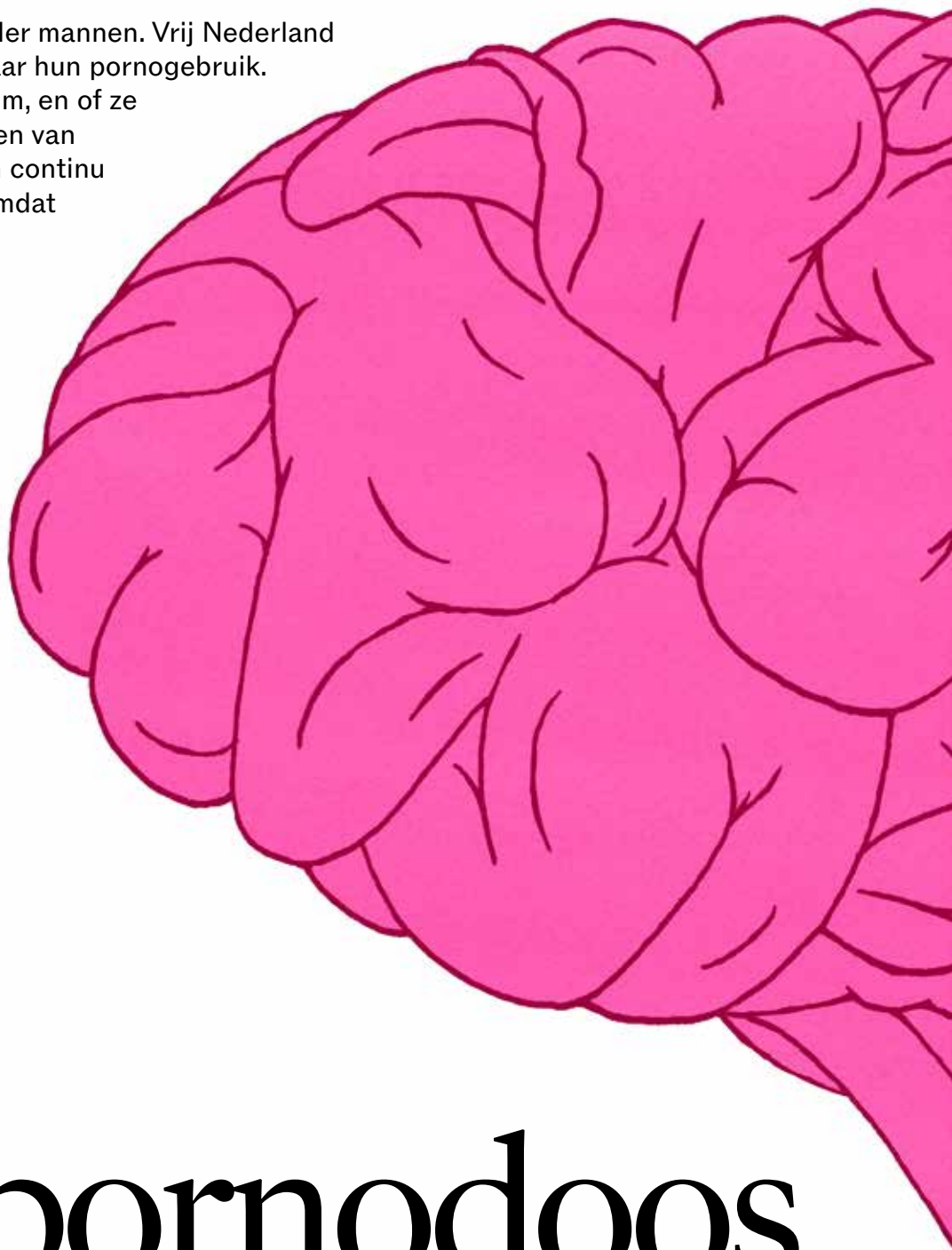
