er ook vrouwen zijn die obsessief bezig zijn met internet en seks, maar dat het bij vrouwen vooral gaat om de interactie met anderen en de aandacht die ze met seks kunnen krijgen.

De mannen die door hun partner 'betrappt' zijn en zich voor hulp hebben aangemeld omdat hun partner dat wil, vinden vaak in eerste instantie zelf niet dat er sprake is van een probleem. Na enig doorvragen blijkt dan vaak toch dat ze wel vinden veel tijd aan pornografie kwijt te zijn. Bij personen die geen partner hebben of niet samenwonen kan het gedrag zich langer en extremer ontwikkelen voordat er hulp gezocht wordt.

De therapeuten geven aan dat er niet een bepaald profiel is voor een pornoverslaafde. Alle leeftijden en achtergronden zijn mogelijk. De twee therapeuten met een eigen praktijk

geven aan dat zij vaak succesvolle, goed opgeleide mannen met een partner in behandeling hebben. De leeftijd van de verslaafde cliënten varieert van jong (minderjarig) tot oud (70+). Volgens sommige therapeuten zouden de meesten jonger dan 50 jaar zijn, en volgens anderen zou het probleem vooral onder ouderen snel groeien.

Eenzaamheid is volgens enkele therapeuten een centrale factor binnen de pornografieverslaving. De verslaafde probeert zijn eenzaamheid te verdrijven op het internet. Dit kan obsessie met pornografie tot gevolg hebben. Hierdoor onttrekt iemand zich aan het dagelijkse leven en ontloopt zo de problemen uit het leven. Mogelijke gevolgen zijn maatschappelijke vereenzaming, verlies van het sociale netwerk, en in extremere gevallen, verlies van de partner, het gezin, vrienden en werk. Naast eenzaamheid kan in sommige gevallen ook depressie op de voorgrond treden. Factoren die er aan bij dragen dat psychologische problemen tot pornografieverslaving leiden, zouden gevonden kunnen worden in relatieproblemen, problemen met intimiteit, problemen met andere middelen, vermijdende hechtingsstijl, sociale isolatie, gebrekkige communicatie in het gezin, het ontbreken van seksuele opvoeding, misbruik in het verleden, en problemen met macht. De cliënten worden gekenmerkt door het uit de weg gaan van confrontaties, emoties en intimiteit. Daarnaast hebben ze moeite om grenzen in het oog te houden. Het ontbreken van adequate copingstrategieën wordt ook gezien als risicofactor voor het ontstaan van verslaving. Vooral jongeren die door hun ouders emotioneel arm worden opgevoed en niet geleerd hebben zich emotioneel uit te drukken en te binden, vormen risicogroepen voor het ontstaan van internetgerelateerde verslavingen. Tot slot kan ook een voor pornografie intolerante kerkelijke gemeenschap er toe bijdragen dat mensen vastlopen in een isolement, zich enorm schuldig voelen en emotioneel belast worden.

Duidelijk is wel dat pornografieverslaving meestal niet op zichzelf staat maar dat het deel uit maakt van een breder klachtenpatroon. Bij zowel seks- als pornografieverslaving zou niet de erotische lust centraal staan maar veeleer het obsessief bezig zijn met het proberen zichzelf een goed gevoel te geven of te proberen een slecht gevoel te onderdrukken.

4.4 Seksuele gezondheid en seksueel gedrag

Een therapeut vertelt over de ervaring van een partner van een cliënt: de partner vertelde dat haar man door het bezig zijn met pornografie veranderd was: "Hij is veranderd van een tedere minnaar in een dwingerd, ik heb me weleens verkracht gevoeld". Door bezig te zijn met pornografie zouden mannen de mogelijkheid verliezen (emotioneel) contact te maken en zou er voornamelijk sprake zijn van instrumentele seks zonder gevoelens van intimiteit en geborgenheid. Een andere therapeut vertelt over een cliënt die de hele dag met pornografie bezig was en dan verwachtte dat zijn vrouw voortdurend voor hem klaar stond. Dit leverde problemen in de relatie op.

Afgezien van het risico op eventuele verslaving zijn er meer reserves ten aanzien van internet pornografie. Eén therapeut vreest voor de seksuele gezondheid van jongeren die al vroeg met pornografie in aanraking komen en daar voor een deel hun seksuele attitudes, identiteit en visie op seksualiteit aan ontleen. Dit brengt het risico met zich mee dat deze jongeren niet leren seksualiteit te verbinden met liefde, intimiteit en binding tussen mensen. Verder zou het veel tijd met pornografie doorbrengen kunnen leiden tot

sociale stagnatie doordat de jongeren geen tijd besteden aan het oefenen in het contact leggen met vrouwen en niet leren een volwaardige intieme relatie op te bouwen met een volwassen vrouw. Verder is volgens enkele geïnterviewde therapeuten het gevaar van pornografie dat het de rol van seksualiteit binnen een relatie kan aantasten. Het zou het gevoel van intimiteit binnen de beleving van seksualiteit met een geliefde naar de achtergrond kunnen dringen en de functie van seksualiteit binnen een relatie veranderen. Ook draagt pornografie bij aan een vertekend beeld van de seksuele wensen en behoeftes van vrouwen.

Twee behandelaren spreken, tot slot, over een duidelijke afname in seks met de partner als gevolg van de pornografieverslaving.

4.5 Behandeling

Behandelingen kunnen bestaan uit individuele gesprekken tussen therapeut en cliënt, maar ook uit sessies in groepsverband. Een therapeut vertelt over de behandeling van seks- en pornoverslaving die in groepsverband plaatsvindt. Hierbij is, zeker aanvankelijk vanwege taboes en schaamte, de weerstand van cliënten groot om over hun problematiek te vertellen. Het doorbreken van deze gemeenschappelijke gevoelens van schaamte draagt er vervolgens wel toe bij dat de cliënten het gevoel krijgen veel aan elkaar te hebben.

Een belangrijk verschil met de behandeling van andere verslavingen, zoals alcohol- of cocaïneverslaving, is dat volledige abstinentie van seks geen realistische en wenselijke optie is; wel van pornografie. Hooguit een tijdelijke volledige onthouding van seks is realistisch. Eén therapeut stelt dat men vooral werkt aan de visie die de cliënt heeft op seksualiteit. Dat geleerd wordt wat intimiteit inhoudt, en de cliënt bewust gemaakt wordt van het mogelijke misbruik van de partner dat hij maakt of heeft gemaakt. Emotionele aspecten, vooral emotionele tekorten, spelen daarbij een belangrijke rol: "... intimiteit heeft te maken met het niet weten hoe je emotioneel in elkaar steekt of daar geen woorden aan kan geven". Controle speelt ook een belangrijke rol; die dient de cliënt weer over zijn gedrag te krijgen.

Een kenmerkend aspect bij de behandeling van seks- en pornografieverslaving is dat vaak andere psychologische problemen een belangrijke rol spelen bij de etiologie van de verslaving. Voor dit onderliggende probleem (vaak een gebrek aan eigenwaarde, eenzaamheid, depressie) biedt pornografie afleiding en troost. Pornografieverslaafden zijn dus helemaal niet noodzakelijkerwijs op zoek naar seksueel opwindend. Het centrale doel van de behandeling dient te zijn het versterken van eigenwaarde en het stimuleren van positieve keuzes (keuzes die goed zijn voor het herstel van de cliënt).

Tot slot is het van belang bij de behandeling in te zien dat een deel van het gedrag, namelijk bezig zijn met pornografie, op zich heel normaal is. Veel mensen houden zich wel eens bezig met pornografie en in de meeste gevallen is dat geen probleem. Tegelijkertijd zijn de meeste mensen over het algemeen niet genegen hierover zeer expliciet naar buiten te treden vanwege het taboe dat rondom pornografie heerst en de schaamte die men er voor heeft. Hierdoor ontbreken referentiekaders over wat 'normaal' is en kunnen mensen lang met het gedrag doorgaan zonder zich te realiseren dat er sprake is van problematisch gedrag.

5 Een drietal gevalsbeschrijvingen

5.1 Casusbeschrijving cliënt 1

Peter⁸ is een man van 33 en muzikant. Hij is getrouwd en heeft sinds een jaar een kindje. Sinds enkele maanden is hij in behandeling voor pornografieverslaving. Zijn behandeling loopt via www.hulpbijseksverslaving.com.

Peter geeft aan dat in zijn jeugd er eigenlijk nooit over seks gepraat werd bij hem thuis. Maar hij ontwikkelde in die tijd wel zijn seksuele interesses en zocht naar manieren om dat zelf te ontdekken. Hij belde op zijn 11^e 06-lijnen en stal op zijn 14^e pornoboekjes uit de winkel, juist om de kick groter te maken. Toen internet kwam en pornovideo's daardoor makkelijk beschikbaar werden was Peter een jaar of 20. Peter: *"...je had ineens een soort van speeltuin, een snoepwinkel ... de mogelijkheden zijn eindeloos"*.

Peter heeft een duidelijke voorkeur voor pornografie met vrouwen met lange laarzen en is daar dan ook naar op zoek als hij pornografie kijkt. De frequentie van zijn gebruik fluctueert, waarbij er periodes zijn geweest dat hij iedere dag pornografie kijkt en periodes van eens in de 2 weken pornografie kijken. Die sessies bestaan dan uit het zoeken van filmpjes op verschillende, meestal betaalde, sites. Hij zegt zelf redelijk stabiel eens in de 2 weken een stevige sessie van 3 uur te hebben, waarbij hij meerdere keren masturbeert.

Peter: *"Ik denk 1 keer in de 2 weken stevig of zo. En dat ik soms periodes had dat ik het elke dag deed. En dat ik er dan eventjes naar moest kijken of zo. Dat was een soort van obsessie. Dat je er gewoon mee opstaat of zo. Dat het in je gedachten zit."*

De rush en kick die hij ervaart als hij naar pornografie kijkt, blijft een obsessie voor Peter. Dit wordt sterker doordat pornografie kijken eigenlijk niet mag van hemzelf. Het stiekem kijken maakt het allemaal nog spannender en de kick groter. Achteraf voelt Peter zich dan vaak schuldig. Het pornografie kijken brengt hem niks, geen levenslust, alleen maar afleiding van waar hij mee bezig zou willen zijn. Dat is voor Peter ook het grootste probleem met de online pornografie; hij ervaart na het kijken concentratieproblemen, rusteloosheid en geeft aan dat hij vrouwen te veel ziet als lustobjecten. Dit beperkt zijn functioneren:

"... als ik veel porno heb gekeken dan vind ik dat heel moeilijk. Dan is elke vrouw een soort rode vlek of zo. En dat is heel vervelend. Want je raakt uit je concentratie. Dan gaat het zo zijn eigen leven leiden. Dat kan ik niemand aanbevelen."

Daarnaast merkt hij dat de porno tussen hem en zijn partner in ging staan bij hun seksleven. Zijn verwachtingen naar haar toe werden anders en hij werd veeleisender. Ook kwam het voor dat hij al zo vaak klaargekomen was bij het kijken naar pornografie dat zijn behoefte af nam om seks met haar te hebben. Dit terwijl hij eigenlijk wel erg tevreden is over de seks met haar.

⁸ Alle namen zijn gefingeerd om de anonimiteit te waarborgen.

5.2 Casusbeschrijving cliënt 2

Robbert⁷ is 47 jaar, heeft 5 kinderen en is aan het eind van de maand (ten tijde van het interview) dakloos en gescheiden. Hij is al een jaar werkloos door zijn pornografie- en seksverslaving, aldus Robbert. Hij is in behandeling bij een christelijke verslavingszorginstelling in het noorden van Nederland. Robbert is zelf christelijk en komt uit een christelijke omgeving.

Zijn fascinatie voor seks is al van jongs af aan aanwezig. Robbert is op jonge leeftijd seksueel misbruikt waardoor zijn seksuele ontwikkeling erg vroeg is begonnen. Op zijn 14^e kwam hij voor het eerst in aanraking met een pornografisch boekje en kwam hij op een school terecht waar een overvloed was aan seksuele voorlichting en seksuele spanningen. Maar zijn streng gereformeerde opvoeding en zijn christelijke omgeving zorgde er voor dat hij niet over die interesses kon praten en zijn verslaving zich ontwikkelde in een geheime wereld.

Robbert kijkt pornografische films en foto's en heeft daarnaast vaak profielen op seksdatingsites. Hier speelt hij met contacten en maakt hij afspraken waarmee hij seks heeft. Het gebruiken van online pornografie wisselt in frequentie. Robbert geeft aan dat het bij vlagen veel is en dan weer soms een paar weken niet. Vaak is het niet kijken van pornografie voor een aantal weken een direct gevolg van de negatieve gevolgen die het pornografie kijken voor hem heeft.

Daarnaast zijn er meer negatieve gevolgen: Zijn vrouw had vanuit haar geloof problemen met pornografie kijken, hij werd egocentrisch en had een dubbelleven. Daarnaast had zijn verslaving nogal wat financiële consequenties voordat de gratis internetsites er kwamen. Toch bleef Robbert kijken, naar eigen zeggen vooral om toch ergens in te slagen in zijn leven:

"Ik denk dat het belangrijkste is dat ik voor heel veel dingen in mijn leven inspanningen heb verricht, maar dat die dingen niet echt van de grond kwamen. Vanuit die teleurstellingen en frustraties wil ik ergens mee bezig zijn waar ik wel iets mee bereik: met je fantasie met porno, en ook als ik contacten maak. Dat zijn dingen die ik gewoon heel goed kan. En het is dan leuk om daarmee te compenseren. Dat is ook een belangrijke drijfveer: ik zal die klote wereld of die en die wel eens laten zien wat ik kan".

Robbert geeft aan dat zijn verslaving er voor zorgde dat hij niet op adequate wijze omging met zijn innerlijke conflicten en de pijnpunten in zijn karakter. Dit zorgde voor problemen op zijn werk. Ook heeft Robbert last van de geestelijke impact die pornografie kijken op hem heeft. Hij geeft aan dat hij weet dat God het niet van hem wil en dat zijn relatie met God daardoor stagneert. Na tevergeefs pogingen gedaan te hebben te stoppen met pornografie kijken en vreemd te gaan, is zijn zelfvertrouwen gedaald. Zijn fascinatie voor de spanning van het flirten blijft hem echter trekken.

5.3 Casusbeschrijving cliënt 3

Lucas⁷ is 29 jaar, alleenstaand en werkt in een kinderpsychiatrisch ziekenhuis. Lucas is christelijk en heeft in december 2009 zijn laatste groepssessie bij een christelijke verslavingszorginstelling in het noorden van Nederland gehad. Hij kijkt nu geen pornografie meer.

Op zijn 12^e zag Lucas voor het eerst een pornografisch plaatje. Dat was dan spannend en dan bevredigde hij zichzelf. Dat voelde lekker en ontspannen. Vanaf dat moment keek hij af en toe pornografie, totdat hij op zijn 16^e elke dag pornografie keek. Ook tussen de lessen door masturbeerde hij op de wc van de school. Lucas kwam er zelf achter dat hij verslaafd was aan pornografie.

Lucas: *"Nou ja het nam toe. Ik denk dat het ergens rond mijn 20^e wel op een hoogtepunt was. Toen kwam ik er ook wel achter dat ik verslaafd was. Toen wilde ik er eigenlijk ook wel af, maar dat lukte niet. En dan ga je zelf worstelen en doen en dan waren er wel periodes bij dat het wat minder werd omdat ik er zo zat van was... me schuldig voelde of slecht voelde dat ik dat niet meer wilde."*

Ook de inhoud van de pornografie veranderde. Lucas stelde dat hij steeds realistischere pornografie wilde. Eerst keek hij naar plaatjes, en toen later naar films, waarbij de beleving toch veel intenser was. Zijn ogen glimmen nog steeds als hij dit vertelt. De volgende stap zou voor hem de prostitutie zijn geweest. Maar hij voelde dat die drempel te groot zou zijn.

Lucas keek erg vaak porno. Soms waren er dagen dat hij wel 10 keer per dag naar pornografie keek, waarbij hij zichzelf altijd masturbeerde. Hij keek gemiddeld zo'n 3 uur per dag naar pornografie. Zijn interesse ging vooral uit naar films met vrouwen en mannen op gratis websites.

