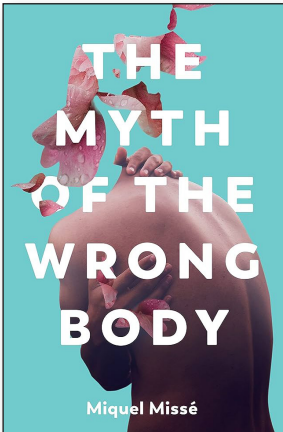


Literatuurbulletin



Miquel Missé (2022). *The Myth of the Wrong Body*. Cambridge (UK): Polity Press, 142 pagina's, €17,99.

Wat (weer) een heerlijk en relevant boek dat ik hier voor jullie mag bespreken. En veel actueler dan dit krijg je het niet. Miquel Missé, Spaans socioloog geboren in Barcelona, doet in *The Myth of the Wrong Body* een in opzichten gewaagde, degelijke en tegelijkertijd passievolle bijdrage aan het huidige transgender debat, als wetenschapper, als activist en als ervaringsdeskundige transman die in de loop van de jaren 'honderden transpersonen' heeft meegemaakt.

Het boek biedt een waardevolle, alternatieve en kritische stem in het (trans)genderdebat. Tegen de stroom in van een emancipatiebeweging die vecht voor het recht op lichaamsmodificatie, pleit Missé juist voor het recht om die ook achterwege te laten, voor het recht op genderambigüiteit of genderdiscrepantie zo men wil [mijn woorden, IV], het recht op trans-zijn zonder eindelijk ingrijpen op het lichaam. Missé pleit voor meer discussie over de vele ingewikkelde thema's en vragen rond genderidentiteit en transgenderisme en vindt dat momenteel een open gesprek veel te snel onmogelijk wordt gemaakt door de beschuldigende vinger vanwege vermeende transfobie. Een open gesprek is juist noodzakelijk om alternatieven te ontwikkelen voor het (essentialistische, hetero- en gendernormatieve) medische spoor waar transen momenteel al snel op terecht komen maar waar de meesten niet echt gelukkig op worden. Missé wil alternatieve perspectieven onderzoeken op translichamen en op (verzachting van) het leed van transgenders, anders dan vanuit de idee van 'het verkeerde lichaam'.

Hen¹ daagt uit om voor te stellen dat er niks mis is met translichamen, om daadwerkelijk te depathologiseren zoals oorspronkelijk ook altijd de bedoeling is geweest van transactivisme. De oproep tot acceptatie en herwaardering van translichamen is aansprekend

en ontroerend. De analyse is uitdagend en inspirerend en het boek leest heerlijk weg. Het gloedvolle betoog is niet overal even strak opgebouwd maar dat vergeef ik de auteur graag in een dusdanig geëngageerd en emotioneel schrijven dat naar eigen zeggen onderdeel is van een therapeutisch proces om ook het eigen lichaam te leren accepteren: *a love letter written to that body that I hated so much*.

In het eerste van drie delen wordt nog maar eens (maar overduidelijk niet ten overvloede) uiteengezet, dat een ervaren discrepantie tussen sekse en genderidentiteit vanuit inmiddels breed gesteunde noties van gender als sociale constructie minder een 'afwijking' is dan vaak wordt verondersteld. Sterker, veel mensen ervaren gendernormativiteit als dwingend of beperkend en identificeren zichzelf in wisselende mate als mannelijk dan wel vrouwelijk, ongeacht hun sekse. Maar opvattingen over genderidentiteit als aangeboren en biologisch verankerd, als 'vanzelf' voortvloeiend uit de sekse waarmee men wordt geboren, zijn nog steeds wijdverbreid. De *hormone shower theory*, die stelt dat genderidentiteitsontwikkeling plaatsvindt in de baarmoeder, wordt door Missé echter afgedaan als *pretty weak en unprovable*. Auteur benadrukt dat genderidentiteitsontwikkeling juist een sterk door culturele normen beïnvloed proces is. Niemand wordt als transgender geboren. De trans-ervaring wordt gezien als één van de manieren waarop omgegaan kan worden met het ongemak en het leed vanwege een rigide, dwingend, *asphyxiating* gendersysteem. Juist omdat gendercategorieën zo rigide zijn, is er *suffering*. Missé is ronduit verontwaardigd dat kinderen nog steeds worden opgevoed met de gedachte van een natuurlijke overeenstemming tussen lichaam, genderidentiteit en genderexpressie en noemt het een vorm van symbolisch geweld. Auteur stelt een radicale ontkoppeling voor. Mensen zouden, ongeacht geboortegeslacht, de gehele reikwijdte aan genderexpressie moeten kunnen benutten zonder sociaal veroordeeld en gestigmatiseerd te worden. Als we dat stigma en gekoppeld leed zouden kunnen verzachten zou de behoefte aan transitie ook minder acuut zijn, veronderstelt Misse.