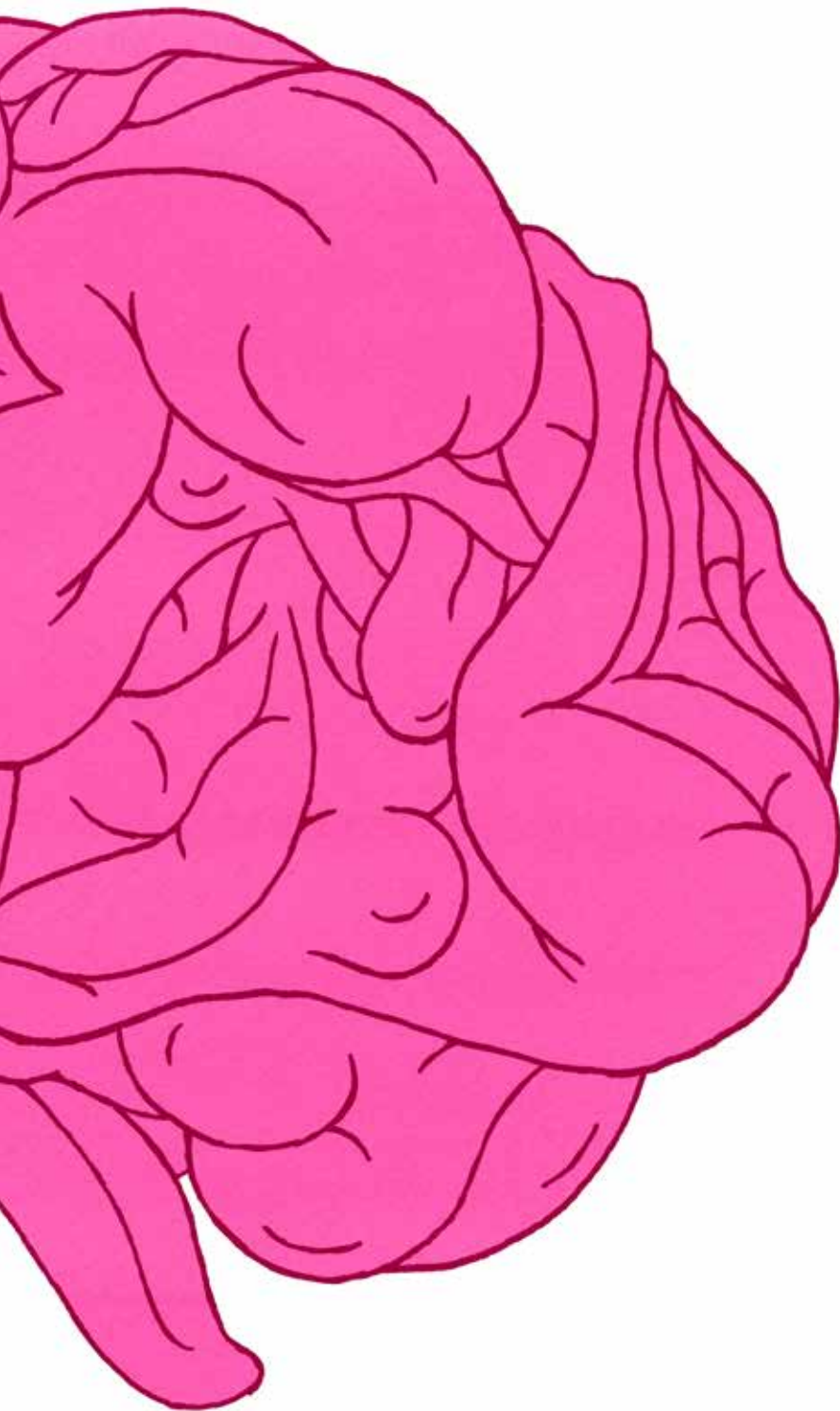