Het porno kijken deed hij om spanning kwijt te raken of omdat hij verdrietig was. Het was een uitlaatklep geworden. Ook merkte hij dat hij egocentrisch werd, minder geïnteresseerd in anderen en zich eenzaam voelde. Lucas veroordeelde het vanuit zijn geloof en daardoor voelde hij zich schuldig. De negatieve gevolgen werden steeds groter:

"... schoolprestaties gingen achteruit. Ik heb mijn havo daardoor niet kunnen halen. Ik moest eigenlijk elk uur wel de klas uit om mezelf te bevredigen. Op den duur ben je gewoon helemaal leeg, je bent suf, je bent ellendig".

Na verschillende pogingen kwam Lucas in gesprek met een meisje op internet die hem er van overtuigde om hulp te zoeken. Via de Kerkbode (een blad voor de gereformeerde kerk) van zijn moeder vond hij de verslavingszorginstelling waar hij zich na een aantal weken meldde. Na een jaar lang groepsbijeenkomsten is hij nu afgekickt en voelt hij zich weer helemaal zichzelf. Om er voor te zorgen dat hij niet terugvalt in het kijken van pornografie heeft hij zijn televisie en computer weggedaan.

6 Survey onder de volwassen bevolking

In dit hoofdstuk worden de resultaten beschreven van het kwantitatieve onderzoek met behulp van een online vragenlijst onder een representatieve steekproef van de volwassen Nederlandse bevolking. De resultaten zijn gebaseerd op de gewogen steekproef waardoor de gedane uitspraken generaliseerbaar⁹ zijn naar de Nederlandse bevolking van 18 jaar en ouder.

Aan de orde komen achtereenvolgens:

- De seksuele achtergrond van de respondenten: seksuele oriëntatie, het hebben van een vaste relatie, frequentie en aard seksuele contacten, masturbatie en de rol online pornografie daarbij
- Het besteden van tijd aan online erotiek door de respondenten
- Verslaving aan of hyperseksualiteit ten aanzien van online pornografie

6.1 Seksuele achtergrond

Seksuele oriëntatie

De meerderheid van de mannen (94%) en de vrouwen (92%) is heteroseksueel. Homoseksuele vrouwen, (3% van de vrouwen), homoseksuele mannen (2% van de mannen) en biseksuelen (6% en 3% van de vrouwen respectievelijk mannen) vormen kleine minderheden¹⁰.

Vaste relatie

Van de respondenten geeft het merendeel (72%) aan een vaste relatie te hebben en daar ook mee samen te wonen. Acht procent geeft aan wel een vaste relatie te hebben maar daar niet mee samen te wonen en de resterende 20% geeft aan geen vaste relatie te hebben. De duur van de vaste relatie varieert van 1 maand tot 68 jaar en bedraagt gemiddeld 23,2 jaar (s.d. 15,7).

Seksuele contacten

Drie kwart van de respondenten (77%) heeft het afgelopen half jaar minimaal één keer seksueel contact met iemand gehad. Onder seksuele contacten wordt hierbij verstaan seksuele stimulatie met de hand, het gebruik van seksspeeltjes samen met iemand, orale seks en/of penetratie. De grootste groep (25%) had 1 à 2 maal per week seksueel contact en een iets kleinere groep (20%) 2 à 3 keer per maand. Ongeveer een kwart van de respondenten heeft het afgelopen half jaar geen seksueel contact met iemand gehad (Figuur 6.1).

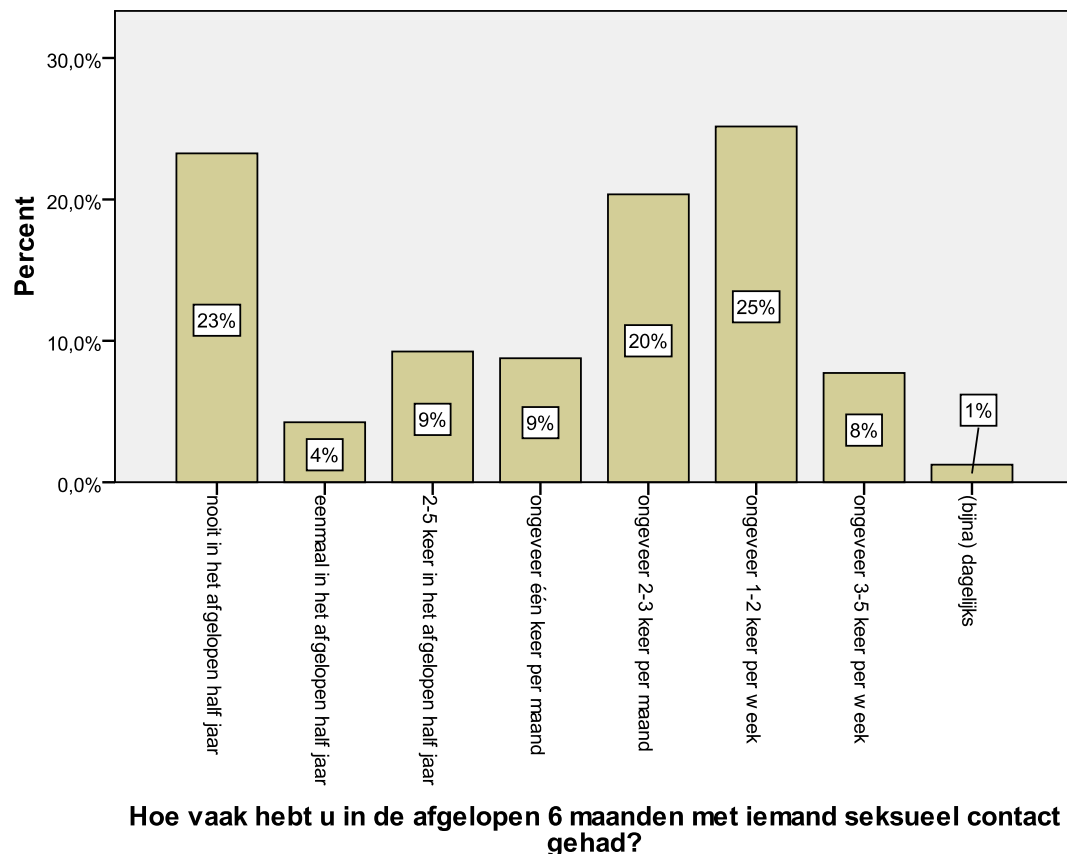
Wanneer we de antwoordcategorieën zoals weergegeven in Figuur 6.1, omrekenen naar aantal malen seksueel contact het afgelopen half jaar, dan blijkt dat de respondenten het afgelopen half jaar gemiddeld 24 maal seksueel contact hebben gehad (0,9 keer per week). Wanneer we de respondenten die het afgelopen half jaar geen seksueel contact hebben gehad buiten beschouwing laten, bedraagt het gemiddelde 31 maal (1,2 keer per

⁹ Zie de paragraaf Weging in Hoofdstuk 2 Methoden van onderzoek.

¹⁰ In de vraagstelling naar de seksuele oriëntatie is een fout geslopen (de antwoordcategorie 'voornamelijk tot mannen, maar ook tot vrouwen' kwam abusievelijk twee maal voor), de hier vermelde percentages dienen daarom met enig voorbehoud te worden genomen.

week). De frequentie van het seksuele contact is (o.a.) afhankelijk van de leeftijd en het hebben van een vaste partner (maar bijvoorbeeld ook van de duur van de relatie; Spearman's ρ -,346). Zoals uit Figuur 6.2 blijkt, hebben ouderen, met name vanaf 55 jaar, minder vaak seksueel contact dan jongeren. Verder hebben respondenten die niet met hun vaste partner samen wonen vaker seksueel contact dan zij die wel met hun partner samen wonen (41 vs. 27 maal het afgelopen half jaar) en hebben de respondenten zonder vaste partner het minst vaak seksueel contact (7 maal het afgelopen half jaar). Er zijn geen verschillen tussen mannen en vrouwen.

Figuur 6.1 Aantal malen seksueel contact de afgelopen 6 maanden



Er is wel een verschil tussen mannen en vrouwen wanneer gevraagd wordt naar het *gewenst* aantal malen seksueel contact. Mannen wensen vaker seksueel contact dan vrouwen; respectievelijk 50 en 37 maal per half jaar (1,9 en 1,4 maal per week). Beide gewenste frequenties liggen overigens boven het eerder gerapporteerde daadwerkelijk aantal malen seksueel contact het afgelopen jaar.

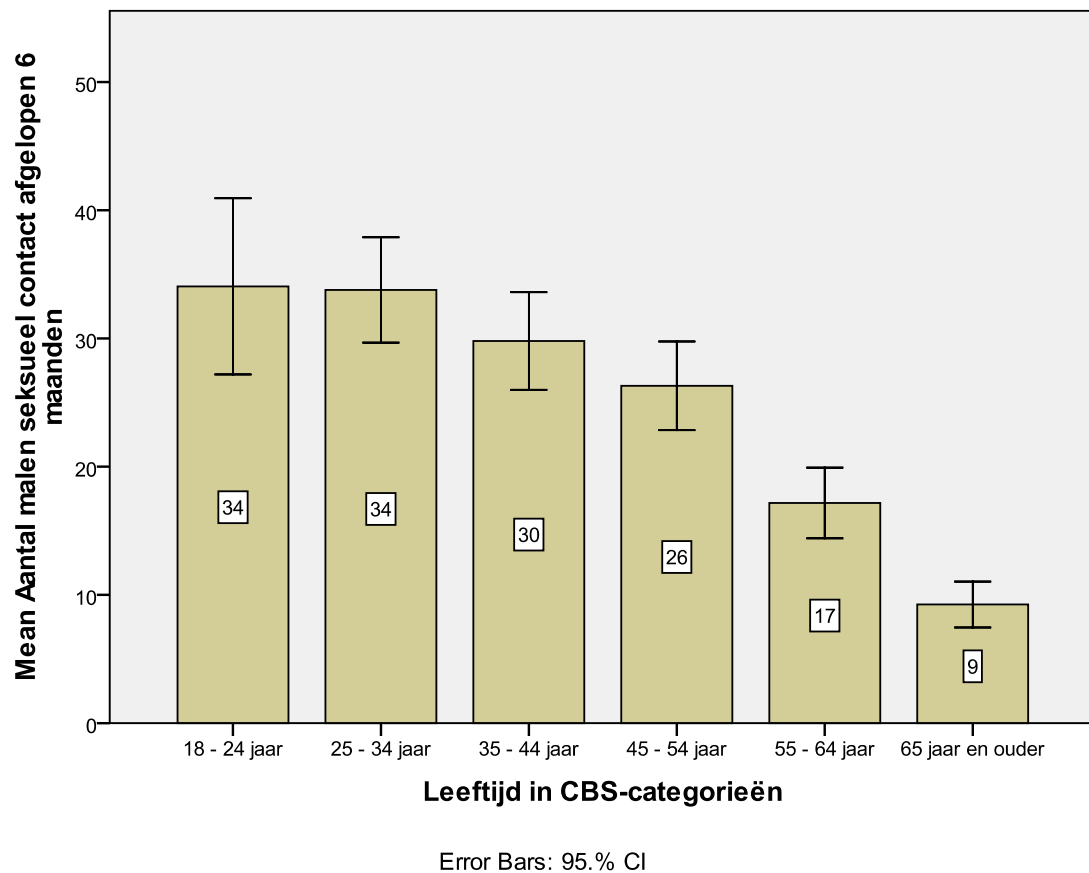
Verder hebben mannen, over het hele leven gezien, meer verschillende seksuele partners gehad dan vrouwen; respectievelijk 6 vs. 4 verschillende partners. De vrouwen zijn echter gemiddeld bijna 5 jaar jonger en bovendien is de spreiding vooral bij de mannen erg groot (S.d. 20,2 vs. 6,8).

Seksuele satisfactie

De meeste respondenten (55%) zijn tevreden of heel erg tevreden over hun seksleven. Vrouwen zijn gemiddeld iets meer tevreden dan mannen (3,5 vs. 3,3 op een schaal van 1 tot 5) maar het verschil is niet groot (Figuur 6.3). Verder neemt de seksuele satisfactie

iets af met het stijgen van de leeftijd (van 3,7 voor de 18-24 jarigen tot 3,3 voor de respondenten van 65 jaar en ouder), maar ook deze verschillen zijn niet groot.

Figuur 6.2 Aantal malen seksueel contact het afgelopen half jaar naar leeftijd

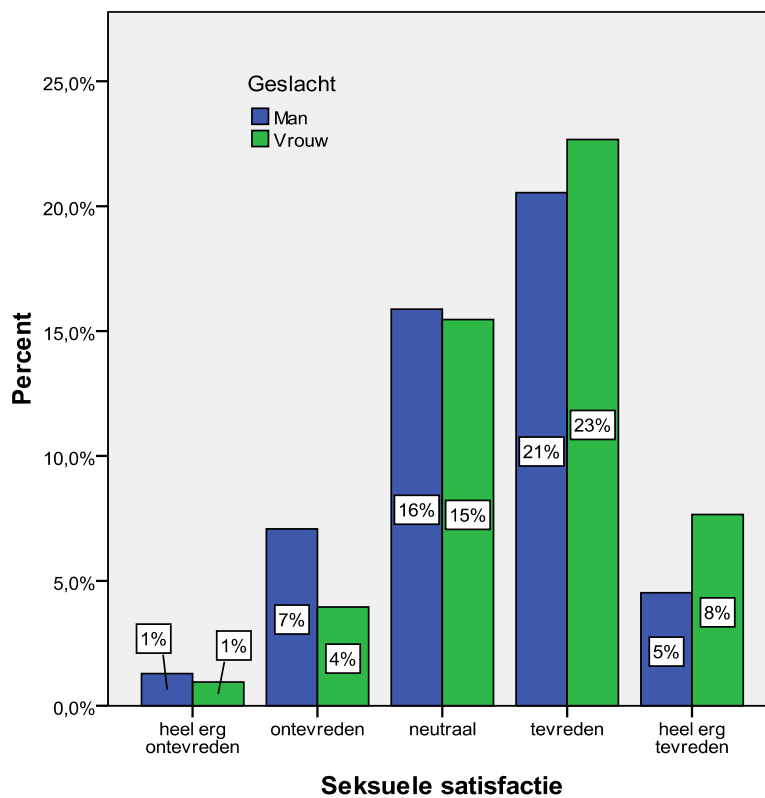


Masturbatie

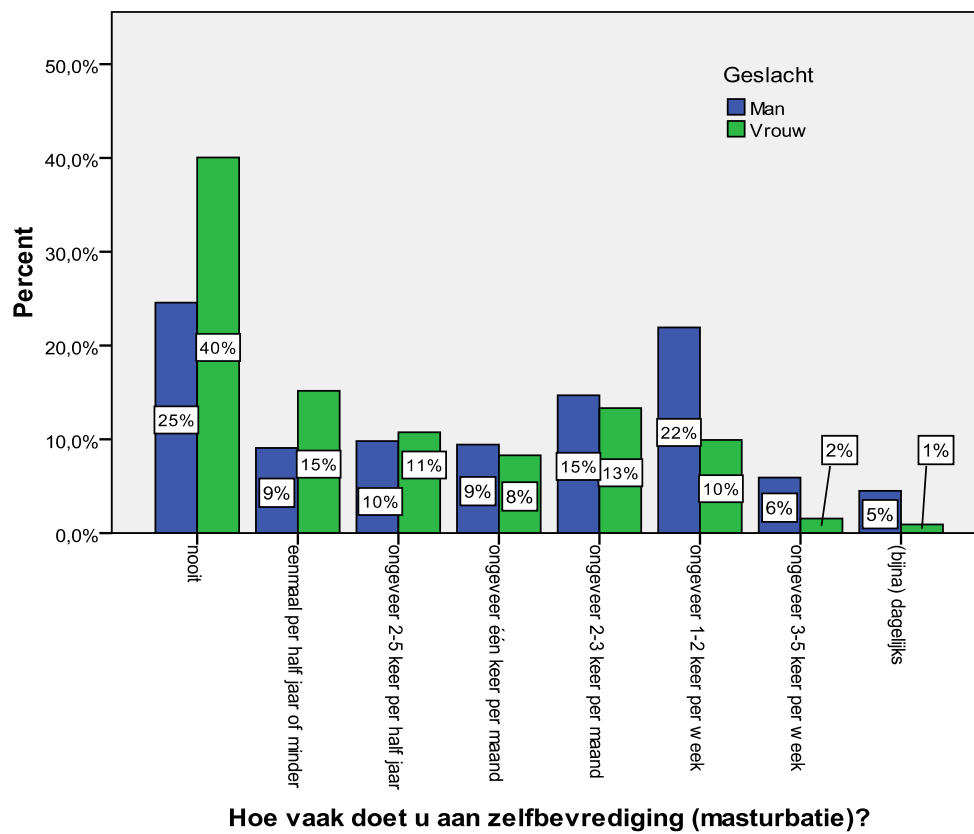
De meerderheid van respondenten, 68%, doet aan zelfbevrediging (masturbatie) maar er zijn wel duidelijke verschillen tussen mannen en vrouwen. Gemiddeld masturberen mannen vaker dan vrouwen; 26 vs. 10 keer per half jaar. Meer mannen dan vrouwen masturberen 3 à 5 maal per week of vaker (respectievelijk 10% vs. 2%) en meer vrouwen dan mannen masturberen nooit (respectievelijk 40% vs. 25%), zie Figuur 6.4.

