

**LENE**  
LEEST TUSSEN  
DE LAKENS...

Journaliste **LENE KEMPS**  
duikt elke week met een ander  
boek tussen de lakens.  
Deze week: 'Waarom mannen  
geen seksboeken kopen'



«Hou niet  
vast aan dat  
imago van

# harde bink»

Waarom vind je in vrouwenbladen tips voor  
betere orgasmes en hulp bij relatieproblemen,  
terwijl mannenmagazines schrijven over  
auto's, borsten en sport? Seksuoloog Wim  
Slabbinck ontrafelt dat mysterie. Een  
gesprek over wat mannen tot mannen maakt.

**E**n mysterie is het eigenlijk niet,  
want de verklaring is best een-  
voudig», stelt Wim Slabbinck.  
«Die bladen gaan ervan uit  
dat 'echte' mannen zo'n  
rubriek niet nodig heb-  
ben. De mythe wil name-  
lijk dat die van aanpakken  
weten en hun problemen  
zelf wel oplossen. Dat dit  
niet altijd het geval is,  
bewijzen de zelfdodingscijfers bij Belgische  
jongemannen, die schrikwekkend hoog zijn,  
en het feit dat depressies en burn-outs bij hen  
vaak langer aanhouden dan bij vrouwen. Het  
zijn vooral mannen die de gevangissen en  
verslavingsklinieken bevolken, die psycho-  
farmaca en antidepressiva nemen. Het imago  
van de harde, zwijgzame, onkwetsbare bink  
klopt dus niet. En het is ongezonder voor man-  
nen om daarin te blijven steken.»

**Er is veel discussie over de verschillen tussen  
mannen en vrouwen, en over wat natuur of  
cultuur is. Is mannelijkheid biologisch, zit het  
in je lichaam, zijn het je hormonen? Of speelt  
je omgeving mee: wordt man zijn je aange-  
leerd?**

«Ik ontken de verschillen tussen mannen en  
vrouwen niet, maar ik denk dat ze vooral  
worden aangeleerd. Mannelijkheid is eerst  
en vooral een culturele constructie die je als  
jongen al heel snel meekrijgt: altijd flink zijn,  
sterk blijven, niet wenen, vechten als dat  
nodig is... Later wordt dat: ambitieus zijn,  
slagen in het leven, nooit twijfelen. Die bood-  
schappen hebben zo hun gevolgen. Als man-  
nen een probleem hebben, sporten ze wat  
vaker en werken ze wat harder. Vrouwen  
zijn sneller geneigd om te praten en naar  
een hulpverlener te stappen.»

**Ouders doen nochtans moeite om hun zonen  
en dochters gelijk op te voeden.**

«Daar ben ik van overtuigd, maar de gender-  
aanpak kruipt er ongezien in, zelfs al koop je  
geen auto voor je zoon en geen poppen voor je  
dochter. Onlangs zag ik in de supermarkt een  
kleine jongen met flessen frisdrank zeulen.  
'Hoe flink om zo iets zwaars te dragen', zei zijn  
moeder. Ik ben er haast zeker van dat ze dat  
tegen haar dochter nooit zou hebben gezegd.  
Dan zou het zijn: 'Hoe lief dat je mama helpt',  
en op zijn meest rolbevestigend: 'Kan je dat  
wel dragen, is dat niet te zwaar voor jou?'  
Ik heb het geluk gehad om een deel van mijn  
jeugd op een jongensschool te hebben  
doorgebracht en een deel in een overwegend  
vrouwelijke school. Achteraf is me duidelijk  
geworden hoezeer die exclusief mannelijke  
omgeving mijn gedrag beïnvloedde, hoeveel  
impact die context had. Ik voelde me slecht  
in dat haantjesmilieu, ik heb daar ook voor  
de laatste keer fysiek geweld gebruikt. Het  
is je omgeving die je leert hoe als man te  
functioneren, die je vertelt wat er van je  
verwacht wordt.»