Niettemin heeft juist het biomedische narratief van 'het verkeerde lichaam' de afgelopen decennia sterk aan populariteit gewonnen (in de westerse wereld, toevoeging IV). Wat Missé betreft heeft dit zeker ook te maken met de lucrativiteit ervan voor de chirurgische professie. Transpersonen zijn een *market niche* voor de (private) plastische chirurgie. Die niche is zelfs groter dan die voor cis-vrouwen waarbij, zo merkt de auteur fijntjes op, corrigerende ingrepen opvallend genoeg 'plastisch' of 'esthetisch' worden genoemd, in ieder geval geen *gender surgery* terwijl het dat natuurlijk evenzogoed is. Voor transen geldt nog sterker dan

¹ Omdat de auteur (opvallend terloops en pas op pagina 139) naar zichzelf verwijst als themselves, zal ik die hier aanduiden met Nederlandse equivalenten daarvan.

voor cissers dat chirurgisch ingrijpen geen einde kent, het is een bodemloze put, het is nooit genoeg. Tel uit je winst! Ik ben er persoonlijk van overtuigd dat lang niet alle genderbehandelaars eurotekens in de ogen hebben, maar niettemin, zo weten we, is inmiddels de toename van hulpvragen en transitiebehandeltrajecten in het biomedische circuit ongekend hoog.

De wellicht belangrijkste verklaring voor de populariteit van het medische traject is gelegen in het feit dat de mythe van het verkeerde lichaam ook breed omarmd wordt binnen de transgemeenschap. Missé ziet die ontwikkeling met lede ogen aan. Transemancipatiebewegingen eisen niet alleen het recht op lichaamsmodificatie op, maar zetten daarbij bovendien het essentialistische argument van trans als aangeboren en biologisch verankerd in. Wellicht heeft het ermee te maken dat een behoefte aan aanpassing van het lichaam pas legitiem wordt gevonden als je ermee geboren bent, suggereert Misse. Liever dan hun leed cultureel te verklaren en het systeem aan te klagen kiezen transen *en masse* voor de individuele verklaring van geboren zijn in het verkeerde lichaam. Maar, roept Missé wanhopig tegen deze transgenoten, het lichaam waarmee je geboren werd is wél jouw lichaam. Laten we het redden in plaats van het ons te laten ontnemen!

De oproep vindt zijn wortels in Missé's vroegere activisme in de decennia rond de eeuwwisseling in Barcelona en daarbuiten. De schets van dat activisme als veilige haven in diens periode als worstelende jonge transman vond ik informatief en ontroerend. We lezen over praatgroepen, media-events, cabaret en theater, vrachtwagens met opschriften als *Gender moving company of Gender trapeze artists circus* en series persoonlijke getuigenissen *on stage* onder de noemer *Cultura Trans*. Veel is te vinden op het internet, onder noemers als *Trans Art Cabaret*, *Trans Space*, *Trans Dialogues*. Vol verve vochten Missé en medeactivisten tegen de pathologisering van trans. Ze verwierpen het concept 'genderdysphorie' en vervingen het door het goed gevonden 'gendereuforie'. Ze streefden naar een ware viering van gender- en lichaamsdiversiteit, durfden het aan om transnormativiteit te trotseren en twijfels over de mythe van het verkeerde lichaam te ventileren. Men wilde juist de schoonheid van androgynie voor het voetlicht brengen. Opvallend is dat nonbinariteit in dit kader helemaal niet genoemd wordt terwijl hier toch een situatie van slechts een dik decennium geleden beschreven wordt.