Ook zijn er grote verschillen tussen mannen en vrouwen die masturberen wat betreft de rol die online erotiek daarbij speelt. Bij 42% van de mannen speelt online erotiek soms, vaak of (bijna) altijd een rol; dit geldt slechts voor 11% van de vrouwen. Bij de meeste vrouwen die masturberen, speelt online erotiek zelfs nooit een rol (79%), terwijl dat maar voor 40% van de mannen geldt. Overigens is er enkel gevraagd naar de rol die *online* erotiek speelt; over de rol van eventuele andere vormen van erotiek kan geen uitspraak gedaan worden.

Figuur 6.3 Seksuele satisfactie



Figuur 6.4 Masturbatie naar geslacht



6.2 Het besteden van tijd aan online erotiek

6.2.1 Frequentie

De respondenten is de vraag voorgelegd "Hoe vaak besteedt u over het algemeen tijd aan onderstaande vormen van online erotiek?" Daartoe konden zij voor verschillende vormen van online erotiek aangeven of zij daaraan 'nooit', 'eenmaal per half jaar of minder', 'ongeveer 2-5 keer per half jaar', 'ongeveer één keer per maand', 'ongeveer 2-3 keer per maand', 'ongeveer 1-2 keer per week', 'ongeveer 3-5 keer per week' of '(bijna) dagelijks' tijd besteden.

Uit de resultaten (Tabel 6.2) wordt duidelijk dat het kijken naar films en video's van seksuele handelingen, het kijken naar foto's van naakte mannen en vrouwen al dan niet seksueel actief, en het lezen van erotische teksten en verhalen tot de populairste vormen van online erotiek behoren. Populair in de zin dat ongeveer een kwart tot een derde van alle respondenten in ieder geval ooit aan dergelijke vormen van online erotiek tijd heeft besteed. De groep die regelmatig, bijvoorbeeld minimaal wekelijks, tijd besteedt aan dergelijke vormen van online erotiek is aanzienlijk kleiner; zo besteedt zo'n 7% minimaal wekelijks tijd aan het kijken naar films en video's van seksuele handelingen. Aan andere vormen van online erotiek, zoals erotisch chatten of webcam seks, heeft minder dan één op de tien respondenten tenminste ooit tijd besteed en slechts enkelen regelmatig.

Mannen vs. vrouwen

Tabel 6.3 geeft de zelfde resultaten weer als Tabel 6.2 maar nu uitgesplitst naar mannen en vrouwen. Voor de overzichtelijkheid staan in Tabel 6.3 alleen de percentages vermeld van de mannen en vrouwen die nooit en de mannen en vrouwen die minimaal 1 à 2 keer per week tijd hebben besteed aan de verschillende vormen van online erotiek. De resterende categorie 'ongeveer 2-3 keer per maand of minder maar wel ooit' staat niet in de tabel vermeld.

De verschillen tussen mannen en vrouwen zijn wederom groot. Meer mannen dan vrouwen besteden tijd aan online erotiek en mannen besteden ook vaker tijd aan online erotiek. Populair onder mannen is het kijken naar films en video's van seksuele handelingen, wat de meerderheid van de mannen (56%) tenminste ooit heeft gedaan en bijna één op de zeven (13%) minstens 1 à 2 keer per week doet. Ook populair onder mannen is het kijken naar foto's van naakte mensen, al dan niet seksueel actief (respectievelijk 50% en 42% tenminste ooit en 8% en 6% minstens 1 à 2 keer per week, zie Tabel 6.3). Aan het lezen van erotische teksten en verhalen heeft een relatief grote groep van 35% van de mannen tenminste ooit wel eens tijd besteed maar slechts een kleine groep mannen (3%) besteedt hier minimaal wekelijks tijd aan. Aan de overige vormen van online erotiek besteden slechts enkele mannen minimaal wekelijks tijd.

Tabel 6.2 Percentage dat tijd besteedt aan verschillende vormen van online erotiek

frequentie	(bijna) dage- lijks	3 tot 5 x per week	1 tot 2 x per week	2 tot 3 x per maand	1 x per maand	2 tot 5 x per ½ jaar	1 x per ½ jaar of minder	nooit
video's van seksuele handelingen	1	2	5	6	6	7	12	63
foto's van seksueel actieve naakte mannen / vrouwen	<1	1	3	4	5	5	12	70
erotische teksten/ verhalen	<1	<1	1	2	4	6	14	73
foto's van niet seksueel actieve naakte mannen / vrouwen	<1	<1	2	4	3	5	11	74
online sekswinkel	<1	-	<1	<1	2	2	6	91
downloaden online erotiek	<1	<1	<1	1	1	2	3	93
erotische animaties (Hentai)	<1	-	<1	<1	2	1	4	93
erotische geluiden en/of verhalen	<1	-	-	<1	1	1	3	95
erotisch chatten zonder betaling met bekende	<1	-	<1	1	1	<1	1	97
erotisch chatten zonder betaling met onbekende	<1	<1	<1	1	1	1	1	97
dating sites bezoeken om erotisch contact te leggen	<1	<1	<1	1	1	1	1	97
erotische dating sites (bv. secondlove.nl)	<1	<1	<1	<1	1	1	1	97
webcam seks zonder betaling met onbekende	<1	<1	<1	<1	1	1	1	97
webcam seks zonder betaling met bekende	<1	-	<1	<1	1	1	1	98
erotisch chatten tegen betaling	-	-	<1	-	1	<1	<1	98
webcam seks tegen betaling	-	-	-	<1	1	<1	<1	99

Minder vrouwen dan mannen besteden tijd aan online erotiek en de vrouwen die tijd aan online erotiek besteden, doen dit minder vaak dan mannen. Enkel aan het lezen van erotische teksten en verhalen, het kijken naar films of video's van seksuele handelingen en in minder mate het kijken naar foto's van naakte mensen, al dan niet seksueel actief, en het bezoeken van een online sekswinkel, besteedt ongeveer één op de vijf tot tien vrouwen wel eens tijd (Tabel 6.3). Aan de andere vormen van online erotiek hebben slechts kleine minderheden van hooguit enkele procenten van de vrouwen ooit wel eens

tijd besteed. Dat vrouwen regelmatig (minstens 1 à 2 keer per week) tijd aan online erotiek besteden, komt slechts sporadisch ($\approx 1\%$ of minder) voor.

Interactieve vs. niet-interactieve vormen van online erotiek

De verschillende vormen van online erotiek kunnen in categorieën worden onderverdeeld. Zo is het kijken naar foto's of films individueel niet-interactief (passief) gedrag en staat bij het erotisch chatten of webcam seks een actieve eigen inbreng en vooral de interactie met anderen meer op de voorgrond. Tabel 6.2 en 6.3 maken duidelijk dat de niet-interactieve vormen van online erotiek (films of foto's kijken of erotische teksten en verhalen lezen) veel populairder zijn dan de interactieve vormen en dat dit zowel voor mannen als voor vrouwen geldt. De meest populaire interactieve vorm van online erotiek betreft het erotisch chatten, al dan niet met beeld (webcam seks) met een bekend of onbekend persoon zonder dat daarvoor betaald wordt. Betaalde vormen van online erotiek behoren tot de minst populaire vormen van online erotiek.

Online erotiek (alle categorieën)

Wanneer alle vormen van online erotiek samen worden genomen en de score van elke respondent wordt bepaald door de hoogste score op de afzonderlijke vormen van online erotiek, blijkt dat ongeveer de helft (49%) van de respondenten nooit tijd aan online erotiek besteedt en de helft dat wel eens doet (51%). De verschillen tussen mannen en vrouwen zijn echter wederom groot (Figuur 6.5); van de mannen besteedt 72% wel eens tijd aan online erotiek, bij de vrouwen is dat 32%. Bijna één op de vijf (18%) mannen besteedt minimaal 1 à 2 maal per week tijd aan online erotiek terwijl van de vrouwen dat maar ongeveer één op de vijftig (2%) dat doet. Figuur 6.5 maakt verder duidelijk dat een kleine groep mannen relatief vaak tijd aan online erotiek besteedt; 7% van de mannen besteedt minimaal 3 à 5 keer per week waarvan 2% (bijna) dagelijks tijd aan online erotiek. Nagenoeg geen enkele vrouw besteedt zo vaak tijd aan online erotiek.

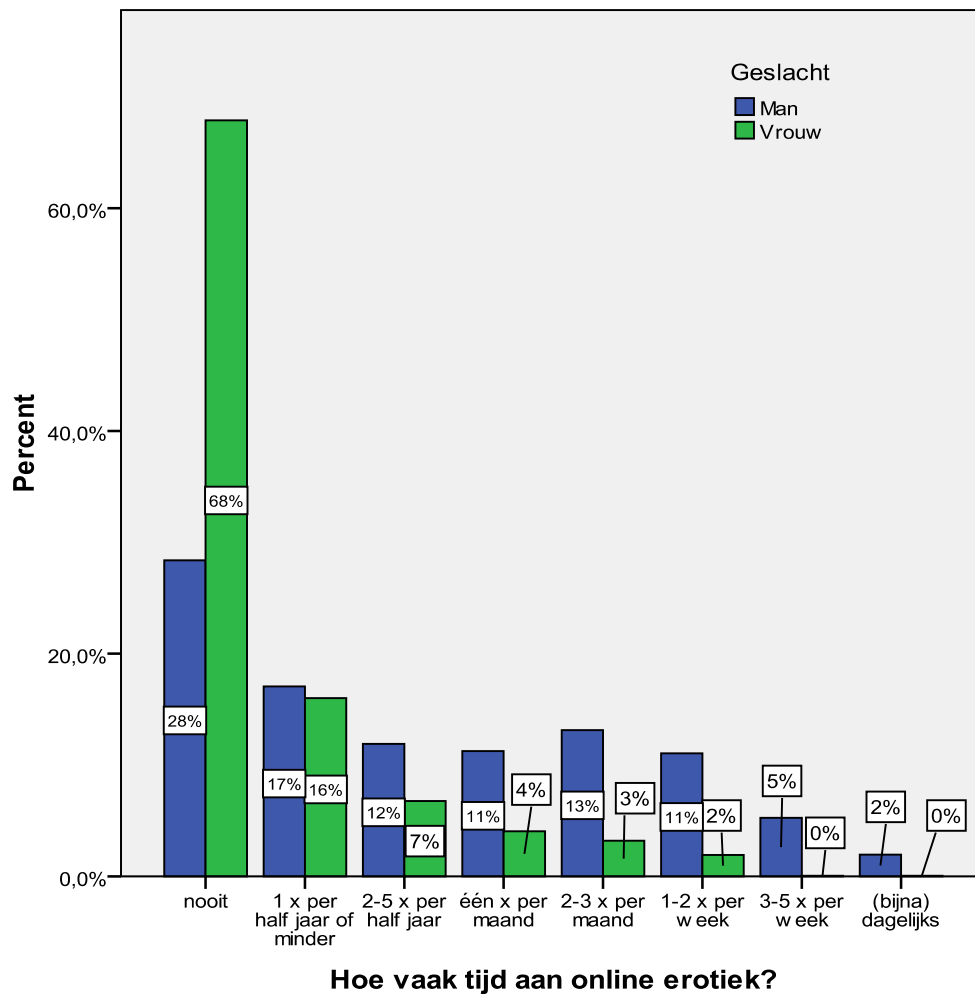
Overigens dient te worden opgemerkt dat door de wijze waarop de gegevens van Figuur 6.5 zijn samengesteld, de gegevens ondergrenzen weergeven van de daadwerkelijke frequentie. Er is namelijk steeds uitgegaan van de maximale score op de subcategorieën. Wanneer iemand bijvoorbeeld aangaf 3 tot 5 keer per week video's te bekijken en 1 tot 2 keer per week foto's, dan wordt in figuur 6.5 aangegeven dat hij of zij 3 tot 5 keer per week tijd besteedde aan online erotiek. Het is echter natuurlijk zeer wel mogelijk dat verschillende activiteiten op verschillende dagen hebben plaatsgevonden en dat de frequenties bij elkaar zouden moeten worden opgeteld.

Tabel 6.3 Het besteden van tijd aan vormen van online erotiek naar geslacht¹¹

Vorm van online erotiek	Mannen (%)		Vrouwen (%)	
	Nooit	≥ 1-2 keer/week	Nooit	≥ 1-2 keer/week
films/video's kijken van seksuele handelingen	44	13	81	1
foto's kijken van naakte mannen en/of vrouwen die seksueel actief zijn	50	8	90	1
foto's kijken van naakte mannen en/of vrouwen die niet seksueel actief zijn	58	6	90	<1
erotische teksten en verhalen lezen	65	3	80	<1
downloaden van online erotiek (verzamelen), zonder direct te kijken	87	1	99	-
webcam seks zonder betaling met iemand die u uit het 'echte' leven kent	96	1	99	-
erotisch chatten zonder betaling met iemand die u verder niet kent	95	1	98	<1
erotische animaties (bijvoorbeeld hentai manga) bekijken	89	1	97	<1
het bezoeken van gewone dating sites met als doel erotisch contact te leggen	94	1	99	<1
het bezoeken van erotische dating sites (bv. secondlove.nl)	95	<1	99	<1
webcam seks zonder betaling met iemand die u verder niet kent	95	<1	99	-
erotisch chatten zonder betaling met iemand die u uit het 'echte' leven kent	95	<1	98	<1
erotische geluiden en/of verhalen beluisteren	92	<1	98	-
het bezoeken van een online sekswinkel	87	<1	94	-
erotisch chatten tegen betaling	97	-	99	<1
webcam seks (erotisch chatten met beeld) tegen betaling	98	-	99	-

¹¹ Voor de overzichtelijkheid staan in de tabel alleen de percentages vermeld van de mannen en vrouwen die nooit en de mannen en vrouwen die minimaal 1 à 2 keer per week tijd hebben besteed aan de verschillende vormen van online erotiek. De resterende categorie 'ongeveer 2-3 keer per maand of minder maar wel ooit' staat niet in de tabel vermeld.