TEKST LAURA KEMP BEELD YOKO HEILIGERS

Porno is hot, vooral onder mannen. Vrij Nederland vroeg vijftig mannen naar hun pornogebruik. Over hoe, wat en waarom, en of ze weleens gehoord hebben van techbedrijf Aylo. 'Ik ben continu teleurgesteld in seks omdat het niet op porno lijkt.'



De pornodoos van Pandora



Om het algoritme zo makkelijk mogelijk te houden, gebruik ik de nieuwe laptop van een vriendin en open Pornhub.com – de populairste pornosite ter wereld met tien miljard bezoekers per maand. Een zwart scherm met oranje letters. *This is an adult website*. Even aanklikken dat ik 18+ ben en bam: ‘Hot Porn Videos in the Netherlands’.

Linksboven in de galerij: een meisje dat op haar zij ligt, in een witte pyjama. Ze ziet eruit als 14. Haar ogen zijn dicht en boven haar hoofd zweeft een penis met een druppel sperma. Het gezicht van de man is buiten beeld, wel zie je zijn behaarde buik. Het onderschrift: ‘Naïeve stiefdochter deed alsof ze sliep terwijl ze zich liet neuken.’ Verderop: ‘Epische compilatie van de grootste pikken die leeglopen op mooie gezichtjes.’

Scroll je naar beneden: plas-squirts, anale orgies, veel POV (point of view). Dat is een soort gopro-camera-ervaring die een lul volgt. Verder naar beneden: close-ups van vrouwen met betraande ogen en uitgelopen make-up, hun hoofden worden hard op en neer geduwd, zodat ze kokhalsreflexen krijgen.

En dit allemaal voordat je überhaupt iets hebt kunnen kiezen.

WHITE COCK

Etnische diversiteit? Zwaar onvoldoende. De eerste zwarte vrouw op de site, is op plaatje 32. Haar ‘black pussy’ wordt ‘uitgeleend’ aan een ‘white cock’. Zwarte mannen daarentegen verschijnen al snel, in de BBC-categorie (*Big Black Cock*). De caption: ‘BBC piss gangbang.’ Op het filmpje hangt een witte vrouw ondersteboven terwijl ze door één man wordt ondergeplast en door twee anderen gepenetreerd wordt. ‘Arab stepdaughters’ komen ook voorbij, meestal met hijab, zij bedienen uitsluitend witte mannen.

Pornhub op deze manier bekijken is heftig. Ondanks een vrijgevochten opvoeding, open seksuele moraal en supporter van ieders genot, kinks en fetishes, voelt het alsof er hier iets niet klopt.

En waar het gesprek over verslavende social media op gang is gekomen, met boeken van bezorgde vaders als tech-nerd Alexander Klöpping en psycholoog Thijs Launspach, wordt de vraag wat tube-sites doen met onze hersenen, seksleven, en mentale gezondheid, collectief vermeden.

TUBE-SITES

Want waar gaat het eigenlijk over? Tube-sites veranderden de porno-industrie twintig jaar geleden op een revolutionaire manier. Het zijn YouTube-achtige platforms waarop gebruikers zelf porno kunnen uploaden en waar content in een eindeloze feed wordt opgediend. Gratis, toegankelijk, algoritmisch gestuurd.

Schrijver Gary Wilson betoogde het dertien jaar geleden al in zijn TED-talk *The Great Porn Experiment*: met tube-sites kan een man in één oogopslag meer seksueel beschikbare vrouwen zien dan zijn voorouders in meerdere levens. Het seksuele beloningssysteem raakt in permanente overdrive.

Tijd om mannelijke pornokijkers aan het woord te laten.

In een enquête heeft Vrij Nederland heteromannen anoniem over porno aan de tand gevoeld. Heteromannen, omdat ze overduidelijk het mikpunt zijn van de sites zoals Pornhub. Vijftig deden er mee. Bijna allemaal twintigers en dertigers. De perfecte doelgroep, omdat zij de eerste generatie zijn die met internetporno is opgegroeid. De vragen gingen over hoe oud ze waren toen ze voor het eerst internetporno zagen, hun kijkgedrag, of hoe tevreden ze daarover zijn, wat het doet of deed met hun seksleven en wat ze opvalt aan hoe de sites zijn ingericht. De antwoorden geven een indringend beeld van hoe de tube-sites in hun leven zijn verweven, maar ook: hoeveel invloed het op hun seksleven en vrouwbeeld heeft gehad.