Maar, aanvankelijk tot verbazing van de groepen waarvan Missé deel uitmaakte, werd ook veel vijandigheid vanuit de transgemeenschap hun deel vanwege hun kritiek op discours en praktijk rond 'het verkeerde lichaam'. Deze interne animositeit en controversie rondom biologische verklaringen zien we ook in de geschiedenis van het homo-activisme en staat, mijns inziens, zeker niet los van stigma. Missé erkent dat transvrouwen weliswaar veel sterker gestigmatiseerd worden dan transmannen, hetgeen wellicht de andere eman-

ciatiedoelstelling kan verklaren. Maar niettemin heeft hen weinig begrip voor de, in hun ogen, smalle, essentialistische, stereotyperende en gendernormatieve visie op trans die door 'het biomedische kamp' wordt gebezigd. Het is dan ook met stijgende verbazing en ontgoocheling dat Missé en zijn medeactivisten in het nieuwe millennium de populariteit van dat perspectief toch de overhand zien krijgen.

In deel twee redeneert Missé hoe de *flood* aan aandacht voor transgenderisme in het nieuwe millennium en de groeiende dominantie van het biomedische perspectief gepaard zijn gegaan met de introductie van twee nieuwe categorieën transen. Allereerst de *trans women with heroic journeys and respectable professions*. Onder de titel *Trans is pop* hekelt hij hoe iconen als Caitlyn Jenner vanwege hun sociale klasse en extreme rijkdom een nieuw beeld van transvrouwen in de media kwamen te representeren; te misrepresenteren wel te verstaan omdat, zo voert Misse aan, de realiteit voor veel 'gewone' transvrouwen er heel wat minder rooskleurig uitziet. Maar de wenselijkheid en het zogenaamde succes van het gemodificeerde lichaam werden er sterk mee gepromoot.

Meer aandacht wordt besteed aan de tweede nieuwe categorie: *the trans minor*. Voorheen was transgenderisme eigenlijk iets dat pas in de volwassenheid speelde. Allereerst kritiseert Missé de nadelige kanten van categorisering op zich. *Labeling transforms practices in identities*, stelt die, en verhult de diversiteit en veranderlijkheid van trans. Trans jongeren zijn een veel bredere, meer fluïde en gevarieerdere groep dan de wettelijk-medische categorie *trans minor* impliceert.

Maar het zwaartepunt van de kritiek van de auteur ligt bij het gegeven dat met de opkomst van de categorie *trans minor* opnieuw het medische model wordt binnengehaald waar de depathologiseringsbeweging juist tegen streed. Depathologisering betekent immers volgens Missé dat transgenderisme niet in eerste instantie als biologisch begrepen wordt, maar als sociaal, cultureel en politiek. Maar met de introductie van de *trans minor* wordt opnieuw een essentialistische visie op trans als aangeboren en gezeteld in het brein gepromoot. En opnieuw betoogt de auteur dat trans-zijn net zomin in het brein zetelt als in de genitaliën, dat het (gewoon) een van de vele manieren waarop gender kan worden ervaren. Seksuologen krijgen ook een veeg uit de pan, omdat zij zich zouden voordoen als moderner dan de klassieke psychiatrie maar het onderliggende genderessentialisme niet genoeg tegenspreken. Transgenderisme is dan nu wel geen ziekte meer, maar evenzogoed een aangeboren conditie waar iets niet goed mee is. De huidige populariteit van puberteitsremmers wordt cynisch becommentarieerd: *'What a surprise, another medical solution based in the modification of trans people's bodies. Let's go!'* (pagina 89).