Figuur 6.5 Het besteden van tijd aan online erotiek (alle categorieën) naar geslacht



Online erotiek naar leeftijd

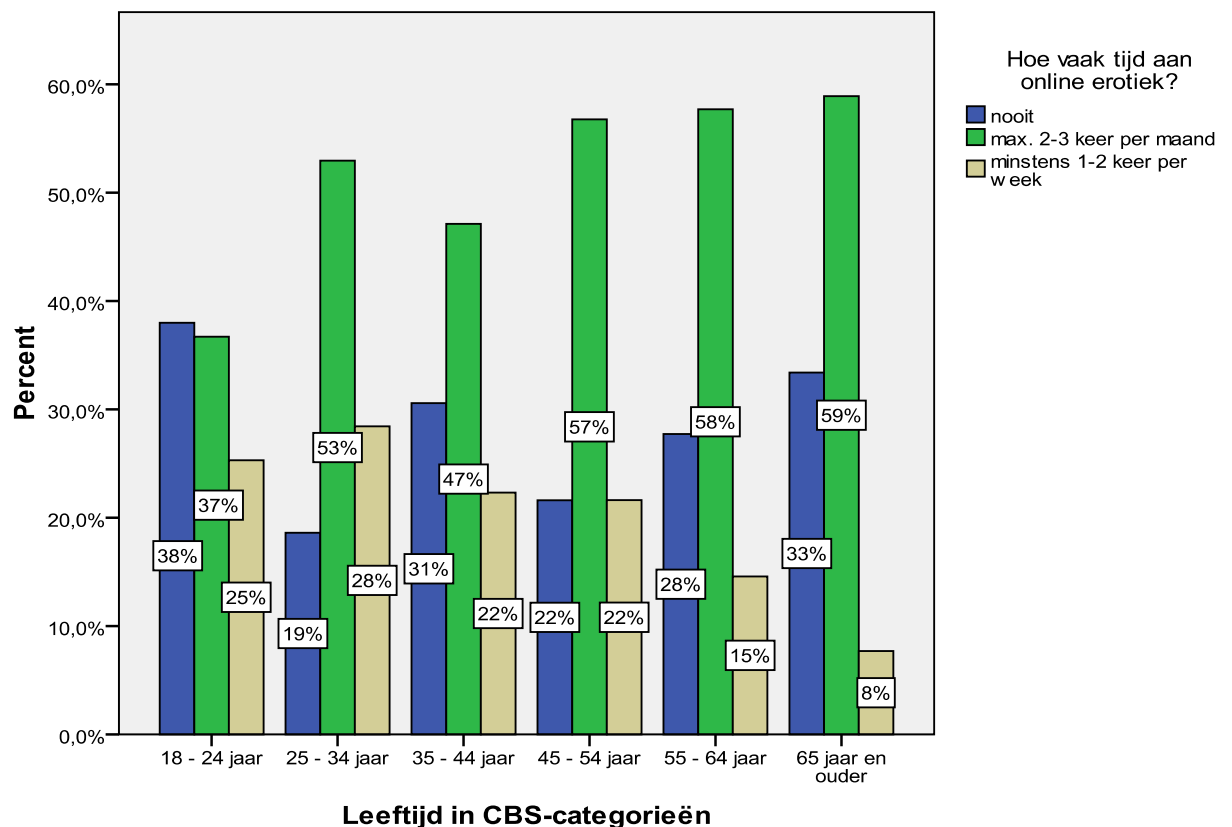
Er zijn niet alleen grote verschillen tussen mannen en vrouwen wat betreft het besteden van tijd aan online erotiek, ook naar leeftijd zijn er verschillen. Figuur 6.6 geeft de verschillen weer tussen mannen van de verschillende leeftijdscategorieën in de frequentie van tijd besteden aan online erotiek. Duidelijk wordt dat het regelmatig (minimaal wekelijks) tijd aan online erotiek besteden in de hoogste leeftijdscategorieën afneemt. Vooral vanaf ca. 55 jaar lijken er minder mannen te zijn die minimaal wekelijks tijd besteden aan online erotiek. Aan de andere kant lijkt het percentage mannen dat nooit tijd aan online erotiek besteedt wel iets toe te nemen in de hogere leeftijdscategorieën, maar blijkt ook dat in de hoogste leeftijdscategorieën nog altijd bijna twee derde van de mannen tijd aan online erotiek te besteedt.

Voor vrouwen (zie figuur 6.7) geldt een vergelijkbare trend. Van de jongere vrouwen (18 tot 34 jaar) besteedt een zeer kleine groep van ongeveer 3% regelmatig (minstens 1 à 2 keer per week) tijd aan online erotiek. Van de vrouwen ouder dan 55 jaar besteedt niemand regelmatig tijd aan online erotiek. Verder neemt het aantal vrouwen dat nooit tijd aan online erotiek zegt te besteden toe met de leeftijd van ca. 60% onder de jongere vrouwen tot ca. 80% onder de oudere vrouwen. Dat wil zeggen dat toch nog één op de vijf

vrouwen van de hoogste leeftijdscategorieën tenminste ooit tijd aan online erotiek besteedt.

De hoogste frequenties van het besteden van tijd aan online erotiek worden gevonden onder de mannen van 25 tot 34 jaar. Ongeveer een kwart van de mannen van 18 tot 34 jaar besteedt minstens 1 à 2 maal per week tijd aan online erotiek (Figuur 6.6). Zo'n 15% van de mannen in deze leeftijdscategorie besteedt zelfs minstens 3 à 4 keer per week tijd aan online erotiek (niet in figuur).

Figuur 6.6 Het besteden van tijd aan online erotiek voor mannen naar leeftijd



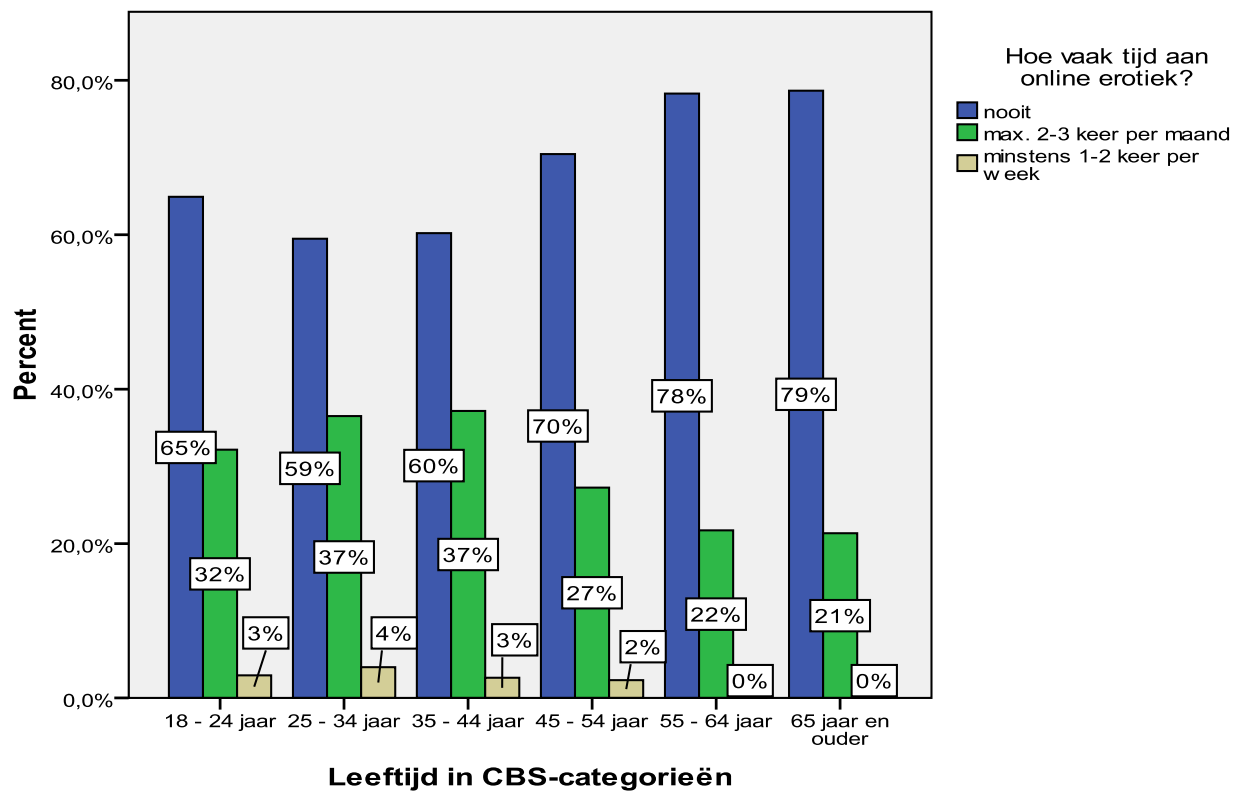
Online erotiek en relatiestatus

Tot slot is de frequentie van het tijd besteden aan online erotiek vergeleken tussen alleenstaanden en mensen met een vaste relatie, al dan niet daar ook mee samenwonend. Figuur 6.8 maakt duidelijk dat onder de mensen die geen vaste partner hebben zich de meeste mensen bevinden die minimaal wekelijks tijd aan online erotiek besteden.

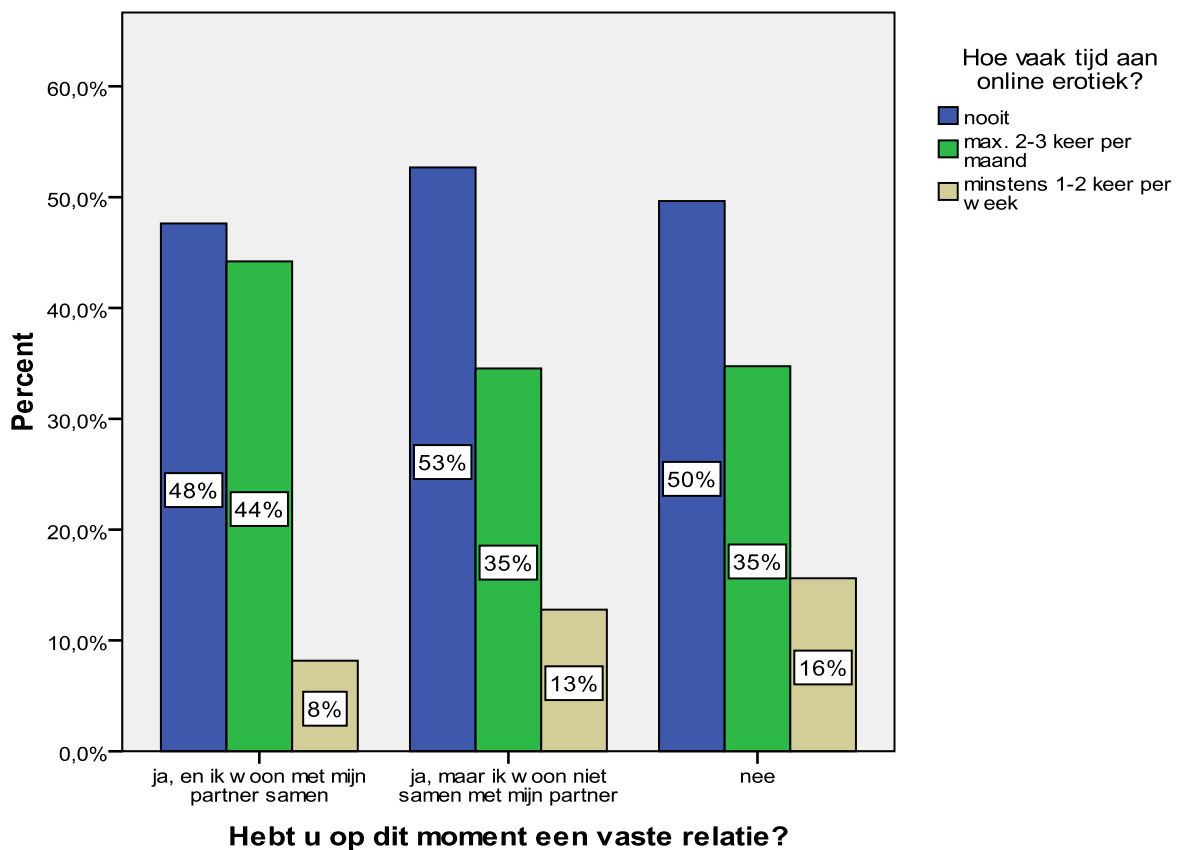
Resumerend

Uit het voorgaande kan worden afgeleid dat de respondenten die het vaakst tijd aan online erotiek besteden zich bevinden onder de mannen van 18 tot 54 jaar die geen vaste relatie hebben. Inderdaad blijkt uit de analyses dat ongeveer 40% van deze groep minimaal wekelijks tijd aan online erotiek besteedt waarvan ongeveer 20% 3-5 maal per week of vaker.

Figuur 6.7 Het besteden van tijd aan online erotiek voor vrouwen naar leeftijd



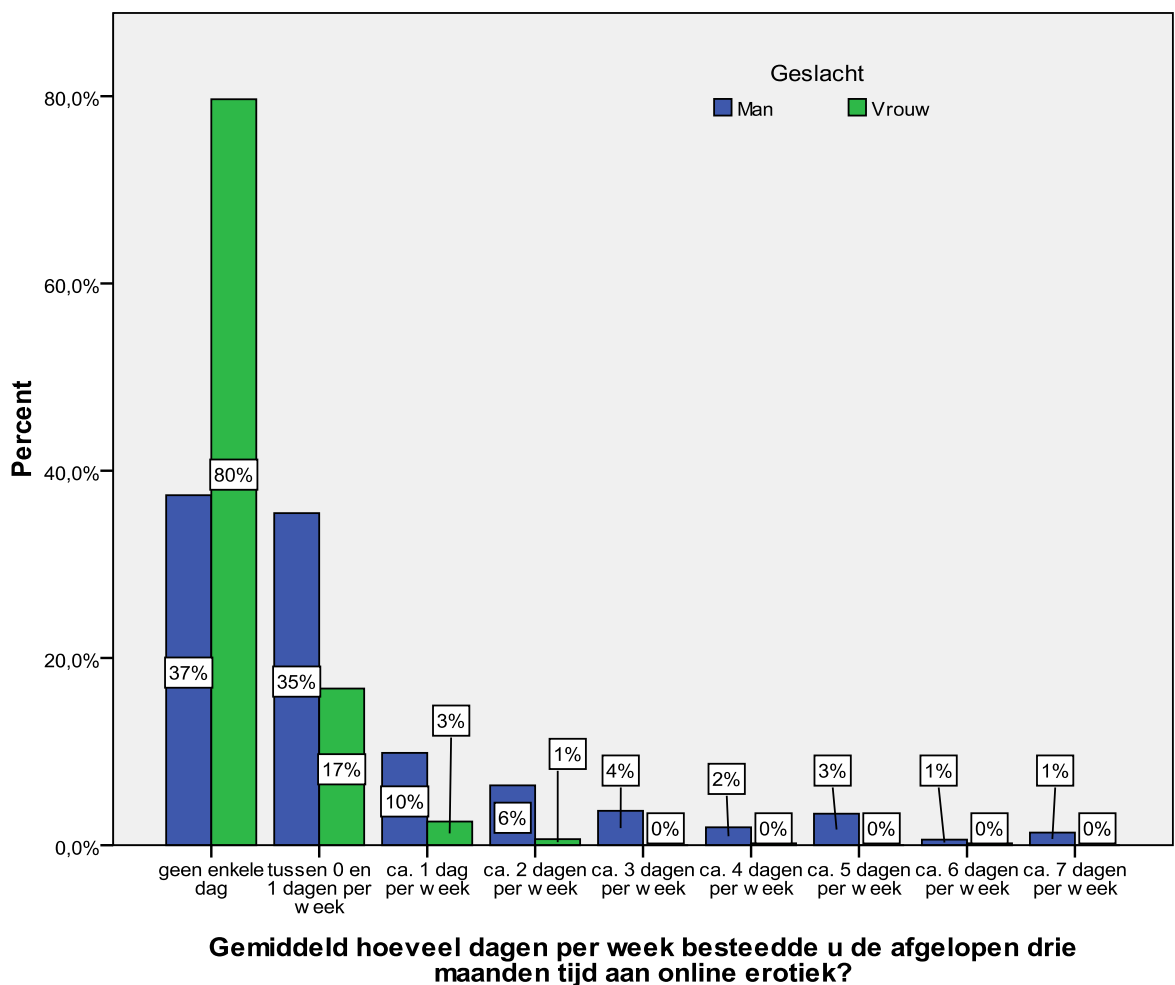
Figuur 6.7 Tijd besteed aan online erotiek naar relatiestatus



6.2.2 Hoeveelheid tijd

De hierboven weergegeven resultaten hebben betrekking op de frequentie van het besteden van tijd aan online erotiek. De respondenten is echter ook gevraagd naar de hoeveelheid tijd (in uren en minuten) die zij aan online erotiek besteden. Daartoe is de respondenten die eerder aangaven wel eens tijd aan online erotiek te besteden (Tabel 6.2) gevraagd naar het gemiddeld aantal dagen per week dat zij de afgelopen drie maanden tijd aan online erotiek besteedden (Figuur 6.9) en het aantal minuten besteed aan online erotiek op een dergelijk dag. Door het aantal dagen te vermenigvuldigen met het aantal minuten is een indicatie verkregen van de hoeveelheid tijd die de respondenten wekelijks aan online erotiek te besteden. De zo berekende variabele correleert hoog (Spearman's rho ,628) met de eerder bepaalde frequentie van het tijd besteden aan online erotiek (Tabel 6.2).