MINDFUCK

De meeste ondervraagden bleken 12 of 13 jaar toen ze internetporno ontdekten. Praten met ouders deed vrijwel niemand. Op een aantal uitzonderingen na, wordt er nog steeds nauwelijks over gepraat. Weinig met partners, nauwelijks met vrienden, soms grappend. Pornhub staat met stip op één, gevolgd door YouPorn. Meer dan de helft kijkt meerdere keren per week, maar voelt er ongemak bij.

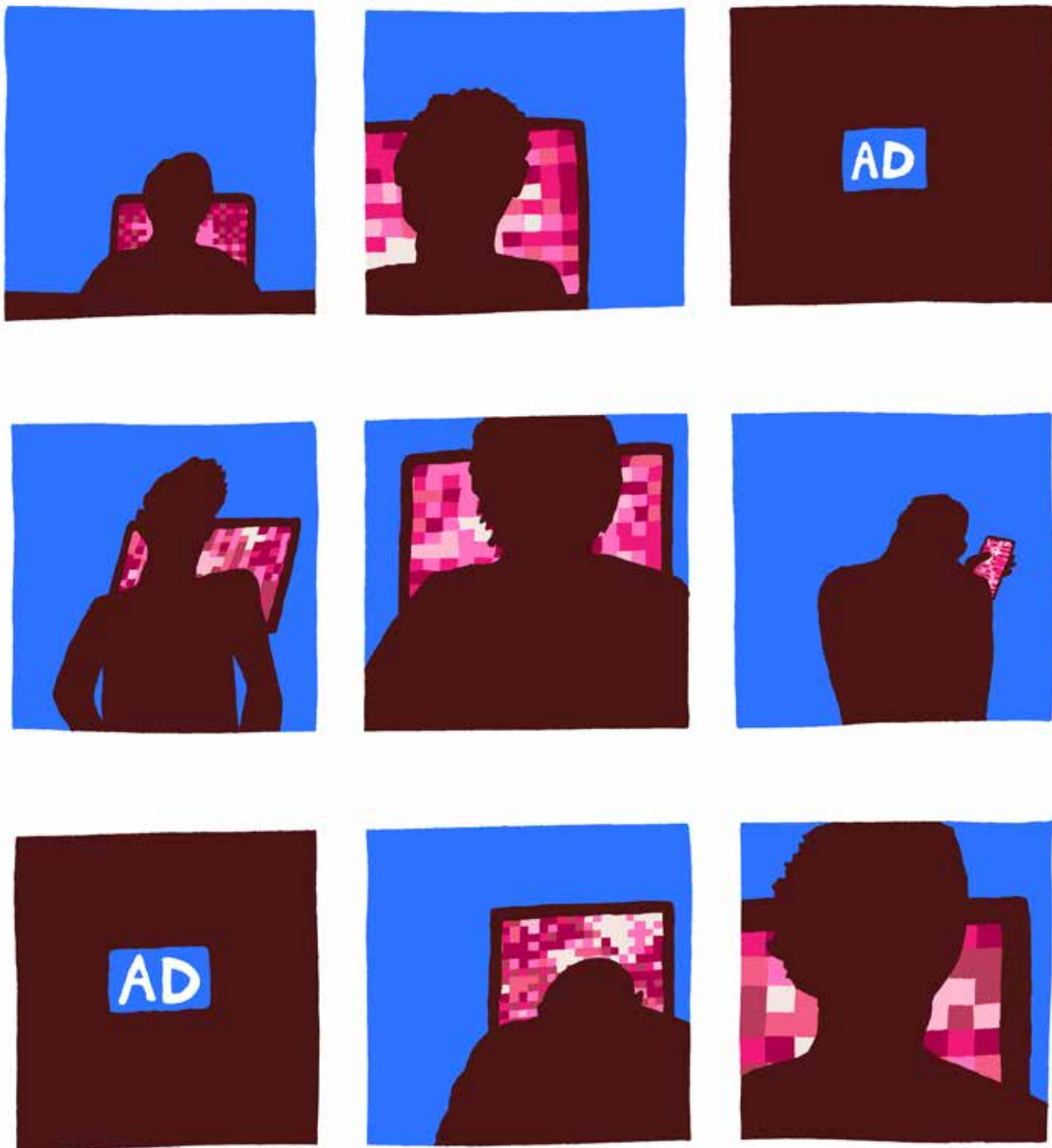
Iemand zegt: ‘Het is vrijwel nooit een krachtmomentje als je als man naar porno kijkt. Als ik het doe, probeer ik het bewust te doen, maar dat is lastig..’

