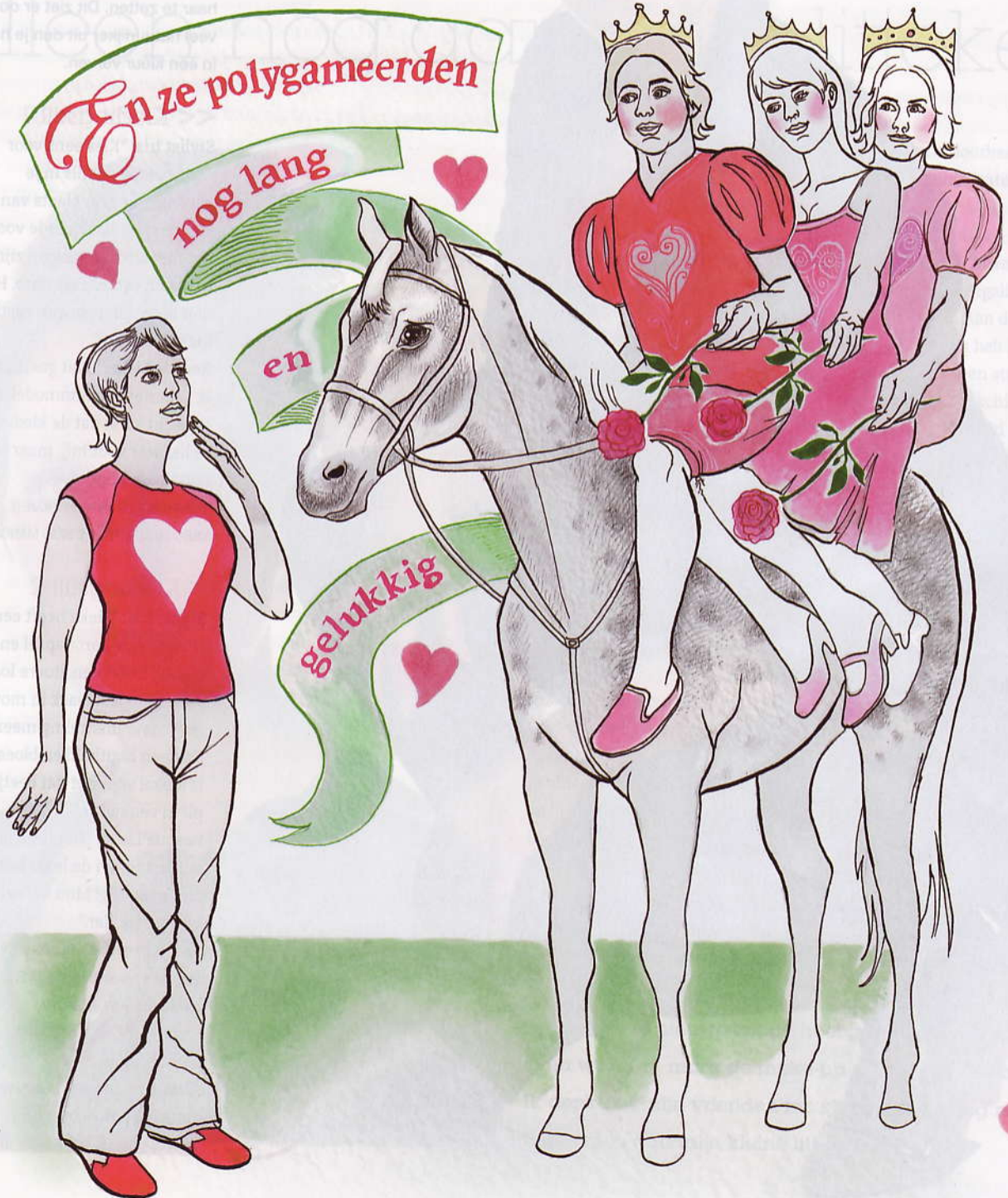


# Ja, ik wil... jullie



# Allemaal!

Niet één, maar twee prinsen op het witte paard. Of drie?! Fanny en Anneke weten er alles van. Zij hebben meerdere liefdesrelaties.