Figuur 6.9 Aantal dagen per week tijd besteed aan online erotiek naar geslacht

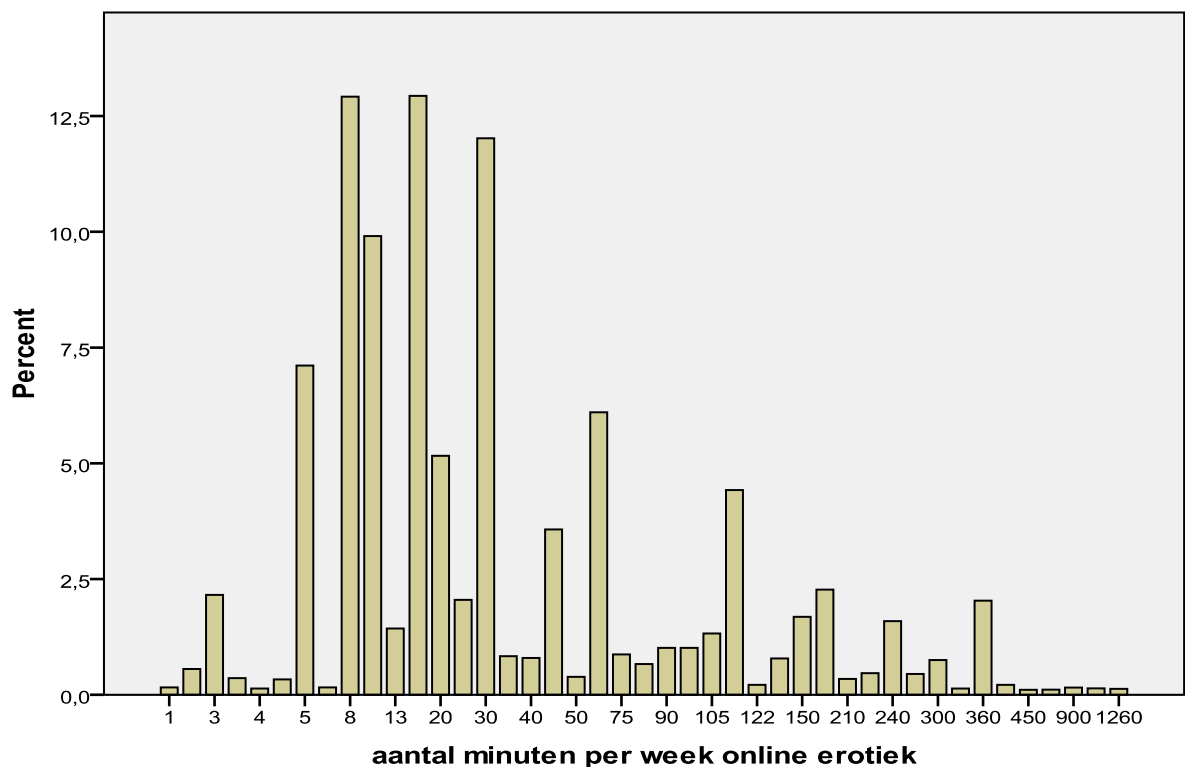


Hoewel de vraag, zoals vermeld, alleen is voorgelegd aan respondenten die eerder hadden aangegeven wel eens tijd te besteden aan online erotiek, geeft de helft (mannen: 37%, vrouwen: 80%; totaal: 51%) van de respondenten aan de afgelopen maanden geen enkele dag tijd aan online erotiek te hebben besteed (Figuur 6.9). Verder bevestigt Figuur 6.9 het eerder beschreven beeld dat veel meer mannen dan vrouwen regelmatig tijd aan online erotiek besteden.

Wanneer alleen gekeken wordt naar de respondenten die aangeven tijd aan online erotiek te besteden, dan blijkt dat zij gemiddeld een klein uur per week met online erotiek bezig zijn. De verdeling is echter zeer scheef zoals blijkt uit Figuur 6.10 (Skewness 5,40; s.d. 103,3; mediaan 20 min.). Ongeveer tweederde van de respondenten besteedt een half uur of minder per week en minder dan 10% 3 uur of meer per week.

Wederom blijkt dat mannen meer tijd aan online erotiek besteden dan vrouwen (mediaan resp. 23 min./week, vs. 15 min./week¹²). Een verschil naar leeftijd is minder duidelijk, dit kan echter ook worden veroorzaakt door het relatief geringe aantal mensen dat aangeeft de afgelopen drie maanden tijd aan online erotiek te hebben besteed en de grote spreiding in de aangegeven hoeveelheid tijd.

Figuur 6.10 Tijd per week besteed aan online erotiek de afgelopen 3 maanden



Subjectieve schatting tijd besteed aan online erotiek

De respondenten die tijd aan online erotiek besteden is ook gevraagd hoeveel mannen respectievelijk vrouwen zij dachten dat minimaal wekelijks tijd aan online erotiek besteedt. Naar eigen zeggen besteedt zo'n één op de vijf mannen en één op de vijftig vrouwen minimaal wekelijks tijd aan online erotiek (Figuur 6.5). De respondenten denken echter dat ongeveer de helft van alle mannen en een derde van alle vrouwen minimaal wekelijks tijd aan online erotiek besteedt (Tabel 6.4). Opvallend in dit verband is vooral het grote verschil tussen de geschatte proportie vrouwen die minimaal wekelijks tijd aan online erotiek besteedt (ca. één derde) en de proportie vrouwen die daadwerkelijk naar eigen zeggen minimaal wekelijks tijd aan online erotiek besteedt (ca. 2%). Kennelijk denkt men dat anderen meer tijd aan online erotiek besteden dan men zelf doet of er is sprake van

¹² Kolmogorov-Smirnov Z 2,47, asymp. sig. (2-tailed) ,000

een forse onderschatting van de hoeveelheid die men zelf besteedt aan online erotiek. Opvallend is ook dat mannen en vrouwen niet veel verschillen in het aantal mannen en vrouwen waarvan ze denken dat die zich minimaal wekelijks met online erotiek bezig houden.

Tabel 6.4 Door respondenten geschat percentage dat gebruik maakt van online erotiek

Geslacht	Hoeveel procent van de mannen, denkt u, besteedt wekelijks of vaker tijd aan online erotiek?	Hoeveel procent van de vrouwen, denkt u, besteedt wekelijks of vaker tijd aan online erotiek?
Man	53	33
Vrouw	52	38
Totaal	52	35

Overigens blijkt de geschatte proportie mannen respectievelijk vrouwen die tijd besteden aan online erotiek positief gecorreleerd te zijn met de zelf gerapporteerde hoeveelheid tijd besteed aan online erotiek. Klaarblijkelijk schatten de respondenten die zelf meer tijd besteden aan online erotiek de proportie mannen en vrouwen die minimaal wekelijks tijd aan online erotiek besteden hoger in dan de respondenten die minder tijd aan online erotiek besteden.

Herkomst online erotiek en kosten

Om de verschillende vormen van online erotiek te vinden, kunnen verschillende bronnen worden gebruikt (Tabel 6.5). Het populairst blijken vaste websites te zijn, dus websites waar de respondent met een zekere regelmaat naar terugkeert. Meest genoemd in deze categorie is www.youporn.com. Ook Google of andere zoekmachines blijken relatief vaak gebruik te worden. Meer 'geavanceerde' methoden zoals het downloaden via torrent sites, andere P2P netwerksites (bijvoorbeeld Limewire) of Usenet worden wel eens gebruikt door maximaal 10% van de respondenten die hadden aangegeven tijd aan online erotiek te besteden.

Slechts enkele respondenten (2%) geven geld uit aan online erotiek. De rest geeft geen geld uit aan online erotiek behalve de kosten voor de internetverbinding. De gerapporteerde bedragen liggen in de meeste gevallen rond een paar euro tot maximaal enkele tientjes voor een enkeling.

Tabel 6.5 Herkomst online erotiek (%)

	minstens 1-2 x per week	max. 2-3 x per maand	nooit
vaste erotische websites die ik vaker bezoek	11	35	54
erotische websites die ik voor het eerst bezoek	1	35	64
Google of andere zoekmachines	4	31	65
torrent sites	1	9	90
nieuws groepen (Usenet)	1	8	91
andere P2P netwerken zoals Kazaa of Limewire	<1	6	94
niet voor iedereen toegankelijke uitwisselingsgroepen (communities)	<1	3	96
internet op mijn mobiele telefoon	1	5	94

6.3 Verslaving aan online pornografie

In deze laatste paragraaf van het hoofdstuk over de survey onder de algemene bevolking komen de drie indicatoren aan bod die duiden op problemen met de omgang met online pornografie.

De drie indicatoren¹³ zijn:

1. Subjectieve ervaring van verslaving aan online pornografie. De respondenten is gevraagd of zij zichzelf verslaafd aan online erotiek beschouwen.
2. Compulsief tijd besteden aan online erotiek (CIUS). Deze schaal meet dwangmatig aspecten van online seksueel gedrag.
3. De frequentie van tijd besteden aan online erotiek. Deze variabele is eerder al aan bod gekomen (Tabel 6.2)

De CIUS schaal, de vraag naar subjectieve beleving en de frequentie waarmee tijd aan online erotiek wordt besteed (Tabel 6.2) zijn gecorreleerd (Tabel 6.6). Vooral de CIUS schaal correleert hoog¹⁴ met het subjectief ervaren van verslaving aan online erotiek en de frequentie van het tijd besteden aan online erotiek.

Tabel 6.6 Correlaties (Spearman's rho) tussen indicators van hyperseksualiteit

	Frequentie tijd aan online erotiek besteden*	CIUS*
Frequentie tijd aan online erotiek besteden	1	
CIUS	,500	1
Subjectieve beleving van verslaving aan online erotiek	,414	,541

*Alle correlaties significant op 0.01 level (2-tailed).

Impulsiviteit en gevoeligheid voor straf en beloning

Zoals in de introductie besproken, zijn in het onderzoek enkele variabelen meegenomen die verschillen tussen respondenten in compulsief online seksueel gedrag (mede) zouden kunnen verklaren. Het betreft hier de variabelen impulsiviteit (geoperationaliseerd met behulp van de DII; (Dickman, 1990) en gevoeligheid voor straf en beloning (geoperationaliseerd met behulp van de BISBAS schalen; (Franken et al., 2005).

Om inzicht te krijgen in het voorkomen van problemen met het bezig zijn met online erotiek en in de factoren die hiermee samenhangen, komen hieronder aan de orde de resultaten van de analyses naar de drie eerdergenoemde indicatoren: subjectieve beleving van verslaafd zijn aan online erotiek, compulsief tijd besteden aan online erotiek (CIUS) en de frequentie van het besteden van tijd aan online erotiek. Telkens wordt daarbij de groep

¹³ Indicator 1 en 2 zijn alleen ingevuld door de respondenten die aangaven wel eens tijd aan online erotiek te besteden (Tabel 6.2).

¹⁴ Een correlatiecoëfficiënt ligt tussen -1 en 1. In navolging van Cohen (1988) wordt de regel gehanteerd dat van een hoge correlatie wordt gesproken als $r=0.50$, van een matige als $r=0.30$ en van een lage als $r=0.10$.

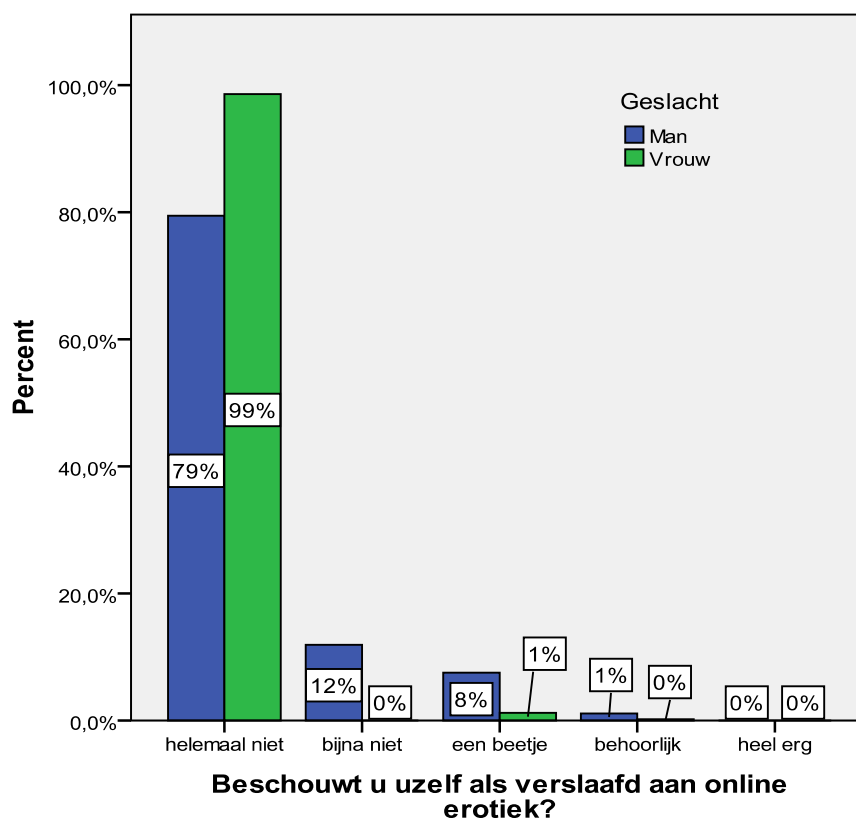
respondenten die hoog scoort vergeleken met de groep die laag scoort op de betreffende indicator.

6.3.1 Indicator 1: Subjectieve beleving van verslaving aan online erotiek

Figuur 6.11 maakt duidelijk dat van de mannen die wel eens porno kijken, één op de twaalf (8%) zichzelf als een beetje verslaafd beschouwt en 1% behoorlijk verslaafd. Van de vrouwen geven slechts enkelingen aan zich verslaafd te beschouwen en geen enkele respondent beschouwt zich heel erg verslaafd. De meerderheid van de mannen (79%) en nagenoeg alle vrouwen (99%) die wel eens tijd aan online erotiek besteden, beschouwen zichzelf helemaal niet verslaafd aan online erotiek.

De respondenten die zich een beetje of behoorlijk verslaafd aan online erotiek voelen, onderscheiden zich op verschillende variabelen van de respondenten die zich niet of bijna niet verslaafd voelen. Tabel 6.7 geeft de verschillen weer tussen deze twee groepen.

Figuur 6.11 Beschouwt u uzelf als verslaafd aan online erotiek?



Samengevat zijn de respondenten die zich op zijn minst een beetje verslaafd beschouwen, in vergelijking met die respondenten die dat niet doen, vaker man, vaker single, minder tevreden met hun relatie en hun seksleven, hebben vaker seksueel contact gehad en verlangen ook vaker seks, hebben meer seksuele partners gehad, masturberen vaker en daarbij speelt online erotiek vaker een rol, besteden vaker en meer tijd aan online erotiek en dit is ook vaker de afgelopen jaren toegenomen, hebben meer overmatig seksueel verlangen, zijn meer compulsief bezig met online erotiek en, tot slot, zijn depressiever.

Tabel 6.7 Verschillen tussen mensen die zeggen enigszins of niet verslaafd te zijn.