«In de overwegend vrouwelijke school mocht  
ik de 'zachtere' gevoelens wel tonen, en dat is  
alleen maar positief, want zo kon ik meer  
vaardigheden ontwikkelen die vaak aan  
vrouwen worden gekoppeld. Het is een besef  
dat ik heb megebracht naar mijn praktijk:  
mannen durven echt wel kwetsbaar te zijn,

maar ze hebben daar toestemming voor no-  
dig, er moet een veilige omgeving voor wor-  
den gecreëerd. Die vinden ze vaak niet bij  
andere mannen, soms wel bij hun partner,  
en zeker hier.»

**Vanuit je positie als seksuoloog en therapeut  
vecht jij tegen die grote zwijzaamheid, het  
onvermogen van de man om over zijn gevoe-  
lens te praten.**

«Onvermogen? Ik denk het niet. Het is wel zo  
dat mannen vaak heel zenuwachtig zijn als ze  
hier zitten. Ze verwittigen me vaak op voor-  
hand dat ze niet zo goed zijn in het praten over  
hun emoties. 'Ik zal dat niet kunnen.' Maar  
in een veilige omgeving kunnen ze het best,  
hoor. Ze hebben die vaardigheden. Ze hebben  
alleen vaak niet voldoende geleerd om ze te

**«Mannen durven echt  
wel kwetsbaar te zijn,  
maar er moet een veilige  
omgeving voor worden  
gecreëerd. Die vinden  
ze vaak niet bij andere  
mannen»**

trainen. Het is een soort van negatieve spiraal:  
je mag niet kwetsbaar zijn, en op den duur  
weet je niet meer goed hoe. Maar er is evolutie:  
mannen van nu zijn veel minder gesloten  
en geremd dan hun vaders. Ze zijn al op een  
heel andere manier met hun kinderen bezig.  
Het gaat de juiste richting uit.»  
«Er is wel nog steeds een gebrek aan rolmo-  
dellen, vind ik, aan mannen die zich utoen in  
hun kwetsbaarheid of twijfels. Ik vind het  
geweldig dat Thomas Vanderveken durft te  
zeggen hoeveel moeite hij soms heeft met de  
vaderrol, en hoe erg hij het vond dat hij maar  
enkele dagen vaderschapsverlof kon nemen  
omdat onze samenleving mannen daarin dis-  
crimineert. Ik zou het super vinden, mochten  
meer mannelijke BV's zo open zijn en durven  
te vertellen over hun mindere momenten.»

**Het boek gaat over het doorbreken van de  
mythes rond mannelijke seksualiteit, maar  
het wijst eigenlijk veel breder op de invloed  
van de typische rolpatronen.**

«Het is een pleidooi voor een verhoogd  
bewustzijn rond rolpatroonbevestiging en  
maatschappelijke conditionering. We zouden  
al een eind opschieten mochten we ons reali-  
seren dat we gekleurde boodschappen geven  
als we voor jongens een raketbouwdoos  
kopen en voor meisjes een keukentje. In  
IJsland hebben ze gendercompensatieklas-  
sen, scholen die zijn opgezet om traditionele  
stereotypen te doorbreken en kinderen al op  
heel jonge leeftijd dezelfde kwaliteiten aan te  
leren. De kinderen dragen dezelfde kleding en  
spelen met hetzelfde speelgoed, maar zitten  
wél in gescheiden klassen. Wanneer jongens  
of meisjes bij elkaar in een groep zitten, ge-  
beurt wat men reverse mirroring (omgekeerd  
spiegelelen, red.) noemt: wat typisch 'meisjes'  
is of hoort te zijn, wordt tegenovergesteld aan

wat typisch 'jongens' is. Als er bij een groep  
kleuters een jongetje is dat bijvoorbeeld wat  
zachtaardiger is, het misschien leuker vindt  
om te tekenen of in de poppenhoek te zitten,  
maakt die meer kans om door de andere jon-  
getjes als een watje aanzien te worden. Maar  
als je alle jongens met poppen laat spelen, is  
dat mannelijk. Door jongens en meisjes apart  
te groeperen en hen de vaardigheden en kwa-  
liteiten aan te leren die niet met hun gender  
gelaten. Voor meisjes is dat bijvoorbeeld  
asserteriviteit, of minder snel huilen als er iets  
scheelt. Voor jongens is dat bijvoorbeeld  
aandacht voor de meer zachtere, menselijke