Juist als je gelukkig bent en 'de ware' hebt gevonden, lijkt het alsof de buitenwereld het bordje 'bezet' keihard negeert en hordes mannen en/of vrouwen achter je aanzitten. Vleidend al die aandacht, maar je kunt er nu niets mee. Voor sommigen maakt dit geen verschil. Niet dat ze bij posjes vreemdgaan: ze hebben alleen een 'bijzondere relatie' met hun lief. Monogamie is niet voor iedereen weggelegd: er zijn mensen voor wie een ander soort relatie beter werkt. Betekent dit dat monogamie verdwijnt? Dat niet. Uit recent onderzoek van de Open Universiteit in Amsterdam is namelijk gebleken dat twintigers monogamie nog steeds belangrijk vinden. Een opvallend detail is dat dertig procent uit deze groep weleens is vreemdgegaan. Leonie Linssen is relatiecoach en gespecialiseerd in bijzondere relatievormen: "Veel mensen denken meteen aan een open relatie als het om een andere vorm dan de monogame variant gaat. Maar er zijn veel meer relatievormen: polyamorie is een vorm waarbij je liefde voelt voor meerdere mensen. Niet te verwarren met swingen, waarbij de nadruk op seks ligt. Een vorm van polyamorie is een V-relatie waarbij één persoon een relatie heeft met twee mensen, die geen relatie met elkaar hebben. Bij een triade of trio is dat wel het geval. Dit heet daarom ook de driehoeksverhouding."

**Fanny (24)** kwam er op haar zeventiende achter dat monogamie niet voor haar is weggelegd: "Tijdens mijn eerste relatie vond ik andere jongens minstens zo interessant. Daardoor ging ik de fout in en liep het stuk. Vervolgens vertelde een van mijn beste vrienden dat hij graag een open relatie met me wilde. Ik was ook verliefd op hem, maar wilde mijn vrijheid niet kwijt, dus dacht: waarom niet?"

**Anneke (22)** ontdekte op haar tiende dat ze niet alleen gevoelens had voor jongens, maar ook voor meisjes. Inmiddels heeft ze een triorelatie met haar vriend Nico en vriendin Jolien: "De allereerste keer dat ik verliefd was, was op een meisje. Ik heb sindsdien gevoelens voor zowel mannen als vrouwen. Sinds mijn zestiende ben ik samen met Nico. Tot de Jolien vorig jaar ontmoetten: nu zijn we gelukkig met z'n drieën."

## Openheid

Wachten op de ware, die ene persoon die aan jouw eisenpakket voldoet. Erg realistisch is dat niet, volgens Ageeth Veenemans, auteur van het

boek *Ik hou van twee mannen*: "Iedereen is perfect op zijn of haar eigen manier. En ik geloof erin dat er voor iedereen meer dan één perfecte partner bestaat. Hier kom je vaak achter als je die ene persoon tegenkomt die het gat opvult, dat jouw partner openlaat." Anneke is het hiermee eens: "Ik heb, als biseksuele vrouw, nu pas het idee dat ik écht mijn prins op het witte paard heb gevonden. En die bestaat uit één prins en één prinses."

Wat als je er tijdens je relatie achterkomt dat je liefde voelt voor meerdere mensen en je partner weet hier nog niets van? In de praktijk komt Leonie dit vaak tegen. "Het belangrijkste is openheid. Als je bang bent om het meteen op jezelf te betrekken, pak er dan een voorbeeld bij uit een tijdschrift of boek en vraag wat je partner ervan vindt." Fanny heeft het op deze manier aangepakt: "Nadat er een einde kwam aan mijn eerste open relatie, kwam ik er achter dat ik polyamoreus ben door het boek

Nico: "Het begon met het samen spotten van mooie vrouwen in de stad. Onze grapjes werden serieuzer en ik vroeg Nico hoe hij het zou vinden als ik met een vrouw zou zoenen. Hij koppelde de vraag terug en samen kwamen we tot de conclusie dat het alleen zou werken als we verliefd zouden worden op dezelfde vrouw."

## Jaliefgevoel

Alleen bij de gedachte dat jouw lief gevoelens heeft voor een ander, word je waarschijnlijk al misselijk van jaloezie. Volgens Leonie heb je daar met een succesvolle bijzondere relatie geen last van: "Als je vertrouwen in elkaar hebt, verandert jaloezie in het jaliefgevoel: jij krijgt een verliefd gevoel als je jouw partner gelukkig ziet met een ander. Als hij bijvoorbeeld belt met zijn andere vriendin en je ziet hoe blij hij hiervan wordt, ben jij juist gelukkig voor hem." Binnen de relatie van Anneke is geen sprake van échte jaloezie. "Wat we weleens ervaren, is dat we het

## Fanny: 'Sommige familieleden vinden het belachelijk dat ik mijn vriend dit 'aandoe''

van Ageeth. Mijn huidige vriend weet van mijn gevoelens, maar ergens hoopt hij dat ik het voor hem opgeef. Gelukkig begrijpt hij dat ik van een monogame relatie echt niet gelukkig word. Hij is nu het boek van Ageeth aan het lezen en ik heb het idee dat hij me daardoor beter begrijpt." Anneke is altijd open geweest over haar biseksualiteit tegen

de ander volop gunnen, maar we het zelf ook zo graag zouden willen. Bijvoorbeeld met feestjes waarop maar één introducé mee mag: wie kies je dan? Dat betekent niet dat we verder alles met zijn drieën doen. We spreken regelmatig met z'n tweeën af, omdat we dat juist belangrijk vinden." Om jaloezie te voorkomen, zijn goede afspraken nodig. ►

