

# **EEN KWALITATIEF ONDERZOEK NAAR DE BELEVING VAN CASUAL SEKS BIJ HETEROSEKSUELE JONGE VROUWEN**

Masterproef voorgelegd tot het behalen van de graad van Master in Gender en Diversiteit

Klassieke masterproef 2022-2023

Woordenaantal: 21.027

Esther Rom

Studentennummer: 02005587

Promotor: Chia Longman

Indiendatum: 30 mei 2023



“Deze masterproef is een examendocument dat niet werd gecorrigeerd voor eventueel vastgestelde fouten. In publicaties mag naar dit werk worden gerefereerd, mits schriftelijke toelating van de promotor(en) die met naam op de titelpagina is vermeld.”

## ABSTRACT

Deze masterproef tracht een kwalitatief en verkennend beeld te scheppen van de ervaringen van jonge heteroseksuele vrouwen die zich bezighouden met casual seks. Specifiek wordt er nagegaan wat de gevolgen hiervan zijn voor hun mentale gezondheid, in welke mate zij slutshaming en stigmatisering ervaren en hoe ze hiermee omgaan. Tenslotte wordt er ook onderzocht hoe culturele en maatschappelijke attitudes ten opzichte van casual seks bijdragen tot slutshaming en stigmatisering van vrouwen die zich bezighouden met casual seks. Dit alle wordt onderzocht aan de hand van diepte-interviews met elf heteroseksuele jonge vrouwen uit Vlaanderen. De resultaten tonen aan dat alle respondenten blootgesteld werden aan slutshaming en stigmatisering. De ervaringen hierrond verschillen van respondent tot respondent. Door de koppeling van de resultaten van de interviews aan theoretische inzichten wil deze masterproef enerzijds een bijdrage vormen aan de manier waarop naar casual seks gekeken wordt en anderzijds enkele aanbevelingen formuleren richting (lokaal) beleid om zo te komen tot een positieve en gezonde seksuele cultuur.

Kernwoorden: casual seks- slutshaming- mentale gezondheid- seksueel dubbele standaard- heteroseksuele vrouwen

## DANKWOORD

Voor u ligt de masterproef 'Een kwalitatief onderzoek naar de beleving van casual seks bij heteroseksuele jonge vrouwen'. Met het schrijven van mijn masterproef beoog ik af te studeren aan de Interuniversitaire Masteropleiding Gender en Diversiteit. Zowel mijn studierichting als de masterproef waren een enorm leerrijke ervaring waarbij ik heel veel heb geleerd. Het schrijfproces vergde niet alleen tijd, maar eveneens energie en doorzettingsvermogen. Dit alles zou ik natuurlijk niet alleen hebben kunnen realiseren. Daarom zou ik graag alle mensen bedanken die mij van welke aard dan ook hebben geholpen bij het maken van deze masterproef.

Allereerst wil ik graag de elf respondenten bedanken die tijd hebben vrijgemaakt om hun ervaringen met mij te delen. Ze hebben mij interessante inzichten bijgebracht over hoe zij in het leven staan, wat zowel een meerwaarde is in het kader van mijn opleiding Gender en Diversiteit, als in mijn persoonlijk leven. Ik wil hen dan ook bedanken voor hun bereidwilligheid om te praten over een thema dat zeer persoonlijk en toch wel gevoelig ligt. Ik heb genoten van de gesprekken en het vertrouwen die de jonge vrouwen naar mij toe uitstraalden.

Vervolgens wil ik mijn promotor professor Chia Longman bedanken om haar kennis en expertise met mij te delen. Zonder haar constructieve feedback en inzichten was deze masterproef nooit tot dit resultaat gekomen.

Ik wil eveneens mijn ouders, broers en zus bedanken voor hun toeverlaat tijdens mijn studie. Met hun kon ik regelmatig van gedachten wisselen. Ook wil ik mijn vrienden bedanken voor de afgelopen jaren. Dankzij hen was mijn studententijd een periode om nooit te vergeten.

Zonder al deze mensen had ik deze masterproef niet kunnen vervullen. Daarom, bedankt hiervoor.

Ik wens u veel leesplezier toe.

Esther Rom

## Inhoud

|                                                              |           |
|--------------------------------------------------------------|-----------|
| ABSTRACT .....                                               | 3         |
| DANKWOORD .....                                              | 4         |
| <b>Inleiding: probleemstelling en doelstelling.....</b>      | <b>7</b>  |
| <b>1. Literatuurstudie .....</b>                             | <b>9</b>  |
| 1.1. Seks.....                                               | 9         |
| 1.2. Hook-up culture.....                                    | 9         |
| 1.2.1. Motivatie bij hooking-up.....                         | 10        |
| 1.3. Casual seks .....                                       | 11        |
| 1.3.1. Motivaties bij casual seks.....                       | 12        |
| 1.4. Effecten van casual seks op de mentale gezondheid ..... | 13        |
| 1.4.1. Gevoelens van spijt.....                              | 13        |
| 1.4.2. De link van casual seks met alcoholgebruik .....      | 14        |
| 1.4.3. Gevoelens van schaamte.....                           | 14        |
| 1.4.4. Zorgen om gezondheid en veiligheid .....              | 15        |
| 1.4.5. Seksuele assertiviteit .....                          | 16        |
| 1.4.6. Positieve aspecten van casual seks.....               | 16        |
| 1.5. Slutshaming.....                                        | 17        |
| 1.5.1. Omgaan met slutshaming .....                          | 18        |
| 1.6. Stigmatisering.....                                     | 19        |
| 1.6.1. Seksuele objectivatie .....                           | 19        |
| 1.6.2. Zelf-objectivatie en zelf-stigmatisering.....         | 19        |
| 1.7. Culturele en maatschappelijke attitudes.....            | 20        |
| 1.7.1. Seksuele dubbele standaard .....                      | 20        |
| 1.7.2. Madonna whore dichotomie.....                         | 21        |
| 1.8. De impact van #MeToo.....                               | 22        |
| 1.9. Seksueel moraal en gendergelijkheid in België.....      | 22        |
| <b>2. Methodologisch kader .....</b>                         | <b>24</b> |
| 2.1. Onderzoeksvragen.....                                   | 24        |
| 2.2. Onderzoekopzet.....                                     | 24        |
| 2.3. Onderzoeksmethode .....                                 | 24        |
| Respondenten en werving van respondenten .....               | 26        |
| 2.4. Transcriptie van de interviews .....                    | 27        |
| 2.5. Dataverzameling en -verwerking .....                    | 27        |

|           |                                                                   |           |
|-----------|-------------------------------------------------------------------|-----------|
| 2.6.      | Methodologisch-epistemologisch kader.....                         | 27        |
| 2.7.      | Kritische reflectie: positie als onderzoeker.....                 | 28        |
| 2.8.      | Ethische richtlijnen .....                                        | 28        |
| <b>3.</b> | <b>Onderzoeksresultaten .....</b>                                 | <b>30</b> |
| 3.1.      | Inhoudelijke vragen omtrent casual seks .....                     | 30        |
| 3.1.1.    | Manieren van leren kennen .....                                   | 30        |
| 3.1.2.    | Motivatie .....                                                   | 31        |
| 3.1.3.    | Factoren die een invloed hebben .....                             | 31        |
| 3.2.      | Effecten van casual seks op de mentale gezondheid .....           | 32        |
| 3.2.1.    | Gevoelens van spijt en/of schaamte.....                           | 32        |
| 3.2.2.    | Omgaan met die gevoelens van spijt en/of schaamte.....            | 33        |
| 3.2.3.    | Bezorgdheden over gezondheid en/of veiligheid.....                | 33        |
| 3.2.4.    | Gevoelens van verlies van zelfwaardering .....                    | 34        |
| 3.2.5.    | Of net bevrijdend en ‘empowerend’?.....                           | 35        |
| 3.2.6.    | De beste aspecten aan casual seks .....                           | 35        |
| 3.3.      | De ervaringen omtrent maatschappelijke en sociale attitudes ..... | 36        |
| 3.3.1.    | Het bestaan van een seksueel dubbele standaard .....              | 36        |
| 3.3.2.    | Enkele stellingen rond de seksueel dubbele standaard.....         | 36        |
| 3.3.3.    | De rol van sociale contacten .....                                | 38        |
| 3.3.4.    | De impact van slutshaming .....                                   | 40        |
| <b>4.</b> | <b>Discussie .....</b>                                            | <b>43</b> |
| 4.1.      | Synthese van de data.....                                         | 43        |
| 4.2.      | Beperkingen in het onderzoek .....                                | 46        |
| 4.3.      | Aanbevelingen voor toekomstig onderzoek/lokaal beleid .....       | 46        |
| <b>5.</b> | <b>Conclusie .....</b>                                            | <b>48</b> |
|           | <b>Bijlagen .....</b>                                             | <b>50</b> |
|           | <b>Bibliografie .....</b>                                         | <b>53</b> |

## Inleiding: probleemstelling en doelstelling

Ondanks het feit dat seksualiteit in onze moderne Europese samenleving steeds meer besproken en gewaardeerd wordt als een belangrijk onderdeel in ons leven, blijven sommige onderwerpen zoals casual seks controversieel en worden ze geassocieerd met negatieve attitudes en stigma's. Voorbeelden hiervan zijn slutshaming en seksuele dubbele standaarden. Zo worden we voortdurend gevoed met de gedachte dat vrouwen en mannen essentieel van elkaar verschillen (Berrocal et al., 2019). Leeftijdsgenoten, familieleden, media en andere maatschappelijke factoren beïnvloeden deze stereotiepe beelden (McHugh, 2018). Jongens leren dat seksueel actief zijn heel belangrijk is, terwijl meisjes zich net kwetsbaar moeten gedragen.

Te midden van het huidige discours van veronderstelde seksuele gelijkheid tussen mannen en vrouwen, is het voor mannen nog steeds sociaal acceptabeler om meer seksuele partners te hebben dan vrouwen (Emmerink et al., 2018). Er wordt verwacht dat vrouwen zich minder 'geven' binnen ongebonden relatievormen doordat dit voor hen grotere risico's van sociale stigmatisatie inhoudt dan voor mannen. Ondanks de veranderende maatschappelijke normen blijft deze seksuele dubbele standaard bestaan (Berrocal et al., 2019). Vooreerst worden vrouwen doorgaans negatiever beoordeeld door mannen wanneer ze seks hebben buiten een relatie of wanneer ze veel seksuele partners hebben, vervolgens beoordelen vrouwen elkaar hierin mogelijks ook. Op deze manier ontwijkt men zelf te worden gestigmatiseerd (Berrocal et al., 2019).

Eerdere onderzoeken hebben de seksuele dubbele standaard en casual seks afzonderlijk onderzocht (Crawford, 2003), maar zelden wordt gekeken naar diepgaande, gecontextualiseerde verhalen van vrouwen die aan casual seks doen en hoe culturele en maatschappelijke attitudes een rol spelen of vorm geven aan hun verhaal. Het is belangrijk om te begrijpen hoe culturele en maatschappelijke attitudes ten opzichte van casual seks en de seksualiteit van vrouwen bijdragen aan slutshaming en de stigmatisering van vrouwen die zich bezighouden met casual seks. Deze attitudes kunnen leiden tot ongezonde en beperkende seksuele normen die schadelijk zijn voor de seksuele gezondheid en het welzijn van individuen en de samenleving als geheel (Thompson et al., 2020). Bovendien is het van belang om te onderzoeken welke effectieve strategieën kunnen worden ingezet om de negatieve gevolgen van slutshaming te verminderen en een cultuur van seksuele empowerment en respect te bevorderen.

Het doel van dit onderzoek is om de relatie tussen casual seks, slutshaming en culturele en maatschappelijke attitudes te onderzoeken en om aanbevelingen te doen voor beleidsmakers, gezondheidsprofessionals en het bredere publiek om een gezonde en positieve seksuele cultuur in België te bevorderen.

De centrale onderzoeksvraag luidt als volgt: **Wat zijn de ervaringen van casual seks bij heteroseksuele vrouwen tussen 18 en 25 jaar in Vlaanderen?**

Om de bovenstaande hoofdonderzoeksvraag zo concreet mogelijk te kunnen beantwoorden, werken we met deelvragen. De focus van de deelvragen ligt bij factoren die in de gevonden literatuur het meest naar voor komen omtrent het thema casual seks. Bij het analyseren van de resultaten kijken we naar de invloed van deze factoren om te kunnen begrijpen in welke mate casual seks ervaren wordt door heteroseksuele jonge vrouwen.

Volgende deelvragen worden onderzocht:

- **OV1: Wat zijn de effecten van casual seks op de mentale gezondheid?**
- **OV2: In welke mate ervaren individuen, die zich bezighouden met casual seks, slutshaming en stigmatisering van anderen en hoe gaan ze hiermee om?**
- **OV3: Hoe dragen culturele en maatschappelijke attitudes - ten opzichte van casual seks door vrouwen - bij aan slutshaming en de stigmatisering van vrouwen die zich bezighouden met casual seks?**

Dit onderzoek heeft met andere woorden als doel een breder beeld te scheppen van de ervaringen van jonge heteroseksuele vrouwen met casual seks en daarbij gepaarde slutshaming en stigmatisering in een Vlaamse context, eerder dan een vernieuwend onderzoek als doel te stellen. Ik ga gebruik maken van diepte-interviews met elf heteroseksuele vrouwen om zo een antwoord te bieden op alle onderzoeksvragen. De diepte-interviews bestaan uit open vragen zodat de respondenten zo uitgebreid mogelijk de vragen kunnen beantwoorden.

Deze masterproef is opgedeeld in een aantal delen. Het eerst deel is mijn literatuurstudie waarin verschillende concepten aangehaald worden die verdiepend uitleggen waarop mijn onderzoek gebaseerd is. Met de literatuurstudie in het achterhoofd beschikt de lezer over de vereiste kennis om het praktische onderdeel van mijn masterproef te plaatsen. Het tweede deel omvat het methodologisch kader die betrekking heeft op de data- verzameling en analyse van dit kwalitatief onderzoek. Het derde deel bespreekt de resultaten. Hier komen de stemmen van de participanten aan bod en wordt het eigen onderzoek besproken. In het vierde deel volgt de discussie. Tot slot wordt geëindigd met een conclusie en een antwoord op de vooropgestelde onderzoeksvraag. Ook aanbevelingen voor toekomstig onderzoek en de hiaten in het huidige onderzoek komen aan bod.

Veel leesplezier.

## 1. Literatuurstudie

### 1.1.Seks

De overgang van kind naar volwassenen, ook wel gekend als de adolescentie, is een periode die gekenmerkt staat voor het verkennen en ontdekken van verschillende levensdimensies (Kar et al., 2015). Tijdens de adolescentie piekt de seksuele nieuwsgierigheid. Dit is deels te wijten aan hormonale veranderingen, die een grote interesse in seks en seksualiteit opwekken (Kar et al., 2015). Het is een tijd waarin zelfontplooiing een belangrijke plaats inneemt. Een deel van die zelfontplooiing voor adolescenten kan het verkennen van nieuwe vriendschappen en intieme relaties met het andere of hetzelfde geslacht omvatten. Het is een overgangsfase waarin belangrijke ontwikkelingen op seksueel gebied plaatsvinden en waarin adolescenten beginnen te experimenteren (Kar et al., 2015). Deze seksuele verkenning kan ook gebeuren aan de hand van casual seksuele betrekkingen buiten vaste relaties (Fortunato, et al., 2010).

Volgens een onderzoek in Vlaanderen door Buysse en haar collega's (2014) beleeft een grote groep jongeren zijn eerste geslachtsgemeenschap rond de leeftijd van 18 jaar. De Sexpert-studie toont aan dat vrouwen vroeger starten met geslachtsgemeenschap dan mannen. Al gaat dit verschil tussen beide seksen slechts over enkele maanden. Mannen zijn bij hun eerste geslachtsgemeenschap gemiddeld 18.7 jaar oud, terwijl vrouwen gemiddeld 18.2 jaar oud zijn. 90% van de jongeren blijkt zijn eerste keer seks met het lief of de partner te beleven, bij 7% was dat met een vriend of vriendin en bij slechts 3% gebeurde dit met een toevallige partner (Beyers, 2014; Sensoa, 2022). Uit onderzoek blijkt dat de leeftijd bij aanvang van de seksuele carrière een belangrijke voorspeller kan zijn voor later casual seksueel gedrag. In die zin dat hoe jonger men is bij zijn/haar 'eerste keer', hoe groter de kans er is dat men op latere leeftijd zal open staan voor vormen van casual seks (Buysse et al., 2014).

### 1.2.Hook-up culture

De term hooking-up die in de jaren negentig populair werd, is een relatief recent verschijnsel in de Verenigde Staten. Hook-ups weerspiegelen nieuwe sociale scripts die de traditionele noties van daten hebben vervangen of er zelfs naast staan (Ford, 2017). Hooking-up is een term die door adolescenten en jongvolwassenen wordt gebruikt om een ongedwongen seksuele ontmoeting tussen twee of meer mensen die bekenden of vreemden zijn en die geen (expliciete of erkende) verwachtingen hebben op vlak van emotionele investeringen of een daaropvolgende relatie beschrijven (Fortunato et al., 2010). Een hook-up is een spontane seksuele interactie waarbij sprake is van drie zaken. Eerst en vooral hebben de individuen uitdrukkelijk geen traditionele romantische relatie met elkaar, ten tweede zijn er geen afspraken over welke gedragingen zullen plaatsvinden en tenslotte is er uitdrukkelijk geen belofte van enige latere intieme relaties of betrekkingen (Garcia en Reiber, 2008). Wanneer men een jongvolwassene en een volwassene bevraagt wat de betekenis is van 'hooking-up' krijg je waarschijnlijk twee verschillende antwoorden. De meeste jongvolwassene gebruiken de term om te verwijzen naar een informele seksuele ontmoeting, terwijl een volwassene de term gebruikt om te verwijzen naar een informele ontmoeting (Fortunato, et al., 2010).

Onder hook-ups vallen: eenmalige seksuele ontmoetingen (een "toevallige"); meerdere ontmoetingen, meestal in het weekend, vaak zonder enig contact tijdens de week (een "regelmatige"); onregelmatige seksuele ontmoetingen met een kennis of vriend 's avonds laat, meestal na een "onsuccesvolle" nacht van versieren (een "booty call"); en herhaalde hook-ups met een vriend welke geen relatie inhoudt ("friends with benefits" of "fuck buddies") (Heldman & Wade, 2010). Een hook-

up omvat verschillende seksuele gedragingen en kan het volgende omvatten; kussen en/of strelen, orale seks, anale seks, wederzijdse masturbatie en/of geslachtsgemeenschap en de meeste hook-ups zijn bedoeld als een eenmalige gebeurtenis (Garcia en Reiber, 2008). Hooking-up onderscheidt zich van casual seks in die zin dat de eerste verwijst naar een grote verscheidenheid van seksuele gedragingen (bv. van enkel kussen tot geslachtsgemeenschap), terwijl casual seks doorgaans impliceert dat er geslachtsgemeenschap heeft plaatsgevonden (Fortunato et al., 2010).

Hook-ups vinden meestal plaats op feestjes, in bars en clubs, of elke andere beschikbaar plaats (Garcia en Reiber, 2008). De eerste stap bestaat uit een uitwisseling van verbale en non-verbale communicatie die wederzijdse aantrekkingskracht aanduidt. Zodra de wederzijdse aantrekkingskracht is vastgesteld, kiezen de partners een semi-private of private locatie waar ze seksueel contact hebben (bv. op het feest of in een studentenkamer). Na de hook-up blijven de partners over het algemeen niet de nacht bij elkaar om zo de "walk of shame" te vermijden. Dit betekent dat men 's morgens terugloopt naar de studentenkamer met feestkleding van de vorige nacht (Heldman & Wade, 2010).

De jaren zestig heeft gezorgd voor een seksuele bevrijding, die uiteindelijk resulteerde in een toenemende acceptatie door de samenleving van de expressie van seksueel gedrag van vrouwen. Ondanks deze bevrijding blijven oudere, meer conservatieve normen bestaan (Fortunato et al., 2010). Zo zit er heel wat ambiguïteit en dubbelzinnigheid in de term hook-up en dit specifiek voor jonge vrouwen die zich bevinden binnenin een cultuur die hun afkeurt voor hun deelname tot seksuele gemeenschap buiten een monogame relatie (Fortunato et al., 2010). Doordat er geen officiële definitie is voor deze term, kan de vaagheid ervan leiden tot verschillende verwachtingen bij de deelnemers en dus tot een grotere kans op teleurstellende of emotioneel pijnlijke resultaten, waaronder seksuele aanranding (Fortunato et al., 2010).

#### 1.2.1. Motivatie bij hooking-up

In de studie van Garcia en Reiber (2008) worden de motivaties van studenten voor hooking-up bevraagd. Uit dit onderzoek kwamen heel wat tegenstrijdigheden. Zo rapporteren 89% van de studenten fysiek plezier als motivatie voor hooking-up, tegelijkertijd gaf 54% van de studenten emotionele redenen op voor hooking-up. Terwijl 8% aangaf gemotiveerd te zijn door het feit dat anderen het ook doen, gaf 4% onmiddellijke druk of 'peer pressure' van leeftijdsgenoten aan. 33% van de deelnemers die hook-ups hadden gehad, gaf bovendien aan dat de hook-up niet intentioneel was, wellicht door gebruik van alcohol en andere drugs, en dus geen intrinsieke zelf gerapporteerde motiverende factoren hadden. Ten slotte gaf 51% van de deelnemers, zowel mannen als vrouwen, aan dat hun motivatie voor een hook-up een manier is om een traditionele romantische relatie te beginnen (Garcia en Reiber, 2008).

Ook in andere studies wordt aangetoond dat de mogelijkheid om een relatie te vormen een belangrijke motivatie is voor zowel mannen als vrouwen voor hooking-up. Er is vaak een bescheiden verschil tussen mannen en vrouwen, waarbij vrouwen vaker hopen op een relatie dan mannen (Garcia and Reiber 2008). Garcia en Reiber (2008) vinden echter dat slechts 6% daadwerkelijk verwacht hierin succesvol te zijn.

Van de studenten die door Garcia en Reiber (2008) ondervraagd werden, zegt slechts 13% dat "het ideaal zou zijn dat er niets zou gebeuren met de hook-up" (p. 199), een statistiek dat in strijd is met de gangbare bewering dat de meeste hook-ups worden gezien als "vrijblijvende" ontmoetingen. In plaats daarvan, zijn hook-ups de nieuwe "weg naar relaties" (England et al. 2008, p. 540). Terwijl zeer weinig

hook-ups daadwerkelijk leiden tot een relatie (Paul 2006), vormen studenten wel toegewijde, monogame relaties, maar deze relaties ontwikkelen zich meestal uit een reeks van hook-ups (England et al. 2008).