Missé kritiseert dat transjongeren de boodschap meekrijgen dat het veel beter is als ze er vooral niet uitzien als trans maar door kunnen gaan voor 'gewone'

volwassenen. Daarbij worden puberteitsremmers gepromoot als een wachtkamer maatregel maar zetten ze jongeren onherroepelijk op het spoor van lichaamsmodificatie en de idee dat *being trans is an error that has to be erased*, niet als simpelweg een van de vele manieren waarop gender ervaren kan worden, die bovendien door geen enkele ingreep zal verdwijnen. Wat we volgens de auteur nodig hebben zijn juist positieve transrolmodellen, die zich niet continu gefrustreerd voelen dat ze niet cis zijn. Er moet ruimte komen *to be trans without being a monster*.

Missé benadrukt geen bezwaren te hebben tegen ingrijpen en behandeling op zich, maar wel tegen de promotie ervan als zou het noodzakelijk zijn, de enig denkbare weg naar geluk. Auteur is van mening dat juist lichaamsacceptatie en zelfwaardering versterkt, weerbaarheid tegen discriminatie en alledaags geweld vergroot, en strijdbaarheid tegen een binair systeem dat hen uitsluit aangewakkerd zouden moeten worden. Transkinderen identificeren zich op een of andere manier meer met de andere sekse. Alhoewel culturele factoren daarbij een evidente rol spelen, blijft het precieze waarom vooralsnog onduidelijk. Maar we hoeven niet meteen aan te nemen dat het iets definitiefs is. Het beste wat we jongeren volgens Missé kunnen aanbieden is de ruimte om gender maximaal te exploreren, te experimenteren met identiteiten, en vragen en twijfels te hebben. *Empowerment, visibility en body positivity* zijn het devies. Maar nee: *'Once again the body thieves have set up shop and are doling out their solutions'* (pagina 97). De gepercipieerde behoefte aan lichaamsverandering bij transjongeren wordt aldus sociaal geconstrueerd: *a shameless robbery of those children*. Alle dwang tot lichaamsaanpassing stuwt volgens Missé vooral een negatief zelfbeeld en frustratie op want, betoogt die, hormonale en chirurgische ingrepen leiden voor velen nooit niet tot het gewenste effect.

Zware beschuldigingen worden dan ook geuit aan het adres van niet nader genoemde maar kennelijk goed-gedoteerde, intensief lobbyende *organisations of parents of trans minors* die de transpolitiek 'gekoloniseerd' zouden hebben met een agressieve marketing van het biologische model en alle hun onwel gezinde bewegingen van radicaal transactivisme met het verwijt van transfobie uit het publieke debat zouden drukken. Ik ben niet zo goed op de hoogte van dergelijke praktijken, maar krijg af en toe wel wat mee van de hooglopende controversen in de VS. We weten dat 'ons eigen' VUMc een grote rol heeft gespeeld in de popularisering van (medische behandeling van) transjongeren, maar toch heb ik moeite hen ook maar enigszins met die als extreem agressief omschreven beweging te associëren. Ook de verwijten van slinkse lobby strategieën lijken niet op onze VUMc collega's van toepassing. Missé hekelt dat de gewraakte organisaties in hun lobby oorspronkelijk heel anders bedoelde activistische slogans (*transeuforia, transresistance*) misbruiken. En dat 'ze liegen' omdat ze stevast beelden gebruiken

van perfect *passing* kinderen waarvan niemand ooit zou vermoeden dat ze trans waren. Maar, zegt Missé: *'what I want is a society to let us look trans, not to applaud us only once not a trace of being trans remains'* (pagina 102).