Eén op de tien heeft er echt last van. ‘Het is een mindfuck. Ik wil mijn beeld over seks drastisch veranderen.’ De helft geeft aan dat ze stoppen moeilijk zouden vinden. Masturberen zonder porno: gebeurt bijna nooit. Invloed op partnerseks: die er wel is, volgens de ruime meerderheid – maar niet op een positieve manier. ‘Minder zin, moeilijk klaarkomen’, vat iemand het samen. Een ander zegt: ‘Minder libido, ik stuur minder op seks aan.’ Weer een ander noemt het ‘afstompemd’: ‘Ik ben continu



teleurgesteld in seks omdat het niet op porno lijkt.’

De mannen zien ook dat hun vrouwbeeld er direct door wordt beïnvloed. ‘Plat gezegd worden vrouwen er toch gereduceerd tot onderdanige sletten, en is de seks weinig dimensionaal’. ‘Mainstream porno is erg vernederend



naar vrouwen, dus dat heeft invloed'. 'In porno hebben mannen een machtsrol, iets wat in het echte leven soms ook verwacht wordt.'

Als je de mannen naar de indeling van de sites vraagt, zien ze dat de seks niet gelijkwaardig wordt opgediend. 'De meest perverse/extreme content staat

**DE HELFT VAN DE
ONDERVRAAGDE MANNEN GEEFT
AAN DAT ZE STOPPEN MOEILIK
ZOU DEN VINDEN**

bovenaan.' Meer, meer, meer, alles wat je eigenlijk niet zou willen.' Ook vinden ze het: 'Schreeuwerig, incestueus met gare titels over stiefdochters en stiefmoeders.' Iemand merkt op: 'Content past niet bij vraag.' En: 'Het is bedoeld om je te verleiden om door te klikken naar dingen die je niet wil zien.'

ZEER, ZEER VERSLAVEND

Dat het vrijwel unaniem als verslavend wordt ervaren, is dan ook geen verrassing meer. 'Zeer, zeer verslavend.' 'Het is gewoon te makkelijk.' 'Je wilt stoppen, maar je hersenen willen verder.' 'Soms denk ik: waar de fuck heb ik nou weer naar gekeken. Maar toch wil je dan door.'

Het Nederlands Centrum voor Seksverslaving (NCVS) waarschuwt dit jaar in een publicatie: 'Over internetporno doen we te nonchalant: verslaafde jongeren verliezen de controle.'

Directeur en verslavingspsycholoog Nana Ruedisueli zegt: 'Mensen die zeggen: ach, iedereen kijkt porno, vergeten dat een groep kwetsbare mannen er echt verslaafd aan raakt en de controle over hun leven kwijtraakt. Sommige twintigers en dertigers kennen seks alleen maar van porno. En als ze inmiddels toch een partner hebben, hebben ze moeite met intimiteit. Ze geven vaak de voorkeur aan porno kijken boven seks met hun partner.' Betrouwbare cijfers over het aantal pornoverslavingen zijn er niet. De onzekerheidsmarges zijn groot, het onderscheid tussen seks en pornoverslaving is vaak onduidelijk gedefinieerd.

Eén van de mannen die Vrij Nederland sprak (38), zit in een verslavingsgroep voor mannen. 'Mijn groep is voor mannen met allerlei soorten verslavingen, maar 80 tot 90 procent zit er voor hun pornoverslaving. Het zijn mannen die niet veel praten over hun gevoelens. Wanneer het dan minder goed met ze gaat, gaat het mis. De pornosites zijn zo toegankelijk, vergen geen emotioneel onderhoud, verdoven en krijgen de rol van een surrogaat-relatie.'