Terwijl een hook-up een geslachtsgebonden gelijkwaardige activiteit is, zijn vrouwen in vergelijking met mannen vatbaarder voor emotioneel onbehagen na een hook-up vanwege hun grotere verlangen naar een romantische relatie. Daarbij is er een seksuele dubbele standaard waarbij vrouwen meer worden beoordeeld voor seksueel gedrag en een druk van mannen ondervinden, dit om verder te gaan dan ze seksueel willen (Ford, 2017). Deze vorm van seksuele contacten is het meest populair bij studenten, over het algemeen tussen de leeftijd van 18 en 25 jaar, voor wie het uitgaan wordt gezien als onderdeel van de studentenervaring. Zij stelt verder voor dat de studentenomgeving en de sociale context waarin studenten worden ondergedompeld, deze vorm van seksuele ontmoeting vergemakkelijkt onder jonge volwassenen (Ford, 2017). Met de opkomst van het neoliberalisme, het postfeminisme en de hook-up-cultuur worden jonge vrouwen, met zowel uitdagingen als kansen, geconfronteerd bij de constructie van zichzelf als seksuele subjecten (Meenagh, 2017). In wat volgt gaan we na wat de wetenschappelijke literatuur ons vertelt over casual seks bij jongvolwassenen.

### 1.3. Casual seks

Hoewel de vrijheid om deel te nemen in traditionele datingrelaties aantrekkelijk is voor sommigen die hun seksuele identiteit verkennen, concludeert het onderzoek van Heldman en Wade (2010) dat veel jongvolwassenen zich bezighouden met casual seksuele interacties aan te gaan met vreemden, kennissen of vrienden. Vaker dan dat ze zich formeel binden aan één partner in een exclusieve relatie (Heldman & Wade, 2010). Casual seks kan vele betekenissen aannemen en wordt binnen de wetenschappelijke literatuur op verschillende manieren gedefinieerd. Zo vallen 'one-night stands', (Cubbins & Tanfer, 2000), 'friends with benefits', 'bootycall', (Jonason et al., 2010) en 'hook-ups' (Heldman & Wade, 2010) ook onder casual seks.

De term wordt gebruikt als een overkoepelend begrip om meestal te verwijzen naar korte of eenmalige seksuele ontmoetingen of doorlopende seksuele afspraken, tussen personen die geen 'toegewijde', romantische relatie met elkaar hebben (Wentland & Reissing, 2014). Er kan een onderscheid gemaakt worden tussen deze verschillende vormen op basis van frequentie. Zo worden de termen 'hook-ups' en 'one-night stands' vaker gebruikt voor éénmalige seksuele interacties (Jonason et al., 2011). Vaak heeft men bij casual seks meermaals seks met dezelfde partner (Garcia & Reiber, 2008). Men kan hierbij ook spreken van een 'bootycall relationship' (Jonason et al., 2011). Daarnaast kan er ook onderscheid gemaakt worden op basis van bepaalde voorwaarden. Zo veronderstelt de term 'friends with benefits' een vriendschap tussen de sekspartners (Garcia & Reiber, 2008).

Om het begrip "casual seks" te kunnen begrijpen moet worden gedefinieerd wat onder "casual" wordt verstaan en tegelijkertijd wat onder "seks" wordt verstaan. "Casual" van "casual seks" kan betrekking hebben op de tijd dat de twee mensen elkaar kennen, of kan betrekking hebben op de mate van emotionele verbondenheid die zij hebben. Casual seks kan een one-night stand zijn waarbij twee mensen elkaar ontmoeten en dezelfde dag seks hebben en elkaar hierna nooit meer zien. Het kan ook gaan om seks tussen bekenden, zonder de bedoeling een relatie te ontwikkelen. Een andere mogelijkheid is regelmatige seks met een partner waarmee geen vaste relatie bestaat, alleen een afspraak dat zij af en toe seks kunnen hebben. "Seks" kan worden gedefinieerd als penis-vaginale

geslachtsgemeenschap, maar kan ook anale seks, orale seks en andere vormen van penetrerende seks of hand-genitaal contact omvatten (Weaver & Herold, 2000).

Gedurende een longitudinaal Amerikaans onderzoek van Fielder et al. (2013) werd de prevalentie en frequentie van seksuele relaties in het eerste jaar aan de universiteit bij vrouwelijke studenten onderzocht. Specifiek vergeleken ze casual seks met romantische relaties. Hieruit bleek dat 37% orale seks, 32% vaginale seks en 40% orale en/of vaginale seks met een hook-up partner had. Terwijl 53% orale seks, 51% vaginale seks, en 56% orale en/of vaginale seks met een romantische partner had (Fielder et al., 2013). Daarnaast bleek dat ongeveer één derde van de vrouwelijke respondenten vóór hun universitaire studies al eens casual seks had. Tijdens het eerste jaar aan de universiteit steeg dat aantal tot 40% (Fielder et al., 2013).

We kunnen vaststellen dat casual seks vooral bij studenten in de lift zit. Amerikaans onderzoek beweert dat een derde van de adolescenten weleens casual seks gehad heeft (Fortunato et al., 2010). Andere studies in de Verenigde Staten beweren dat tussen twee derde (Garcia & Reiber, 2008) en driekwart (Heldman & Wade, 2010) van de studenten tijdens de studentenperiode weleens een casual seks-ervaring beleeft. Mannen rapporteren een hoger aantal casual seks-partners dan vrouwen (Lyons et al., 2014). Vanuit sociaal oogpunt lijkt casual seks meer en meer aanvaardbaar gedrag voor jongeren, zo blijkt uit onderzoek dat "de meerderheid van de seksueel actieve tieners enige seksuele ervaring heeft gehad buiten een romantische relatie" (Manning et al., 2005).

#### 1.3.1. Motivaties bij casual seks

Hoewel casual seks een belangrijke manier is geworden voor jonge volwassenen om seksuele relaties aan te gaan, zijn er aanwijzingen dat de ervaring en het resultaat voor individuen verschilt op basis van vele factoren zoals geslacht, motivatie, waarden en meer. Zo kan iemands motivatie om deel te nemen aan casual seksrelaties te maken hebben met het verkennen van hun seksualiteit, het zoeken naar fysiek plezier of intimiteit, of het zoeken naar de start van een romantische relatie (Vrangalova, 2015).

Vrouwen en mannen geven uiteenlopende redenen op voor het hebben van heteroseksuele casual seks. De eerste motivatie is lichamelijk genot. Casual seks kan een manier zijn voor individuen om lichamelijk genot te ervaren zonder de emotionele verplichting of verwachtingen dat een vaste relatie met zich meebrengt. Het kan een gelegenheid zijn om te verkennen, te experimenteren en gewoon te genieten van de lichamelijke intimiteit met een andere persoon.

De tweede motivatie is emotionele onthechting. Sommige mensen kiezen voor casual seks als een manier om emotionele binding of de verantwoordelijkheden die horen bij een vaste relatie te vermijden. Ze houden het liever informeel en investeren niet emotioneel in een romantische relatie om verschillende redenen. Zoals het willen richten op andere aspecten van hun leven, het vermijden van mogelijk liefdesverdriet, of omdat ze gewoon niet geïnteresseerd zijn in een vaste relatie op dit moment.

De derde motivatie is seksuele nieuwsgierigheid. Casual seks kan een manier zijn voor individuen om hun eigen seksualiteit te verkennen en te leren over hun verlangens en voorkeuren zonder de verbintenis van een langdurige relatie. Het kan een gelegenheid zijn voor seksuele verkenning en zelfontdekking.

De vierde motivatie is het vergroten van het gevoel van eigenwaarde of bevestiging. Voor sommigen kan vrijblijvende seks een gevoel van bevestiging geven of hun gevoel van eigenwaarde vergroten. Het kan dan voldoen aan een verlangen naar aandacht, bevestiging of intimiteit zonder de noodzaak van een vaste relatie.

De vijfde motivatie is gemak of beschikbaarheid. In sommige gevallen kan casual seks spontaan plaatsvinden vanwege gemak of beschikbaarheid. Het kan een gevolg zijn van de nabijheid van iemand, zoals een collega of vriend, of tijdens sociale evenementen of bijeenkomsten waar seksuele aantrekkingskracht en gelegenheid zich voordoen.

De zesde motivatie is het gevolg van middelengebruik.

De laatste motivatie is rebound of coping. Sommige mensen wenden zich tot casual seks als een manier om een breuk of verlies te verwerken, op zoek naar troost, afleiding, of een gevoel van verbondenheid met een andere persoon tijdens een moeilijke periode in hun leven (Lyons et al., 2014).

Vrouwen melden vaak dat zij aan casual seks doen om hun kansen op een relatie te vergroten, terwijl mannen zich meer richten op hun relatie met leeftijdgenoten en melden dat hun sociale status is toegenomen als gevolg van hun casual seks (Weaver & Herold, 2000).

Toch zijn er ook een aantal redenen om niet aan casual seks te doen. Uit onderzoek bleek dit angst voor hiv, soa's, zwangerschap en/of lichamelijke schade, schuldgevoel, morele redenen en het feit dat men niet wil dat vrienden en familie te weten komen dat men aan casual seks heeft gedaan (Weaver & Herold, 2000).

#### 1.4. Effecten van casual seks op de mentale gezondheid

Seks hebben met een vrijblijvende partner is niet inherent slecht, maar onderzoekers hebben verbanden gevonden tussen casual seks en negatieve gevoelens over zichzelf en anderen, en dit voornamelijk bij vrouwen (Vrangalova, 2015).

##### 1.4.1. Gevoelens van spijt

Als jongvolwassenen groeien en experimenteren met seks en relaties beginnen ze in te zien dat er complexe emoties met seks gepaard kunnen gaan. Emoties waar ze misschien niet op voorbereid waren (Grello et al., 2006). Zo zijn gevoelens van spijt een belangrijk thema dat naar voor komt in de literatuur over casual seks. Spijt, een negatieve emotie die gepaard gaat met zelfverwijt, kan mensen op allerlei levensgebieden achtervolgen. De meeste volwassenen hebben spijt van keuzes die onverstandig zijn gebleken op het gebied van onderwijs, carrière en romantische relaties (waaronder liefde, seks en daten). Jokisaari (2003) suggereert dat spijt vooral voorkomt bij jongere volwassenen, die waarschijnlijk meer relatieveranderingen en onrust ervaren dan oudere volwassenen. Bovendien blijken emoties zoals spijt een negatieve invloed te hebben op iemands subjectieve welzijn (Jokisaari, 2003).

Hoewel casual seks in de populaire cultuur wordt afgeschilderd als "leuk" en "vrijblijvend", blijkt toch dat een aanzienlijk aantal seksueel actieve studenten spijt ervaart na het hebben van casual seks. Zo blijkt uit onderzoek dat vrouwelijke deelnemers vaker dan mannen "spijt of teleurstelling" voelden; zij piekerden namelijk vaker over een relatie en voelden meer schaamte en zelftwijfel na de ervaring. Mannen daarentegen voelden zich vaker "tevreden" (Eshbaugh & Gute, 2008). Uit het onderzoek van Kennair et al. (2016) werd voorspeld dat vrouwen spijt zullen krijgen van een slechte keuze van een

seksuele partner of van casual seks met een partner die niet geïnteresseerd is in het aangaan van een langdurige relatie. Interessant is dat eventuele zorgen over de reputatie positief geassocieerd werden met spijt rond casual seks (Kennair et al., 2016).

Kennair et al. (2016) vonden tevens dat meer fysieke bevrediging gepaard ging met minder seksuele spijt over de meest recente casual seks ontmoeting (Kennair et al., 2016). Ook onderzoekers Fisher et al. (2012) stelden vast dat vrouwen die rapporteerden dat ze seks van hoge kwaliteit hadden gehad, minder negatieve emoties ervaarden na een ongedwongen sekservaring.

#### 1.4.2. De link van casual seks met alcoholgebruik

Casual seks gaat ook vaak gepaard met een hoge consumptie van alcoholische dranken. Alcohol en andere drugs vergemakkelijken namelijk vaak het vrijen en verhogen de risico's aanzienlijk. In het algemeen is bekend dat alcoholgebruik een direct verband heeft met de bereidheid tot daadwerkelijke casual seks onder mannen en vrouwen (Garcia en Reiber, 2008). Wanneer men onder invloed is, is de berekening van risico's minder accuraat en ook dit kan ertoe leiden dat men achteraf gevoelens van spijt ervaart (Heldman & Wade, 2010). De openlijke uiting van seksueel verlangen door vrouwen wordt nog steeds gezien als een gevaarlijk terrein, dit vereist soms van hun het geven van een 'excuus' (Beres & Farvid, 2010).

Alcoholgebruik wordt bijvoorbeeld genoemd als een van de belangrijkste redenen die vrouwen geven voor het aangaan van casual seks. Door alcohol aan te voeren als de reden voor hun 'verminderde remmingen', proberen vrouwen hun casual seks sociaal acceptabeler te maken, een 'oversekste' seksualiteit te vermijden, en zichzelf te beschermen tegen het risico van negatieve etikettering die uitgaat van het gendergebonden seksuele systeem dat ze doorkruisen (Beres en Farvid, 2010). Hoewel deze strategie nuttig kan zijn voor vrouwen om zich te positioneren tegenover het zijn van een "slet", versterkt dit net de seksuele dubbele standaard en de traditionele constructies van mannelijke en vrouwelijke seksualiteit. Bovendien kunnen dergelijke strategieën voor zelfbehoud andere gezondheidsgerelateerde problemen met zich meebrengen, zoals degene die voortvloeien als gevolg van overmatig alcoholgebruik (Beres en Farvid, 2010).

#### 1.4.3. Gevoelens van schaamte

Schaamte is in de eerste plaats niet een zichtbaar en individueel fenomeen, maar eerder een vrij frequent, onzichtbaar en sociaal fenomeen. Het is vaak gericht op sociale controle, hoewel deze eigenschap gedeeltelijk verborgen blijft, en het is beschreven als een belangrijk mechanisme van socialisatie (Tholander & Tour, 2022). Schaamte is een emotie die vrouwen op meerdere manieren beperkt en die daarom gezien wordt als een centraal, maar niet noodzakelijkerwijs gezond, mechanisme van seksuele socialisatie. In deze complexe morele wereld kan schaamte verklaren waarom: vrouwen aan casual seks doen, zich onthouden van casual seks, piekeren over hun seksuele avonturen, het moeilijk vinden om over seks te praten, zwijgen over hun seksuele affaires, instemmen met wederkerige seks, of spijt hebben van geslachtsgemeenschap (Tholander & Tour, 2022).

Er zijn verschillende redenen waarom iemand gevoelens van schaamte ervaart na casual seks. Zo is in sommige culturen of gemeenschappen casual seks nog steeds taboe en wordt het als immoreel of ongepast beschouwd, met als gevolg dat iemand zich kan schamen omdat ze het gevoel hebben dat ze de sociale normen hebben geschonden (Tholander & Tour, 2022). Daarnaast kunnen sommige mensen zich schamen omdat ze het gevoel hebben dat ze zichzelf hebben gedegradeerd of dat ze niet aan hun eigen normen hebben voldaan. Dit kan vooral opkomen als ze niet van tevoren hebben

nagedacht over de gevolgen van casual seks (Papp et al., 2015). Maar ook het gemis van emotionele connectie kan voor schaamte zorgen. Voor sommige mensen is seks een intieme handeling die gepaard gaat met emotionele connectie. Als ze seks hebben zonder dat er een emotionele connectie is, kan dit hen een gevoel van leegte geven en kan dit tot schaamte leiden (Tholander & Tour, 2022). Vervolgens kunnen onduidelijkheden over de verwachtingen van beide partijen bij het hebben van casual seks, leiden tot schaamte, als een van de partijen zich gebruikt voelt. Tenslotte kan het gevoel van schaamte voortkomen uit de angst voor het oordeel van anderen (Papp et al., 2015).

#### 1.4.4. Zorgen om gezondheid en veiligheid

Experimenteren met de eigen seksualiteit hoort bij een gezonde ontwikkeling en is normaal. Toch is het cruciaal dat jongvolwassenen bewust zijn van de mogelijke nadelen die geslachtsgemeenschap met zich kunnen meebrengen. Risicovolle seksuele gedragingen, zoals seks met verschillende personen of onbeschermd seks, kunnen een verhoogd risico op seksueel overdraagbare aandoeningen met zich meebrengen (Heldman & Wade, 2010). Volgens Heldman en Wade (2010) is casual seks vaker ongepland. Zij beweren dat dit ongeplande karakter ervoor zorgt dat de kans dat men voorbehoedsmiddelen gebruikt kleiner is dan bij geplande seks.

Onderzoekers Lewis et al. (2012) beweren dat minder dan de helft van hun respondenten tijdens hun meest recente seksuele activiteit met een casual partner een condoom gebruikt had. Een veel voorkomend gevolg van seks zonder condoom is het oplopen van een SOA. SOA's kunnen zowel onmiddellijke als langetermijngevolgen hebben voor iemands gezondheid. Door onbeschermd seks brengt men niet alleen zichzelf, maar mogelijk ook de bedpartner(s) in gevaar. Veel SOA's, vooral bacteriële infecties zoals chlamydia en gonorroe, zijn gemakkelijk te behandelen als ze vroegtijdig worden ontdekt. Echter, kunnen sommige soa's, als ze niet behandeld worden, leiden tot onvruchtbaarheid en negatieve zwangerschapsuitkomsten zoals vroeggeboorte (STI Surveillance Team, 2010).

Uit de Sexpert-studie over seksuele gezondheid van Vlaamse mannen en vrouwen tussen de 14 jaar en 80 jaar blijkt dat de soa's die het meest worden gediagnosticeerd candida, chlamydia en genitale wratten zijn (Buysse et al., 2014). Chlamydia is de meest vastgestelde SOA in Vlaanderen en België. Zo gebeurt ongeveer de helft van alle diagnoses bij jongeren en jongvolwassenen. Hierna volgen gonorroe en syfilis op de tweede en derde plaats. Vervolgens weten we dat herpes en Humaan Papillomavirus (HPV) het vaakst voorkomen. In de periode van 2017-2019 is het aantal gerapporteerde gevallen het hoogst bij de 15- tot 29-jarige vrouwen. Dat meisjes en vrouwen meer voorkomen in de registraties, komt omdat ze meer gebruik maken van tests (Vanden Berghe, 2020). Opvallend is dat de groep die zich ooit liet testen op een SOA niet alleen tijdens het leven beduidend meer sekspartners gehad, maar de voorbije zes maanden ook vaker seks had. Bij vrouwen vinden we ook een hoger aantal sekspartners in de laatste zes maanden. Het aantal respondenten dat zich ooit op een of meerdere soa's liet testen, lag het hoogst bij de seksueel ervaren groep van 18 tot en met 29 jaar (Buysse et al., 2014). De anticonceptiepill voor meisjes wint wel aan populariteit. Hoewel dit een zeer betrouwbaar middel is in het beschermen tegen ongeplande zwangerschappen, biedt het niet voldoende bescherming tegen seksueel overdraagbare aandoeningen (Sensoa, 2022). Ook het aantal ongewenste zwangerschappen bij de Belgische bevolking stijgt (Verbrugge & Crucitti, 2015).

#### 1.4.5. Seksuele assertiviteit

Seksuele assertiviteit omvat het vermogen om openlijk te communiceren over seksuele behoeften en het initiëren van gewenst seksueel gedrag met een partner (Snell et al., 1993). Onderzoek heeft aangetoond dat seksuele assertiviteit een positieve invloed heeft op het seksueel functioneren, met name bij vrouwen. Vrouwen die seksueel assertief zijn, rapporteren meer tevredenheid met hun seksuele leven, meer orgasmes, een hogere seksuele gevoeligheid en een grotere behoefte om seks te hebben (Ménard & Offman, 2009).

Seksuele assertiviteit is dus van groot belang om aan de eigen seksuele behoeften te kunnen voldoen. Daarnaast blijkt dat jongvolwassenen die seksualiteit zien als een bron van plezier en vervulling van fysieke behoeften, gemakkelijker omgaan met casual seks en de mogelijke gevolgen ervan (Katz & Schneider, 2013). Het lijkt aannemelijk dat seksuele assertiviteit, en daarmee het vervullen van de eigen behoeften, fungeert als een buffer tegen de negatieve gevolgen van casual seks. Bovendien hebben seksueel assertieve personen de vaardigheid om ongewenste seksuele contacten te weigeren (Santos-Iglesias et al., 2014), wat kan betekenen dat seksueel assertieve jongvolwassenen minder vaak spijt achteraf hebben en dus minder negatieve consequenties ervaren.

Het gebrek aan seksuele assertiviteit bij vrouwen kan worden verklaard door de Social Script Theory, waarbij van vrouwen vaak wordt verwacht weinig assertief te zijn in seksuele situaties (Simon & Gagnon, 1986). Dit gebrek aan seksuele assertiviteit kan mogelijk verklaren waarom veel vrouwen een verminderd seksueel zelfvertrouwen ervaren na casual seks. Bij vrouwen die wel seksueel assertief zijn, wordt casual seks mogelijk niet geassocieerd met een verminderd seksueel zelfvertrouwen (Santos-Iglesias et al., 2014).

#### 1.4.6. Positieve aspecten van casual seks

Er werden ook enkele studies gedaan naar de positieve opvattingen van vrouwen die deelnemen aan casual seks. Vrouwen zetten meer en meer onderwijs en carrière op de eerste plaats en dit voordat ze een gezin stichten. Door hun deelname aan casual seks kunnen vrouwen hun seksuele vrijheid laten gelden, omdat casual seks minder tijdrovend en minder emotioneel belastend kan zijn. Bovendien vinden vrouwen het prettig zelf beslissingen te kunnen nemen en dit zonder de mening van een partner (Owen & Fincham, 2011).

In een studie van Lyons et al. (2014) gaven vrouwen aan dat ze zich gevalideerd voelen door leeftijdsgenoten voor het deelnemen aan casual seks, wat positieve emotionele gevolgen heeft. Zoals een toename van het zelfvertrouwen. Niet alle vrouwen die deelnemen aan casual seks rapporteren dus negatieve gevoelens na een ervaring. Dit suggereert dat de invloed van casual seks op de zelfidentiteit van een vrouw afhankelijk kan zijn van iemands huidige levenssituatie of algemene visie op casual seks (Lyons et al., 2014). Casual seks kan bij sommige mensen leiden tot gevoelens van vrijheid, empowerment en zelfontdekking. Het kan bijdragen tot het verkennen van seksuele verlangens en het vergroten van het zelfvertrouwen. Voor sommige mensen kan het een manier zijn om stress te verminderen of zich te ontspannen (Katz & Schneider, 2013). In een handvol studies zijn verbanden gevonden die erop wijzen dat de emotionele resultaten van casual seks grotendeels positief zijn. Onderzoekers hebben bijvoorbeeld aanwijzingen gevonden dat deelname aan casual seks samenhangt met positieve korte termijn-ervaringen, zoals: meer zelfvertrouwen, tevredenheid en zelfkennis, en met een gevoel van geluk, begeerlijkheid, plezier en opwindning (Owen & Fincham, 2011).

Andere onderzoekers hebben een verband gevonden tussen casual seks en negatieve psychologische resultaten. Zo is gebleken dat casual seks samenhangt met een toename van depressie en eenzaamheid en een afname van het gevoel van eigenwaarde (Mendle et al., 2013). Hoewel casual seks een gelegenheid biedt voor seksuele exploratie die in de ontwikkeling van jonge volwassenen past, blijkt dat seks in deze context minder bevredigend is dan seks in een vaste relatie (Lehmiller et al., 2014). We kunnen concluderen dat er zowel verschillende positieve en negatieve gevolgen verbonden zijn aan casual seks. Terwijl sommige vrouwen genieten van de fysieke aspecten van casual seks, vinden anderen het moeilijk zich op hun gemak te voelen om zichzelf intiem te delen zonder een officiële relatie.