Die gedachte wordt verder uitgewerkt in deel drie van het boek. Daarin wordt allereerst die norm van *passing* geproblematiseerd, i.e. het gegeven dat het kunnen doorgaan voor iemand van de sekse waarmee men identificeert wordt voorgesteld als ideaal en criterium wordt voor een succesvolle transitie. Die norm herbergt en versterkt classicisme, meritocratie en onmogelijke eisen, vindt Missé. Het is het tegenovergestelde van transempowerment. Bovendien zou het een *egocentrische cult of the body* stimuleren oftewel normatief exhibitionisme in die zin dat de transervaring in het korset van dominante modellen van mannelijkheid en vrouwelijk wordt gedrongen. De auteur licht toe dat de mogelijkheid tot *passing* afhangt van je anatomie, van de leeftijd waarop je transitie is geïnitieerd, van je gezondheid en bereidheid om ingrepen te ondergaan, maar vooral ook van je rijkdom. Sociaaleconomisch en cultureel kapitaal spelen een rol. Missé zegt niet tegen de promotie van *trans beauty* te zijn, maar wel tegen de promotie van een *trans beauty standard that requires going under the knife*, die sociale ongelijkheden verdiept en die bovendien normen versterkt waar slechts enkelen aan kunnen beantwoorden. Hun oproep is om deze hegemonische versie van *trans pride* te bevragen en een *trans corporal ethic* te ontwerpen. Belangrijker dan het recht op modificatie van het lichaam is volgens de auteur de vrijheid om onze lichamen te beleven zonder lijden en zonder zelfchtingverlagende druk om het te veranderen. Dus: *war on passing as the recipe for trans success!* Ophouden de leugen te slikken dat operaties de oplossing zijn. Ophouden met de trans self-centeredness. Ons leed is een structureel probleem veroorzaakt door een rigide gender system. Laten we het systeem bevechten, niet onze lichamen.

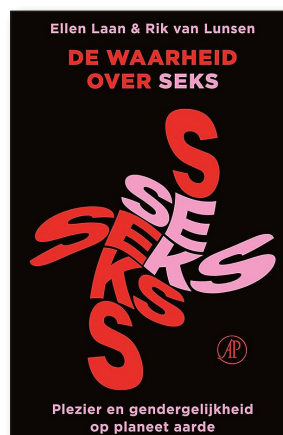
Op dit punt in het boek aangekomen en bijna week geworden van sympathie voor de gedebiteerde argumenten, vergast Missé me nog op enkele aanvullende uitdagende reflecties. Zo stelt hen vast dat transvrouwen veel frequenter een operatiewens hebben dan transmannen. Gesuggereerd wordt dat dit goed te maken zou kunnen hebben met de anticipatie van transvrouwen op mannelijke (homo-angstige) heteroseksuele partners die niks met een penis van doen willen hebben. We kunnen beter aan het collectieve bewustzijn van heteromannen gaan werken, dan aan de lichamen van transvrouwen te sleutelen, vindt Missé.

En dan krijgt de lezer ook nog de volgende overweging mee. In de strijd om acceptatie van body diversity en voor respect voor alle lichamen, zouden transen op een bepaalde manier ook beschouwd kunnen worden als, op de korte termijn, geprivilegieerd in hun toegang tot de mythe van het verkeerde lichaam. Want andere gestigmatiseerde en/of gediscrimineerde groepen, bij-

voorbeeld dikke mensen of zwarte mensen, hebben daar geen toegang toe en kunnen dat argument ('ik ben een dun mens in het lichaam van een dik mens') niet inzetten om recht op lichaamsmodificatie laten gelden. Maar Missé ontmaskert het vermeende privilege onmiddellijk als een leugen met de redenatie dat, op langere termijn, dikke en zwarte mensen in ieder geval de agency is gegund om het sociale stigma en het systeem te bestrijden en zichzelf te empoweren. Maar de mythe van het verkeerde lichaam zet transen op het verkeerde been; die slaat hen de middelen uit handen om zich te verzoenen met hun lichaam. Missé roept daarom de transgemeenschap op zich te realiseren dat diens ervaring heus niet zo anders is dan die van vele anderen maar dat ze van andere benadeelde groepen kunnen leren om meerdere opties te exploreren om hun positie te verbeteren en hun leed te verzachten. *Let's look the myth of the wrong body in the eye and say: enough!*