In het Verenigd Koninkrijk is het taboe rondom de verslavende werking van pornosties inmiddels langzaam onderwerp van gesprek en van beleid.

Sinds juli 2025 heeft het land geavanceerde leeftijdchecks ingevoerd om minderjarigen te weren, door middel van een tweestapsverificatie en een mini-banktransactie.

Een noodzakelijke eerste stap. Maar dat helpt kwetsbare (inmiddels) volwassen mannen vooralsnog niet.

De populaire Britse TV-presentator Ore Oduba (39) kwam onlangs *clean* en sprak over zijn jarenlange pornoverslaving. In een podcast beschreef hij hoe porno hem te pakken kreeg en bijna zijn leven verwoestte. 'Het geeft je precies die verbinding die je misschien mist. En door die dopaminestoten wordt die negativiteit tijdelijk onderdrukt.'

Die dopaminewerking is geen metafoor. Hersenonderzoeker Valery Voon (Cambridge University) concludeerde dat online porno echt veranderingen in de hersenen veroorzaakt. Bij het doorklikken naar nieuw materiaal krijgt het brein telkens een grote dopamineboost; dezelfde neurochemische reactie als bij gokken of cocaïnegebruik. 'Het deel in je hersenen dat keuzes maakt en impulsen bewaakt, wordt volledig buitenspel gezet.'

Ruedisueli ziet hier de gevolgen van: 'Wanneer de hersenen gegijzeld raken door porno, moet je je opnieuw leren verhouden tot je vrije seksualiteit. Dan heb je minder zin in seks of zoom je tijdens de seks in op bepaalde lichaamsdelen, zonder contact met de ander te maken. We zien daarbij mannen met erectiestoornissen of mannen die moeite hebben met klaarkomen. Gewone seks prikkelt dan onvoldoende. Het beloningssysteem in het brein is zó afgestemd op nieuwe beelden, dat het als het ware per milliseconde verder wil doorklikken.'

De truc van de gratis pornoplatforms is simpel: het doel is om kijkers naar steeds meer en steeds extremer materiaal te lokken, zodat de stap naar betalen kleiner wordt. Want daar zit hun verdienmodel. De sites verdienen aan advertenties voor (nog) extremere porno, webcamsites en premium abonnementen, en sinds kort ook voor: hyperrealistische, AI-gegenereerde content van vrouwen met krankzinnig uitvergroete borsten, lippen en billen.

'*This A.I. girl will make you come in 30 seconds*', zo belooft het onderschrift. De sites mikken op zwakke plekken in het beloningssysteem en verzamelen ondertussen massaal data over kijk- en klikgedrag.

PORNOMONOPOLIE

Wat geen gebruiker – inclusief de mannen uit onze enquête – beseft is dat de drie populairste sites, Pornhub, YouPorn en RedTube, allemaal in handen zijn van één en dezelfde eigenaar: het Canadese bedrijf Aylo, voorheen MindGeek. Dit Canadese monopolie, met haar schimmige organisatiestructuur van meer dan twintig vestigingen in evenzoveel landen, waaronder

**'IK BEN CONTINU
TELEURGESTELD IN
SEKS OMDAT HET NIET
OP PORNO LIJKT'**



zoals Cyprus en Luxemburg, beheert 70 procent van al het online pornoverkeer ter wereld. Door wie dit bedrijf gerund wordt, is al even schimmig. Op 16 maart 2023 werd het bedrijf overgenomen door Ethical Capital Partners, een private equity-firma uit Ottawa. Sinds die overname is er geen nieuwe CEO aangekondigd

Het techbedrijf bedient zich bovendien van de klassieke monopolietactiek: de hele supply chain beheren. Naast Pornhub, YouPorn en RedTube bezit dit Canadese bedrijf ook pornoproduktiestudio's als Brazzers, Reality Kings en Digital Playground – waar ze op de tube-sites dan weer voor adverteren.