### 1.5.Slutshaming

Seksuele dubbele standaard werkt sekseongelijkheid in de hand, dit omdat de dubbele standaard zich vooral manifesteert bij vrouwen. Een voorbeeld hiervan is 'slutshaming' (Thompson et al., 2020). Het fenomeen slutshaming en casual seks is een complex onderwerp dat de laatste jaren veel besproken is. De term 'slet' wordt momenteel veel gebruikt in het Westen om meisjes/vrouwen te beschrijven wiens gedrag buiten wat wordt beschouwd als het moreel aanvaardbare of respectabel seksueel of sociaal gedrag valt (Thompson et al., 2020). Opvallend is dat er geen gelijkaardige term in de Nederlandse taal is om een jongen/man te beschrijven die gelijkaardig gedrag vertoont. Ondanks de veelgebruikte term, wordt het gehanteerd als een belediging (Farvid et al., 2017).

Het gebruik van de term 'slet' duidt op een voortdurende onderdrukking van het seksuele en sociale gedrag van vrouwen, die de dunne lijn moeten overschrijden tussen seksueel verlangen en 'slet'. Dergelijke terminologie is gebaseerd op de seksuele dubbele standaard die zelfs na decennia van feministische en andere kritiek lijkt te blijven bestaan (Kalish & Kimmel, 2011). 'Slutshaming' verwijst naar het beoordelen en veroordelen van meisjes of vrouwen als 'slet' of hoer als gevolg van hun acties. Een reputatie als 'makkelijk', het dragen van provocerende kleding of ander gedrag dat anderen als seksueel beoordelend beschouwen (Crawford & Popp, 2003, p. 13).

'Slutshaming' wordt doorgaans gekenmerkt door een dubbele standaard (Van Ertevelde & Debruyne, 2017). Bij slutshaming worden vrouwen veroordeeld voor "promiscue" of "leeftijdsadequaat" seksueel gedrag, zoals het hebben van meer dan één seksuele of romantische partner tegelijk, het aangaan van 'alternatieve' seksuele gedragingen, of afspreken met jongere mannen. Wanneer vrouwen te maken krijgen met prudeshaming, worden vrouwen bekritiseerd voor hun keuze om niet deel te nemen aan een seksuele activiteit (Interligi & McHugh, 2018). Bij zowel slutshaming als prudeshaming wordt de seksualiteit van vrouwen sociaal ingeperkt, dit om te conformeren aan wat acceptabel en "normaal" wordt geacht (Interligi & McHugh, 2018). Verder worden door deze praktijk vrouwen, wiens seksualiteit afwijkt van de norm, tot zwijgen gebracht (Paul & Hayes, 2002).

Wanneer de ervaringen van vrouwen niet voldoen aan de verwachtingen van de maatschappij, kunnen zij zichzelf verwijten en ervoor kiezen om hun seksualiteit niet te bespreken. Dit heeft het dubbele effect dat diverse en alternatieve vormen van seksuele expressie ten onrechte worden buitengesloten en dat de bestaande sociaal-seksuele normen in het discours verder worden bevestigd. Zelfs als vrouwen de dominante opvattingen over vrouwelijke seksualiteit actief en daadkrachtig afwijzen en verwerpen, kunnen zij geïnternaliseerde gevoelens van schaamte, schuld of spijt ervaren rond hun seksuele beslissingen als gevolg van slut- of prudeshaming (Bryant & Schofield, 2007).

Anagnostopoulos en collega's (2009) besprak hoe vrouwelijke studenten worden vernederd door middel van ongewenste seksuele opmerkingen, grappen of gebaren. Deze gedragingen zijn een vorm van pesten, ook wel gekend als 'gendered bullying' of geseksualiseerd pesten. Deze vorm van pesten is in verband gebracht met slachtoffers die zich bezighouden met zelfbeschadigend gedrag en in sommige gevallen een poging tot of voltooiing van zelfdoding (Anagnostopoulos et al., 2009). Dit toont nog eens het belang van het concept 'slutshaming' aan, omdat het gebeurt in het dagelijks leven van individuen.

Het gebruik van negatieve woorden, zoals 'slet' leert ons dat vrouwelijke seksualiteit verkeerd is en dat vrouwen die seksueel zijn als slecht moeten worden beschouwd. Hoewel velen slutshaming afdoen als onbelangrijk, kan slutshaming negatieve gevolgen hebben, zowel voor de doelwitten van slutshaming als de omstanders van de interacties (McHugh, 2018). De doelwitten van slutshaming rapporteren dat slutshaming kan bijdragen aan gevoelens van depressie, angst, ontevredenheid over het lichaam en zelfbewustzijn. Vrouwen kunnen zich geïsoleerd en afgewezen voelen door hun sociale omgeving, waardoor hun gevoelens van eenzaamheid, schaamte en wanhoop verergeren (McHugh, 2018). Dit kan het moeilijker maken voor vrouwen om hun seksuele verlangens te uiten en om te genieten van seksuele ervaringen zonder angst voor veroordeling (Van Ertevelde & Debruyne, 2017).

Het bestempelen van een meisje/vrouw als slet, net als andere vormen van intimidatie (bijvoorbeeld seksueel getinte opmerkingen) is alledaags, wat betekent dat het elke dag gebeurt. De prevalentie van dergelijke pesterijen betekent niet dat de interacties niet schadelijk zijn. Integendeel, het herhaalde karakter van slutshaming maakt deel uit van het patroon dat negatieve gevolgen heeft. Zelfs wanneer het meisje/de vrouw slechts één keer wordt bestempeld in wat de dader beschouwd als een niet-vijandige of zelfs 'vriendelijke' manier, wordt de boodschap - dat anderen haar uiterlijk en seksualiteit in de gaten houden - duidelijk gecommuniceerd. En dit kan een impact hebben op een hele vriendenkring of zelfs op de bredere gemeenschap, denk aan de middelbare school, de buurt, ... (Tannebaum, 2015).

De seksualiteit van vrouwen wordt aan de hand van criteria strenger beoordeeld dan die van mannen (Bordini & Sperb, 2012). De specifieke seksuele gedragingen, houdingen en praktijken die het onderwerp zijn van deze seksuele dubbele standaard zijn in de loop der tijd geëvolueerd, maar de seksualiteit van vrouwen wordt nog steeds actiever gecontroleerd dan die van mannen. Vrouwen die hun seksualiteit uiten op een manier welke niet stroken met de geaccepteerde normen, riskeren sociale spot in de vorm van 'slutshaming' (Harden, 2014), en 'prudeshaming' (Interligi & McHugh, 2018).

#### 1.5.1. Omgaan met slutshaming

Er zijn vier verschillende manieren waarop jonge heteroseksuele vrouwen kunnen omgaan met gevoelens van schaamte die gepaard gaan met slutshaming. Ten eerste kan het herkennen en benoemen van slutshaming en het bespreken van die onrechtvaardigheid met vrienden en familie helpen om die gevoelens van schaamte te verminderen. Ten tweede kan het vinden van gemeenschappen of groepen die seksuele vrijheid en autonomie ondersteunen en waar jonge vrouwen hun seksualiteit zonder oordeel kunnen uiten helpen. Ten derde kan het zoeken van professionele hulp, zoals een therapeut of counselor helpen bij het omgaan met gevoelens van schaamte en onzekerheid. Ten slotte kan het aanleren van gezonde coping mechanismen, zoals

mindfulness, meditatie of yoga, ook helpen bij het verminderen van gevoelens van schaamte en stress (Van Royen et al., 2018).

## 1.6. Stigmatisering

### 1.6.1. Seksuele objectivatie

We leven in een maatschappij welke meisjes en vrouwen consequent en hardnekkig seksualiseert. Seksualisering vindt plaats wanneer een meisje of vrouw primair wordt gewaardeerd om haar 'sexappeal' of sexy gedrag, wanneer ze wordt gehouden aan een smalle standaard van schoonheid, wanneer haar fysieke verschijning wordt gelijkgesteld aan sexiness, wanneer ze wordt gezien als een object voor seksueel gebruik, of wanneer de maatschappij op ongepaste wijze seksualiteit aan haar oplegt (Zubriggen et al., 2007). Seksualisering is nauw verwant aan seksuele objectivering, dat is een proces waarbij vrouwen worden behandeld als objecten voor de seksuele bevrediging van anderen. In plaats van behandeld te worden als individuen met hun eigen gevoelens, verlangens en behoeften (Zubruggen et al., 2007). De boodschap die inherent is aan zowel seksualisering als seksuele objectivering is dat de waarde van een meisje of vrouw beperkt is tot haar uiterlijk en/of sexappeal. Haar waarde wordt gereduceerd tot het plezier dat anderen beleven aan de consumptie van haar uiterlijk. De media is verzadigd met voorbeelden van seksualisering van meisjes en vrouwen, bijvoorbeeld in televisie, films, muziekteksten en video's, het internet, videospelletjes, advertenties, enzovoort (Zurbriggen et al., 2007).

Er is een link tussen casual seks en seksuele objectivering van heteroseksuele vrouwen. In casual seksuele ontmoetingen kunnen vrouwen het gevoel krijgen dat ze worden behandeld als een object voor de seksuele bevrediging van de ander, in plaats van als een persoon met wie de ander een emotionele en respectvolle band heeft. Dit kan leiden tot gevoelens van ongemak, vernedering en zelfs traumatische ervaringen voor sommige vrouwen (Fredrickson et al., 2008). Bovendien kan het idee van casual seksuele relaties, als iets dat aangemoedigd en gewaardeerd wordt in onze samenleving, bijdragen aan de seksuele objectivering van vrouwen. Dit komt doordat vrouwen dan worden gezien als beschikbare seksuele objecten die mannen kunnen gebruiken en weggooien zonder enige consequenties (Hirschman et al., 2006).

### 1.6.2. Zelf-objectivatie en zelf-stigmatisering

Stijgende percentages van zelfobjectivering zijn mogelijk ook verweven met de 'hook-up' cultuur. Zelf-objectivering is "een belangrijk proces waarbij meisjes en vrouwen leren om hun lichaam te zien en te behandelen als objecten van de verlangens van anderen" (Zubriggen et al. 2007). Zelfobjectivering is het gevolg van verschillende factoren, waaronder de normalisering van de objectivering van vrouwen in de Amerikaanse cultuur, de seksualisering van meisjes in de Amerikaanse media (Levin en Kilbourne 2008), en de pornificatie van mainstream media die objectiverende normen overbrengen (Levin en Kilbourne 2008). Zelfobjectivering is in verband gebracht met vroegere seksuele ervaringen, minder seksuele zeggenschap voor jonge vrouwen en verminderde communicatie met seksuele partners (Hirschman et al., 2006). Het wordt ook in verband gebracht met verminderd seksueel plezier, lagere opwindingspercentage, en andere vormen van seksuele disfunctie (Fredrickson et al., 2008). Zelf-objectivering, zou dus een verklarende factor kunnen zijn voor zowel deelname aan hook-up cultuur als de ervaringen van onplezierige en onaangename seks. Vrouwen doen zelf ook aan 'slutshaming'. Door andere vrouwen als seksueel minderwaardig neer te zetten, gaan ze zichzelf beschermen tegen eigen stigmatisering (Goffman, 1963).

### 1.7.Culturele en maatschappelijke attitudes

Culturele en maatschappelijke attitudes ten opzichte van casual seks en de seksualiteit van vrouwen spelen een belangrijke rol bij het ontstaan van slutshaming en de stigmatisering van vrouwen die zich bezighouden met casual seks.

Enerzijds zijn er seksueel dubbele standaarden, namelijk in veel culturen en maatschappijen worden mannen die veel seksuele partners hebben vaak geprezen en gezien als 'macho', terwijl vrouwen die hetzelfde doen gestigmatiseerd worden en als 'slet' bestempeld worden. Deze dubbele standaarden rondom seksualiteit dragen bij aan de stigmatisering van vrouwen die zich bezighouden met casual seks (Vanwesenbeeck, 2011).

Vervolgens kunnen negatieve stereotypes bijdragen tot slutshaming en stigmatisering. Vrouwen die zich bezighouden met casual seks worden vaak afgeschilderd als 'losbandig', 'ongecontroleerd' en 'ongelukkig'. In veel samenlevingen wordt nog steeds een groot verschil gemaakt tussen mannen en vrouwen als het gaat om seksualiteit. In veel culturen en maatschappijen worden vrouwen vaak geacht om kuis te zijn en hun seksualiteit te beperken. Vrouwen die zich niet aan deze normen houden, worden vaak gestigmatiseerd en als immoreel bestempeld (Tholander & Tour, 2022). In sommige culturen en maatschappijen wordt er weinig gesproken over seksuele gezondheid en seksuele expressie. Dit kan leiden tot een gebrek aan begrip en acceptatie van seksuele diversiteit en bijdragen tot slutshaming en stigmatisering (Tholander & Tour, 2022). We kunnen vaststellen dat culturele en maatschappelijke attitudes ten opzichte van seksualiteit een belangrijke rol spelen bij het ontstaan van slutshaming en de stigmatisering van vrouwen die zich bezighouden met casual seks.

#### 1.7.1. Seksuele dubbele standaard

De dubbele standaard creëert aannames en betekenis. Als een meisje/vrouw haar seksualiteit toont wordt zij immers bestempeld als 'slet' (Hall, 1997). De seksuele dubbele standaard, ook wel afgekort als SDS, is een patroon van verwachtingen waarbij vrouwen seksuele terughoudendheid voorschrijft, terwijl het bij mannen seksuele activiteit dicteert (Thompson et al., 2020). In onderzoek van Reid et al. (2011) houden de sociaal geconstrueerde genderidealen of scripts, die de 'norm' bepalen over hoe mannen en vrouwen zich zouden moeten gedragen, de seksuele dubbele standaard in stand. De dubbele standaard kent aan mannen een andere status toe dan voor vrouwen (Reid et al., 2011).

SDS zorgt voor heel wat negatieve consequenties op vlak van mentale en seksuele gezondheid. Vrouwen voelen meer schaamte en schuld tegenover seksualiteit en hebben een negatiever seksueel lichaamsbeeld (Emmerink et al., 2018). Met als gevolg dat ze minder seksueel plezier en minder seksuele autonomie- het gevoel in staat te zijn om zelf keuzes te maken en controle te hebben over de situatie- ervaren. Meisjes en vrouwen die sterker overtuigd zijn van de dubbele standaard stellen zich seksueel passiever op en kunnen zich minder goed beschermen tegen grensoverschrijdend gedrag (Vanwesenbeeck, 2011). Vrouwen onthouden zich bijvoorbeeld van het initiëren van condoomgebruik om te voorkomen dat ze door een mannelijke partner als te seksueel assertief worden gezien (Emmerink et al., 2018). Hoewel de verschuivende constructies van vrouwelijke seksualiteit betekenen dat de dubbele standaard in de loop der jaren minder streng is geworden, speelt deze nog steeds een belangrijke rol in de seksegebonden uitdrukking en vertoning van seksualiteit en seksuele activiteit (Reid et al., 2011)

De seksualiteit van vrouwen wordt ook beïnvloedt door de seksueel dubbele standaard of SDS. De SDS beschrijft hoe heteroseksuele mannen en vrouwen op een verschillende manier worden beoordeeld voor hetzelfde seksuele gedrag (Emmerink, et. al., 2018). Dit hangt samen met de seksuele scripttheorie van Simon & Gagnon (1986). De culturele normen en verwachtingen van de maatschappij hebben invloed op het gedrag en de houding van het individu.

Uit het onderzoek van Emmerink et al. (2018) blijkt dat mannen continu aan seks zouden denken, een seksuele leidersfunctie opnemen, beloond worden voor hun actief seksleven, krachtiger en 'mannelijker' zijn naarmate ze meer seks hebben. Dit in tegenstelling tot vrouwen die hetzelfde gedrag vertonen. Zij worden gedemoniseerd en het volgende wordt van hen verwacht: controle over hun seksuele driften, zich afwachtend, passief en machteloos opstellen en meer waarde hechten aan romantische relaties. Dit plaatje kan voor sommigen de realiteit betekenen. Maar eigenlijk zijn deze normen over het algemeen vooroordelen en assumpties die hun oorsprong vinden in de geschiedenis, wetenschap en cultuur. Dit werkt sekseongelijkheid in de hand. Daarnaast is er een verband gevonden tussen het vasthouden aan traditioneel vrouwelijke genderrollen in een heteroseksuele relatie met minder seksuele bevrediging, autonomie, competentie, zelfeffectiviteit, zelfrespect en assertiviteit. Vrouwen zouden volgens deze scripttheorie ook eerder geneigd zijn om sneller seksuele acties aan te gaan en minder gebruik te maken van anticonceptie (Emmerink, et. al., 2018).

Er is een bekende link tussen casual seks en de seksuele dubbele standaard. Deze verwijst naar de verschillende normen en verwachtingen die worden toegepast op mannen en vrouwen als het gaat om seksueel gedrag. Deze dubbele standaard kan leiden tot ongelijke machtsverhoudingen tussen mannen en vrouwen in seksuele relaties, waarbij mannen meer vrijheid hebben om seksuele ervaringen na te streven en vrouwen meer geconfronteerd worden met de negatieve gevolgen van deze dubbele standaard (Emmerink, et. al., 2018). Hoewel er enige vooruitgang is geboekt in het doorbreken van de seksuele dubbele standaard, is het nog steeds een wijdverbreid probleem dat van invloed is op de manier waarop we over seks en gender denken en praten (Emmerink, et. al., 2018). Recente culturele verschuivingen hebben geleid tot een herformulering van vrouwelijke seksualiteit: van passief en responsief naar meer verlangend en pleziergericht. Er is een context gecreëerd waarin casual seks een mogelijkheid is voor vrouwen (Beres & Farvid, 2010).

#### 1.7.2. Madonna whore dichotomie

Vrouwen zijn gewoonlijk gevangen in een tweestrijd, waarin zij gezien worden als ofwel "puur en maagdelijk ofwel promiscue en gemakkelijk", gebaseerd op hun (waargenomen) seksuele gedrag. Deze binaire tegenstelling is duidelijk niet verdwenen (Crawford & Popp, 2003, p. 13). Volgens een onderzoek van Gavey (2005) worden vrouwen doorgaans negatiever beoordeeld wanneer ze seks hebben buiten een relatie of wanneer ze veel seksuele partners hebben. Dit in vergelijking met de manier waarop mannen worden behandeld voor hetzelfde gedrag. Representaties en uitingen van vrouwelijke heteroseksualiteit bevinden zich momenteel op een tegenstrijdig terrein. Vrouwen worden steeds meer aangemoedigd om ongeremde seks na te streven in een cultureel milieu dat als "geseksualiseerd" wordt beschouwd (Crawford & Popp, 2003, p. 13). In het licht van deze culturele verschuivingen in retoriek, discours en praktijk, worden vrouwen die deze identiteiten en praktijken niet belichamen, steeds meer het risico dat ze worden geclassificeerd als seksueel gespannen of preuts. Omgekeerd lopen degenen die een openlijk verlangende en actieve seksualiteit tonen het risico om als promiscue of sletterig te worden bestempeld (Beres & Farvid, 2010).

Jonge vrouwen kunnen zich onder druk gezet voelen om erbij te horen door hun leeftijdsgenoten en daarom deelnemen aan de casual seks, ongeacht of zij zich daar wel of niet prettig bij voelen. Ze gaan om met de sociale druk om actieve, verlangende en avontuurlijke seksuele subjecten te zijn. Ze moeten ook omgaan met de tegenovergestelde druk om niet te (openlijk) seksueel actief te zijn (Tholander & Tour, 2022).

### 1.8. De impact van #MeToo

#MeToo heeft wereldwijd aandacht gegenereerd voor seksueel misbruik, machtsmisbruik en ongewenst gedrag en dit voornamelijk in professionele en sociale omgevingen. #MeToo heeft ook bredere discussies over gender, seksualiteit en de dubbele standaarden waarmee vrouwen worden geconfronteerd, aangewakkerd (Lazard, 2020). De beweging heeft geleid tot een grotere bewustwording van deze kwesties en heeft vrouwen aangemoedigd om hun stem te laten horen en zich uit te spreken tegen seksueel wangedrag (Tuerkheimer, 2019).

We kunnen vaststellen dat de #MeToo-beweging heeft geleid tot een grotere bewustwording van de schadelijke effecten van slut-shaming en heeft sommige mensen aangemoedigd om hun opvattingen en gedrag te heroverwegen (Topić, 2021). Anderzijds zijn er ook gevallen waarin #MeToo is gebruikt om vrouwen te bekritisieren of te beschuldigen van het uitlokken van seksueel geweld vanwege hun kledingkeuze, gedrag of eerdere seksuele ervaringen (Lazard, 2020). Dit soort reacties benadrukken de aanhoudende aanwezigheid van slut-shaming en het bestaan van dubbele standaarden met betrekking tot seksualiteit (Topić, 2021).

Voor jonge heteroseksuele vrouwen kan #MeToo invloed hebben op hun perceptie en beleving van casual seks. Sommige vrouwen kunnen terughoudender worden om casual seksuele relaties aan te gaan uit angst voor mogelijke negatieve ervaringen of het risico op grensoverschrijdend gedrag (Topić, 2021). Ze kunnen meer aandacht besteden aan de naleving van duidelijke communicatie, instemming en respect in hun seksuele ontmoetingen. Anderzijds kan #MeToo ook leiden tot empowerment en een groter gevoel van autonomie bij jonge vrouwen. Ze kunnen zich bewuster worden van hun eigen seksuele behoeften en grenzen, en zo beter in staat zijn om deze te communiceren en te handhaven. #MeToo heeft het belang benadrukt van wederzijdse instemming en respect in seksuele interacties, en dit kan jonge vrouwen helpen om gezonde en bevredigende casual seksuele relaties na te streven (Waling, 2023).

### 1.9. Seksueel moraal en gendergelijkheid in België

Het seksueel moraal en gendergelijkheid in België zijn onderwerpen die voortdurend evolueren en waarover verschillende opvattingen bestaan. Over het algemeen kan worden gezegd dat er in de afgelopen decennia een verschuiving heeft plaatsgevonden naar meer openheid en acceptatie op het gebied van seksualiteit en gendergelijkheid (*Gendergelijkheid En Vrouwenrechten*, 2022).

Wat betreft seksueel moraal zijn er in België veel discussies en debatten geweest over onderwerpen zoals voorlichting over seksualiteit, contraceptie, abortus en LGBTQ+-rechten. In het algemeen is er een grotere erkenning van het belang van seksuele educatie, zowel op school als daarbuiten, om jongeren bewust te maken van gezonde relaties, consent en seksuele diversiteit (*Gendergelijkheid En Vrouwenrechten*, 2022).

Wat betreft gendergelijkheid heeft België belangrijke stappen gezet in de richting van gelijkheid tussen mannen en vrouwen. Er zijn wetten en regels geïmplementeerd om discriminatie op basis van geslacht

te bestrijden, zoals gelijke beloning voor gelijk werk en bescherming tegen gender-gerelateerd geweld. Er zijn ook inspanningen geleverd om genderstereotypen te doorbreken en gendergelijkheid te bevorderen in verschillende sectoren, waaronder de politiek, het bedrijfsleven en het onderwijs. (*Sensoa Vlaams Expertisecentrum Voor Seksuele Gezondheid*, n.d.).