	Een beetje of erger verslaafd	Niet of bijna niet verslaafd
Geslacht	93% man	66% man
Leeftijd	n.s.*	n.s.*
Relatiestatus	31% single	19% single
Relatieduur	n.s.	n.s.
Relatiesatisfactie	3,8	4,2
Seksuele satisfactie	2,9	3,3
Aantal malen seksueel contact	37 maalafgelopen jaar	26 maalafgelopen jaar
Gewenst aantal maal seksueel contact	67 maal per half jaar	49 maal per half jaar
Aantal seksuele partners in leven	13 partners	5 partners
Frequentie van masturbatie	56 maal per half jaar	26 maal per half jaar
Rol online erotiek bij masturbatie	42% vaak of (bijna) altijd	14% vaak of (bijna) altijd
Frequentie online erotiek	36% minstens 3-5 keer per week	5% minstens 3-5 keer per week
Tijd online erotiek	147 minuten per week	45 minuten per week
Tijd online erotiek toegenomen	32% ja	10% ja
Overmatig seksueel verlangen	2,0	1,4
Compulsief online pornografiegebruik (CIUS)	2,0	1,2
Impulsiviteit	n.s.	n.s.
Gevoeligheid voor straf (BISBAS)	n.s.	n.s.
Drive (BISBAS)	n.s.	n.s.
Fun seeking (BISBAS)	n.s.	n.s.
Gevoeligheid voor beloning (BISBAS)	n.s.	n.s.
Depressie	2,5	2,2

* n.s.: een niet-significant verschil

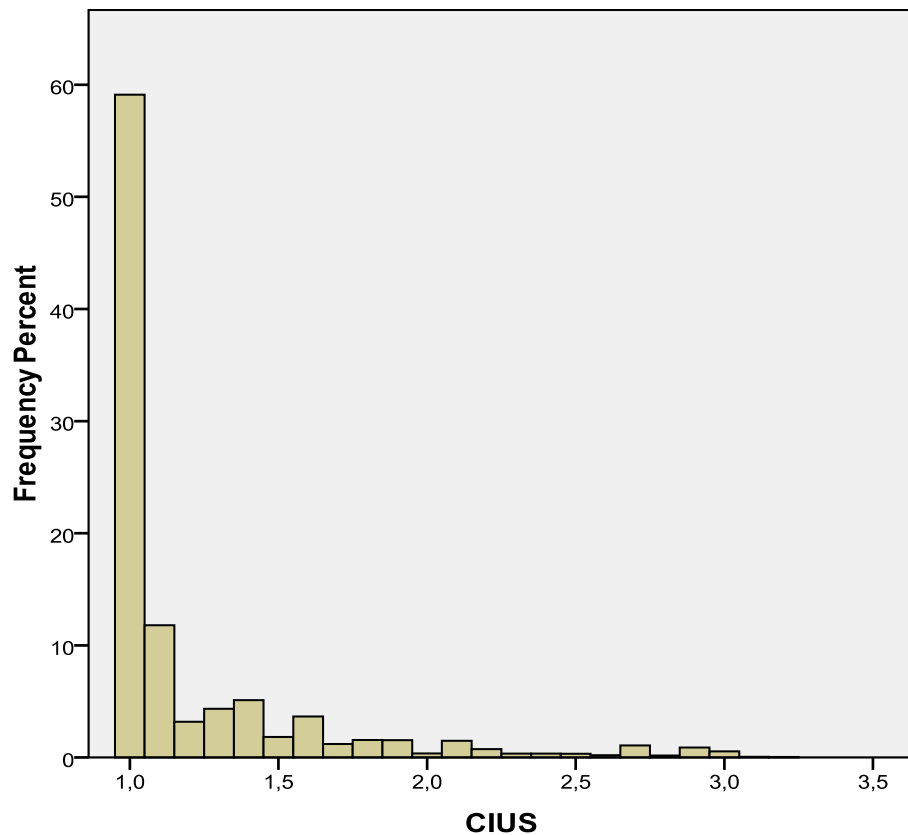
6.3.2 Indicator 2: Compulsief tijd besteden aan online erotiek (CIUS)

Figuur 6.12 geeft de verdeling weer van de scores op de schaal voor het compulsief besteden van tijd aan online erotiek (CIUS). Uit de figuur blijkt dat de overgrote meerderheid een zeer lage score heeft; 59% heeft zelfs de laagst mogelijke score van 1. De maximumscore bedraagt 3,2.

Door het ontbreken van een gevalideerd afkappunt kunnen slechts onder voorbehoud uitspraken gedaan kunnen worden over het voorkomen van het compulsief bezig zijn met online erotiek op basis van de CIUS schaal. Uitgaande van een afkappunt van 3,0 (zie Hoofdstuk 2 Methoden van onderzoek), duiden de resultaten er op dat 0,7% (n=7) van de respondenten die wel eens tijd aan online erotiek besteden, verslavingsproblemen met online erotiek zou hebben. In Figuur 6.12 lijkt er boven een score van 2,6 een lichte opwelling te zijn van het aantal respondenten. Dit zou kunnen duiden op een taxonomisch

verschil met de andere respondenten. Wanneer het afkappunt op basis van dit inzicht wordt aangepast en gesteld wordt op 2,6, dan zou de prevalentie op 3% uitkomen.

Figuur 6.12 Verdeling CIUS scores



Om de respondenten die (relatief) hoog scoren op de CIUS te kunnen vergelijken met de respondenten die lager scoren, is daarnaast een afkappunt gekozen rond het 90^e percentiel wat overeenkomt met een CIUS score van 1,7. De verschillen tussen de relatief hoog vs. de relatief laag op de CIUS scorende respondenten staan weergegeven in Tabel 6.8.

Samengevat zijn de respondenten die (relatief) hoog scoren wat betreft het compulsief bezig zijn met online erotiek, vergeleken met de respondenten die minder hoog scoren, vaker man, iets jonger, vaker single, minder tevreden met hun relatie en hun seksleven, wensen vaker seks te hebben, hebben meer seksuele partners gehad, masturberen vaker waarbij online erotiek vaker een rol speelt, besteden vaker en meer tijd aan online erotiek en dit is ook vaker de afgelopen jaren toegenomen, ervaren sterker een overmatig seksueel verlangen en voelen zich vaker verslaafd aan online erotiek, zijn impulsiever, meer gevoelig voor straf en minder voor beloning en zijn, tot slot, depressiever.

Tabel 6.8 Verschil tussen mensen met relatief hoge vs. lage scores (90^e percentiel) op dwangmatig met online pornografie bezig zijn (CIUS)

	Relatief hoge CIUS	Relatief lage CIUS
Geslacht	92% man	65% man
Leeftijd	43 jaar	47 jaar
Relatiestatus	30% single	18% single
Relatieduur	n.s.*	n.s.*
Relatiesatisfactie	3,8	4,2
Seksuele satisfactie	2,9	3,4
Aantal malen seksueel contact	n.s.	n.s.
Gewenst aantal maal seksueel contact	68 maal per half jaar	48 maal per half jaar
Aantal seksuele partners in leven	9 partners	5 partners
Frequentie van masturbatie	42 maal per half jaar	26 maal per half jaar
Rol online erotiek bij masturbatie	39% vaak of (bijna) altijd	13% vaak of (bijna) altijd
Frequentie online erotiek	23% minstens 3-5 keer per week	5% minstens 3-5 keer per week
Tijd online erotiek	135 minuten per week	40 minuten per week
Tijd online erotiek toegenomen	30% ja	9% ja
Overmatig seksueel verlangen	2,2	1,3
Subjectief verslaafd	41% een beetje of erger	2% een beetje of erger
Impulsiviteit	0,22	0,15
Gevoeligheid voor straf (BISBAS)	2,8	2,7
Drive (BISBAS)	n.s.	n.s.
Fun seeking (BISBAS)	n.s.	n.s.
Gevoeligheid voor beloning (BISBAS)	3,0	3,2
Depressie	2,7	2,2

* n.s.: een niet-significant verschil

6.2.3 Indicator 3 Het besteden van tijd aan online erotiek

Eerder (Figuur 6.5) is al de verdeling (naar geslacht) weergegeven van de scores op de variabele frequentie van tijd besteden aan online erotiek. Mannen en vrouwen samen genomen, bleek 10% van alle respondenten minstens wekelijks, 4% minstens 3-5 keer per week en 1% (bijna) dagelijks met online erotiek bezig te zijn. Er is geen afkappunt voor wat als te vaak bezig zijn met online pornografie moet worden beschouwd. Om de verschillen tussen respondenten die vaak en respondenten die niet vaak met online erotiek bezig zijn duidelijk te maken, is gekozen de verschillen weer te geven tussen de respondenten die minimaal 3 à 5 keer per week tijd besteden aan online erotiek en de respondenten die dat niet doen (inclusief de respondenten die in het geheel geen tijd aan online erotiek besteden). Tabel 6.9 geeft deze verschillen weer.

Tabel 6.9 Verschillen tussen mensen die minimaal 3 à 5 keer per week tijd aan online erotiek besteden en de respondenten die dat niet doen

	> 3-5 keer per week tijd voor online erotiek	< 3-5 keer per week tijd voor online erotiek
Geslacht	99% man	47% man
Leeftijd	43 jaar	48 jaar
Relatiestatus	39% single	19% single
Relatieduur	17 jaar	23 jaar
Relatiesatisfactie	n.s.*	n.s.*
Seksuele satisfactie	2,8	3,5
Aantal malen seksueel contact	n.s.	n.s.
Gewenst aantal maal seksueel contact	76 maal per half jaar	42 maal per half jaar
Aantal seksuele partners in leven	10 partners	5 partners
Frequentie van masturbatie	100 maal per half jaar	15 maal per half jaar
Rol online erotiek bij masturbatie	73% vaak of (bijna) altijd	7% vaak of (bijna) altijd
Tijd online erotiek	199 minuten per week	35 minuten per week
Tijd online erotiek toegenomen	27% ja	10% ja
Overmatig seksueel verlangen	1,6	1,4
Subjectief verslaafd	32% een beetje of erger	4% een beetje of erger
Compulsief online pornografiegebruik (CIUS)	1,6	1,2
Impulsiviteit	n.s.	n.s.
Gevoeligheid voor straf (BISBAS)	2,9	2,7
Drive (BISBAS)	2,3	2,5
Fun seeking (BISBAS)	n.s.	n.s.
Gevoeligheid voor beloning (BISBAS)	n.s.	n.s.
Depressie	2,5	2,3

* n.s.: een niet-significant verschil

Samengevat zijn de respondenten die vaak (minimaal 3 à 5 keer per week) tijd besteden aan online erotiek vergeleken met de respondenten die dat niet doen, vaker man, iets jonger, vaker single, hebben een kortere relatie, zijn minder tevreden met hun seksleven, wensen vaker seksueel contact, hebben meer sekspartners gehad, masturberen vaker waarbij online erotiek vaker een rol speelt, besteden meer tijd aan online erotiek en dit is ook vaker de afgelopen jaren toegenomen, ervaren sterker een overmatig seksueel verlangen en zijn meer compulsief bezig met online erotiek, zijn gevoeliger voor straf en minder gericht op beloning en, tot slot, zijn depressiever.

De maten impulsiviteit en gevoeligheid voor straf en beloning zijn ontleend aan Jeffrey Gray's neuropsychologische *Reinforcement Sensitivity Theory of personality* (RST) (Gray, 1987; Gray, 1991). Verschillende vormen van verslaving blijken gerelateerd te zijn aan een verhoogde impulsiviteit en gevoeligheid voor beloning (Dawe, Gullo, & Loxton, 2004; Loxton, Nguyen, Casey, & Dawe, 2008). De idee is dat de gevoeligheid voor beloning een

rol speelt bij de motivatie het gedrag uit voeren en impulsiviteit een rol bij de moeite tijdig met het gedrag weer te stoppen. In het huidige onderzoek blijken de drie indicatoren echter niet consequent aan impulsiviteit en gevoeligheid voor beloning gerelateerd te zijn.

6.3.4 Prevalentie van verslaving aan online pornografie

Op basis van deze drie indicatoren kunnen, vanwege het ontbreken van gevalideerde afkappunten, alleen onder voorbehoud uitspraken gedaan worden over het voorkomen van online pornografie verslaving in de Nederlandse samenleving. Duidelijk is wel dat het problematisch omgaan met online pornografie vrijwel alleen maar onder mannen voorkomt, dat alleenstaande mannen meer risico lopen en onder de hoogste leeftijdscategorieën het probleem minder vaak voor komt. Subjectief bleek van de mannen die wel eens tijd aan online erotiek besteedden, zich 8% 'een beetje' en ongeveer 1% 'behoorlijk' of erger verslaafd te voelen. Ook bleek ongeveer 1% tot 3% van alle respondenten hoog te scoren op de CIUS wat duidt op dwangmatige trekken in de omgang met online erotiek. Tot slot bleek 10% minstens één keer per week en 4% minimaal 3-5 keer per week met online erotiek bezig te zijn.

Wanneer nu verondersteld wordt dat iemand voor een serieuze aanwijzing op problemen met het omgaan met online pornografie tenminste zich een beetje verslaafd moet voelen, een hoge score op de CIUS moet hebben (≥ 2.6) en tenminste 1 maal per week met online erotiek bezig moet zijn, dan resulteert dat in een prevalentie van ongeveer 1% ($n=15$).

6.4 Samenvatting survey

De survey maakt duidelijk dat het besteden van tijd aan online erotiek in de eerste plaats een mannenaangelegenheid is en vooral van de wat jongere alleenstaande mannen. Van hen besteedt ongeveer één derde minimaal drie keer per week tijd aan online erotiek. Bij vrouwen lijkt online erotiek in veruit de meeste gevallen slechts af en toe een bijrol te vervullen. Opvallend is wel dat zowel mannen als vrouwen een veel hogere verwachting blijken te hebben van het aantal mannen en vrouwen dat regelmatig tijd besteedt aan online erotiek dan door hen zelf gerapporteerd. De verschillen tussen de verschillende leeftijdscategorieën zijn klein, pas op latere leeftijd lijkt de interesse voor online erotiek af te nemen.

Online erotiek blijkt in de meeste gevallen te bestaan uit erotische films of foto's die van bekende websites worden gehaald of waarnaar gezocht wordt met behulp van de bekende zoekmachines (Google). Meer interactieve vormen van online seksualiteit, waarbij bijvoorbeeld contact gelegd wordt met een andere persoon met behulp van een webcam, eventueel tegen betaling, zijn veel minder populair. Slechts enkelingen geven aan te betalen voor online erotiek.

De survey bevat drie indicatoren van online hyperseksualiteit (online pornografie verslaving): de subjectieve beleving van verslaving aan online erotiek, de mate van het compulsief bezig zijn met online erotiek (de CIUS score) en de frequentie van het tijd besteden aan online erotiek. Deze drie indicatoren correleren onderling hoog. Analyses naar de verschillen tussen respondenten die hoog vs. respondenten die laag op deze indicatoren scoorden, laten vergelijkbare resultaten zien. Hoog scoorders zijn vaker

mannen, vaker alleenstaand, zijn minder tevreden met hun relatie en hun seksleven, hebben desondanks een actiever seksleven (vaker seksueel contact, zowel daadwerkelijk als gewenst, hebben meer sekspartners gehad, masturberen vaker en gebruiken daarbij vaker online erotiek).

Het aantal respondenten in de huidige steekproef met duidelijke aanwijzingen voor problemen met het omgaan met online erotiek (de risicogroep voor online pornografie verslaving) is beperkt en bedraagt ongeveer 1% van alle respondenten.

Op de psychologische variabelen zijn de uitkomsten niet erg duidelijk. Bij alle drie de indicatoren scoren de respondenten die hoog scoren op de betreffende indicator, hoger op de variabele depressie. De overige psychologische variabelen (impulsiviteit en de gevoeligheid voor straf en beloning) laten een minder consistent beeld zien. De respondenten die zich zelf tenminste een beetje verslaafd achten aan online erotiek scoren op geen van deze psychologische variabelen hoger dan de respondenten die zich helemaal niet verslaafd achten. De respondenten die relatief hoog op de CIUS scoren (die dus relatief compulsief bezig zijn met online erotiek) scoren wel hoger op impulsiviteit en de BIS en lager op de BAS-reward schaal van de BISBAS. Anders gezegd, respondenten die relatief compulsief met online erotiek omgaan zijn impulsiever, gevoeliger voor straf en minder gevoelig voor beloning. De verschillen zijn echter klein. Tot slot, de respondenten die relatief vaak tijd besteden aan online erotiek zijn gevoeliger voor straf en kennen een minder sterke drive. Ook hier zijn de verschillen klein.