Het mag duidelijk zijn dat dit boek mij op allerlei manieren heeft weten te charmeren. Dat wil natuurlijk niet zeggen dat er niets tegenin te brengen is. De situatie waarin alle genderexpressies toegankelijk zijn ongeacht geboortegeslacht is nog ver van ons, stigma op gendernonnormativiteit des te sterk aanwezig. Alternatieve antwoorden op het leed van transen zijn een langetermijn project, maar het leed is acuut en vraagt om kortetermijn oplossingen. Niettemin kan ik niet anders dan hopen dat het betoog ons aangeboden door deze Spaanse activist-wetenschapper zijn weg vindt naar onze Nederlandse discussies over gender en trans en, uiteraard, zal helpen in ons streven naar vergaande, structurele verbeteringen in positie, welzijn en veiligheid van alle betrokkenen.

Ine Vanwesenbeeck
Psycholoog



Ellen Laan & Rik van Lunsen. 2023. **De waarheid over seks. Plezier en genderongelijkheid op de planeet aarde.** Amsterdam: Arbeiderspers, 352 pagina's, € 25,99.

In 2017 publiceerden Rik en Ellen hun gezamenlijke boek *Seks! Een leven lang leren*. Dit boek werd goed ontvangen en positief gerecenseerd in dit tijdschrift (Dewitte, 2017). Het kan met recht een basisboek over seksuele ontwikkeling en seksualiteit genoemd worden, voor publiek of professional.

Het boek dat dit jaar uitkwam zal helaas hun laatste gezamenlijke boek zijn. Ellen heeft veel input kunnen geven, maar niet meer mee kunnen schrijven. Haar gedachtengoed is echter duidelijk terug te vinden, evenals dat van Rik. Het boek geeft goed hun visie weer die zij ontwikkelden tijdens hun jarenlange samenwerking. En daar word ik erg blij van.

De waarheid over seks volgt een heldere opbouw startend vanaf de oorsprong van genderongelijkheid en mythes, via verschillende seksuele problemen, de gevolgen van seksueel geweld en diversiteit, naar het ontmantelen van mythes en Ellen en Rik's visie op seksuele opvoeding en voorlichting. In de inleiding wordt helder uitgelegd wat de achtergrond is waartegen hun visie zich ontwikkelde en het besluit genomen werd dit boek te schrijven. De 19^{de}-eeuwse opvattingen die sterk voet aan de grond hebben gekregen en nog steeds een belangrijke rol spelen in het huidige denken over seksualiteit evenals protestantse invloeden zijn hierin het belangrijkste. Hier worden ook enkele termen geïntroduceerd die later in het boek vaak terugkomen, zoals gender en PIV (penis-in-vaginaseks) en er wordt uitgelegd dat het boek vooral over cismannen en cisvrouwen en heteroseksuele relaties zal gaan.

Hoofdstuk 1 gaat in op de oorsprong van vermeende genderverschillen en de gevolgen van evolutietheorieën over rolverdeling tussen mannen en vrouwen. Het legt helder uit waar huidige misvattingen vandaan komen en wat dan wel klopt, bijvoorbeeld dat slechts in 1% van de gevallen seksualiteit gericht is op voortplanting (voorgerekend door David Spiegelhalter in *Sex by numbers*) en het waarom van de clitoris. Het zet de toon voor de rest van het boek. In hoofdstuk 2 wordt het antiseksueel syndroom, zo genoemd door Jos van Ussel, uiteengezet. Het vat de visie op seksualiteit samen die tussen de 16^e en 19^e eeuw is ontstaan waarin

seksualiteit steeds meer taboe werd en er veel regels opgesteld werden met betrekking tot seksueel gedrag. Volgens Rik en Ellen lijden we nog steeds aan dit syndroom en ik denk dat ze gelijk hebben. Verder gaat dit hoofdstuk in op de belangrijkste seksuele problemen die cismannen en cisvrouwen in heteroseksuele relaties tegenkomen.