Het is echter belangrijk op te merken dat hoewel er vooruitgang is geboekt, er nog steeds uitdagingen bestaan op het gebied van gendergelijkheid en seksueel moraal. Er zijn nog steeds ongelijkheden en discriminatie op basis van gender en seksualiteit, en het blijft een uitdaging om een inclusieve en gelijkwaardige samenleving te bevorderen (*Gendergelijkheid En Vrouwenrechten*, 2022).

## 2. Methodologisch kader

### 2.1. Onderzoeksvragen

Deze masterproef is een kwalitatief onderzoek naar de verschillende ervaringen van jonge heteroseksuele vrouwen die aan casual seks doen. Met daarbij volgende centrale onderzoeksvraag:

*“Wat zijn de ervaringen van casual seks bij heteroseksuele vrouwen tussen 18 en 25 jaar in Vlaanderen?”*

Volgende deelvragen worden onderzocht:

- **OV1: Wat zijn de effecten van casual seks op de mentale gezondheid?**
- **OV2: In welke mate ervaren individuen, die zich bezighouden met casual seks, slutshaming en stigmatisering van anderen en hoe gaan ze hiermee om?**
- **OV3: Hoe dragen culturele en maatschappelijke attitudes, ten opzichte van casual seks door vrouwen, bij aan slutshaming en de stigmatisering van vrouwen die zich bezighouden met casual seks?**

### 2.2. Onderzoeksopzet

In deze studie ligt de nadruk op de betekenissen en interpretaties van heteroseksuele vrouwen tussen 18 en 25 jaar. Het doel van deze masterproef is om vrouwen zelf aan het woord te laten en met behulp van mijn gesprekken met deze vrouwen een beeld te schetsen van hoe zij casual seks ervaren en of dit een impact heeft op hun mentaal welbevinden.

In deze thesis wordt beroep gedaan op diepte-interviews om zo data te verkrijgen. Het gebruik van deze methoden zullen in dit gedeelte verder besproken en gemotiveerd worden. De respondenten waartoe ik me richt zijn jonge heteroseksuele vrouwen. De opleidingsniveaus van de vrouwen zijn van diverse aard, gaande van een HBO5 opleiding tot een universiteitsstudie. Uit de literatuurstudie valt te lezen dat vooral tijdens de jongvolwassenen men begint te experimenteren op vlak van seksualiteit. Om die reden is de onderzoekspopulatie afgebakend tot jonge heteroseksuele vrouwen in Vlaanderen met als leeftijdscategorie 18 tot en met 25 jaar.

Toch zijn er andere intersecties die onvoldoende in acht zijn genomen tijdens dit onderzoek, zoals de etniciteit van de respondenten, maar ook het feit dat ze allemaal opgeleid zijn. Het zou interessant zijn geweest als er ook nog personen hadden kunnen deelnemen met een andere etniciteit. Ik ben mij er dus van bewust dat deze groep respondenten niet de norm is.

### 2.3. Onderzoeksmethode

Deze verkenning behelst een literatuuronderzoek en een empirisch onderzoek bestaande uit elf semigestructureerde interviews met jonge heteroseksuele vrouwen. Binnen deze masterproef wordt bewust geopteerd voor een kwalitatieve onderzoeksmethodiek, met name semi-gestructureerde diepte-interviews. Een semi-gestructureerd interview geeft de mogelijkheid om bij ieder interview thema's te bevragen met het oog op het beantwoorden van de onderzoeksvraag. De keuze voor deze onderzoeksmethodiek is gefundeerd op het feit dat het thema over het algemeen een sensitief karakter heeft om te onderzoeken. Daarnaast krijgt deze doelgroep ook de kans 'een stem' te krijgen binnen het onderzoek. Op deze manier kan ik meer en gedetailleerde informatie verwerven en kan er dieper worden ingegaan op wat de respondenten vertellen.

Verder is de keuze van deze onderzoeksmethode gegrond op het persoonlijk karakter van het onderzoek, met name de ervaringen van casual seks. Met deze methode worden eerlijke en open gesprekken beoogt, die resulteren in individuele ervaringen. Interviews zijn daarnaast non-directief en flexibel van aard. Dit betekent dat de attributies en betekenissen die schuilen achter de verhalen van de respondenten centraal staan en dusdanig de vereiste data vormen voor het leveren van antwoorden op de onderzoeksvragen (Mortelmans, 2013).

Een diepte-interview is een gesprek dat plaatsvindt tussen een respondent en een interviewer. Het is een kwalitatieve onderzoeksmethode waarbij de ideeën en standpunten over een bepaald thema van een respondent worden achterhaald. Dit is een manier om grote hoeveelheden essentiële informatie te verwerven. Op deze manier krijgt men een beeld van hoe de theorie in de praktijk wordt omgezet. Baarda (2019) definieert kwalitatief onderzoek als volgt:

“Kwalitatief onderzoek is een onderzoek waarbij problemen in en van situaties, gebeurtenissen en personen beschreven en geïnterpreteerd worden met behulp van gegevens van kwalitatieve aard, zoals belevingen, ervaringen, betekenisverleningen die verzameld zijn via open interviews en/of participerende observatie en/of bestaande documenten.” (p. 24)

Een kwalitatief onderzoek is beschrijvend en richt zich op ervaringen en ideeën. Een kwantitatief onderzoek daarentegen richt zich op de resultaten, die grotendeels worden uitgedrukt in cijfers.

Toch zijn er ook enkele beperkingen aan een diepte-interview gebonden. Zo kan de verkregen informatie niet worden veralgemeend naar de algehele doelgroep. Er worden namelijk maar enkele respondenten geïnterviewd, dit is geen nauwkeurige afspiegeling van de totale doelgroep. Tenslotte bestaat het risico dat de interviewer onbewust invloed uitwerkt op de respondent. We moeten ons van deze limieten van kwalitatieve interviews bewust zijn. De doelstelling van dit onderzoek is dan ook niet om allesomvattende en definitieve verklaringen te bieden, maar om te zoeken naar gedeelde betekenissen en daarnaast te analyseren wat deze betekenisgeving ons kan vertellen over de attitudes in onze maatschappij.

De diepte-interviews worden aan de hand van een semi-gestructureerde vragenlijst afgenomen. Dit is een vooropgestelde, algemeen geformuleerde vragenlijst die uiteindelijk antwoord biedt op de onderzoeksvragen. Aan de hand van de interviewleidraad garandeerde de onderzoeker dat de relevante thema's aan bod kwamen. Er werden verschillende onderwerpen bevraagd, gaande van meer algemene vragen tot specifiekere vragen. Bij het opstellen van de interviewleidraad werd er gelet op suggestieve en waarom-vragen, die het gesprek in een bepaalde richting dreigen te sturen. De vraagstelling was hierbij van cruciaal belang. De belangrijkste thema's waren de percepties en ervaringen van de respondenten met betrekking tot casual seks, slutshaming en de dubbele seksuele standaard.

Er mag afgeweken worden van de vragen tijdens een diepte-interview. Zo kan men, indien een vraag niet goed is begrepen of indien de respondent iets interessant zegt, verder doorvragen. De interviewleidraad is opgenomen in bijlage 1.

De vragenlijst voor de interviews werd opgesteld aan de hand van de literatuurstudie welke essentiële informatie bood. Een groot deel van de interviewvragen werd punctueel gesteld, maar er werd

overwegend een beroep gedaan op het open karakter van het interview. Hierdoor kon efficiënter worden ingegaan op de reacties van de respondenten. Er vinden in totaal elf diepte-interviews plaats.

### Respondenten en werving van respondenten

Het gaat om een vrijwillige reactiesteekproef waarbij ik via mijn eigen sociaal netwerk op zoek ga naar respondenten. Bij de pre-screening dienen ze te voldoen aan volgende criteria:

- Vrouwelijk
- Heteroseksueel
- Tussen 18 en 25 jaar oud
- Ten minste één ervaring met casual seks met een man

In dit deel stel ik de respondenten kort voor. Ik overloop van iedere respondent de fictieve naam en leeftijd. Vervolgens geef ik ook mee wat hun relatiestatus is en wat ze op dit moment doen wat betreft studie of beroep. Deze informatie is belangrijk om bepaalde stukken van de analyse te begrijpen. Zo streef ik bij de selectie van de respondenten naar diversiteit op het vlak van leeftijd, relatiestatus en studie of werkplaats.

De participanten zijn elf vrouwen die in België wonen. De leeftijd van de respondenten valt tussen 18 en 25 jaar. Alle namen die vermeld staan in tabel 1 zijn pseudoniemen. Tijdens deze masterproef zijn hun ervaringen omtrent casual seks cruciaal. Aan de hand van deze hoeveelheid interviews, vindt er een significante, maar toch haalbare hoeveelheid onderzoek plaats.

In onderstaande tabel wordt een overzicht gegeven van de respondenten en hun basisgegevens die ik verzamelde op basis van de eerste algemene, informatieve vragen (zie interviewleidraad). Deze data zijn geanonimiseerd en waar mogelijk veralgemeend.

| Naam | Leeftijd | Relatiestatus | Studie/werk                                                                            |
|------|----------|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| R1   | 22       | Daten         | Studie: Sociaal Readaptatie Wetenschappen<br>Werk: horeca                              |
| R2   | 23       | Single        | Studie: Master Handelswetenschappen                                                    |
| R3   | 23       | Relatie       | Studie: Orthopedagogie<br>Werk: Opvoeder bij personen met een verstandelijke beperking |
| R4   | 24       | Single        | Studie:<br>Werk: Producer bij Joe                                                      |
| R5   | 22       | Single        | Studie: Master Sociologie- Master Gender en Diversiteit                                |
| R6   | 19       | Single        | Studie: Criminologie                                                                   |
| R7   | 21       | Single        | Studie: Bedrijfspsychologie                                                            |
| R8   | 18       | Single        | Studie: Orthopedagogie                                                                 |

|     |    |        |                                                               |
|-----|----|--------|---------------------------------------------------------------|
| R9  | 22 | Single | Studie: Bachelor Orthopedagogie- Master Gender en Diversiteit |
| R10 | 25 | Daten  | Werk: HR consultant                                           |
| R11 | 19 | Single | Studie: Taal- en Letterkunde                                  |

#### 2.4. Transcriptie van de interviews

Wat betreft het transcriberen van de interviews koos ik ervoor om de transcriptie zo dicht mogelijk bij de gesproken conversatie te houden. Dit wil zeggen dat ik woorden uitschrijf zoals ze worden uitgesproken.

#### 2.5. Dataverzameling en -verwerking

De data voor deze studie zijn verzameld en geanalyseerd tussen november en december 2022. Respondenten namen op vrijwillige basis aan het onderzoek deel. Voor het interview van start ging, lichtte de onderzoeker het onderzoeksopzet nogmaals kort toe waarna respondenten een geïnformeerde consent ondertekenden. Om de verzamelde data in een latere fase beter te kunnen verwerken, werden de interviews, met toestemming van de respondenten, digitaal opgenomen.

In samenspraak met de respondenten werd een tijd afgesproken waar het interview zou doorgaan. Alle interviews vonden online plaats, waarbij het merendeel van de respondenten zich in hun kamer bevonden. Dit zodat ze zich veilig voelden om vrijuit en open in gesprek te gaan. Ze zaten allemaal in een stille omgeving waardoor we elkaar makkelijk verstonden. Door te kiezen voor een thuisomgeving bleef de naturalistische geldigheid zo hoog mogelijk. De diepte-interviews werden afgenomen in de twee laatste maanden van 2022. De interviews duurden gemiddeld ongeveer 45 minuten.

De audiofragmenten van alle interviews werden met toestemming opgenomen en handmatig getranscribeerd naar het Nederlands. Van zodra dit is gebeurd, begint het analyseren. Vervolgens worden de belangrijke en relevante uitspraken uit de interviews gehaald om ze te coderen. Bij het coderen worden er codes toegewezen aan de antwoorden, waardoor de antwoorden met dezelfde codes samengevoegd kunnen worden tot één categorie. De codes behandelden de verschillende thema's die tijdens de interviews aan bod kwamen. De codes zijn naar boven gekomen door middel van het theoretisch kader, de interviews en de analyse zelf. Tijdens de analyse zullen er hoogstwaarschijnlijk nieuwe categorieën opkomen die niet eerder besproken werden voor de dataverwerking, maar die cruciaal waren in een interview van een bepaalde respondent.

Daarnaast werden er ook citaten gezocht die pasten bij de verschillende thema's. Het overzicht van de codes met alle relevante stukken uit de interviews heeft geholpen om de interviews met elkaar te vergelijken. Dit geeft als resultaat een duidelijk overzicht van de respondenten die hetzelfde antwoord hebben gegeven, waardoor de resultaten makkelijker met elkaar en met de literatuur vergeleken kunnen worden. Zo kon er hieruit een conclusie getrokken worden. Het uiteindelijke doel is om niet op een afstandelijke manier over hen te schrijven, maar de seksualiteit vanuit hun ervaringen en meningen te analyseren.

#### 2.6. Methodologisch-epistemologisch kader

Tijdens dit onderzoek werk ik vanuit een sociaal-constructivistische methodologie. Dit methodologisch epistemologisch kader houdt in dat we de werkelijkheid beschouwen als sociaal en contextueel

geconstrueerd. Zo is er niet één vaste realiteit die we kunnen onderzoeken en kennen, omdat de werkelijkheid niet los van sociale interacties en context kan bestaan. Met als gevolg dat we de kennis over de werkelijkheid ook als sociaal en cultureel geconstrueerd beschouwen.

Kennis verzamelen is volgens de sociaal-constructivistische methodologie dan ook een sociaal proces (Smaling, 2010). Als onderzoeker maak je deel uit van dat proces en ben je zelf ook onderdeel van de werkelijkheid die je wil onderzoeken (Smaling, 2010). Om die reden is het ook belangrijk om te reflecteren over hoe je eigen positie als onderzoeker een rol speelt in je onderzoek. Zo ben je als onderzoeker zowel de waarnemer als de analist en je neemt bijgevolg een centrale functie in (Smaling, 2010).

### 2.7. Kritische reflectie: positie als onderzoeker

Bij de keuze van mijn onderwerp en onderzoek speelde mijn identiteit een belangrijke rol. Zo moet de identiteit van de interviewer in acht genomen worden, zijnde een hoogopgeleide cisgender, een heteroseksuele witte jongvolwassen vrouw uit een middenklasse gezin, geboren in België. Het eigen referentiekader en de manier waarop de onderzoeker gesocialiseerd werd dragen namelijk bij tot de beschrijving van een verhaal. De keuze om mij specifiek te focussen op heteroseksuele vrouwen kwam enerzijds voort uit het feit dat dit een weinig besproken doelgroep is binnen de wetenschappelijke literatuur, maar anderzijds voelde ik mij als jonge vrouw meer op mijn gemak om met vrouwen over het thema seksualiteit te praten.

Om kwaliteitsvolle data te bekomen is een flexibele en reflexieve houding van cruciaal belang. De gekozen onderzoeksvraag richt zich sterk op persoonlijke seksuele ervaringen. Het is de taak van de onderzoeker om een veilige en vertrouwde omgeving te creëren. Dit trachtte de onderzoeker te bereiken door voldoende aandacht te besteden aan communicatieve vaardigheden. Zoals actief luisteren, een niet-oordelende houding aannemen, het tonen van empathie om op die manier een vertrouwenssfeer te bevorderen. Hierbij spelen zowel de verbale als non-verbale communicatie van de interviewer en de respondent een cruciale rol. Zo kan de non-verbale communicatie een potentieel antwoord bieden op hoe de persoon zich voelt tegenover de gestelde vraag.

### 2.8. Ethische richtlijnen

Alle ethische richtlijnen werden tijdens het onderzoek van deze masterproef gewaarborgd. Om de veiligheid en de confidentialiteit van de respondenten te verzekeren nam ik verschillende maatregelen. Zo informeerde ik alle respondenten uitgebreid over het onderzoek: wat het doel is van het onderzoek, welke thema's we bespreken in het interview en hoe we met de verzamelde gegevens aan de slag zullen gaan.

Ik ben me er van bewust dat het bevragen van seksueel gedrag en attitudes van jongvolwassenen een delicaat onderwerp is. Seksualiteit is een sensitief onderwerp waardoor het cruciaal is om de respondenten op hun gemak te stellen. De respondenten kregen te horen dat ze geen vragen hoefden te beantwoorden indien ze zich er niet prettig bij voelden, zonder zich hiervoor te moeten verantwoorden. Indien ze op een bepaald moment geen antwoorden wilden geven op een vraag werd er overgegaan op een volgende vraag. Deze situatie heeft zich echter niet voorgedaan, alle respondenten wilden alle interviewvragen beantwoorden. Op deze manier werd er rekening gehouden met het psychisch welzijn van de respondenten.

Daarnaast werd de volledige anonimiteit en absolute vertrouwelijkheid van de respondenten verzekerd. De respondenten krijgen bij aanvang van het interview een informed consent formulier (werd online doorgestuurd). Dit diende ingevuld en teruggestuurd te worden. Hierin werd het onderzoek kernachtig toegelicht, waarbij ook werd uitgelegd dat het gesprek zou worden opgenomen, maar dat alles geanonimiseerd zou worden.

Om privacy redenen zijn de voornamen van de respondenten geanonimiseerd. De steden of dorpen waar deze vrouwen wonen, worden niet vermeld wegens privacy redenen. Op die manier zou het onmogelijk zijn voor derden om de deelnemers te kunnen identificeren.

### 3. Onderzoeksresultaten

In dit hoofdstuk komen de resultaten van het onderzoek aan bod en worden deze beknopt toegelicht. In deze analyse wordt gekeken hoe heteroseksuele jonge vrouwen in België casual seks ervaren en wat de bijkomende tendensen, nuances en visies zijn. Dit onderzoek be vraagt voornamelijk de ervaringen met 'slutshaming', in relatie tot de seksuele dubbele standaard bij hun deelname aan casual seks. De jonge heteroseksuele vrouwen behoorden tot de leeftijdscategorie 18 tot 25 jaar.

Allereerst worden er enkele inhoudelijke vragen gesteld omtrent casual seks (3.1.). Daaropvolgend wordt er ingegaan over de effecten van casual seks op de mentale gezondheid (3.2). Vervolgens komen de ervaringen van de respondenten aan bod omtrent de maatschappelijke en sociale attitudes, met name het bestaan van een seksuele dubbele standaard, een beschrijving van hoe sociale contacten een rol spelen bij de ervaringen van de respondenten op vlak van casual seks en de impact van slutshaming op de respondenten (3.3).

#### 3.1. Inhoudelijke vragen omtrent casual seks

Toen ik het onderwerp casual seks aanhaalde, vond ik het belangrijk om de eigen definitie van casual seks te bevragen. Zo stelde ik aan de elf respondenten de vraag wat zij begrijpen onder het woord 'casual seks'. De respondenten hadden hierover een gemeenschappelijke opvatting en dit kwam sterk overeen met de wetenschappelijke literatuur. Respondent 11 getuigt als volgend: *'Casual seks is voor mij wanneer twee mensen zonder verplichtingen met elkaar seks hebben, zonder meer.'*

De algemene consensus die hierin doorsijpelt voor de elf respondenten is dat er geen relatie aan verbonden is, er geen sprake is van exclusiviteit en de seks plaatsvindt zonder gevoelens of emotionele verplichtingen. Volgens de literatuur verwijst de term meestal naar korte of eenmalige seksuele ontmoetingen of doorlopende seksuele afspraken, tussen personen die geen 'toegewijde', romantische en/of langere termijn relatie met elkaar hebben (Wentland & Reissing, 2014).

Vervolgens werd de vraag gesteld hoe vaak er volgens hun seksuele betrekkingen dienen plaats te vinden om te spreken over casual seks. Respondent 10 geeft aan dat ze vanaf twee keer spreekt over casual seks, net als respondent 3 die aangeeft dat het voor haar vanaf een aantal keer van toepassing is. De overige respondenten vinden dat dit al vanaf 1 keer van toepassing is. Daarna werd bevrraagd hoe vaak zij casual seks hebben gehad het afgelopen jaar (dit wil zeggen van november 2021 tot en met november 2022), de antwoorden waren verschillend onder de respondenten. Zo hebben Respondent 7 en 4 met twee verschillende personen casual seks gehad het afgelopen jaar. Terwijl respondent 2 met 17 personen casual seks heeft gehad, dit is het hoogste aantal onder de respondenten. De overige negen respondenten variëren tussen de drie en tien personen waarmee ze casual seks hebben gehad.

##### 3.1.1. Manieren van leren kennen

De respondenten leren hun bedpartners via verschillende kanalen kennen. Respondent 10 zit op Tinder, een datingapp, net zoals respondent 7 en 11. Respondent 6 en 7 getuigen dat ze via gemeenschappelijke vrienden al eens hun bedpartner hebben leren kennen.

Zo getuigt respondent 6: *'De laatste keer was met een jongen, het was een verjaardagsfeestje van een van mijn vrienden en dat was een vriend van hem en ik wist zijn naam, maar ik kende die niet persoonlijk. En dat vind ik dan oké, want ik weet wie dat is en ik weet dat die vrienden is met die. Ge weet er iets van. Ik moet die niet super goed kennen, maar toch iets'*

Daarnaast is het uitgaansleven ook een belangrijk plek waar de respondenten bedpartners ontmoeten. Respondent 5 beschrijft het als volgt: *'Bij mij meestal was het dat als ik alcohol had gedronken, het dan wel gebeurde. En niet vaak in nuchtere toestand.'*

De respondenten leren hun bedpartners op verschillende manieren kennen. Voor een groot deel van de vrouwen was dit via het uitgaansleven. Dit komt sterk overeen met wat er in de literatuur wordt beschreven. Deze plaats is het meest populair bij studenten, over het algemeen tussen de leeftijd van 18 en 25 jaar, voor wie het uitgaan wordt gezien als onderdeel van de studentenervaring. De studentenomgeving en de sociale context waarin studenten worden ondergedompeld vergemakkelijkt deze vorm van seksuele ontmoeting onder jonge volwassenen (Ford, 2017).

### 3.1.2. Motivatie

We zien vervolgens een opmerkelijke overeenkomst in de motivator van hun eerste keer casual seks. Zo kwamen vijf van de respondenten net uit een lange relatie. Ze wouden door middel van casual seks de vrijheid proeven.

Respondent 9 omschrijft het als volgt: *'Ik denk dat dat toen echt een ding was van ik wil weten hoe dat dat is met iemand anders, want ik had nog nooit seks gehad met iemand anders.'*

De overige respondenten beschrijven dat ze op dat moment vooral behoefte hadden aan seks. Respondent 3 zei het volgende: *'Een beetje voor mijn eigenwaarde, om dat wat op te krikken.'*

Wanneer er werd bevraagd wat ze dachten op het moment dat ze de beslissing maakten om casual seks te hebben, geeft de meerderheid van de respondenten aan dat op het moment van de beslissing ze in feite niet erg veel nadachten. Het draait voor hun vooral om hun behoefte aan seks en genot.