## Anneke: 'Ik heb het witte paard gevonden, met daarop één prins en één prinses!'

Vraag jezelf en elkaar af wat jullie willen: waar ligt de grens? Wat vertel je elkaar wel en wat niet? En hoe vaak zie je elkaar en de ander? Doe geen dingen om je partner te pleasen, want daar worden jullie uiteindelijk allebei de dupe van. Ageeth: "Het gaat alleen goed als je eerste relatie gezond is en je elkaar de ruimte geeft. Neem het tempo van de langzaamste persoon aan, zodat je niemand tekort doet." De eerste open relatie van Fanny liep stuk door de jaloezie van haar ex: "Achteraf gezien denk ik dat de keuze voor een open relatie van zijn kant meer kwam om mij bij zich te hebben, al betekende dit dat hij me met anderen moest delen. En dat is allesbehalve een goede basis voor een relatie. Ik vind niet dat ik mijn huidige vriend reden geef om jaloezies te zijn. Wat ik voor een ander voel, gaat niet ten koste van mijn gevoelens voor hem. Die verliefdheid maakt mijn relatie zelfs alleen maar beter."

### Bindingsangst

Als je onderwerpen als een trio of open relatie tijdens een borrel de groep in gooit, zul je merken dat veel van je vrienden hun vooroordeel klaar hebben. Zo ervaart Anneke dat mensen opeens ander gedrag vertonen als ze horen dat ze biseksueel is: "Ik ervaar brutale, hitsige mannen in de kroeg als het meest vervelend. Sommige mannen denken dat Jolien en ik goedkope speeltjes zijn die je wel even tig keer in de kont kunt knijpen. Ook hoor ik vaak dat ik niet in staat ben keuzes te maken. Terwijl ik bijzonder goed weet wat ik wil: ik wil het simpelweg allebei! En op de vraag of het niet 'erg ingewikkeld' is, antwoord ik

altijd: 'Het is als het verschil tussen een lijn en een driehoek: iets ingewikkelder, maar toch relatief simpel'." Volgens Leonie is een veelgenoemd vooroordeel bij polyamorie bindingsangst: "Vaak denken anderen dat je niet genoeg van je partner houdt. En dat je met iedereen het bed induikt." Niet alleen de onbekende buitenwereld heeft zijn woordje klaar, de reactie van je vrienden en familie is misschien een stuk belangrijker. Fanny kreeg overwegend positieve reacties: "Mijn ouders en vrienden accepteren mij zoals ik ben. Maar sommige familieleden zijn het er niet mee eens en vinden het belachelijk dat ik mijn vriend dit 'aandoe'. Alsof ik hem opzettelijk kwets." De keuze van Anneke wordt door vrienden en familie volledig geaccepteerd: "Ik heb onze coming-out als onderwerp voor mijn afstudeerproject gebruikt. Met de korte documentaire *My Brahma Triad* laat ik met visuele symbolen en muziek mijn gevoel voor Nico en Jolien zien. Met deze film heb ik de publieksprijs

gewonnen op het Nederlands Online Film Festival in 2009." Fanny: "Ik heb soms momenten dat ik baal en denk: waarom kan ik niet gewoon monogaam zijn? Maar inmiddels heb ik mezelf volledig geaccepteerd. Ik kan me er jaren schuldig over voelen, maar daar schiet ik niets mee op." Anneke ziet haar toekomst met Jolien en Nico helemaal zitten: "Ik heb vijf jaar een gelukkige duorelatie met Nico gehad, die zeker werkte. Nu we met Jolien zijn, voel ik me nog completer. Het is mijn droom om ooit met allebei samen te wonen." ■

### Meer weten over bijzondere relatievormen?

In het boek *Ik hou van twee mannen* beschrijft Ageeth Veenemans aan de hand van voorbeelden uit de praktijk wat er allemaal bij polyamorie komt kijken. In april 2010 verschijnt het boek *Love Unlimited* van Leonie Linssen en Stephan Wik waarin ervaringsverhalen staan. Je leest over de problemen die ze tegenkwamen en hoe ze die hebben opgelost. In contact komen met meiden die een bijzondere relatie hebben of polyamoreus zijn? Kijk op [www.polyamoureux.nl](http://www.polyamoureux.nl) en [www.polyamory.nl](http://www.polyamory.nl). Ben je benieuwd naar de docu van Anneke? *My Brahma Triad* is te zien via [www.youtube.com/watch?v=39erN9doolQ](http://www.youtube.com/watch?v=39erN9doolQ).



Polygamie was leuk, alleen de hoeveelheid schoonmoeders viel een beetje tegen.