**«Af en toe problemen  
hebben in je seksleven,  
is niets om beschaamd  
over te zijn. Het overkomt  
iedereen. Laat het vooral  
niet aanslepen, maar zoek  
hulp, praat erover»**

Seksuoloog Wim Slabbinck

kwaliteiten. Als jonge kinderen naar de  
buitenwereld kijken, is het bewustzijn van  
de rollenpatronen er al: waarom geven ze  
jongens wapens om mensen dood te schieten  
en krijgen meisjes poppen om voor te zorgen?  
Dat inzicht is al erg belangrijk. Af en toe  
moeten we die stolp waarin we leven eens  
vanbuiten bekijken en ons realiseren dat alles  
wat we doen een impact heeft. Ik zeg niet dat  
je geen Legoblokken mag geven aan je zoon,  
maar het is geen onschuldig cadeau. Elke  
aankoop heeft zijn impact.»

**Als seksuoloog bent u vooral bezig met wat  
typisch mannelijk is: de penis en man-  
nelijke seksuele problemen.**

«Nergens zijn de mythes tal-  
rijker en de onzekerheden  
groter. Ik wilde vooral mee-  
geven: af en toe problemen  
hebben in je seksleven, is  
niets om beschaamd over  
te zijn. Het overkomt ie-  
dereen. Laat het vooral  
niet aanslepen, maar zoek  
hulp, praat erover.»  
«Als mannen hier komen,  
hebben ze het vaak al een  
tijdje moeilijk. Erectiepro-  
blemen, de zin in seks is  
weg... Jammer dat ze zo lang  
wachten, want zo'n klacht ver-  
oorzaakt onzekerheid en heeft  
ook weerslag op je relatie. De  
gesprekken gaan vaak breder  
dan het seksleven. Uiteindelijk  
krijg je via het seksuele aspect  
soms ook toegang tot de andere do-  
menen van het leven, want iemand  
die geen zin heeft in seks, is vaak ook een  
beetje depressief. Het is een voorrecht om op  
die manier met mannen te praten, en soms  
ook met hun partners.»

**Na al die jaren praktijk geloof u nog steeds  
niet dat er grote verschillen zijn tussen man-  
nen en vrouwen?**

«Toen ik begon als seksuoloog wel. Toen zette  
ik mijn mannenbril op om naar mannen te  
kijken en keek ik naar vrouwen door een  
vrouwenbril. Intussen heb ik geleerd om die  
bril af te zetten. Ik kijk naar mensen en die  
verschillen in hun mens-zijn.»

**SEKSUOLOG WIM SLABBINCK  
DOORPRIKT MYTHES ROND  
MANNELIJKHEID  
EN SEKSUALITEIT**

## ✓ Size matters

«De penis staat voor trots,  
kracht en moed, en kan dus niet  
groot genoeg zijn. Maar lengte  
speelt in bed biologisch gezien  
geen rol, en in het hoofd van  
vrouwen evenmin. Goede seks  
heeft te maken met connectie,  
niet met centimeters.»

## ✓ Mannen hebben altijd zin

«Het wordt als afwijkend ge-  
zien als een man niet verlangt  
naar seks, maar een man kan  
net zo goed moe zijn, ziek of ge-  
woon geen zin hebben. Het  
aloude cliché dat een man om  
de zeven seconden aan seks  
denkt, is trouwens niet waar. Uit  
onderzoek blijkt: om de 42 mi-  
nuten (vrouwen om de 77 mi-  
nuten), of 34,2 keer per dag  
(vrouwen 18,6). Dat mannen zo  
sterk op seks gefocust zijn, zit al  
in de cultuur waar het vrou-  
wenlichaam geerotiseerd en  
gecommercialiseerd wordt als  
iets waar een echte man naar  
moet verlangen.»