Respondent 2 omschrijft het als volgend: *'Dat ik daar kei veel zin in had. Op zo een moment denk ik gewoon aan mijn behoeftes en lusten. Het is niet dat ik aan casual seks deed met het oog op een partner of potentiële persoon.'*

Respondent 5 beschrijft haar motivatie als volgend: *'Niet zo veel, bij mij was dat vaak van 'het is al efkes geleden en de mogelijkheid is er', ik heb daar niet op voorhand over nagedacht, dat was gewoon iets dat in het moment gebeurde zeg maar.'*

Ook de motivatie of de redenen komen sterk overeen met de literatuur. Volgens Lyons is de eerste motivatie lichamelijk genot, dit zien we bij alle respondenten terugkomen. Casual seks vormt voor de respondenten een manier om lichamelijk genot te ervaren zonder de emotionele verplichting die een vaste relatie met zich meebrengt. Maar ook de motivatie om aan casual seks te doen om zo hun gevoel van eigenwaarde of bevestiging te vergroten kwam bij een aantal naar voor (Lyons, 2014).

### 3.1.3. Factoren die een invloed hebben

Wanneer ik de respondenten vraag of er bepaalde factoren invloed hebben op hun beslissing om aan casual seks te doen getuigen acht respondenten dat alcohol een grote factor is. Ze omschrijven dat alcohol hun grenzen doen vervagen. Alcohol vervaagt voor hun de drempel om aan casual seks te doen.

*'Ik denk inderdaad dat als ik gedronken heb, dat makkelijker naar boven komt, of dat er zo een situaties zich sneller voordoen.'* (respondent 5)

*'Alcohol was toen wel, ik had het niet gedaan als ik niet gedronken had', 'Alcohol geeft wel een confidence boost, het geeft wel sowieso dat extra stapje om het te doen.'* (respondent 7)

*'Ik denk dat dat vooral is om het voor mezelf acceptabeler te maken, want alé het is denk ik moeilijker om aan u eigen uit te leggen waarom ge dat zou doen, als ge dat niet voor de volle 100% zou willen of achteraf twijfels hebt. Ik denk dat ge voor uw eigen makkelijk een excuus gebruikt van 'ik was zat'.* (Respondent 5)

*'Ik heb zo het gevoel dat als ik alcohol gebruik als 'excuus', dat dan meer aanvaard wordt, uw grenzen worden dan vager, ge kunt sneller dingen doen waar ge daarna denkt van 'oei in mijn nuchtere had ik dat misschien niet gedaan'* (Respondent 1)

Deze antwoorden lopen gelijk met bevindingen uit de literatuur. Volgens Beres en Farvid (2010) wordt alcoholgebruik genoemd als een van de belangrijkste redenen die vrouwen geven voor het aangaan van casual seks. Door alcohol aan te voeren als de reden voor hun 'verminderde remmingen', proberen vrouwen hun casual seks sociaal acceptabeler te maken, een 'oversekste' seksualiteit te vermijden, en zichzelf te beschermen tegen het risico van negatieve etikettering die uitgaat van het gendergebonden seksuele systeem dat ze doorkruisen (Beres en Farvid, 2010).

Daarnaast getuigen respondenten 3 en 11 dat ze vooral op zoek gaan naar hun eigen plezier en genot. Respondent 10 getuigt dat ze voornamelijk op zoek gaat naar affectie en een zekere connectie met haar bedpartner. Respondent 2 deelt mee dat voor haar het hebben van een goede of slechte dag ook een invloed heeft op het maken van de beslissing om aan casual seks te doen. Ze beschrijft het als volgt: *'Ik denk dat als ik een slechte dag heb, dat ik meer drink en sneller iemand meepak.'*

Ook respondent 5 volgt haar hierin: *'Ik denk dat vrouwen sneller, als ze zich wat minder goed voelen of een confidence boost willen, dan seks hebben'*

Er is een link tussen deelnemen aan casual seks en de leeftijdscategorie 18 tot en met 25 jaar, door het gebruik van alcohol en drugs tijdens het uitgaansleven.

Respondent 4 omschrijft dit als volgend: *'Ik denk eerder door dat dat echt, als ge kijkt naar onze vriendengroep, hoe veel mensen wel al niet casual seks hebben gehad, dat dat gewoon meer sociaal aanvaard is en ook misschien bijna zelfs verwacht wordt van ons. Dat is zo precies van 'wow amai gij hebt nog nooit seks gehad met iemand waar ge geen relatie mee hebt'.*

### 3.2. Effecten van casual seks op de mentale gezondheid

Volgende vragen gaan over de link tussen casual seks en de effecten hiervan op de mentale gezondheid van de respondenten. Zo werd er bevraagd of dit altijd een goede beslissing was en hoe ze zichzelf achteraf hierover voelden. De meerderheid van de respondenten geeft aan dat het niet altijd een goede beslissing was. Van de elf respondenten getuigen tien dat ze achteraf wel eens met een gevoel hebben gezeten dat ze beter geen casual seks hadden gehad.

Respondent 2 getuigt: *'Het ergste dat er al gebeurd is, is dat ik het niet meer weet, omdat ik te zat was en dat geeft zo een heel fout gevoel naar mij toe, van ik heb precies iemand meegenomen en gebruikt om mee naar huis te nemen en omgekeerd, hij heeft mij gebruikt. Ge zijt er dan wel mee op ingegaan, maar ge hebt eigenlijk geen idee wat er allemaal gebeurd is. Ge weet niet meer wie wie wou doen of hoe dat dan juist tot stand is gekomen.'*

#### 3.2.1. Gevoelens van spijt en/of schaamte

Vervolgens werd bevraagd of de respondenten ooit gevoelens van spijt en/of schaamte hebben ervaren na casual seks. Zes respondenten getuigen dat ze al ooit eens gevoelens hebben gehad van spijt. Eén respondent getuigt dat ze zowel spijt als schaamte heeft ervaren na casual seks.

Respondent 5 zegt hierover: *'Soms heb ik wel het gevoel alsof er over mijn grenzen is gegaan, niet direct heel extreem. Niet dat ik het lichamelijk gesproken niet fijn vond, maar omdat ik in mijn hoofd*

*dacht van 'dit wil ik niet', maar, dat ik achteraf dacht van waarom doe ik dat dan, als ik dat niet echt wil.'*

Voor de overige vier respondenten merkte ik dat het moeilijk voor hun was om te benoemen dat er sprake is van schaamte en/of spijt. Zo verwoordden ze het liever luchtiger, een voorbeeld hiervan is bij respondent 6: *'Goh, spijt nooit echt, want ik heb het altijd gedaan omdat ik het wou in eerste instantie, maar achteraf had ik soms wel van het had niet nodig geweest, maar nooit echt spijt.'*

Deze gevoelens van spijt komen naar voor door de reacties van hun omgeving, maar ook ten opzichte van zichzelf, aldus respondent 11 *'En ja ook omdat mijn omgeving er zo een oordeel van heeft van oei had ge dat wel moeten doen.'*

Respondent 10 zegt hierover het volgende: *'Dan denkt ge echt shit ik heb daar seks mee gehad. Het is eerder dat ik meer beschaamd ben voor mezelf en minder voor wat de omgeving zou denken.'*

### 3.2.2. Omgaan met die gevoelens van spijt en/of schaamte

De respondenten gaan op verschillende manieren om met die gevoelens van spijt en/of schaamte. Respondent 3 probeert dit zo veel mogelijk te onderdrukken en hier niet te veel over na te denken.

Respondent 10 vermeldt dat ze er lacherig over doet nadat het heeft plaatsgevonden, om het op die manier te relativiseren naar zichzelf toe en te zeggen dat het allemaal niet zo erg is. Respondent 10 reageerde hierop: *'Goh dat is een goeie vraag, ermee lachen zou ik zeggen. Ermee lachen en zeggen goh waarom heb ik dat nu gedaan, met die persoon, wat dacht ik wel. Een beetje weglachen.'* Respondent 9 zegt dat ze hier voornamelijk over praat met haar vriendinnen, dit heeft een verlichtend gevoel voor haar. Daarnaast schrijft ze haar ervaringen neer.

Respondent 5 getuigt het volgende: *'Maar zoals ik al zei, als ik zo is seks had en dat niet per se zo graag wou, dan probeer ik wel achteraf voor mijn eigen na te denken van hoe komt dat dan dat ik dat heb gedaan, met wat heeft dat te maken dat ik dat dan toch doe, zo voor mijn eigen probeer ik daar wel over na te denken.'*

### 3.2.3. Bezorgdheden over gezondheid en/of veiligheid

Van de elf respondenten bevestigen acht respondenten dat ze zich al eens zorgen hebben gemaakt rond hun gezondheid. Dit uit zich in zorgen maken over een seksueel overdraagbare aandoening of een zwangerschap. Volgens Heldman en Wade (2010) is casual seks vaker ongepland. Zij beweren dat dit ongeplande karakter ervoor zorgt dat de kans dat men voorbehoedsmiddelen gebruikt kleiner is dan bij geplande seks, dit komt overeen met de antwoorden van de respondenten.

Respondent 5 en 9 vragen steeds aan hun bedpartners of ze weet hebben van een seksueel overdraagbare aandoening.

De drie respondenten die zich hierover geen zorgen maken, getuigen dat ze of geslachtsgemeenschap hadden met iemand die ze kennen of altijd gebruik maken van een condoom. Zo getuigt respondent 4: *'En SOA's zou ik misschien wat meer over moeten stressen, maar op zich, ik heb wel altijd expliciet gekozen voor mensen waarvan ik zei van 'als jij iets met iemand anders doet, allemaal oké, maar ik wil dat wel liever weten'.*

Vier van de elf respondenten hebben al eens een SOA test gedaan.

*'Ja, ik heb is schrik gehad voor een SOA en dan heb ik wel een SOA test gedaan omdat ik toch op een stevig tempo doorging en niet altijd super veilig was qua anticonceptie.'* (Respondent 2)

*'Als ik doorheb dat ik een paar mensen heb gezien in een korte tijd, met wie ik dan onveilig seks zou gehad hebben, dan doe ik sowieso om de drie of vier maanden een SOA test voor mezelf en voor andere personen. Of als ik vermoed dat die andere persoon niet eerlijk is over hun aantal of hoe veilig zij het*

*doen met andere mensen, dan doe ik ook sowieso een SOA test om zeker te zijn. Want ge weet het ook nooit zeker'* (Respondent 10)

Op vlak van condoomgebruik zien we vooral dat de respondenten dit zelf moeten voorstellen en/of bovenhalen.

*'Ik gebruik altijd een condoom, maakt mij niet uit, altijd. Ik ben meestal wel degene die zegt van condoom.'* (Respondent 6)

*'En als jongens het voorstellen zeg ik daar dan wel ja op. Maar veel hebben het gewoon niet mee of stellen het gewoon niet voor.'* (Respondent 11)

#### 3.2.4. Gevoelens van verlies van zelfwaardering

Wanneer er werd bevraagd of de respondenten wel eens gevoelens van verlies van zelfwaardering ervaren tijdens of na casual seks werd dit bevestigd. Respondent 4 haalt hierover een voorbeeld aan: *'Buiten als het dan natuurlijk, zoals een persoon zoals X, toch plots met anderen ook seks heeft, dan heeft casual seks op sommige vlakken wel slecht gedaan voor mij en mijn zelfvertrouwen, omdat ik dan dacht waarom ben ik niet goed genoeg? Dat was precies zo ik kon een keer en een keer niet en hij vloog al op iemand anders. Achteraf gezien weet ik ook dat die zo is. Ik heb me daar op zich niet zo, niet dat ik daarna zo was van omg ik ben super onzeker over mezelf nu, maar het doet ook niet goed aan uw zelfvertrouwen.'*

Ook bij respondent 2 zien we dat casual seks soms haar zelfbeeld beïnvloedt. Ze vertelt hierover: *'Vanaf dat ik met iets te veel mensen seks mee heb, dan denk ik wel van oei wat ben ik aan het doen, maar daarna is dat wel beter. Dan stop ik effe of dan probeer ik iemand effe vaster in te schakelen en dan merkt ge van ah ok, ik kan het ook stabiel houden, ik kan ook naar huis gaan zonder altijd met iemand mee te gaan of mee te nemen.'*

*'Ik voelde me wel echt 'gepakt en genomen', maar ook niet in het extreme dat ik me daar nu nog steeds kut over voel.'*

Ze zei daarnaast het volgende: *'Ik heb wel heel even het gevoel gehad dat ik precies alleen maar goed was voor de seks en daarom heb ik daarna ook de beslissing genomen om minder nonchalant daarmee om te gaan.'*

Deze seksuele objectivatie wordt bevestigd door respondent 7. Ze zei hierover het volgende: *'Ik denk gewoon dat ge als vrouw sowieso wordt geobjectiveerd.'*

Zo zorgt respondent 6 bijvoorbeeld dat ze het zelf in handen neemt. Zo kan ze verlies van zelfwaardering tegenhouden. Ze initieert het voornamelijk zelf. Ze getuigt: *'ik zorg gewoon zelf dat er nooit gevoelens komen omdat ik anders het gevoel heb van ik word hier inderdaad gewoon echt gebruikt. Ik weet niet, ik ben daar wel vrij oké mee voor mezelf, maar vanaf dat ik dat denk, blok ik dat gewoon af en ben ik daar echt oké mee. Ik kan mijn zelfwaarde daar wel makkelijk van loskoppelen.'*

Alle respondenten bevestigden dat ze hun seksleven goed konden loskoppelen van hun zelfwaarde. Zo getuigde respondent 5 dat ze dit niet koppelt aan haar waarde als persoon. Ook respondent 4 getuigt het volgende: *'Ik kon bij X ook heel makkelijk mijn eigenwaarde loskoppelen me wat ik deed bij hem, omdat dat totaal niet emotioneel was.'*

*Ik heb wel het gevoel dat ik mijn eigenwaarde makkelijk kan loskoppelen van mijn seksleven en aantal bedpartners. Ik zie dat echt heel hard als twee aparte dingen. Casual seks is echt een behoefte invulling voor mij. In mijn waarde zit ook meer liefde en dat zou ik er wel bij kunnen pakken, maar casual seks is*

*iets helemaal anders. Mijn zelfbeeld staat echt los van met hoeveel mensen ik seks heb.* (Respondent 2)

### 3.2.5. Of net bevrijdend en 'empowerend'?

Wanneer ik de respondenten vroeg of casual seks voor hun net bevrijdend en 'empowerend' kan werken en hun sterker laat voelen, bevestigden alle respondenten dit. Respondent 5 zei dat ze zich er enkele keren beter door voelde. Ook voor respondent 4 was casual seks voornamelijk een positieve belevenis.

*'Ge krijgt aandacht van een gast en die wilt seks met u en vindt dat ook nice en die doet dat ook opnieuw. Dus dat geeft u wel een soort van vertrouwen, zelfvertrouwen dan, in de zin van oké die vindt de seks met mij wel goed'* (Respondent 4)

Casual seks beïnvloedt voor respondent 10 voornamelijk haar zelfbeeld op een positieve manier; *'Bij mij wordt dat net in een positieve zin beïnvloed. Ik kom dan wel meer zelfzeker over voor mezelf, want ge hebt touche van iemand, dus dat is goed voor uw zelfvertrouwen, maar ook gewoon ge leert meer over uzelf ook op seksueel vlak. Meestal geven ze eens een complimentje, typisch dat jongens dat doen dus dat is wel aangenaam. Ge leert ook gewoon nieuwe mensen kennen soms of nieuwe inzichten. Dat vind ik wel aangenaam.'*

Ook voor respondent 9 is dit het geval. Zij zegt het volgende: *'Eigenlijk voel ik mij net sterker daardoor en krijg ik net meer zelfvertrouwen. Want ja die jongens zijn gewoon zielig en die hebben seks met mij. Zo zie ik dat meer. En niet van ik ben gemakkelijk ofzo.'*

De antwoorden van de respondenten zijn gelijkend aan het onderzoek van Katz en Schneider (2013). Volgens hun kan casual seks bij sommige mensen leiden tot gevoelens van vrijheid, empowerment en zelfontdekking. Het kan bijdragen tot het verkennen van seksuele verlangens en het vergroten van het zelfvertrouwen (Katz & Schneider, 2013). Dit was het geval voor de respondenten.

### 3.2.6. De beste aspecten aan casual seks

Er zijn verschillende redenen om aan casual seks te doen, zoals meer kennis verkrijgen over je eigen seksualiteit, je seksuele behoeften invullen, uw houding tegenover seks positief beïnvloeden, meer te weten te komen over wat je aangenaam vindt. Het normaliseren van casual seks kan ervoor zorgen dat je seks kan loskoppelen van je eigenwaarde enzovoort. Bij het bevragen hiernaar werden dan ook verschillende antwoorden gegeven door de respondenten.

Verschillende respondenten gaven aan dat het feit dat er niets aan vasthangt en dat je er geen emotionele relatie voor moet aangaan hun aanspreekt. Wanneer de respondenten seksuele behoeftes hebben kan dit ingelost worden door casual seks.

Respondent 3 geeft weer dat ze door casual seks heeft geleerd wat ze leuk en minder leuk vindt. Ook respondent 4 geeft aan dat ze op deze manier kan experimenteren wat betreft seksuele verlangens. Respondenten 2 en 7 geven het tegenovergestelde aan. Zo zegt respondent 7: *'Met iemand die ge gewoon 1 keer ziet, dat is leuk en dat is tof, maar daaruit leer ik niks.'*

Respondent 2 geeft dan weer aan dat ze naast het seksuele ook op zoek gaat naar affectie.

Respondent 9 getuigt het volgende op de vraag wat de beste aspecten zijn aan casual gedrag: *'Dat het zo een onverwachts gegeven kan zijn. Dat onverwachte vind ik wel leuk, zo een verrassing. Dat ge zo niet weet hoe de avond gaat eindigen. Elke persoon waar ge seks mee hebt is anders en iedereen doet ook iets anders. Ge leert ook gewoon inderdaad meer kennen van dit vind ik leuk, dit vind ik minder mijn ding, hier wel maar dan moet er zo een aanpassing gebeuren.'*

### 3.3. De ervaringen omtrent maatschappelijke en sociale attitudes

#### 3.3.1. Het bestaan van een seksueel dubbele standaard

Wanneer er werd bevraagd of er anders wordt gepraat over seks en seksuele ervaringen tussen jonge mannen en jonge vrouwen werd dit bevestigd. Het grote verschil ligt voornamelijk in de manier waarop er wordt gepraat over seks en seksuele ervaringen. Verschillende respondenten geven aan dat mannen het voornamelijk luchtig en vaag houden bij zulke onderwerpen. Ze zijn hierin minder open en gaan minder gedetailleerd vertellen, wat verschillend is van de respondenten. Zij geven allemaal aan dat ze hier allemaal open en diepgaand over praten. Er wordt volgens respondent 4 door mannen meer gepronkt over hun seksleven tegen mannelijke vrienden. Respondent 5 voegt hieraan toe: *'ik zit ook in de jeugdbeweging en in de leidingsploeg, ge hoort die gasten dan van ahja hebt gij met die gepoept?, dat is echt een trofee voor sommigen en dat is voor meisjes minder snel.'* Respondent 8 bevestigt dit en heeft het idee dat mannen dit meer als een overwinning zien.

Het grote verschil volgens de respondenten is dat er bij de vrouwen met meer respect wordt gepraat over hun seksleven en minder veroordelend. Vrouwen vertellen makkelijker tegen vriendinnen wanneer er iets is op seksueel vlak, zoals rond onzekerheden. Dit wordt gestaafd door respondent 3: *'Ja, ik denk dat vrouwen daarin meer dieper gaan. Zij geven meer details, maar mannen geven minder details daarin. Mannen blijven wat meer op de oppervlakte en zeggen zo van ja ik heb daar seks mee gehad en het was leuk, terwijl wij een heel verhaal beginnen vertellen.'*

Respondent 3 gaf duidelijk aan dat vrouwen sneller worden bestempeld, terwijl het voor mannen volgens haar normaal is om veel bedpartners te hebben. Volgens haar wordt seks door vrouwen onmiddellijk als iets negatiefs gezien. De seksuele dubbele standaard kent voor mannen een andere status toe dan voor vrouwen. Respondent 6 staft dit met een specifiek voorbeeld: *'Ja, het is wel algemeen geweten dat als een vrouw seks heeft met verschillende mannen dan wordt die gezien als een hoer en als een man dat doet is dat zo van ah goe.'*

Respondent 10 bekrachtigt dit: *'Ja, ik ben vrij zeker dat vrouwen als minder aantrekkelijk worden beoordeeld als ze een hoge bodycount hebben in vergelijking met mannen'.*

(bodycount=aantal bedpartners)

Ook respondent 9 getuigt: *'Het verschil in meningen is er. Bij meisjes wordt daar veel meer gewicht aan gehangen dan jongens. Zowel van meisjes zijnde uit als van jongens zijnde uit, als bij mijn vrouwelijke vriendinnen die zeggen van 'oh die heeft een hoge bodycount' en dat kan wel zo iets zijn, maar dat is iets wat bij die jongen hoort als in, dat staat los van die zijn persoonlijkheid, of toch meer los. Terwijl bij meisjes is dat direct iets waar een connectie aan gemaakt wordt van 'oh nee dat is wel echt een bitch of een slet, want moest ge nu iets weten, die heeft zoveel bedpartners'. Alsof heel haar persoonlijkheid daarom draait.'*

Respondent 1 getuigt dat je als vrouw wordt beoordeeld door de twee geslachten, door zowel mannen als vrouwen. In tegenstelling tot mannen, die enkel worden beoordeeld door vrouwen. Dit komt doordat wij dit onbewust hebben gesocialiseerd en om die reden is het voor mannen sociaal acceptabeler volgens haar.

#### 3.3.2. Enkele stellingen rond de seksueel dubbele standaard

De respondenten kregen drie stellingen over de seksueel dubbele standaard waarover ze hun mening moesten geven. **De eerste stelling ging als volgt 'Ik heb het gevoel dat ik controle heb over wat er gebeurt tijdens casual seks. Ik kan mijn behoefte op een zelfverzekerde en respectvolle manier duidelijk maken tijdens casual seks'**

Er wordt door de respondenten aangegeven dat casual seks voornamelijk bestaat tussen twee personen en je op die manier nooit de gehele controle hebt over de seksuele interactie. Zo getuigt respondent 5: *'Ik denk dat ge u eigen erbij moet neerleggen als ge casual seks hebt, zeker met verschillende mensen, dat er dan geen vast script aanhangt.'*

Ook respondent 6 bevestigt dit: *'Ja, ge kunt nooit alles in de hand hebben, maar op dat vlak sta ik wel vrij sterk in mijn schoenen als ik het niet wilt of als ik het beu ben of ik ben er klaar mee, ik communiceer daar altijd heel open over. Ik ben heel duidelijk in wat ik wil en wat ik niet wil, ik praat ook met die mensen dan. Ik heb echt nog nooit een misverstand gehad, het is gewoon altijd heel duidelijk en oké geweest.'*

Bij respondent 6 is er duidelijk sprake van seksuele assertiviteit. Terwijl er bij respondent 3 eerder sprake is van ....: *'Ik heb wel vaak gedacht van 'oei wat gebeurt er nu', maar ge wilt die personen ook niet kwetsen, dus ge denkt van oké het gaat hier toch bijna gedaan zijn. Ge bent ook niet helemaal op uw gemak bij die personen, ge bent moe, ge hebt wat gedronken, dat maakt het zo moeilijk voor mij om te zeggen wat ge graag hebt of minder graag hebt.'*

Respondent 3 is hierin niet alleen, de negen andere respondenten geven ook aan dat ze het moeilijk vinden om hun grenzen aan te geven, om er iets van te zeggen tegen hun bedpartner indien ze iets niet leuk vinden. Uit de literatuur blijkt ook dat er van vrouwen verwacht wordt dat ze controle uiten over hun seksuele driften en zich afwachtend, passief en machteloos opstellen (Emmerink, et. al., 2018).