Er volgen meerdere hoofdstukken waarin verschillende seksuele problemen besproken worden zoals ingedeeld volgens de responscyclus (zin, opwinding, orgasme, pijn). Deze hoofdstukken zijn stuk voor stuk een combinatie van biologische en fysiologische uitleg over hoe het lijf werkt, educatie over wat nodig is om het lijf te laten werken (biopsychosociaal, context, communicatie, stimulus) en het onderuithalen van verschillende mythes over hoe het lijf hoort te werken of over die zogenaamde genderverschillen. De verschillen tussen subjectieve en fysiologische opwinding komen aan bod en de onzin van 'spontane' zin ook. In het hoofdstuk over orgasme komen natuurlijk het clitoraal complex en de orgasmekloof uitgebreid voorbij. Hier wordt ook meer ingegaan op seksueel plezier in zijn algemeenheid en de invloed van de pil. Tot slot legt het hoofdstuk over dyspareunie heel duidelijk uit dat pijn niet nodig is en waarom niet. En wordt hier wederom ingegaan op PIV-en, wat wel leuk kan zijn, maar niet de enige echte en verplichte seksuele handeling is binnen een heteroseksueel koppel. In al deze hoofdstukken maakt casuïstiek veel duidelijk over welke problemen in de spreekkamer voorkomen en hoe daar mee om te gaan met alle voorgaande kennis in het achterhoofd.

Het hoofdstuk over de gevolgen van seksueel geweld is het meest uitgebreide hoofdstuk van het boek. Dit is te begrijpen omdat seksueel geweld en misbruik helaas veel voorkomt en ook veel gevolgen heeft. Helaas is niet voor iedereen (ook niet voor professionals) duidelijk wat de gevolgen op seksueel gebied kunnen zijn en hoe dat precies zit. Heel goed dus dat hier uitgebreid bij stil gestaan wordt. De bekkenbodemp, PTSS en seksuele gevolgen van geweld worden uitgebreid besproken. Ook wordt het hebben van een seksuele respons tijdens seksueel geweld of misbruik genoemd, uitgelegd en genormaliseerd. Heel belangrijk want dit is vaak een bron van schaamte en schuldgevoel. Tot slot wordt er ook ingegaan op welke (maatschappelijke) factoren een rol spelen bij het tot stand komen van seksueel geweld en misbruik en wat belangrijk is om seksueel geweld te voorkomen. En dat zit vooral in een veilige basis en een sekspositieve opvoeding. Ook hier illustreert casuïstiek de theorie.

Dit hoofdstuk wordt gevolgd door een hoofdstuk waarin 20 simplistische opvattingen over genderverschillen worden behandeld en onderuitgehaald. Het hoofdstuk start met uitleg over de biologische overeenkomsten en de ontwikkeling van het seksueel systeem van in de baarmoeder. Dit is nuttige en belangrijke informatie, maar ondanks illustraties toch ingewikkeld en best moeilijk te volgen zonder enige achtergrond.

Andere opvattingen die voorbij komen zijn 'alleen mannen hebben een ODOL', 'testosteron is alleen belangrijk voor mannen', 'vrouwen komen moeilijker klaar' en 'vrouwen ejaculeren niet'.

Het boek gaat naar zijn einde met een hoofdstuk over het feit dat iedereen zijn eigen unieke mix heeft van persoonlijkheid, biologie en opvoeding, wat resulteert in ieders unieke mix qua seksualiteit in de brede zin van het woord. Heel belangrijk, want hokjes denken op welke manier dan ook is vaak niet helpend. Het voorlaatste hoofdstuk bespreekt een alfabet van mythes, waarin ook weer veel informatie wordt gegeven en veel wordt recht gezet. Het alfabet gaat van affectie en anticonceptie naar eerste keer en fantasie, via menopauze, solo en uterus naar zucht. In dit hoofdstuk zit wel wat herhaling van zaken uit eerdere hoofdstukken, maar het is een leuk idee om zo'n alfabet op te zetten. En waarom die zucht? Ze worden een beetje moe van de hokjes, want zoals eerder al genoemd; iedereen is uniek en verschillend en iedereen is gezond zolang het bij je past, je er plezier aan beleeft en het jezelf en anderen niet schaadt.