De cijfers zijn duizelingwekkend. Elke dag wordt er binnen Aylo 15 terabyte aan nieuwe video's door particulieren geüpload – de helft van de volledige Netflix-catalogus, per dag! Laat dit even inwerken. Dertien miljoen uur porno wordt er dagelijks bekeken. De porno van Aylo bevindt zich op tweeduizend clouds die 24/7 opereren.

ALGORITMES

Terwijl de particuliere uploaders een minuscuul aandeel van de advertentie-inkomsten ontvangen, bepaalt Aylo alles: de algoritmes en de opdiening. Zo maakt Aylo previews, voorziet ze van clickbait-titels en laat algoritmes bepalen wat viral gaat – meestal het meest extreme.

Vrouwvriendelijke porno gemaakt door professionele producenten raakt ondergesneeuwd. Erika Lust, regisseur en producent van filmische porno ziet haar films gestolen worden. 'De meest expliciete beelden worden eruit gehaald, en op Pornhub

geplaatst met agressieve titels. Ze gebruiken al die taglines voor de algoritmes, maar zijn niet geïnteresseerd in het artistieke deel of de visie van de regisseur', vertelt ze aan magazine *The Spinoff*.

En het is niet alleen piraterij. Ook worden er massaal video's geplaatst zonder toestemming van de mensen (meestal vrouwen) die erin voorkomen.

Hoe erg dat is, kwam in 2021 naar boven. De Canadese Privacy Commissioner publiceerde een vernietigend onderzoek naar Aylo's consentprocedures. Van de uploaders die beweerden toestemming te hebben van iedereen die in hun video's figureert, kon 70 procent die toestemming niet bewijzen. Die content moest verwijderd worden. Maar transparantie over de contentmoderatie? Die is er nog steeds niet.

Na dit schandaal werd het bedrijf in maart 2023 overgenomen door de nieuwe eigenaar Ethical Capital Partners en vijf maanden later gerebrand van MindGeek naar Aylo.

Op Aylo.com presenteert het bedrijf zich nu als gelijke tech-innovator met buzzwoorden als 'Purpose' en 'Innovation'. Ook beroept Aylo zich graag op *industry standards* en een *code of conduct* voor performers. Over algoritmes en advertenties weten we nog steeds niks.

REGULERING

Het gevolg is inmiddels bekend: een oneindige, intimiderende stroom aan halve en hele aanrandingen, vernederingen

van 'stiefzusjes', kokhalsreflexen, dubbele penetraties, en anonieme POV's – vrouwonvriendelijke content waar ook de ondervraagde mannen in onze enquête zich zorgen over maken. Hoe kan het dan dat de porno-industrie nooit onderwerp is van gesprek, laat staan van publiek of politiek debat?

Het enige wat hoogstens ter sprake komt, zijn de arbeidsomstandigheden van vrouwen en sekswerkers, wat super belangrijk is. Maar het zijn nooit de mechanismen van de verslavende milje-

**70 PROCENT VAN
AL HET ONLINE
PORNOVERKEER TER
WERELD, WORDT
BEHEERD DOOR
ÉÉN BEDRIJF: HET
CANADESE AYLO**



nenindustrie zélf die ter discussie wordt gesteld.

Dat is deels te wijten aan de schimmigheid van de industrie, die er alles aan doet om onder de radar te blijven. Ook van onze ondervraagden had op één persoon na niemand gehoord van Aylo of MindGeek.

LEEFTIJDCHECKS

En toch, zodra je mannen vraagt of regulatie wenselijk is, dan zeggen ze bijna unaniem van wel. Allemaal noemen ze: strenge leeftijdschecks voor gebruikers onder de 18. Op de voet gevolgd door meer transparantie over consent. Maar ook: minder reclame, minder sturende algoritmes, waarschuwingen dat de content een onrealistisch beeld van seks geeft en zelfs labels die aangeven dat content vrouwonvriendelijk en racistisch is. Iemand zegt: ‘Niemand zou dit ooit als eerste beeld van seks te zien moeten krijgen.’ Een ander: ‘Ik ben voor meer regulatie, zéker ook van de reclames en de business erachter.’ Zoals een van de mannen het verwoordde: ‘Totaal belachelijk en falend leiderschap dat dit niet wordt gereguleerd.’