Er is een verschil in bespreekbaarheid tussen wanneer de respondenten iets leuk vinden en niet leuk vinden. Zo zijn de respondenten sneller geneigd tegen de bedpartner te zeggen wat ze niet leuk vinden. Maar ze vinden het vaak niet de moeite om aan te geven wat ze aangenaam en fijn vinden in bed, aangezien het dikwijls bij één keer blijft.

Daarnaast zien we ook dat alcoholgebruik een onderscheid maakt in de bespreekbaarheid. Zo getuigt respondent 9: *'Er zijn wel al dingen gebeurd waarvan ik dacht 'wow nuchter zou dat niet gebeurd zijn'.* Ook voor respondent 8 is dit het geval: *'Als ge wat meer gedronken hebt, denkt ge daar wat minder over na. Maar als ge nuchterder zijt, zeg ik sneller 'oh nee, dit vind ik niet leuk'*

***De tweede stelling ging als volgt 'Een jonge man heeft meer ruimte om seksueel genot op te eisen tijdens casual seks dan een jonge vrouw'.***

Er wordt door de respondenten aangegeven dat het nu eenmaal fysiek makkelijker is om klaar te komen als man zijnde tegenover een vrouw. Volgens de respondenten klopt de stelling wel, dat een jonge man meer ruimte heeft om seksueel genot op te eisen tijdens casual seks dan een jonge vrouw. Tevens zeggen ze dat beide geslachten het recht hebben op seksueel genot en is het belangrijk dat beide partijen dit respecteren. Tot slot moet er volgens hen gecommuniceerd worden over hun wensen en grenzen.

Respondent 5 getuigt hierover: *'Maar bij casual seks, het is echt wel vaak klaar als de man klaar is. Ik heb wel een keer het gevoel gehad van dit is puur gewoon voor zijn behoefte en voor de rest niks. Ik had wel het gevoel van oké die had gewoon goesting en ik liep toevallig voorbij en hij had zijn zinnen op mij gericht. Dat had ik wel. Op het moment zelf had ik echt van 'oké die is hier voor zichzelf'. Ik denk dat voor veel mannen casual seks is 'ik doe wat ik wil, tot dat ik er klaar mee ben en de vrouw moet maar haar plan trekken'.*

Respondent 10: *'Het is gewoon makkelijker om seksueel genot op te eisen als jongen. Als ze klaarkomen gaan ze heel snel zeggen 'het is gedaan'.*

Respondent 9: *'Ik heb wel altijd het gevoel dat met de mensen waarmee ik seks heb gehad, die dachten ook wel aan wat ik leuk zou vinden. Ik heb ook al meerdere keren gehad dat een jongen aan mij vroeg*

wat wilt jij. Dan kan ik dat ook wel verwoorden, waardoor uw casual seks ook een goeie ervaring wordt.'

**De derde stelling: 'Is er volgens jou een verschil tussen de ervaringen van jonge mannen en jonge vrouwen op vlak van casual seks? Denk je dat jonge mannen minder last hebben van de seksueel dubbele standaard?'**

De respondenten zeggen dat dit persoons- en contextafhankelijk is.

Zo zegt respondent 9 het volgende: *'Die affectie bijvoorbeeld, dat hangt af van in welke setting casual seks plaatsvindt. Als dat op iemand zijn kot of bij iemand thuis is, dan is dat wel iets waar ik behoefte aan heb, maar als dat op verstopte openbare plaatsen is, heb ik daar veel minder behoefte.'*

Respondent 3: *'Ja, uiteindelijk willen ze wel allebei hetzelfde, maar vrouwen willen soms meer diepgang en emotionele affectie en dat knuffelen en voor sommige mannen hoeft dat niet echt.'*

Respondent 7: *'Persoonlijk heb ik al gemerkt dat mannen dat ook wel nodig hebben dat affectie deel en dat dat niet enkel vrouwen zijn.'*

Uit de antwoorden van de respondenten kunnen we stellen dat het niet waar is dat jonge mannen en jonge vrouwen per definitie verschillende dingen willen tijdens casual seks. Seksuele verlangens en voorkeuren zijn persoonlijk en kunnen verschillen van persoon tot persoon, ongeacht geslacht of leeftijd.

Uit de voorgaande antwoorden door de respondenten omtrent de seksuele dubbele standaard zien we een sterke gelijkenis met de literatuur. Zo is er een bekende link tussen casual seks en de seksuele dubbele standaard. Deze verwijst namelijk naar de verschillende normen en verwachtingen die worden toegepast op mannen en vrouwen als het gaat om seksueel gedrag. Deze dubbele standaard kan leiden tot ongelijke machtsverhoudingen tussen mannen en vrouwen in seksuele relaties, waarbij mannen meer vrijheid hebben om seksuele ervaringen na te streven en vrouwen meer geconfronteerd worden met de negatieve gevolgen van deze dubbele standaard (Emmerink, et. al., 2018). De respondenten waren het hier nagenoeg over eens.

### 3.3.3. De rol van sociale contacten

Wanneer ik de respondenten vroeg of ze wel eens gelogen of iets verzwegen hebben over hun seksleven kreeg ik wisselende antwoorden. Zo geven vijf respondenten aan dat ze dit wel eens gedaan hebben. Dit om verschillende redenen, zoals: schaamte, omdat anderen dit niet hoeven te weten, angst voor de reacties van vriendinnen en omdat een bedpartner dit vroeg.

Respondent 1 daarentegen geeft toe dat zij niet per se expliciet gelogen heeft over haar seksleven, maar er wel eens voor heeft gekozen om bepaalde informatie strategisch te verbergen, zoals haar hoeveelheid bedpartners. Zo zou ze in het bijzonder dit verzwegen hebben tegen vriendinnen die haar daarover beoordelen: *'Dus ja ik heb een supergrote lijst en daar heb ik wel al eens over gelogen. Tegen vriendinnen waarvan ik weet dat die gaan judgen. Dat zijn dan wel niet mijn close vriendinnen. Dat zijn eerder meisjes zelfs.'*

Respondent 5 geeft het volgende aan: *'Ik heb het ook al is gehad dat als ze zo anders reageerden dan ik had verwacht, dat ik zo sommige dingen anders vertel'*.

Zowel respondent 1 als 10 getuigen dat ze zouden liegen of een minder groot aantal bedpartners zouden zeggen dan wat het in werkelijkheid is: *'Nee, ik denk dat ik dat wel later zou doen, maar nu voorlopig nog niet. Ik denk dat ik dat afhankelijk van de persoon, als die persoon weinig ervaring heeft en nog maar 2 of 3 mensen heeft gehad, denk ik dat ik mijn getal een beetje lager zou doen. Merk ik*

*dat het ook iemand is die wat meer geniet van het leven, dan zou het mij minder schelen. Ik denk dat ik dan rekening zou houden met wie de persoon voor mij is.'*

Hierna werd er gevraagd of ze deze ervaringen tegen al hun vrienden achteraf zeggen. De respondenten bevestigen dat ze dit vertellen tegen hun vrienden. Respondent 2 zegt hierover het volgende: *'Maar als die dat niet gaan vragen of het is niet een onderwerp waarover gesproken wordt op dat moment, ga ik dat niet heel bewust zeggen.'*

Respondent 8 getuigt over haar vriendengroep het volgende: *'Ik ben ook zeker niet de enige binnen mijn vrienden- en vriendinnengroep die aan casual seks doet. Dus ja, ik heb daar gewoon geluk in, dat ik de juiste vrienden heb gekozen en ook dat daarover gebabbeld kan worden'*

Toch zou respondent 7 dit niet tegen al haar vriendengroepen zeggen: *'Zo mijn vrienden van Z, ik zou het niet tegen iedereen zeggen, ik denk wel dat sommige mensen zoiets zouden hebben van hm.'*

Er wordt door alle respondenten wel een onderscheid gemaakt tussen goede vrienden en vrienden die ze niet frequent zien en afhankelijk daarvan vertellen ze hun ervaringen op vlak van casual seks.

Toen ik de respondenten vroeg of ze dachten dat jonge vrouwen meer bewust bezig zijn met het maken van keuzes in hun seksuele gedrag tegenover jonge mannen, werd er niet echt een sluitend antwoord op gegeven. Zo getuigt respondent 6: *'Ik weet dat niet zo goed, ik denk dat dat eerder van persoon tot persoon afhangt en niet zo van geslacht. Ik denk dat dat iets heel persoonlijks is.'*

Zeven respondenten geven duidelijk aan dat jonge vrouwen hierover bewustere keuzes maken. Respondent 10 zegt het volgende: *'Goh, ik denk dat vrouwen wel kritischer gaan zijn met wie ze seks hebben of met wie ze daten. En dat mannen meer kijken naar vinden we die aantrekkelijk, oké laten we het gewoon doen.'*

Hierna werd er bevraagd of de respondenten nadenken over hun seksuele reputatie en of ze zich hier al dan niet zorgen over maken. Vijf respondenten geven aan dat ze hier niet bewust over nadenken of zich zorgen over maken. Dit omdat ze zich weinig aantrekken van de mening van anderen.

Toch geven vier respondenten aan dat ze hier wel mee bezig zijn. Respondent 4 getuigt hierover het volgende: *'Maar ik ben daar wel soms mee bezig, in de zin van dat ik niet weet van oei is wat ik doe wel goed, of achteraf dat ge zo denkt van oei dat had ik misschien niet moeten doen. Ik ben daar op dat vlak wel mee bezig, maar niet per se over hoe dat dat in de wereld overkomt, maar hoe dat dat op die gast overkomt. Dat wel.'*

Respondent 9 heeft voor zichzelf een regel opgesteld waaraan ze zich ieder jaar vasthoudt, op deze manier blijft het voor haarzelf aanvaardbaar. Deze regel gaat als volgt:

*'Hetgeen wat ik zo heb, dat is een hele subjectieve berekening, ik denk altijd ik heb seks gehad vanaf die leeftijd en dan tel ik op tot hoe oud ik nu ben en dat getal maal 2 daar wil ik niet over gaan. Bijvoorbeeld ik heb seks gehad toen ik 15 jaar was, dus ik mag niet hoger gaan dan 16 voor dat ik 23 ben. Dat is echt een hele gekke berekening. Dat is echt iets wat ik voor mezelf gedaan heb, omdat ik zo iets had van het is echt wel logisch. Eerst dacht ik van ik wil per jaar dat ik seksueel actief ben maximum 1 partner, maar dat is eigenlijk ook niet logisch, want er zijn 365 dagen op een jaar en een jaar is lang, en dan dacht ik als ge dat maal 2 doet, dan is dat precies een logisch gegeven. Dat is voor mij de grens van aanvaardbaar voor mij. Die som op basis van hoe ik ben als persoon, want ik dacht wie ben ik als mens en hoe gedraag ik mij. En zo de grens van dit is voor mij aanvaardbaar en dit niet meer.'*

Twee respondenten, namelijk 2 en 8 getuigen dat ze zich een bepaalde periode in hun leven zorgen hebben gemaakt over hun seksuele reputatie, maar op dit moment niet meer. Zo zegt Respondent 2 dat ze in het verleden hier wel meer rekening mee hield, zo wou ze dat haar aantal bedpartners niet boven de 20 zou komen, maar eenmaal ze dit getal had bereikt heeft ze dit losgelaten. Ook respondent 8 maakte zich een tijdje zorgen over haar seksuele reputatie: *'Er was zo een periode, toen ik echt een*

*deftig aantal had, dat ge op een gegeven moment wel zo iets hebt van oei misschien is het efkes wel tijd om tijd met mezelf te spenderen en op het gemak alles te doen. Dus ja, maar niet van ik wil niet hoger gaan dan dat getal.'*

#### 3.3.4. De impact van slutshaming

Wanneer ik de respondenten vroeg wat zij verstaan onder het woord 'slet' of welke kenmerken zij denken dat er maatschappelijk gekoppeld wordt aan dit woord, kwamen er uit alle interviews deze eigenschappen naar voor. De factor welke de respondenten als meest belangrijke vonden was het aantal bedpartners van de vrouw in kwestie. Toch konden de respondenten geen concreet antwoord geven op wat nu precies 'veel bedpartners' zijn. Naast aantal bedpartners was ook 'makkelijk zijn' een terugkerende, belangrijke eigenschap. Respondent 3 zegt hierover: *'Ja, gewoon iemand die gemakkelijk is.'*

Naast dit seksuele gedrag was een andere eigenschap opvallend: een aanwezige houding in sociale situaties. Zoals een trotse houding over seksueel gedrag bij vrouwen, een soort 'aandacht vragende' houding werd door respondenten opgemerkt als gedrag dat men ook als 'sletterig' ziet. Respondent 3 zei hierover: *'Iemand die heel veel mensen wil verleiden voor seks.'*

Daarnaast getuigt Respondent 4: *'Maar ook de manier van doen, als gij op een podium, waar vlak onder gasten onder staan, een beetje met uw poep gaat beginnen dansen. Zo iemand die nogal open is, geen super timide, verlegen meisje'*

Tot slot werd door respondent 8 ook vreemdgaan als sletterig benoemd. De implicatie hierachter is dat een 'slet' weinig moraal en loyaliteit zou hebben, en dus ook eerder zou vreemdgaan dan niet-'sletten'.

Op de vraag aan welke uiterlijke kenmerken een 'slet' voldoet was er veel consensus onder respondenten. Hun beschrijving was: een vrouw die veel (opvallende) cosmetica gebruikt en blote kleding zoals laag uitgesneden tops of korte rokjes draagt. Respondent 5: *'Of als iemand een blote buik heeft of een broek met een low waist, dan komt dat ook wel is naar boven. Niet dat ik zo denk, maar dan hoor ik dat sommige mensen zeggen.'*

Respondent 4 zegt hierover: *'ik denk dan persoonlijk aan fel bloot gekleed zijn, het wel zo wat uitdagen bij de gasten.'*

Wel werd er expliciet benoemd door de respondenten dat alleen deze uiterlijke kenmerken vaak niet genoeg waren voor het label van 'slet'. Dit uiterlijk vertoon zou het vooroordeel van 'sletterig zijn' opleveren, maar het aantal bedpartners en de houding van vrouwen bleef volgens hen centraal staan bij het benoemen van een 'slet'.

Wanneer ik aan de geïnterviewden vroeg wat zij onder het woord 'slutshaming' verstaan, hadden ze hierover een gemeenschappelijke opvatting en kwam dit sterk overeen met de wetenschappelijke literatuur, *'Dat mensen geshamed worden omdat ze heel veel seks hebben of omdat ze zich heel seksueel gedragen tijdens het uitgaan, met dansen'* (Respondent 6).

Respondent 1 heeft een gelijkaardige beschrijving, maar koppelt hieraan ook een gevoel: *'Dat meisjes snel als slet worden bestempeld. En als ge bestempeld wordt, dat ge u daarvoor ook zou moeten schamen.'*

Wanneer aan de respondenten wordt gevraagd of ze iemand kennen die door hun omgeving wordt gezien als een 'slet' en hier bij gevolg ook labels of etiketten worden opgeplakt, wordt dit door hun allemaal bevestigd. Zo getuigt respondent 5 het volgende: *'ik heb wel een paar vriendinnen die veel sekspartners hebben gehad en dan is dat al snel door de jongens van dat is een hoer of dit of dat.'* Ook respondent 3 kent iemand in haar dichte omgeving waar een label wordt opgeplakt: *'Een vriendin van*

*mij, die had dan seks met twee jongens van de scouts en geven ze daar dan bijnamen voor zoals de take-away.'*

Respondent 8: *'Ik heb wel al geweten dat ze zeiden over vriendin X van dat is wel echt niet gezond en niet oké. Dus wel zo wat die judgy kant op. Vriendin X heeft wel een periode gehad, maar ik zeg het dat is gewoon een vrouw die heel veel seks heeft en dat is dan niet normaal en mensen vinden dat raar en beginnen daar termen op te plakken.'*

Opmerkelijk is dat verschillende respondenten getuigen dat personen in hun dichte omgeving hiermee te maken krijgen, maar dat de personen in kwestie hier vaak geen weet van hebben.

Op de vraag of de respondenten zelf te maken kregen met 'slutshaming' kreeg ik diverse en instemmende antwoorden. Respondent 3 haalt verschillende voorbeelden aan: *'Mijn vriendje waar ik nu mee samen ben zei in het begin toen wij nog aan het daten waren tegen mij dat ik eerder voor hem echt wel een slet was. En de jongens van de scouts hebben mij soms wel 'makkelijk' genoemd toen ik in mijn puberjaren met veel jongens aan het kussen was. Mijn ex zei toen het net uit was 'het is nog maar 5 minuten uit en ge bent de slet aan het uithangen', toen ik met een jongen seks had gehad.'*

Ook respondent 2 werd hier mee geconfronteerd door een vriend: *'Een vriend van mij zei tegen mij ooit wel eens 'Stop is met al mijn vrienden af te neuken'.*

Net zoals respondent 9: *'Wij hadden net seks gehad, ik doe mijn kleren terug aan. En toen zei die 'ja seg X, eigenlijk kunt u toch ook wel de hoer uithangen he'. Ik heb toen gezegd van 'Hallo wie denkt u wel dat u bent dat u zo iets moogt zeggen over mij'. Ik heb ook gezegd van 'dat is echt niet oké'.*

De respondenten gaan hier op verschillende manieren mee om, zo getuigt respondent 4 het volgende: *'Ik ben op dat vlak iemand die dat niet te hard aan mijn hart laat komen, dat waren ook allemaal mensen die ik niet kende. Dus ik was zo van 'de mensen die mij niet kennen, moeten daar niet over judgen. Ge wilt niet zo gezien worden als u dat eigenlijk niet bent. Het is niet dat ik daar ooit rond geweest heb.'*

Respondent 9 bespreekt die ervaringen met haar dichte omgeving, waardoor ze zich erkent voelt in haar gevoelens: *'Ik bespreek dat met mijn goeie vrienden, dus dat verlicht wel keihard dat gevoel, dat die ook zijn van 'X dit is echt niet oké dat mensen zo iets zeggen'. Dus hun reactie dat die akkoord waren, dat deed me wel deugd. Dus ik voelde van oké ik ben hier niet aan het overdrijven, maar dat mijn reactie echt wel gegrond is van 'hallo waar is uw respect?', dat is echt wel het minste. En ik schrijf ook veel, ik schrijf dat een beetje van mij af. Ik denk dan van u hebt eigenlijk van ter voren nooit een belangrijke plaats in mijn leven gehad, dus waarom zou uw mening mij dan zo hard moeten raken. Als ik van u geen advies zou aannemen, dan neem ik van u ook geen lelijke woorden aan.'*

Daarnaast getuigt respondent 2: *'Ik moest daar vooral mee lachen toen ik die opmerking hoorde.'* Ook dit is een manier om met de directe aanraking van stigmatisering om te gaan.

Op de vraag of vrouwen meer te maken krijgen met 'slutshaming' door mannen of door andere vrouwen, waren de respondenten het nagenoeg eens: een combinatie van beide. De meeste expliciete voorbeelden die respondenten noemden van 'slutshaming' waren wel vaker afkomstig van mannen dan vrouwen, maar ook de laatste groep zou dit gedrag duidelijk vertonen.

Respondent 10 zegt hierover: *'Eigenlijk kunnen vrouwen dat evengoed ook doen. Zo wat achterbaks en achter de rug zeggen van 'oei die heeft er al 20 gehad, wat een slet'.*

Vrouwen doen zelf ook aan 'slutshaming'. Het is een manier om zichzelf te beschermen tegen eigen stigmatisering en dit door andere vrouwen als seksueel minderwaardig neer te zetten (Goffman, 1963). Er werden heel wat verscheidene oorzaken genoemd voor deze onderlinge 'slutshaming' tussen vrouwen. Een van de oorzaken is het vergelijken met andere vrouwen en je afgunst uitdrukken tegenover deze vrouwen.

Respondent 5 zegt het volgende: *‘Of in het geval van mijn vriendin dan, dat zij dat durft, een story zetten met een blote buik, dat andere mensen dat durven en jij dat gek vindt en daarmee misschien op die manier gaat reageren.’*

Ook het verschil tussen mannen en vrouwen wordt bovengehaald door de respondenten.

Respondent 4 getuigt: *‘Vrouwen zijn op dat vlak gewoon feller tegen elkaar, dat kan ook heel lang aanslepen. Dat is omdat wij meer met gevoelens bezig zijn en wij trekken daar ons meer van aan en dat komt harder binnen. Ge bent sneller gekwetst dan een gast gekwetst gaat zijn door iemand.’*

Respondent 7 bevestigt dit: *‘Persoonlijk vind ik dat vrouwen meer jaloezie tonen dan mannen. Ik denk dat mannen minder caren over zaken waar vrouwen wel over caren. Dat is misschien seksistisch, maar dat is mijn eigen ervaring. Ik denk dat vrouwen vaker jaloers zijn en slecht praten achter elkaars rug.’*

Een andere oorzaak waarom vrouwen onderling ‘slutshamen’ is te wijten aan het eigen zelfbeeld. Zo getuigt respondent 8: *‘Ik denk ook zo uw eigen zelfbeeld, dat dat er ook mee te maken heeft. Ik denk als ge zo zelf niet goed in uw vel zit, het is dan makkelijker om over iemand anders iets negatiefs te zeggen, dan stil te staan bij uw eigen.’*

Verschillende respondenten merken op hoe ‘slutshaming’ voortkomt uit het jaloers zijn op de mannelijke aandacht die ‘sletten’ ontvangen. Respondent 5 bevestigt dit: *‘Dat komt uit jaloezie en uit eigen onzekerheid. Bijvoorbeeld, als ge een vriend hebt als vrouw en er is een ander meisje dat daar wat interesse in toont, dan ga je rap zeggen ‘die slet moet van mijn lief blijven’. Ik denk dat dat vaak uit eigen onzekerheid voortkomt.’*

Daarnaast proberen vrouwen ook een onderscheid te maken tussen zichzelf en vrouwen die volgens de maatschappij worden gezien als een slet. Dit doen ze door termen te gebruiken. Respondent 9 deelt mee: *‘Als ge dat zelf ook doet casual seks hebben, maar de persoon waarover het gaat heeft een hogere bodycount dan u, om zo toch maar niet tot haar categorie gerekend te worden, van oké ge kunt casual seks hebben, maar jij spant wel echt de kroon. Zo van ik heb casual seks, maar dat is nog wel op ene deftige manier, tegenover dat van ‘dat is erover’. Ik denk dat dat er wel ergens mee te maken heeft.’*

Als laatste kan ‘slutshaming’ te wijten zijn aan de denkpatronen rond vrouwen en seksualiteit die ten grondslag liggen in onze maatschappij. Respondent 3: *‘En misschien ook wel bepaalde denkpatronen die we door de maatschappij meekrijgen.’*

Respondent 10 zegt hierover: *‘Maar misschien kan het ook zijn omdat ze meer conservatief zijn. Ik zou zeggen dat dat misschien verwacht wordt, of dat ze een bepaald beeld hebben of in het algemeen in de maatschappij dat er een bepaald beeld wordt gecreëerd rond vrouwen dat ze niet veel seks hebben of niet veel seks mogen hebben. Dat ze onderdaniger moeten zijn en respect moeten hebben voor elkaar en seks met veel mannen is niet veel respect voor uzelf als vrouw. En dat dat beeld nog te veel is ingeramd in de maatschappij, dat daarom zowel mannen als vrouwen dat zo zien ondanks ge als vrouw kunt ge dat zo zien.’*

Wanneer aan de respondenten wordt bevraagd of ze zelf negatief kijken naar vrouwen en hun seksuele activiteiten, verkrijgen we hier verschillende antwoorden op. Zo geven vier respondenten aan dat ze dit niet doen. Zo zegt respondent 6 het volgende hierover: *‘Nee, ik support echt iedereen, kan mij echt niet schelen, doe wat ge wilt, als ge maar gelukkig bent.’*

Vervolgens geven zeven respondenten toe dit wel al eens gedaan te hebben, maar ze geven onmiddellijk aan dat ze hier bewuster van proberen te zijn en dit proberen te vermijden.