7 Discussie en conclusie

7.1 Discussie

De komst van het internet heeft ontegenzeggelijk de beschikbaarheid en toegankelijkheid van pornografie sterk vergroot. Hoewel historische data over het gebruik van pornografie niet of slechts zeer beperkt beschikbaar zijn, is het zeer aannemelijk dat daardoor de consumptie van pornografie in de samenleving aanzienlijk is toegenomen. De vraag is wat de gevolgen zijn van deze verandering. Er zijn aanwijzingen dat de alom verkrijgbare online pornografie kan leiden tot problemen in de omgang met dit enorme aanbod. Er kan in dit verband gesproken worden van online pornografieverslaving, het compulsief bezig zijn met online pornografie, seksverslaving of hyperseksualiteit. Consensus over de nomenclatuur is er niet, wel zijn verschillende medisch-psychologische onderzoekers van mening dat sommige internetgebruikers zich kunnen verliezen in online pornografie met negatieve gevolgen voor de persoon zelf, zijn of haar omgeving en mogelijk de maatschappij als geheel (Carnes, 2001; Cooper et al., 2004; Cooper, Putnam, Planchon, & Boies, 1999; Griffiths, 2004; Orford, 2005; Stein et al., 2001).

Ook buiten de medisch-psychologische en wetenschappelijke context staat de mogelijk negatieve invloed van de sterk vereenvoudigde toegang tot pornografie ter discussie. Voorbeelden hiervan zijn te vinden bij de Amerikaanse senaat (Singel, 2004), in opiniestukken (Eberstadt, 2009), in reguliere media zoals de Volkskrant (Onkenhout, 2008), of op talloze websites die meer of minder professionele hulp aanbieden om van een verslaving aan internet pornografie af te komen.

7.1.1 Gebruik

Een overzicht van de literatuur (Hoofdstuk 3, Tabel 3.1) laat zien dat vooral onder mannen het bezig zijn met online pornografie eerder regel dan uitzondering is. Voor vrouwen geldt eerder het omgekeerde. Het overzicht maakt echter ook duidelijk dat feitelijke informatie over het gebruik in de bevolking beperkt en deels ook gedateerd en onvolledig is. Veel studies zijn al wat ouder (wat in de zich snel ontwikkelende wereld van het internet al snel het geval is) of uitgevoerd onder niet-representatieve steekproeven. De survey uit het huidige onderzoek (Hoofdstuk 6) bevestigt dat online pornografie vooral door mannen gebruikt wordt. Het laat verder zien dat erotische video's en foto's die op vaste websites gevonden worden tot de populairste vormen van online pornografie behoren. Meer geavanceerde manieren om aan online pornografie te komen zoals via Usenet of torrent sites, worden maar door weinigen gebruikt. Ook de interactieve vormen van online erotiek (bijvoorbeeld met een webcam) zijn slechts populair bij een zeer kleine groep internetgebruikers.

Zo'n driekwart van de mannen doet wel eens iets met online erotiek (bij de vrouwen één derde), en bijna één op de vijf mannen besteedt minstens één maal per week tijd aan online erotiek (bij de vrouwen één op de vijftig). Een kleine groep mannen besteedt relatief vaak tijd aan online erotiek: 7% van de mannen besteedt minimaal 3 à 5 keer per week tijd aan online erotiek, 2% doet dit (bijna) dagelijks. In het huidige onderzoek besteedt nagenoeg geen enkele vrouw zo vaak tijd aan online erotiek. De verschillen naar leeftijd zijn geringer dan de verschillen naar geslacht. Met het toenemen van de leeftijd

neemt het bezig zijn met online erotiek wel af, maar echt minder wordt het pas in de hoogste leeftijdscategorieën. Tot slot hangt het tijd besteden aan online erotiek ook samen met het hebben van een vast relatie. Singles besteden vaker tijd aan online erotiek dan zij die een vaste partner hebben. Alleenstaande jongere mannen besteden het vaakst tijd aan online erotiek; van hen besteedt ongeveer één derde minimaal 3-5 keer per week tijd aan online erotiek.

7.1.2 Verslaving

Het onderzoek naar verslaving aan online pornografie (compulsief online seksueel gedrag) is nog beperkter en wordt bovendien gehinderd door een gebrek aan consensus over terminologie, diagnostiek en criteria. Verslaving aan (online) pornografie is als vorm van gedragsverslaving wel denkbaar. Meerdere onderzoekers zijn van mening dat naast verslaving aan middelen ook verslaving aan bepaalde gedragingen mogelijk zijn. Bekende voorbeelden van gedragsverslavingen zijn gokverslaving (pathologisch gokken; (Hodgins, Stea, & Grant, 2011), internetverslaving (Meerkerk, 2007), gameverslaving (Van Rooij, 2011) en ook seksverslaving. Hierbij zou verslaving aan online erotiek een verbijzondering kunnen zijn van het meer algemene begrip seksverslaving en/of internetverslaving.

Gedragsverslavingen zouden kunnen worden verklaard analoog aan enkele veelgenoemde verklaringen van middelenverslaving of -afhankelijkheid. Verslavende middelen hebben gemeen dat zij een positieve invloed uitoefenen op het gemoed van de gebruiker (*mood modifying*) en sterk inwerken op een deel van het brein dat gevoelig is voor positieve bekrachtiging. Dit deel van het brein motiveert vervolgens de continuering van het gedrag waarbij het gedrag na verloop van tijd door conditionering gekoppeld wordt aan verschillende *cues*. Dit kunnen interne cues zijn, zoals een negatieve gemoedstoestand, of externe cues zoals een bepaalde omgeving. Waarneming van een dergelijke cue leidt vervolgens tot een automatische motivatie (*drive*) het gedrag uit te voeren (zie bijvoorbeeld (Tiffany, 1990)). De bewuste controle over het gedrag neemt daarbij snel af, zelfs wanneer de persoon inzicht heeft in de negatieve gevolgen die het gedrag voor hem of haar heeft. Frustratie van het gedrag leidt tot een sterk verlangen het gedrag uit te voeren (*craving*) en alles wordt opzij gezet om tot uitvoering van het gedrag te komen. Verschillende belonende gedragingen (zoals gokken, gamen, internetten en seks) kunnen op deze wijze leiden tot verslavingsgedrag (Geller, 2008; Grant, Potenza, Weinstein, & Gorelick, 2010; Orford, 2001; Sussman, Lisha, & Griffiths, 2011).

Interessant perspectief in dit verband bieden de ideeën van Ahmed (2005) die veronderstelt dat de mate waarin verslaving optreedt mede afhankelijk is van een relatieve afweging van de aanwezigheid van alternatieve bekrachtigingen of belonende gedragsmogelijkheden. Dus verslaving treedt vooral dan op wanneer andere vormen van bekrachtiging relatief beperkt beschikbaar zijn. Hoewel Ahmed's ideeën betrekking hebben op een verslaving aan middelen is het ook denkbaar deze veronderstelde afweging toe te passen op gedragsverslavingen. De al vaker naar voren gebrachte *triple A engine* (Cooper, 1998) en het *ACE model* (Young et al., 2000) onderstrepen dat het verslavende aspect van online pornografie juist zit in de eenvoudige directe beschikbaarheid van belonende erotische stimuli. Een relatieve afweging valt daardoor vaak in het voordeel uit van de gedragsoptie bezig zijn met online pornografie.

Hoewel dus verslaving aan online erotiek denkbaar is, is, zoals gezegd, het wetenschappelijk werk op dit terrein vooralsnog beperkt. De studies die gedaan zijn, laten

echter wel relatief hoge prevalenties zien van. Zo rapporteert Cooper (2004) een prevalentie van 9%, Cordonnier (2006) zo'n 10% en uit een recente studie van Ross (2011) zou blijken dat 5% van de mannen en 2% van de vrouwen serieuze problemen zou hebben met online erotiek. In de huidige studie blijkt de prevalentie van online erotiekverslaving (1-3%, afhankelijk van de definitie) beduidend lager dan in de internationale literatuur. Er zijn echter een aantal redenen waarom een vergelijking moeilijk te maken is. Zo hebben de verschillende studies elk een eigen definitie van het fenomeen en eigen criteria om vast te stellen of er wel of niet sprake is van dat fenomeen. Het is mogelijk dat de criteria gehanteerd in de huidige studie strenger zijn. Daarnaast is de huidige studie één van de weinige die gericht is op de gehele (Nederlandse) bevolking en niet op bijvoorbeeld enkel jonge mannen.

De interviews met de therapeuten (Hoofdstuk 4) bevestigen het bestaan van problemen die gerelateerd kunnen worden aan het niet meer onder controle hebben van de omgang met online erotiek. Het aantal cliënten dat de therapeuten zien (Hoofdstuk 4) is voorsnog beperkt al melden verschillende therapeuten dat er de laatste jaren sprake is van een stijging van het aantal gevallen. De therapeuten zien daarbij een relatie met de snelle opkomst van internet en de daarmee fors gestegen beschikbaarheid en toegankelijkheid van pornografie.

Kenmerken van verslaafden

In het rapport worden drie indicatoren voor online pornografieverslaving onderscheiden: (1) de subjectief ervaren verslaving, (2) het compulsief bezig zijn met online pornografie, en (3) het besteden van tijd aan online pornografie. De survey liet zien dat deze indicatoren redelijk sterk samenhangen. Hoogscoorders zijn vergeleken met laagscoorders vaker mannen, vaker alleenstaand en minder tevreden met hun relatie en hun seksleven. Ze hebben desondanks een actiever seksleven: ze hebben vaker seksueel contact, maar wensen ook vaker seksueel contact, ze hebben meer verschillende sekspartners gehad, ze masturberen vaker en gebruiken daarbij vaker online erotiek.

Verslavingen gaan vaak samen met andere psychologische problemen. In de survey bleek inderdaad dat alle drie de indicatoren voor verslaving aan pornografie positief correleerden met het hebben van depressieve gevoelens. Daarnaast bleken respondenten die relatief compulsief met online erotiek omgaan en relatief vaak tijd besteden aan online erotiek ook gevoeliger voor straf te zijn, een maat die ook wel gezien wordt als een maat voor neuroticisme (Jorm et al., 1999). Ook in de interviews met therapeuten kwam naar voren dat de seksuele problemen meestal samengaan met andere (verslavings)problemen. Een op zich staande verslaving aan online erotiek zonder andere comorbide problemen lijkt eerder uitzondering dan regel te zijn. Vaakgenoemde psychologische problemen waren eenzaamheid en depressie. De cliënten lijken online erotiek te gebruiken om op korte termijn een prettige ervaring te hebben en even van hun dagelijkse zorgen te worden bevrijd, zonder dat dat op termijn tot een oplossing van de problemen leidt.

De samenhang met de andere psychologische variabelen (impulsiviteit en gevoeligheid voor beloning) liet geen duidelijk consistent beeld zien.

7.1.3 Beperkingen van het onderzoek

Net als andere studies op dit gebied heeft de huidige studie te maken met het taboe dat rond het thema pornografie hangt. Er heerst nog schaamte bij veel mensen om er voor uit

te komen dat men wel eens naar pornografie op internet kijkt. Extra moeilijk is het dan waarschijnlijk er voor uit te komen dat men problemen heeft het gebruik van online erotiek onder controle te houden of er zelfs verslaafd aan zouden zijn. In het onderzoek zijn een aantal maatregelen genomen om de onderrapportage en weigering van deelname zo veel mogelijk te voorkomen. Zo is de respondenten van te voren gemeld dat ze de vragen alleen moeten invullen, omdat ze betrekking hebben op intieme zaken. Ten tweede is de vraagstelling neutraal geformuleerd en niet veroordelend; daarnaast zijn niet alleen vragen over negatieve aspecten gesteld. Ten derde is de vragenlijst zo opgebouwd dat de meest intieme vragen aan het eind gesteld worden.

Om de representativiteit van de vragenlijst zoveel mogelijk te waarborgen is de steekproef statistisch gewogen op een aantal demografische variabelen. Desondanks moet rekening gehouden worden met onderrapportage en onderrepresentatie van een aantal subgroepen. De non-respons analyse liet zien dat een aantal mensen de vragenlijst niet hebben willen of kunnen invullen. Zo was er sprake van een lichte mate van non-respons bij samenwonenden met kinderen en bij vrouwen. Daarnaast is het aantal allochtone Nederlanders in het panel zeer laag en was de groep jongvolwassenen gering vertegenwoordigd in de steekproef, terwijl deze laatste groep wel het meeste gebruik maakt van online pornografie. Hierdoor zijn voor deze subgroepen de resultaten mogelijk minder betrouwbaar. Het is niet ondenkbaar dat de bevindingen maar een deel van het gebruik van online erotiek laten zien en dat er sprake is van onderrapportage. Wel zijn de percentages in het huidige onderzoek vergelijkbaar met die uit een eerder Nederlands onderzoek naar pornografie uit 2006 (Bakker & Vanwesenbeeck).

De aandacht voor online pornografie en gerelateerde problematiek is groeiende in de diverse media. Hierdoor zal mogelijk in de toekomst het probleem van weigering en onderrapportage minder worden. Deze groeiende aandacht voor het fenomeen pornografieverslaving kan er ook toe hebben bijgedragen dat meer mensen dan voorheen naar een therapeut durven te gaan. De groei in het aantal gevallen zoals gemeld door de therapeuten hoeft dus niet per se te betekenen dat het aantal gevallen in de populatie ook daadwerkelijk toeneemt.

7.2 Conclusie

Het huidige onderzoek is één van de eerste studies die inzicht biedt in het gebruik van online erotiek in de Nederlandse samenleving. Duidelijk is geworden dat bepaalde delen van de bevolking (vooral alleenstaande jongere mannen) veelvuldig tijd besteden aan online erotiek. Hoewel men verschillende problemen kan voorstellen die gerelateerd zouden kunnen worden aan de omgang met pornografie (verslaving maar ook problemen bij de ontwikkeling van de seksuele identiteit, normen en waarden), kon in het huidige onderzoek niet vastgesteld worden dat online pornografie in Nederland op grote schaal tot problemen heeft geleid, al zijn er wel aanwijzingen dat het aantal probleemgevallen toeneemt. De prevalentie van de aan online erotiek gerelateerde problematiek is beperkt en lijkt in omvang vergelijkbaar met die van andere vormen van gedragsverslavingen zoals gok- of gameverslaving. Dit is overigens een prevalentie die altijd nog beduidend hoger ligt dan die van verslaving aan een harddrug als heroïne.

De overgrote meerderheid van de gebruikers van online erotiek blijkt zonder problemen van verslaving, compulsiviteit of anderszins met online erotiek bezig te kunnen zijn.

Gezien het grote aantal mensen (mannen) dat zich met online erotiek bezighoudt en de ook met dit onderzoek nog steeds beperkte kennis, is verder onderzoek naar gebruiksvormen en gevolgen van gebruik echter nog wel zeer wenselijk. Dit onderzoek zou zich dan vooral op de groep alleenstaande jongere mannen moeten richten met de vraag waarom zij meer gebruiken en of (en waarom) de gevoeligheid voor verslaving bij hen hoger ligt. Een andere belangrijke vraag richt zich op de individuele verschillen tussen gebruikers; waarom ontwikkelt de een wel een probleem en de ander niet? Met andere woorden: welke factoren maken gevoelig voor problemen en welke factoren bieden bescherming? Door onderzoek te richten op jongere mannen kan een groter aantal pornografieverslaafden worden bereikt waarvoor inzicht gewonnen kan worden in gedragsdeterminanten en motivationele kenmerken van pornografieverslaafden. Ook op het gebied van behandelingen is er met name binnen de reguliere verslavingszorg nog wat te winnen, zie (Van Rooij et al., 2010). De aard van de problematiek lijkt in veel opzichten op andere vormen van verslaving, en de bij andere verslavingen opgedane expertise zal zeer wel inzetbaar zijn bij de behandeling van problemen met online erotiek.