Maar hoe kan het dan dat deze regulering in de praktijk niet van de grond komt?

‘Het is bizar, maar er is in Den Haag nog nooit een debat gevoerd over de regulering van pornosites’, stelt Kamerlid Barbara Kathmann (GroenLinks-PvdA), goed voor dertigduizend voorkeurstemmen bij de laatste verkiezingen vanwege haar kennis over digitale zaken. Zij wijst de stilte rond het onderwerp aan een gebrek aan ownership of centraal aanspreekpunt, zoals een ministerie voor Digitale Zaken. Ook wijst ze op het taboe op seks in de Kamer. ‘Er wordt in de politiek ophef gemaakt over educatieprogramma’s als Lentekriebels op de basisschool terwijl diezelfde kinderen thuis tegen hardcore porno aan lopen. ‘Dat vooral jongens verleid worden door algoritmisch gestuurde kapitalistische porno die gericht is op verslaving, hoeven we niet te pikken. Uiteindelijk wil je natuurlijk dat het businessmodel van deze platforms volledig wordt opgedoekt, maar begin daar maar eens aan.’

In de praktijk blijken de techbedrijven de wetgevers voortdurend te slim af. Kim van Sparrentak (GroenLinks-PvdA), die in het Europe Parlement de strijd aanbindt tegen de *nasty tech bros*, zegt: ‘We krijgen het zo moeilijk voor elkaar om die grote platforms verantwoordelijk te houden. Ze doen alles om regulatie te omzeilen.’

Dit jaar pas spande de Europese Commissie voor het eerst formele procedures aan tegen Pornhub en andere pornoplatforms van Aylo wegens inbreuk op de Digital Services Act, de wet tegen illegale online content, misleiding en verslavend design. Maar tot op heden zonder succes.

Volgens de DSA, die sinds 2024 van kracht is, is Aylo aangemerkt als Very Large Online Platform (VLOP), de status die platforms krijgen die door meer dan 45 miljoen Europeanen per maand worden bezocht. Vanwege hun grote maatschappelijke verantwoordelijkheid, zouden Pornhub en andere pornoplatforms van Aylo verplicht moeten zijn om hun advertentie-inkomsten openbaar te maken, inzicht moeten geven in algoritmes, leeftijdschecks moeten invoeren, risico’s voor minderjarigen moeten inschatten en maatregelen moeten nemen tegen verslaving.

Dat de DSA kan werken, bleek eerder in augustus 2024. Toen trok TikTok zijn verslavende ‘Rewards’-functie terug. Het platform beloofde gebruikers – vooral kinderen – voor screentime. Ook deelde de Europese Commissie op basis van de DSA in april 2025 zijn eerste boetes uit: Meta kreeg 200 miljoen euro, Apple 500 miljoen euro, Webwinkel AliExpress deed toezeggingen over betere transparantie van advertenties en het melden van illegale content.

Maar in het geval van Aylo is het laatste woord er nog niet over gezegd. Aylo heeft bezwaar aangetekend tegen de VLOP-status van Pornhub. Het bedrijf beweert dat de gebruikscijfers verkeerd zijn berekend, dat Pornhub ‘niet zo groot is’. De procedure loopt nog.

PANDORA

En zo blijft de pornodoos van Pandora nog altijd dicht. De politiek durft of kan ‘m niet openen. En zo blijft de pijnlijke waarheid buiten beeld: tube-sites bouwen al sinds 2006 een verdienmodel op misogynie, de verslaving van mannen en de vernedering van vrouwen. Uiteindelijk gaat het om macht. Wie stuurt het kijken? Wie conditioneert ons? Het is tijd om de pornowereld terug te claimen van de kapitalistische overlords. Hoe geil zou dát zijn.

Laura Kemp (1988) is journalist en antropoloog. Voor Vrij Nederland schrijft ze over cultuur, sociale bewegingen en de toekomst van verzet. Ze woonde en werkte vijf jaar in Londen.