Respondent 5 getuigt: *‘Ik probeer dat niet te doen, maar misschien af en toe toch wel. Dat ge zo onwillekeurig vrouwen voor dezelfde acties misschien iets anders gaat bekijken dan wanneer mannen dat zouden doen. Ik let daar wel op, maar ik denk af en toe in mijn omgeving dat dat onwillekeurig naar boven komt. Dat is eerder omdat ik zelf totaal niet zo ben, gewoon eerder dat ik mijn eigen daar moeilijk*

*mee kan identificeren. Dat is een beetje hetzelfde met uw eigen onzekerheden, die ge dan gaat projecteren op anderen.'*

Drie respondenten geven duidelijk aan dat ze dit sneller doen bij personen die ze niet leuk vinden of waarmee ze niet overeenkomen. Respondent 1 getuigt: *Ik zou misschien zelf eerder iemand een slet noemen als die seks heeft gehad met iemand die ik wou. En als ik zo weet dat die met veel andere sekst dan zou ik zo zijn van ja dat is een slet, maar dat is eerder gewoon omdat ik gekwetst ben.'*

Toch kunnen we vaststellen dat jonge vrouwen niet altijd op de hoogte zijn van het gedrag dat ze stellen en onbewust zelf aan slutshaming doen.

## 4. Discussie

In dit hoofdstuk maak ik ten eerste een reflexieve en comparatieve synthese van de data uit het resultatenhoofdstuk. De opbouw van het resultatenhoofdstuk wordt daarin aangehouden. Tenslotte formuleer ik de sterktes en beperkingen in het onderzoek en de aanbevelingen voor toekomstig onderzoek. Echter is het van belang om te erkennen dat de resultaten bekomen uit dit masterproefonderzoek niet generaliseerbaar zijn, aangezien er maar op beperkte schaal een bevraging werd uitgevoerd.

### 4.1. Synthese van de data

De elf heteroseksuele vrouwen met wie ik over casual seks sprak verschilden onderling van elkaar in studierichting, seksuele activiteit, persoonlijke ervaring met de seksuele dubbele standaard en 'slutshaming'. Wel waren ze het allemaal over één ding eens: de seksuele dubbele standaard en 'slutshaming' van vrouwen bestaat nog steeds alomtegenwoordig bij hun deelname aan casual seks. Ook kenden zij, mits ze het persoonlijk niet hadden ervaren, vrouwen die gelabeld en gedenigreed werden als 'sletten', of andere typeringen met eenzelfde betekenis. Ze lieten allemaal blijken het niet eens te zijn met deze seksuele dubbele standaard en het bestaan van 'slutshaming', maar leken de aanwezigheid van deze fenomenen wel geaccepteerd te hebben. Hieronder volgt een reflexieve en comparatieve synthese van de data uit het resultatenhoofdstuk.

Hieronder volgt een antwoord op de eerste onderzoeksvraag: 'Wat zijn de effecten van casual seks op de mentale gezondheid?'

Het effect van casual seks op de mentale gezondheid varieert van respondent tot respondent en is afhankelijk van verschillende factoren, zoals de context van de seksuele ontmoeting, de persoonlijke overtuigingen en waarden van de betrokkenen en de frequentie en duur van de seksuele relaties. Sommige respondenten voelden zich na een casual seksuele ontmoeting bevredigd en positief, terwijl er ook enkele waren die schaamte, ontevredenheid of spijt ervoeren. Het was opvallend dat verschillende respondenten het moeilijk vinden om het gevoel 'spijt' te benoemen, zo verwoordden ze het zelf liever luchtiger. Langdurige en frequente betrokkenheid bij casual seksuele activiteiten kan leiden tot een gevoel van leegte en het verlies van het vermogen om een emotionele band met iemand aan te gaan, dit was vooral het geval bij respondent 1.

Uit de analyse blijkt dat verschillende respondenten aangeven dat ze het 'excuus' alcoholgebruik al verscheidene keren gebruikten om zo 'casual seks' sociaal acceptabeler te maken. Ze geven hierbij aan dat ze zo 'excuses' grotendeels gebruiken door de reacties vanuit hun omgeving. Beres en Farvid (2010) bevestigen dit. Vrouwen gaan op die manier zichzelf beschermen tegen het risico van negatieve etikettering die uitgaat van het gendergebonden seksuele systeem dat ze doorkruisen. Hoewel deze strategie nuttig kan zijn voor vrouwen om zich te positioneren tegenover het zijn van een 'slet', versterkt dit net de seksuele dubbele standaard en de traditionele constructies van mannelijke en

vrouwelijke seksualiteit. Bovendien kunnen dergelijke strategieën voor zelfbehoud andere gezondheidsgerelateerde problemen met zich meebrengen, zoals degene die voortvloeien als gevolg van overmatig alcoholgebruik (Beres en Farvid, 2010).

Daarnaast zien we ook dat de respondenten zich geregeld zorgen maken over hun gezondheid. Vrouwen lopen over het algemeen namelijk meer risico's bij casual seks dan mannen. Ze hebben meer kans op seksueel overdraagbare aandoeningen en ongewenste zwangerschap. Ze kunnen ook vaker slachtoffer worden van seksueel geweld of misbruik (Weaver & Herold, 2000).

De respondenten gaan op verschillende manieren om met die gevoelens van spijt en/of schaamte, zoals onderdrukken, lacherig over doen, erover reflecteren, erover praten met vriendinnen en bepaalde gedachten neerschrijven.

Uit de antwoorden van de respondenten kunnen we vaststellen dat de positieve aspecten opwegen tegenover de negatieve aspecten van casual seks. Dit maakt ook dat de respondenten die op dit moment geen relatie hebben nog steeds aan casual seks doen. Door aan casual seks te doen verhoogt het hun zelfvertrouwen en geeft het hun een vorm van empowerment. Deze resultaten vinden we ook in de literatuur waarin Katz en Schneider (2013) zeggen dat casual seks bij sommige mensen kan leiden tot gevoelens van vrijheid, empowerment en zelfontdekking. Het kan bijdragen aan het verkennen van seksuele verlangens en het vergroten van het zelfvertrouwen. Voor sommige mensen kan het een manier zijn om stress te verminderen of zich te ontspannen (Katz & Schneider, 2013).

Tenslotte kunnen we ook stellen dat het merendeel van de respondenten seksueel assertief is en dit is van groot belang bij casual seks. Zo blijkt dat jongvolwassenen die seksualiteit zien als een bron van plezier en vervulling van fysieke behoeften, gemakkelijker omgaan met casual seks en de mogelijke gevolgen ervan (Katz & Schneider, 2013). Zo zien we bij enkele respondenten dat hun seksuele assertiviteit als een soort buffer fungeert tegen de negatieve gevolgen van casual seks, zoals spijt.

Vervolgens volgt een antwoord op onderzoeksvraag 2: 'In welke mate ervaren individuen die zich bezighouden met casual seks slutshaming en stigmatisering van anderen en hoe gaan ze hiermee om?'

Er is onderzoek dat suggereert dat er een verband kan zijn tussen het hebben van casual seks en het ervaren van slutshaming en stigmatisering. Zo hadden vrouwen die zich bezighielden met casual seks meer kans om negatieve reacties te krijgen van hun peers dan mannen die hetzelfde deden. Deze reacties omvatten slutshaming, geruchten verspreiden en het gevoel dat ze minder respect verdienden (Papp et al., 2015). Dit werd ook bevonden door de respondenten. De vrouwen kregen te maken met negatieve reacties van vrienden, familie en de samenleving als geheel als ze deelnemen aan casual seks. Dit kan ertoe leiden dat vrouwen zich terugtrekken uit seksuele relaties, terwijl mannen minder snel worden beoordeeld op hun seksuele gedrag. Toch is het belangrijk om te benadrukken dat niet alle respondenten die zich bezighouden met casual seks slutshaming en stigmatisering van anderen ervaren. Zo waren er een aantal respondenten die vrouwen kennen waarop vele (negatieve) kenmerken op geplakt werden. Dit wordt ook wel een 'mythische slet' genoemd. De respondenten kennen deze persoon vaak niet persoonlijk (Farvid et al., 2017).

Daarnaast zien we ook dat enkele respondenten andere vrouwen slutshamen om zo een statushiërarchie onderling te bewerkstelligen. Een andere studie uit 2019, gepubliceerd in het tijdschrift *Psychology of Women Quarterly*, vond dat vrouwen die zich bezighielden met casual seks een hogere kans hadden om zichzelf als "slutty" te beschrijven. En dat ze ook meer kans hadden om negatieve reacties van hun partners te krijgen, zoals het beoordelen van hun seksuele geschiedenis (Kahalon et al., 2019).

Hoe individuen omgaan met slutshaming en stigmatisering kan variëren. Sommigen kunnen ervoor kiezen om zich terug te trekken uit situaties waarin ze dit soort reacties kunnen krijgen, terwijl anderen

ervoor kunnen kiezen om te praten met vrienden om te leren hoe ze deze negatieve reacties beter kunnen beheeren. Iemand van de respondenten beschreef dat ze het probeerde weg te lachen.

De respondenten ondervonden dat ze doorgaans negatiever beoordeeld worden door mannen wanneer ze seks hebben buiten een relatie of wanneer ze veel seksuele partners hebben. De respondenten beoordelen elkaar hierin mogelijks ook, op die manier ontwijkt men zelf te worden gestigmatiseerd (Berrocal et al., 2019).

Tenslotte volgt het antwoord op onderzoeksvraag 3: 'Hoe dragen culturele en maatschappelijke attitudes, ten opzichte van casual seks door vrouwen, bij aan slutshaming en de stigmatisering van vrouwen die zich bezighouden met casual seks?'

Culturele en maatschappelijke attitudes ten opzichte van casual seks door vrouwen kunnen bijdragen aan slutshaming en de stigmatisering van vrouwen die zich bezighouden met casual seks. Dit komt doordat er vaak een dubbele standaard wordt toegepast als het gaat om seksueel gedrag van mannen en vrouwen. Van vrouwen wordt verwacht dat ze een passieve en selectieve rol aannemen als 'seksuele gatekeeper'. Dit is het idee dat vrouwen meer bezig zouden zijn met het bewaken van grenzen en beslissingen nemen dan mannen. Mannen zijn in deze redenering meer jagers die ongeacht de context seksuele kansen zouden moeten nastreven. Dit is het startpunt van de seksuele dubbele standaard. Vrouwen die zich wel bezighouden met casual seks kunnen worden gezien als "losbandig" of "makkelijk" en worden daardoor gestigmatiseerd. Tegelijkertijd worden mannen die zich bezighouden met casual seks vaak gezien als stoer, waardoor er sprake is van een dubbele standaard.

Waar vrouwen sneller dingen zouden verzwijgen, gaan mannen misschien dit net wel benoemen of hierin zelfs overdrijven. De seksuele dubbele standaard kwam duidelijk naar boven wanneer aan de respondenten werd gevraagd of er een verschil bestaat tussen hoe vrouwen en mannen tegenwoordig worden beoordeeld op basis van hun seksualiteit. De respondenten waren het nagenoeg eens dat vrouwen benadeeld worden op basis van bepaalde seksuele activiteiten waar mannen minder negatief op worden beoordeeld. Het idee dat mannen meer seksuele vrijheid hebben dan vrouwen is een overblijfsel van patriarchale opvattingen die de seksualiteit van vrouwen onderdrukken en stigmatiseren.

Zoals eerder beschreven herkenden alle respondenten een dubbele seksuele moraal en 'slutshaming' in hun eigen omgeving. 'Slutshaming' wordt dan ook doorgaans gekenmerkt door een dubbele standaard (Van Ertevelde & Debruyne, 2017). Deze gaat namelijk uit van de opvatting dat vrouwelijke en mannelijke seksualiteit fundamenteel verschillend en complementair zijn. Dit heeft implicaties op de verwachtingen van vrouwen en mannen op vlak van seksualiteit. De thema's die in de verhalen werden geïdentificeerd, waren op verschillende manieren onlosmakelijk met elkaar verbonden en vormden een samenhangend beeld van de ervaringen en indrukken van vrouwen over 'slutshaming' en de seksuele dubbele standaard. Er is gebleken dat 'slutshaming' en de seksuele dubbele standaard diep verstrengeld is in onze maatschappij.

Deze culturele en maatschappelijke attitudes kunnen leiden tot slutshaming, waarbij vrouwen die zich bezighouden met casual seks worden veroordeeld en gestigmatiseerd. Dit kan variëren van subtiele vormen van uitsluiting en discriminatie tot openlijke vernedering en het opleggen van negatieve labels. Deze stigmatisering kan leiden tot sociale uitsluiting, gevoelens van schaamte en een negatief zelfbeeld bij vrouwen die zich bezighouden met casual seks.

#### 4.2. Beperkingen in het onderzoek

Omdat er geen mannen in het onderzoek zaten, konden we de mogelijkheid van een dubbele standaard op basis van geslacht niet onderzoeken.

Een andere tekortkoming van deze masterthesis is dat er niet gegarandeerd kan worden dat het is uitgevoerd zonder onbewuste vooringenomenheid door de onderzoeker. Het is mogelijk dat een bias in de respons is geslopen wanneer sommige respondenten aangeven dat zij zelf geen dubbele standaard hebben maar dat dit wel merkbaar is in hun omgeving. Daarnaast is het mogelijk dat de personen die bereid waren deel te nemen aan de interviews al een interesse en/of opener beeld over het onderwerp hadden dan personen die geen interesse hadden in een deelname. Er is steeds de mogelijkheid dat de respondenten soms een sociaal wenselijk antwoord gaven. Hieraan werd zo veel als mogelijk tegemoet gekomen door het gebruiken van hypothetische situaties en het niet sturen van de antwoorden op de interviewvragen. Een sociaal wenselijk antwoord kan evenwel niet met 100% zekerheid voorkomen worden.

Tot slot moet ook nog opgemerkt worden dat het gaat om een kwalitatief onderzoek. Hierbij kunnen geen sluitende conclusies kunnen worden geëxtrapoleerd naar de brede maatschappij. De deelnemers waren geen realistische presentatie van de Belgische bevolking. Bijna alle respondenten waren tussen de 18 en 25 jaar oud. Verder waren ze allemaal hoogopgeleid en waren het fysiek gezonde vrouwen. Hoewel elf interviews voor een kwalitatief onderzoek ruim kan volstaan, mag niet dezelfde standaard gehanteerd worden als in een kwantitatief onderzoek. Het gaat nog steeds enkel om de visie van de elf respondenten die bevestigd werden.

#### 4.3. Aanbevelingen voor toekomstig onderzoek/lokaal beleid

We kunnen ons afvragen hoe educatieve programma's en bepaalde interventies kunnen bijdragen om slutshaming en stigmatisering van casual seks te verminderen. Het bevorderen van een cultuur van seksueel respect en empowerment, en het verminderen van stigma en schaamte gerelateerd aan casual seks en de seksualiteit van vrouwen, vereist een meerlagige aanpak op verschillende niveaus van de samenleving. Hieronder volgen enkele effectieve strategieën die daarbij kunnen helpen.

Eerst en vooral kan er geopteerd worden om inclusieve leeftijdsgerichte seksuele voorlichting te geven. Educatieve programma's kunnen helpen bij het vergroten van kennis en begrip over seksuele diversiteit en de diverse vormen van seksueel gedrag. Door middel van voorlichting over de complexiteit en nuances van seksualiteit kunnen mensen hun stereotypen en vooroordelen tegenover casual seks verminderen. Dit kan jongeren helpen om gezonde attitudes en gedragingen ten aanzien van seksualiteit te ontwikkelen, inclusief het begrijpen van wederzijds respect, instemming en gelijkwaardigheid in seksuele relaties.

Ten tweede zouden interventies gericht op empowerment van vrouwen kunnen bijdragen om de negatieve sociale en culturele attitudes tegenover casual seks tegen te gaan. Dit kan worden bereikt door programma's en initiatieven die gericht zijn op assertiviteit, zelfvertrouwen en het stellen van grenzen in relaties.

Ten derde kan het aanpakken van de culturele en sociale normen die bijdragen aan slutshaming en stigmatisering van casual seks ook helpen om de attitudes van mensen te veranderen. Educatieve programma's kunnen bijvoorbeeld gericht zijn op het bespreken van de schadelijke effecten van slutshaming en het bevorderen van een positieve seksuele cultuur die diversiteit en respect omarmt.

Ten vierde moeten we streven naar een consent-cultuur. Het benadrukken van het belang van toestemming in alle seksuele interacties en het aanscherpen van consenteisen kan helpen om een cultuur van respect en gelijkwaardigheid te bevorderen. Dit kan worden bereikt door educatie en bewustwording te vergroten over wat instemming inhoudt, en hoe duidelijke communicatie en wederzijds respect essentieel zijn in seksuele relaties.

Ten vijfde moeten we zorgen voor toegankelijke en effectieve ondersteuning voor slachtoffers van seksueel geweld, inclusief slachtoffers van ongewenste seksuele ervaringen in het kader van casual seks. Dit kan bestaan uit hulpverlening, juridische bijstand en psychosociale ondersteuning, en het benadrukken van de verantwoordelijkheid van de daders in plaats van de slachtoffers te stigmatiseren.

Ten zesde is het betrekken van mannen als bondgenoten in het bevorderen van een cultuur van seksueel respect en empowerment essentieel. Mannen kunnen een actieve rol spelen in het doorbreken van genderstereotypen, het bevorderen van gelijkheid en het respecteren van de autonomie en keuzes van vrouwen en mensen van alle genders.

Ten zevende spelen media en cultuur een grote rol in het vormgeven van opvattingen over seksualiteit en relaties. Het bevorderen van positieve en inclusieve beelden van seksualiteit, gender en relaties in media, kunst, literatuur en populaire cultuur kan bijdragen aan het doorbreken van stigma en schaamte rondom casual seks en de seksualiteit van vrouwen.

Ten slotte kan het betrekken van sleutelfiguren, zoals opvoeders, gezondheidswerkers, maar ook religieuze leiders en culturele instellingen helpen om de attitudes ten opzichte van casual seks te veranderen.

Het is belangrijk op te merken dat educatieve programma's en interventies slechts één onderdeel zijn van een bredere strategie om slutshaming en stigmatisering van casual seks te verminderen. Om die reden is het dan ook van belang om te kijken naar bredere sociale en culturele factoren die deze attitudes bevorderen en om interventies te ontwikkelen die deze factoren aanpakken.

Voor de toekomst zou het interessant zijn een onderzoek te doen naar de verschillen tussen ervaringen van jonge mannen en jonge vrouwen op het gebied van casual seks. Daarnaast zou het ook interessant zijn om een vergelijking te maken op vlak van ervaringen van mensen met verschillende etniciteiten. Er zou dan een uiteenzetting kunnen plaatsvinden van de verschillende culturen en de bijbehorende ervaringen.

## 5. Conclusie

Het doel van dit onderzoek was om een verkennend en kwalitatief beeld te scheppen over de ervaring van heteroseksuele vrouwen tussen 18 en 25 jaar met casual seks. Er is veel onderzoek gedaan naar de link tussen casual seks en de mentale gezondheid van heteroseksuele vrouwen, en de resultaten zijn gemengd. Sommige studies suggereren dat casual seksuele ervaringen kunnen leiden tot negatieve psychologische effecten, zoals depressie, angst en laag zelfbeeld. Ander onderzoek heeft echter aangetoond dat er geen significante relatie is tussen casual seks en mentale gezondheid. Een mogelijke verklaring voor deze tegenstrijdige resultaten is dat er individuele verschillen bestaan in de manier waarop vrouwen casual seksuele ervaringen interpreteren en verwerken. Sommige vrouwen kunnen zich schuldig of beschaamd voelen na een casual seksuele ontmoeting, terwijl anderen er geen emotionele problemen mee hebben.

Over het algemeen is het dus moeilijk om te zeggen of casual seks een positieve of negatieve invloed heeft op de mentale gezondheid van heteroseksuele vrouwen, omdat dit afhangt van verschillende factoren, zoals persoonlijkheid, emotieregulatie en de specifieke omstandigheden van de seksuele ontmoeting. Het is belangrijk om op te merken dat het hebben van casual seksuele ervaringen op zichzelf niet noodzakelijk negatief is voor de mentale gezondheid van vrouwen. Het kan echter wel leiden tot emotionele complicaties als het niet op de juiste manier wordt verwerkt en als er geen duidelijke communicatie is tussen partners over de aard van de relatie.

Hoewel dit onderzoek maar op kleine schaal uitvoering kende, toont het dat slutshaming en de seksueel dubbele standaard bij deze respondenten wel degelijk voorkomen in onze samenleving, zoals in lijn met eerder academisch onderzoek. Wanneer vrouwen worden geslutshamed worden ze vaak beoordeeld op basis van hun seksuele gedrag en reputatie, in plaats van als individuen met hun eigen gevoelens, verlangens en behoeften. Dit kan leiden tot seksuele objectivering, omdat vrouwen worden behandeld als objecten voor de seksuele bevrediging van anderen. En dit in plaats van als volwaardige individu beschouwd te worden, met wie een respectvolle en emotionele band kan worden opgebouwd.

De respondenten gaven aan dat vrouwen negatieve eigenschappen zoals slet, hoer en 'gemakkelijk' worden toegeschreven en dit als ze een one night stand hebben gehad. Dit door zowel mannen als vrouwen zelf. Terwijl mannen bij het stellen van hetzelfde gedrag positieve eigenschappen worden toegeschreven en dit aanvaard wordt. Mannen gaan ook opscheppen met hun one night stands. Onder mannen wordt dit positief onthaald terwijl de vrouwen juist te kennen gaven dat zij dit als een afknapper ervaren.

Het is opmerkelijk dat ondanks de respondenten te maken krijgen met slutshaming of dat er zelfs bepaalde grenzen worden overschreden, ze hier vrijwel op een lacherige en lichte manier mee omgaan. We kunnen stellen dat het een soort zelfbeschermingsmechanisme is om er op die manier mee om te gaan.