Referenties

- Ahmed, S. H. (2005). Imbalance between drug and non-drug reward availability: A major risk factor for addiction. *European Journal of Pharmacology*, 526(1-3), 9-20.
- Albright, J. M. (2008). Sex in America Online: An Exploration of Sex, Marital Status, and Sexual Identity in Internet Sex Seeking and Its Impacts. *Journal of Sex Research*, 45(2), 175 - 186.
- Anonymous. (2007). *Sex and the internet Devices and desires*. The economist. Available: http://www.economist.com/node/9040354?story_id=9040354 [06.27.2011].
- Anonymous. (2009). *Pornography Statistics* Covenant Eyes, Inc. Available: http://www.covenanteyes.com/help_and_support/pdfs/Covenant%20Eyes%20Pornography%20Statistics.pdf.
- Baker, A. (2002). What makes an online relationship successful? Clues from couples who met in cyberspace. *CyberPsychology & Behavior*, 5(4), 363-375.
- Bakker, F., de Graaf, H., de Haas, S., Kedde, H., Kruijer, H., & Wijsen, C. (2009). *Seksuele gezondheid in Nederland 2009*. Utrecht: Rutgers Nisso Groep.
- Bakker, F., & Vanwesenbeeck, I. (Eds.). (2006). *Seksuele gezondheid in Nederland 2006* (RNG-studies nr. 9 ed.). Delft: Eburon.
- Boies, S. C., Cooper, A., & Osborne, C. S. (2004). Variations in Internet-related problems and psychosocial functioning in online sexual activities: Implications for social and sexual development of young adults. *CyberPsychology & Behavior*, 7(2), 207-230.
- Braun-Courville, D. K., & Rojas, M. (2009). Exposure to Sexually Explicit Web Sites and Adolescent Sexual Attitudes and Behaviors. *Journal of Adolescent Health*, 45(2), 156-162.
- Buzzell, T. (2005). The effects of sophistication, access and monitoring on use of pornography in three technological contexts. *Deviant Behavior*, 26(2), 109 - 132.
- Carnes, P. (2001). *Out of the shadows : understanding sexual addiction* (3rd ed.). Center City, MN: Hazelden Information & Edu.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale, N.J.: L. Erlbaum Associates.
- Cooper, A. (1998). Sexuality and the Internet: Surfing into the New Millennium. *CyberPsychology & Behavior*, 1(2), 181-187.
- Cooper, A., Delmonico, D. L., & Burg, R. (2000). Cybersex users, abusers, and compulsives: New findings and implications. *Sexual Addiction & Compulsivity: The Journal of Treatment & Prevention*, 7(1), 5 - 29.
- Cooper, A., Delmonico, D. L., Griffin-Shelley, E., & Mathy, R. M. (2004). Online Sexual Activity: An Examination of Potentially Problematic Behaviors. *Sexual Addiction & Compulsivity: The Journal of Treatment & Prevention*, 11(3), 129 - 143.
- Cooper, A., Putnam, D., Planchon, L. A., & Boies, S. C. (1999). Online Sexual Compulsivity: Getting Tangled in the Net. *Sexual addiction & compulsivity: The Journal of Treatment and Prevention*, 6, 79-104.
- Cooper, A., Scherer, C. R., Boies, S. C., & Gordon, B. L. (1999). Sexuality an the Internet: From Sexual Exploration to Pathological Expression. *Professional Psychology: Research and Practice*, 30(2), 154-164.
- Cordonnier, V. (2006). Cybersexe et addiction: quelle therapie? *Sexologies*, 15(3), 202-209.
- Currie, D. (2011). *Helping Your Husband Battle Pornography*. Available: <http://powertochange.com/sex-love/battleporn/> [2011, 6 juni].
- Daneback, K., Ross, M. W., & Månsson, S.-A. (2006). Characteristics and Behaviors of Sexual Compulsives Who Use the Internet for Sexual Purposes. *Sexual Addiction & Compulsivity: The Journal of Treatment & Prevention*, 13(1), 53 - 67.
- Daneback, K., Traeen, B., & Mansson, S. A. (2009). Use of pornography in a random sample of Norwegian heterosexual couples. *Arch Sex Behav*, 38(5), 746-753.
- Dawe, S., Gullo, M. J., & Loxton, N. J. (2004). Reward drive and rash impulsiveness as dimensions of impulsivity: Implications for substance misuse. *Addictive Behaviors*, 29(7), 1389-1405.
- De Graaf, H., & Woering, G. (2009). Pornogebruik: de samenhang met verlangens en gedrag. *Tijdschrift voor Seksuologie*, 33(2), 127-133.
- Diamond, M. (2009). Pornography, public acceptance and sex related crime: A review. *International Journal of Law and Psychiatry*, 32(5), 304-314.
- Dickman, S. J. (1990). Functional and dysfunctional impulsivity: Personality and cognitive correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(1), 95-102.

- Döring, N. (2010). Internet Sexualities. In J. Hunsinger & L. Klasturp & M. Allen (Eds.), *International Handbook of Internet Research* (pp. 171-185): Springer Netherlands.
- Döring, N. M. (2009). The Internet's impact on sexuality: A critical review of 15 years of research. *Computers in Human Behavior*, 25(5), 1089-1101.
- Eberstadt, M. (2009). Is Pornography the New Tobacco? Another curious reversal in moralizing. *Policy Review*(April & May).
- Ferguson, C. J., & Hartley, R. D. (2009). The pleasure is momentary...the expense damnable?: The influence of pornography on rape and sexual assault. *Aggression and Violent Behavior*, 14(5), 323-329.
- Franken, I. H. A., Muris, P., & Rassin, E. (2005). Psychometric Properties of the Dutch BIS/BAS Scales. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 27(1), 25-30.
- Garcia, F. D., & Thibaut, F. (2010). Sexual Addictions. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 254-260.
- Geller, J. (2008). Impulse Control Disorders: A Clinician's Guide to Understanding and Treating Behavioral Addictions. *Am J Psychiatry*, 165(10), 1362-1363.
- Giugliano, J. (2009). Sexual Addiction: Diagnostic Problems. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 7(2), 283-294.
- Gold, S. N., & Heffner, C. L. (1998). Sexual addiction: Many conceptions, minimal data. *Clinical Psychology Review*, 18(3), 367-381.
- Grant, J. E., Potenza, M. N., Weinstein, A., & Gorelick, D. A. (2010). Introduction to Behavioral Addictions. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 233-241.
- Gray, J. A. (1987). *The psychology of fear and stress* (2nd ed.): New York, NY, US: Cambridge University Press.
- Gray, J. A. (Ed.). (1991). *The neuropsychology of temperament*: New York, NY, US: Plenum Press.
- Greenfield, P. M. (2004). Inadvertent exposure to pornography on the Internet: Implications of peer-to-peer file-sharing networks for child development and families. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 25(6), 741.
- Griffiths, M. (2004). Sex Addiction on the Internet. *Janus Head*, 7(1), 188-217.
- Hald, G., & Malamuth, N. (2008). Self-Perceived Effects of Pornography Consumption. *Archives of Sexual Behavior*, 37(4), 614-625.
- Hamann, S., Herman, R. A., Nolan, C. L., & Wallen, K. (2004). Men and women differ in amygdala response to visual sexual stimuli. *Nat Neurosci*, 7(4), 411-416.
- Hilton, D., & Watts, C. (2011). Pornography addiction: A neuroscience perspective. *Surgical Neurology International*, 2(1), 19-19.
- Hodgins, D. C., Stea, J. N., & Grant, J. E. (2011). Gambling disorders. *The Lancet*.
- Janghorbani, M., & Lam, T. H. (2003). Sexual Media Use by Young Adults in Hong Kong: Prevalence and Associated Factors. *Archives of Sexual Behavior*, 32(6), 545-553.
- Jorm, A. F., Christensen, H., Henderson, A. S., Jacomb, P. A., Korten, A. E., & Rodgers, B. (1999). Using the BIS/BAS scales to measure behavioural inhibition and behavioural activation: Factor structure, validity and norms in a large community sample. *Personality and Individual Differences*, 26(1), 49-58.
- Kafka, M. (2010). Hypersexual Disorder: A Proposed Diagnosis for DSM-V. *Archives of Sexual Behavior*, 39(2), 377-400.
- Kalichman, S. C., Johnson, J. R., Adair, V., Rompa, D., Multhauf, K., & Kelly, J. A. (1994). Sexual sensation seeking: scale development and predicting AIDS-risk behavior among homosexually active men. *J Pers Assess*, 62(3), 385-397.
- Kandel, D. B., & Davies, M. (1982). Epidemiology of depressive mood in adolescents: an empirical study. *Archives of General Psychiatry*, 39(10), 1205-1212.
- Kerkredactie. (2011, 1 juni). Porno, een dodelijke kwaal voor kerken in VS. *Reformatisch Dagblad*.
- Kingston, D. A., & Firestone, P. (2008). Problematic Hypersexuality: A Review of Conceptualization and Diagnosis. *Sexual Addiction & Compulsivity: The Journal of Treatment & Prevention*, 15(4), 284 - 310.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Internet sex addiction: A review of empirical research. *Addiction Research & Theory*, 0(0), 1-14.
- Lam, C., & Chan, D. (2007). The Use of Cyberpornography by Young Men in Hong Kong: Some Psychosocial Correlates. *Archives of Sexual Behavior*, 36(4), 588-598.
- Leusink, P., & Van Lankveld, J. (2009). Pornificatie van de samenleving? *Tijdschrift voor Seksuologie*, 33(2), 63-64.

- Loxton, N. J., Nguyen, D., Casey, L., & Dawe, S. (2008). Reward drive, rash impulsivity and punishment sensitivity in problem gamblers. *Personality and Individual Differences*, 45(2), 167-173.
- Luder, M.-T., Pittet, I., Berchtold, A., Akre, C., Michaud, P.-A., & Suris, J.-C. (2011). Associations Between Online Pornography and Sexual Behavior Among Adolescents: Myth or Reality? *Archives of Sexual Behavior*, 1-9.
- Manning, J. C. (2006). The Impact of Internet Pornography on Marriage and the Family: A Review of the Research. *Sexual Addiction & Compulsivity: The Journal of Treatment & Prevention*, 13(2), 131 - 165.
- Meerkerk, G. J. (2007). *Pwned by the internet, Explorative research into the causes and consequences of compulsive internet use*. Thesis. Erasmus University Rotterdam, Rotterdam.
- Meerkerk, G. J., Van den Eijnden, R. J. J. M., & Garretsen, H. F. L. (2006). Predicting Compulsive Internet Use: It's All about Sex! *CyberPsychology & Behavior*, 9(1), 95-103.
- Meerkerk, G. J., Van den Eijnden, R. J. J. M., Vermulst, A. A., & Garretsen, H. F. L. (2009). The Compulsive Internet Use Scale (CIUS): Some Psychometric Properties. *Cyberpsychology & behavior*, 12(1), 1-6.
- Meerkerk, G. J., Van Rooij, A. J., Amadmoestar, S. S., & Schoenmakers, T. (2009). *Nieuwe Verslavingen in Zicht. Een Inventariserend Onderzoek Naar Aard En Omvang Van 'Nieuwe Verslavingen' in Nederland [New Addictions in Sight! A Survey into the Nature and Prevalence of "new Addictions" in the Netherlands]*. Rotterdam: IVO.
- Nelson, L. J., Padilla-Walker, L. M., & Carroll, J. S. (2010). "I Believe It Is Wrong But I Still Do It": A Comparison of Religious Young Men Who Do Versus Do Not Use Pornography. *Psychology of Religion and Spirituality*, 2(3), 136-147.
- Onkenhout, P. (2008, 17 november). Kinderen moeten leren dat porno turbo-nepseks is. *de Volkskrant*.
- Orford, J. (2001). Addiction as excessive appetite. *Addiction*, 96(1), 15-31.
- Orford, J. (2005). *Problem Gambling and Other Behavioural Addictions* (internet). London: Foresight, Government Office for Science, Department of Innovation, University and Skills.
- Picavet, C. (2009). Pornoficatie, niks mis mee (?). *Tijdschrift voor Seksuologie*, 33(2), 155-157.
- Putnam, D. E. (2000). Initiation and maintenance of online sexual compulsivity: Implications for assessment and treatment. *CyberPsychology & Behavior*, 3(4), 553-563.
- Redactie. (2011, 12 april). Steeds meer vrouwen verslaafd aan internetporno. *Algemeen Dagblad*.
- Rogala, C., & Tydén, T. (2003). Does pornography influence young women's sexual behavior? *Women's Health Issues*, 13(1), 39-43.
- Ross, M., Månsson, S.-A., & Daneback, K. (2011). Prevalence, Severity, and Correlates of Problematic Sexual Internet Use in Swedish Men and Women. *Archives of Sexual Behavior*, 1-8.
- Sabina, C., Wolak, J., & Finkelhor, D. (2008). The Nature and Dynamics of Internet Pornography Exposure for Youth. *Cyberpsychology & behavior*, 11(6), 691-693.
- Schwartz, M. F., & Southern, S. (2000). Compulsive Cybersex: The New Tea Room. *Sexual Addiction & Compulsivity: The Journal of Treatment & Prevention*, 7(1), 127 - 144.
- Seto, M. C., Maric, A., & Barbaree, H. E. (2001). The role of pornography in the etiology of sexual aggression. *Aggression and Violent Behavior*, 6(1), 35-53.
- Singel, R. (2004). *Internet Porn: Worse Than Crack?* Available: <http://www.wired.com/print/science/discoveries/news/2004/11/65772>.
- Stein, D. J., Black, D. W., Shapira, N. A., & Spitzer, R. L. (2001). Hypersexual disorder and preoccupation with internet pornography. *American Journal of Psychiatry*, 158(10), 1590-1594.
- Steinman, D. L., Wincze, J. P., Sakheim, D. K., Barlow, D. H., & Mavissakalian, M. (1981). A comparison of male and female patterns of sexual arousal. *Arch Sex Behav*, 10(6), 529-547.
- Subrahmanyam, K., Greenfield, P. M., & Tynes, B. (2004). Constructing sexuality and identity in an online teen chat room. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 25(6), 651.
- Sussman, S., Lisha, N., & Griffiths, M. (2011). Prevalence of the Addictions: A Problem of the Majority or the Minority? *Evaluation & the Health Professions*, 34(1), 3-56.

- Svedin, C. G., Åkerman, I., & Priebe, G. (2010). Frequent users of pornography. A population based epidemiological study of Swedish male adolescents. *Journal of Adolescence, In Press, Corrected Proof*.
- Tiffany, S. T. (1990). A cognitive model of drug urges and drug-use behavior: role of automatic and nonautomatic processes. *Psychol Rev*, 97(2), 147-168.
- Traeen, B., Nilsen, T. S., & Stigum, H. (2006). Use of pornography in traditional media and on the internet in Norway. *Journal of Sex Research*, 43(3), 245 - 254.
- Traeen, B., Spitznogle, K., & Beverfjord, A. (2004). Attitudes and use of pornography in the Norwegian population 2002. *Journal of Sex Research*, 41(2), 193 - 200.
- Tsitsika, A., Critselis, E., Kormas, G., Konstantoulaki, E., Constantopoulos, A., & Kafetzis, D. (2009). Adolescent Pornographic Internet Site Use: A Multivariate Regression Analysis of the Predictive Factors of Use and Psychosocial Implications. *Cyberpsychology & behavior*, 12(5), 545-550.
- Twohig, M. P., Crosby, J. M., & Cox, J. M. (2009). Viewing Internet Pornography: For Whom is it Problematic, How, and Why? *Sexual Addiction & Compulsivity: The Journal of Treatment & Prevention*, 16(4), 253 - 266.
- Van Rooij, A., Zinn, M., Schoenmakers, T., & Van de Mheen, D. (2010). Treating Internet Addiction With Cognitive-Behavioral Therapy: A Thematic Analysis of the Experiences of Therapists. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-14.
- Van Rooij, A. J. (2011). *Online Video Game Addiction. Exploring a new phenomenon*. Erasmus Universiteit Rotterdam, Rotterdam.
- Van Rooij, A. J., Schoenmakers, T. M., Vermulst, A. A., Van den Eijnden, R. J. J. M., & Van de Mheen, D. (2010). Online video game addiction: identification of addicted adolescent gamers. *Addiction*, 106(1), 205-212.
- van Rutten, F. (2011, 3 juni). Verslavingen enorme strop. *de Telegraaf*.
- Voros, F. (2009). The invention of addiction to pornography. *Sexologies*, 18(4), 243-246.
- Young, K. S. (2008). Internet Sex Addiction: Risk Factors, Stages of Development, and Treatment. *American Behavioral Scientist*, 52(1), 21-37.
- Young, K. S., Griffin Shelley, E., Cooper, A., O'Mara, J., & Buchanan, J. (2000). Online infidelity: A new dimension in couple relationships with implications for evaluation and treatment. *Sexual Addiction and Compulsivity*, 7(1-2), 59-74.



IVO
Heemraadssingel 194
3021 DM Rotterdam
T 010 425 33 66
www.ivo.nl