## ✓ Snel komen is altijd een probleem

«Als we de letter van de weten-  
schap volgen – een zaadlozing  
is vroegtijdig als een man na  
minder dan één minuut pene-  
tratie klaarkomt (en als hij daar  
last van ondervindt) – valt maar  
3,7% van de Vlaamse mannen  
in deze categorie. Toch klaagt  
9,2% wel eens over te snelle  
ontkurking. Oefeningen en  
technieken bieden mogelijk  
soelaas. Ook medicijnen kun-  
nen helpen, maar hebben soms  
rijdige bijwerkingen. Je seksle-  
ven afstemmen op alle andere  
aspecten waarin je wel bedre-  
ven bent, is vaak een betere  
aanpak.»

## ✓ Vooral single mannen masturberen

«Mannen blijven masturberen,  
ook in een relatie. Solo seks of  
seks met een partner zijn twee  
evenwaardige expressies van  
seksualiteit en gaan best  
samen door de relatie deur.  
Cijfers: meer dan negen op de  
tien mannen en zeven op de  
tien vrouwen hebben ooit ge-  
masturbeerd. De jongste zes  
maanden soleerden zeven op  
de tien mannen en vijf op de  
tien vrouwen.»

## ✓ Alleen mannen hebben een penis

«De clitoris is een waardige  
tegenhanger voor de penis.  
Het belangrijkste verschil is  
dat de piemel losjes naar bui-  
ten hangt en grootste stuk van  
de kittelaar in het lichaam zit.»

## ✓ Mannen kunnen altijd een stijve krijgen

«Roken, alcohol, vermoeidheid,  
overgewicht, cholesterol...  
Af en toe hapert de machine.  
Zelfs een ochtendrectie is  
niet standaard.»

## ✓ Porno is een mannending

«Mensen die porno kijken, heb-  
ben doorgaans een beter seksle-  
ven. Mannen zijn grootge-  
bruikers, maar ook zes op de  
tien vrouwen kijken porno  
(minstens een paar keer per  
jaar). Dat lagere cijfer heeft ver-  
moedelijk te maken met de so-  
ciale codes die vrouwelijke  
seksbeleving afremmen, en  
met de onzinnige en onrealisti-  
sche scripts van porno.»

## ✓ Ik vrij niet met mijn man, ik vrij met een pil

«Mannen hebben veel over-  
voor een stevige stijve, en dat is  
al eeuwenlang zo. Met Viagra  
leek het wondermiddel ont-  
dekt, maar toch een bedenking:  
het is een erectiepijl, geen lust-  
pijl. Het blauwe pilletje verber-  
tert de lichamelijke respons en  
verzwakt eventuele psycholo-  
gische remmingen, maar het  
creëert geen verlangen.»

## ✓ Mannen vrijen om klaar te komen

«Het herenorgasme is vaak het  
slotakkoord van seks, het hoog-  
tepunt, maar daardoor geven  
we het ook veel te veel gewicht.  
Wie zich alleen concentreert op  
de climax, is bezig met preste-  
tie, niet met plezier. Dat brengt  
stress met zich mee. Seks is voor  
mannen trouwens even ge-  
laagd als voor vrouwen: verlan-  
gen, onzekerheid... emoties  
spelen bij beide sekses mee.»

## ✓ De man is monogaam

«Monogamie is een keuze,  
zowel voor mannen als voor  
vrouwen. Het is niet de enige  
mogelijke vorm van samenle-  
ven, en ook niet de  
natuurlijke. Het is een  
ingeburgerd concept dat  
veel voordelen biedt, maar  
zeker ook nadelen heeft,  
waaronder verveling en  
monotonie. Als je voor huisje-  
beestje-boompje gaat, doe  
het dan zonder romantische  
dromen dat elke dag een  
sprookje zal zijn.»

## ✓ Alleen mannen ejaculeren

«Nee hoor, ook vrouwen  
kunnen het. In de afgelopen  
2.500 jaar werd de vrouwelijke  
ejaculatie meermaals ontdekt,  
om daarna telkens weer te  
worden vergeten. Eén op de  
vier Vlaamse vrouwen zou al  
eens 'squirten'.»



«Waarom mannen geen  
seksboeken kopen. Mythes  
over mannen en seks» door  
Wim Slabbinck bij Manteau