Toch bestendigen slutshaming en het stigma rond casual seks schadelijke houdingen ten opzichte van vrouwen en dragen deze bij aan een cultuur van seksuele onderdrukking en schaamte. Slutshaming kan leiden tot schaamte, schuldgevoelens en onzekerheid bij jonge heteroseksuele vrouwen. Het is belangrijk om te erkennen dat slutshaming ongepast en schadelijk is en dat mensen het recht hebben om te kiezen welke seksuele ervaringen zij willen hebben en dit zonder veroordeling of stigmatisering. Het is daarom van belang dat we ons inzetten voor het creëren van een cultuur waarin vrouwen

worden gerespecteerd als individuen en niet worden beoordeeld op basis van hun seksuele gedrag of reputatie. Of behandeld worden als objecten voor de seksuele bevrediging van anderen. Dit kan op een manier bijdragen aan een gezonde en respectvolle seksuele cultuur, wat daaropvolgend bijdraagt aan het welzijn van zowel mannen als vrouwen.

Door deze attitudes uit te dagen en te veranderen, kan een meer inclusieve en gelijkwaardige samenleving worden gecreëerd, waarin seksualiteit wordt gezien als een persoonlijke keuze en vrouwen niet worden gestigmatiseerd of veroordeeld worden vanwege hun seksuele gedrag.

## Bijlagen

### Bijlage 1: Topiclijst semigestructureerd interview

#### Introductie:

Ik ben Esther Rom, student binnen de master Gender en Diversiteit, Universiteit Gent. In het kader van mijn opleiding maak ik een masterproef.

Mijn onderzoek behelst het thema *“Onderzoek naar de effecten van casual seks op de mentale gezondheid van jonge heteroseksuele vrouwen”*.

Ik kies voor het afnemen van interviews omdat ik op deze manier meer en gedetailleerde informatie kan verwerven. Het interview zal worden opgenomen, zodat ik op deze manier de verkregen informatie correct kan verwerken. Buiten mezelf, zal verder niemand deze opname te horen krijgen. Ook worden alle gegevens geanonimiseerd. Het interview zal ongeveer een uur tijd in beslag nemen.

#### Persoonlijke gegevens respondent

- Wat is je leeftijd? Gender?
- Wat is je opleidingsniveau en welke opleidingen heb je gevolgd en/of volg je nu?
- Met welke etniciteit identificeer je je?
- Ben je religieus? Zo ja, welke religie hang je aan?
- Heb je op dit moment een vaste relatie?

#### Inhoudelijke vragen

##### **Casual seks**

- Wat versta jij onder het woord ‘casual seks’?
- Hoe vaak dienen er volgens jou seksuele betrekkingen plaats te vinden om te spreken over ‘casual seks’?
- Dient dit volgens jou te gebeuren met bekenden en/of onbekenden? Met beiden?
- Hoeveel casual seks heb jij het afgelopen jaar gehad? (van november 2021 tot november 2022)
  - o Hoe vaak heb je in het afgelopen jaar seks gehad in de vorm van vingeren en/of aftrekken, met iemand waar je geen relatie mee had?
  - o Hoe vaak heb je in het afgelopen jaar orale seks gehad met iemand waar je geen relatie mee had?
  - o Hoe vaak heb je in het afgelopen jaar vaginale seks gehad met iemand waar je geen relatie mee had?
  - o Hoe vaak heb je in het afgelopen jaar anale seks gehad met iemand waar je geen relatie mee had?
- Wanneer je de beslissing maakte om casual seks te hebben, wat dacht je op dat moment?
- Welke factoren hebben een invloed op uw beslissing om aan casual seks te doen? (Denk aan alcohol, de nood om te experimenteren, vergroting van zelfvertrouwen, algemeen plezier, zelf-exploratie...)
- Welke omstandigheden verhogen volgens jou het hebben van casual seks voor u? (het uitgaansleven, drinken, omringd door bepaalde vrienden, een goede/slechte dag hebben, ...)
- Heb je soms het gevoel dat je ‘excuses’ achteraf moet geven aan je seksueel gedrag, zoals bijvoorbeeld alcoholgebruik om zo casual seks sociaal acceptabeler te maken?

- Denk je dat mensen uit jouw leeftijdscategorie (18-25 jaar) meer kans hebben om casual seks te hebben indien ze drinken of drugs gebruiken? Waarom denk je dat dit is?

### **Effecten van casual seks op de mentale gezondheid**

- Als je terug kijkt, was dit dan altijd een goede beslissing? Hoe voelt u zich in het algemeen nadat casual seks heeft plaatsgevonden?
- Heeft u ooit gevoelens van spijt en schaamte ervaren na casual seks? Zo ja, om welke redenen?
  - o Hoe gaat u daar dan mee om?
- Heeft u ooit bezorgdheden gehad om uw gezondheid en/of veiligheid tijdens of na casual seks? Zo ja, leg uit.
  - o Hoe gaat u daar dan mee om?
- Heeft u ooit gevoelens van verlies van zelfwaardering ervaren tijdens of na casual seks? Zo ja, om welke redenen?
  - o Hoe gaat u daar dan mee om?
  - o Hoe beïnvloedt casual seks volgens jou het beeld dat je van jezelf hebt?
- Heeft uw deelname aan casual seks u ooit emotioneel leed berokkend? Zo ja, kunt u voorbeelden geven van hoe u zich voelde door deze ervaring(en)?
- Heb je het gevoel dat casual seks bevrijdend is en u sterker laat voelen? Zo ja, leg uit.
- Hebt u het gevoel dat casual seks 'empowerend' is voor u? Zo ja, leg uit.
- Wat is/zijn de beste aspecten aan casual seks? (meer kennis over je eigen seksualiteit, seksuele behoeften en plezier, uw houding tegenover seks positief beïnvloeden, helpen meer te weten te komen over wat je aangenaam vindt, het normaliseren ervan kan seks ook loskoppelen van je gevoel van eigenwaarde, ...)
- Wegen de positieve aspecten van casual seks voor u zwaarder op dan de negatieve aspecten?

### **Slut-stigma**

- Wat versta jij onder het woord 'slet'?
- Wat versta jij onder het woord 'slut shaming'?
- Krijgen personen vandaag in jouw omgeving labels/etiketten opgeplakt voor het hebben van meerdere seksuele partners? Zo ja, welke?
- Heb jij of bekenden van je ervaring met concrete slutshaming? Bijvoorbeeld, met deze term worden uitgescholden, nageroepen worden, lastiggevallen worden, ... ?
  - o Zo ja, wat voor reactie had dit tot gevolg bij de slachtoffers?
- Heb je het idee dat slutshaming vooral van mannen of van vrouwen komt?
- Wat denk je dat de motivatie kan zijn achter het slut-shamen of stigmatiseren van andere vrouwen die casual seks hebben?
- Heb je het gevoel dat je zelf soms negatief kijkt ten opzichte van vrouwen en seks?

### **Het bestaan van een dubbele seksuele standaard**

- Denk je dat er anders wordt gepraat over seks en seksuele ervaringen door jonge mannen dan door jonge vrouwen?
  - o Waarom denk je dat dit zo is?
- Is er volgens jou een verschil tussen de ervaringen van jonge mannen en jonge vrouwen op vlak van casual seks?
  - o Denk je dat jonge mannen minder last hebben van de seksueel dubbele standaard?
- Denk je dat er verschil bestaat tussen hoe jonge vrouwen en mannen tegenwoordig worden beoordeeld op basis van hun seksualiteit?

- Hoe merk je dat? Heb je hier zelf ervaringen mee?

**Ga je akkoord met deze stellingen en leg uit.**

- Ik heb het gevoel dat ik controle heb over wat er gebeurt tijdens casual seks- Ik kan mijn behoefte op een zelfverzekerde en respectvolle manier duidelijk maken tijdens casual seks
- Een jongen heeft meer ruimte om seksueel genot op te eisen tijdens casual seks dan een meisje.
- Is er volgens jou een verschil tussen de ervaringen van jonge mannen en jonge vrouwen op vlak van casual seks? Denk je dat jonge mannen minder last hebben van de seksueel dubbele standaard?

**De rol van sociale contacten**

- Heb je wel eens gelogen/verzwegen over je seksleven, bijvoorbeeld over het aantal bedpartners dat je hebt gehad? Zo ja, waarom? Heb je het gevoel dat je eerlijk kan zijn over jouw aantal sekspartners?
- Wordt er achteraf aan al uw vrienden verteld over deze ervaringen?
- Hoe zouden deze reageren bij een eerder hoog aantal sekspartners van jou bijvoorbeeld?
- Wat als je een jongen was, zou de reactie van vrienden dan hetzelfde of anders zijn?
  - Wat vind je daar zelf van, wat is jouw visie?
- Denk je dat jonge vrouwen meer bewust bezig zijn met het maken van keuzes in hun seksuele gedrag dan jonge mannen?
  - Denk je na over je seksuele reputatie? Maakt dit je zorgen? En indien dit je zorgen maakt, is het vooral door wat andere mensen zullen denken of wat je zelf denkt?

## Bibliografie

- Anagnostopoulos, D., Buchanan, N. T., Pereira, C., & Lichty, L. F. (2009). School staff responses to gender-based bullying as moral interpretation: An exploratory study. *Educational Policy*, 23(4), 519-553.
- Baarda, B. (2019). *Dit is onderzoek! Handleiding voor kwantitatief en kwalitatief onderzoek* (3de ed.). Groningen: Noordhoff Uitgevers.
- Beres, M. A., & Farvid, P. (2010). Sexual ethics and young women's accounts of heterosexual casual sex. *Sexualities*, 13, 377-393.
- Berrocal, M. D. C., Vallejo-Medina, P., Moyano, N., & Sierra, J. C. (2019). Sexual Double Standard: A psychometric study from a macropsychological perspective among the Spanish heterosexual population. *Frontiers in psychology*, 10, 18-69.
- Beyers, W. (2014). *Samenvatting van de gegevens uit het onderzoek over seksueel gedrag 2007-13*. Gent: Universiteit Gent.
- Bordini, G. S., & Sperb, T. M. (2012). Sexual double standard: A review of the literature between 2001 and 2010. *Sexuality & Culture*, 17, 686-704.
- Bryant, J., & Schofield, T. (2007). Feminine Sexual Subjectivities: Bodies, Agency and Life History. *Sexualities*, 10(3), 321-340.
- Buyse, A., Enzlin, P., Lievens, J., T'Sjoen, G., Van Houtte, M., Vermeersch, H., Dewaele, A., Caen, M., Elaut, E., & Hellemans, S. (2014). *Sexpert: Seksuele Gezondheid in Vlaanderen: Valorisatierapport*. Gent: Academia.
- Crawford, M., & Popp, D. (2003). Sexual double standards: A review and methodological critique of two decades of research. *Journal of Sex Research*, 40, 13-26.
- Cubbins, L. & Tanfer, K. (2000). The Influence of Gender on Sex: A Study of Men's and Women's Self-Reported High-Risk Sex Behavior. *Archives of Sexual Behavior*, 29(3), pp. 229-257.
- Emmerink, P., Vanwesenbeeck, I., van den Eijnden, R. J., van Lankveld, J. J., & Ter Bogt, T. F. (2018). Een verkenning van de seksuele dubbele standaard bij adolescenten en jongvolwassenen in Nederland. *Tijdschrift voor Seksuologie*, 42(1), 8-13.
- England, P., Shafer, E. F., & Fogerty, A. C. K. (2008). Hooking up and forming relationships on today's college campuses. In M. Kimmel (Red.), *The gendered society reader* (pp. 531-593). New York: Oxford University Press.
- Eshbaugh, E. M., & Gute, G. (2008). Hookups and sexual regret among college women. *The Journal of Social Psychology*, 148(1), 77-90.
- Farvid, P., Braun, V., & Rowney, C. (2017). 'No girl wants to be called a slut!': Women, heterosexual casual sex and the sexual double standard. *Journal of Gender Studies*, 26(5), 544-560.

- Fielder, R. L., Carey, K. B., & Carey, M. P. (2013). Are Hookups Replacing Romantic Relationships? A Longitudinal Study of First-Year Female College Students. *Journal of Adolescent Health, 52*(5), pp. 657-659.
- Fisher, M. L., Worth, K., Garcia, J. R., & Meredith, T. (2012). Feelings of regret following uncommitted sexual encounters in Canadian university students. *Culture, Health & Sexuality, 14*(1), 45-57.
- Ford, J. V. (2017, June). Sexual assault on college hookups: The role of alcohol and acquaintances. In *Sociological Forum* (Vol. 32, No. 2, pp. 381-405).
- Fortunato, L., Young, A. M., Boyd, C. J., & Fons, C. E. (2010). Hook-up sexual experiences and problem behaviors among adolescents. *Journal of Child & Adolescent Substance Abuse, 19*(3), pp. 261-278.
- Fredrickson, B. L., Roberts, T., Noll, S. M., Quinn, D. M., & Twenge, J. M. (2008). That swimsuit becomes you: Sex differences in self-objectification, restrained eating, and math performance. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*, 269–284.
- Garcia, J. R., & Reiber, C. (2008). Hook-up behavior: A biopsychosocial perspective. *Journal of Social, Evolutionary, and Cultural Psychology, 2*, 49–65.
- Gavey, N. (2005). *Just sex?: The cultural scaffolding of rape*. London: Routledge.
- Gendergelijkheid en vrouwenrechten*. (2022). FOD Buitenlandse Zaken - Buitenlandse Handel En Ontwikkelingssamenwerking.  
<https://diplomatie.belgium.be/nl/beleid/beleidsthemas/mensenrechten/specifieke-onderwerpen/gendergelijkheid-en-vrouwenrechten>
- Goffman, E. (1963) *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identities*. Prentice-Hall, Englewood Cliffs, NJ.
- Grello, C. M., Welsh, D. P., & Harper, M. S. (2006). No Strings Attached: The nature of casual sex in college students. *Journal of Sex Research, 43*(3), 255-267.
- Hall, S. (1997) Introduction. In S. Hall, *Representation: Cultural representations and signifying practices* (pp.1-12). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Harden, K. P. (2014). A sex-positive framework for research on adolescent sexuality. *Perspectives on Psychological Science, 9*, 455–469.
- Heldman, C. & Wade, L. (2010). Hook-Up Culture: Setting a New Research Agenda. *Sexuality Research and Social Policy, 7*(4), pp. 323-333.
- Hirschman, C., Impett, E. A., & Schooler, D. (2006). Dis/embodied voices: What late-adolescent girls can teach us about objectification and sexuality. *Sexuality Research and Social Policy, 3*, 8–20.
- Interligi, C. J., & McHugh, M. C. (2018). Women's sexuality: Victims, objects, or agents? In C. B. Travis, J. W. White, A. Rutherford, W. S. Williams, S. L. Cook, & K. F. Wyche (Eds.), *APA handbook of the psychology of women: History, theory, and battlegrounds* (pp. 297–317). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000059-015>

- Jokisaari, M. (2003). Regret appraisals, age, and subjective well-being. *Journal of Research in Personality, 37*, 487–503.
- Jonason, P. K., Li, N. P., & Richardson, J. (2011). Positioning the Booty-Call Relationship on the Spectrum of Relationships: Sexual but More Emotional Than One-Night Stands. *Journal of Sex Research, 48*(5), pp. 486-495.
- Kahalon, R., Bareket, O., Vial, A. C., Sassenhagen, N., Becker, J. C., & Shnabel, N. (2019). The Madonna-whore dichotomy is associated with patriarchy endorsement: Evidence from Israel, the United States, and Germany. *Psychology of Women Quarterly, 43*(3), 348-367.
- Kalish, R., & Kimmel, M. (2011). Hooking up: Hot hetero sex or the new numb normative? *Australian Feminist Studies, 26*, 137–151. doi:10.1080/08164649.2011.546333
- Kar, S. K., Choudhury, A., & Singh, A. P. (2015). Understanding normal development of adolescent sexuality: A bumpy ride. *Journal of human reproductive sciences, 8*(2), 70.
- Katz, J., & Schneider, M.E. (2013). Casual hook up sex during the first year of college: Prospective associations with attitudes about sex and love relationships. *Archives of Sexual Behavior, 42*, 1451-1462. doi: 10.1007/s10508-013-0078-0
- Kennair, L. E. O., Bendixen, M., & Buss, D. M. (2016). Sexual regret: Tests of competing explanations of sex differences. *Evolutionary Psychology, 14*(4), 1474704916682903.
- Lazard, L. (2020). *Sexual harassment, psychology and feminism:# MeToo, victim politics and predators in neoliberal times*. Springer Nature.
- Lehmiller, J. J., VanderDrift, L. E., & Kelly, J. R. (2014). Sexual communication, satisfaction, and condom use behavior in friends with benefits and romantic partners. *Journal of Sex Research, 51*(1), 74-85.
- Levin, D. E., & Kilbourne, J. (2008). *So sexy so soon: The new sexualized childhood and what parents can do to protect their kids*. New York: Ballantine Books.
- Lewis, M., Granato, H., Blayney, J., Lostutter, T., & Kilmer, J. (2012). Predictors of Hooking Up Sexual Behaviors and Emotional Reactions Among U.S. College Students. *Archives of Sexual Behavior, 41*(5), pp.1219-1229.
- Lyons, H. A., Manning, W. D., Longmore, M. A., & Giordano, P. C. (2014). Young adult casual sexual behavior: Life-course-specific motivations and consequences. *Sociological Perspectives, 57*(1), 79-101.
- Manning, W. D., Longmore, M. A., & Giodano, P. C. (2005). Adolescents' involvement in non-romantic sexual activity. *Social Science Research, 34*, 384-407.
- McHugh, M.C. (2018). Slut! In J. Chrisler & C. Golden (Eds). *Lectures on the Psychology of Women*. Waveland Press.
- Meenagh, J. (2017). Breaking up and hooking up: A young woman's experience of "sexual empowerment". *Feminism & Psychology, 27*(4), 447-464.

- Ménard, A.D., & Offman, A. (2009). The interrelationships between sexual self-esteem, 19 sexual assertiveness and sexual satisfaction. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 18, 35- 45. doi: 10.1007/978-94-007-0753-5\_3922
- Mendle, J., Ferrero, J., Moore, S. R., & Harden, K. P. (2013). Depression and adolescent sexual activity in romantic and nonromantic relational contexts: a genetically-informative sibling comparison. *Journal of Abnormal Psychology*, 122(1), 51.
- Mortelmans, D. (2013). *Handboek kwalitatieve onderzoeksmethoden*. Leuven: Acco.
- Owen, J., & Fincham, F. D. (2011). Young adults' emotional reactions after hooking up encounters. *Archives of sexual behavior*, 40, 321-330.
- Paul, E. L., & Hayes, K. A. (2002). The casualties of 'casual' sex: A qualitative exploration of the phenomenology of college students' hookups. *Journal of Social and Personal Relationships*, 19, 639-661.
- Papp, L. J., Hagerman, C., Gnoleba, M. A., Erchull, M. J., Liss, M., Miles-McLean, H., & Robertson, C. M. (2015). Exploring perceptions of slut-shaming on Facebook: Evidence for a reverse sexual double standard. *Gender Issues*, 32, 57-76.
- Reid, J. A., Elliott, S., & Webber, G. R. (2011). Casual Hookups to Formal Dates. *Gender & Society*, 25(5), 545-568. <https://doi.org/10.1177/0891243211418642>
- Santos-Iglesias, P., Vallejo-Medina, P., & Sierra, J.C. (2014). Equivalence and standard scores of the Hurlbert Index of Sexual Assertiveness across Spanish men and women. *Anales de Psicología*, 30, 232-237. doi: <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.30.1.143321>
- Sensoa Vlaams expertisecentrum voor seksuele gezondheid*
- . (n.d.). Sensoa. <https://www.sensoa.be/wie-is-sensoa>
- Sensoa 2022: <https://www.sensoa.be/seksueel-overdraagbare-aandoeningen-soas-feiten-en-cijfers>
- Simon, W., & Gagnon, J.H. (1986). Sexual scripts: Permanence and change. *Archives of Sexual Behavior*, 15, 97-115. doi: 10.1007/BF01542219
- Smaling, A. (2010). Constructivisme in soorten. *Kwalon*, 15(1).
- Snell, W.E. Jr., Fisher, T.D., & Waiters, A.S. (1993). The Multidimensional Sexuality 20 Questionnaire: An objective self-report measure of psychological tendencies associated with human sexuality. *Annals of Sex Research*, 6, 27-55. doi: 10.1007/BF00849744
- STI Surveillance Team. (2011). Sexually transmitted infections in New Zealand: *Annual Surveillance Report 2010*. Wellington.
- Tanenbaum, L. (2015). *I am a slut: Slut shaming in the age of the internet*. New York: Harper.
- Tholander, M., & Tour, N. (2022, July). The shame of casual sex: Narratives of young Swedish women. In *Women's Studies International Forum* (Vol. 93, p. 102618). Pergamon.

- Thompson, A. E., Harvey, C. A., Haus, K. R., & Karst, A. (2020). An Investigation of the Implicit Endorsement of the Sexual Double Standard Among US Young Adults. *Frontiers in Psychology*, 11, 14-54.
- Topić, M. (2021). # METOO: A CONTRIBUTION TOWARDS THE 'WHERE TO FOR# METOO'DEBATE. *Facta Universitatis, Series: Philosophy, Sociology, Psychology and History*, 19(3).
- Tuerkheimer, D. (2019). Beyond# metoo. *NYUL Rev.*, 94, 11-46.
- Vanden Berghe, W. (2020). Surveillance van seksueel overdraagbare aandoeningen: gegevens voor de periode 2017-2019. Te raadplegen op <https://www.sciensano.be/nl/biblio/surveillance-van-seksueel-overdraagbare-aandoeningen-gegevens-voor-de-periode-2017-2019>
- Van Ertvelde, A. & Debruyne, H. (2017) *Vuile lakens*. Een hedendaagse visie op seksualiteit. De Bezige Bij.
- Van Royen, K., Poels, K., Vandebosch, H., & Walrave, M. (2018). Slut-Shaming 2.0. *Sexting: Motives and risk in online sexual self-presentation*, 81-98.
- Vanwesenbeeck, W. M. A. (2011). Diverse verlangens: Seksuele ontwikkeling onder moderne dubbele moraal. *Oratie, TvS*, 35(4), 232-239.
- Verbrugge, R. & Crucitti, T. (2015). Soa Surveillance 2002-2014: nationale en regionale gegevens van de Peillaboratoria voor Microbiologie. Brussel: WIV-ISP; NRC (niet gepubliceerd).
- Vrangalova, Z. (2015). Does casual sex harm college students' well-being? A longitudinal investigation of the role of motivation. *Archives of Sexual Behavior*, 44, 945-959.
- Waling, A. (2023). 'Pay close attention to what my eyes are saying without having to spell it out': Heterosexual relations and discourses of sexual communication in# MeToo commentaries. *Sexualities*, 26(1-2), 140-161.
- Weaver, S.j. & Herold, E.s. (2000). Casual sex and women: Measurement and motivational issues. *Journal of Psychology & Human Sexuality*, 12, 23-41.
- Wentland, J. J., & Reissing, E. (2014). Casual sexual relationships: Identifying definitions for one night stands, booty calls, fuck buddies, and friends with benefits. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 23(3), 167-177.
- Zubriggen, E., Collins, R. L., Lamb, S., Roberts, T., Tolman, D. L., Ward, L. M., & Blake, J. (2007). *Report of the APA task force on the sexualization of girls*. American Psychological Association. [www.apa.org/pi/wpo/sexualization.html](http://www.apa.org/pi/wpo/sexualization.html).