Het boek eindigt met een hoofdstuk over seksuele opvoeding en voorlichting en geeft de boodschap: 'plezier is het enige zinnige doel van seks', wat we Rik en Ellen zo vaak hebben horen zeggen. Educatie zou sekspositief, divers en gelijk moeten zijn voor jongens en meisjes. Tot slot zijn er nog allerlei lees- luister- en kijktips over alle onderwerpen die in het boek voorbij zijn gekomen. Heel nuttig en mogelijk soms ook wat makkelijker toegankelijk dan zo'n dik boek als dit. Helaas zijn sommige weblinks die gegeven zijn wel erg lang en ingewikkeld.

Het lezen van Ellens voorwoord en Mario's (haar man) en Riks nawoord is mooi en ook best emotioneel. Het is fijn dat ze dit zo hebben gedaan en geeft nog wat meer context aan het boek.

Ik ben heel enthousiast over dit boek. In geen enkel ander boek staat zoveel informatie die ook nog zo goed onderbouwd is. Belangrijke thema's waar jaren en decennia nauwelijks aandacht voor was, worden aangekaart en misvattingen worden aangepakt. Het is een onmisbare bron van informatie. Maar, vind ik dan alles goed aan dit boek? Nee, ik vind het taalgebruik soms best moeilijk (in ieder geval in een boek voor het grote publiek), de informatiedichtheid hoog en de zinnen regelmatig lang (ik hoor ze Rik al uitspreken). Ook zijn er meerdere herhalingen in de tekst. Dat is soms overbodig, maar mogelijk ook bewust gedaan, want de kracht van herhaling kennen we allemaal. Verder vind ik de referenties en noten onhandig. Alles is aangegeven met een nummer en elk hoofdstuk start met nummers weer bij 1. Bij dat nummer krijg je dan soms een definitie, maar meestal een korte referentie die je dan weer op moet zoeken in de alfabetische referentielijst. Op deze manier worden referenties meerdere malen herhaald door de hoofdstukken heen. Dit leidt tot vele pagina's met referenties en het is onhandig. Het was

handiger geweest door het hele boek dezelfde nummers te gebruiken met volledige referentie indien relevant. Bovendien heb ik geen volledige referentie van Van Ussel terug kunnen vinden. Jammer, want een belangrijke grondlegger.

Al met al ben ik heel enthousiast over dit boek en vind ik dat ook dit een basisboek genoemd kan worden, maar dan over vrouwelijke seksualiteit, vermeende genderverschillen en seksueel plezier. Het boek vat de beschikbare literatuur over deze onderwerpen door de eeuwen heen goed samen, legt verbanden en haalt mythes onderuit. Al deze goede (en goed onderbouwde) informatie maakt dat iedereen in Nederland het boek zou moeten gaan lezen, maar de eerlijkheid gebied te zeggen dat het niet voor iedereen geschikt is. Door de vele informatie en de schrijfwijze is het vooral geschikt voor hoger opgeleiden, patiënt of niet. Houd daarbij in de gaten dat de vele informatie mensen tot verandering kan brengen, maar het geen zelfhulpboek is. Verder is het een absolute must have voor professionals die zich bezighouden met seksualiteit of in opleiding zijn tot NVVS-professional. Samen met *Seks!* hoort dit boek kapot gelezen bij ons allen in de kast te staan.

Hester Pastoor
psychotherapeut, seksuoloog NVVS

Literatuur

Marieke Dewitte, *Seks! Een leven lang leren*. (recensie) *Tijdschrift voor Seksuologie*, 2017, 41(2): 107-108.

Rik van Lunsen & Ellen Laan, 2017. *Seks! Een leven lang leren*. Amsterdam: Prometheus.

David Spiegelhalter, *Sex by numbers*. London: Profile Books LTD.



Elise van Alderen (2023). *Wellust. Waarom we als vrouwen te weinig van seks genieten en hoe we dat veranderen*. Amsterdam/Antwerpen: Atlas Contact, 319 pagina's, €24,99

Wellust (of misschien: 'wél lust?') is een van het groeiend aantal bijdragen aan het publieke debat over genderongelijkheid op het vlak van seksueel plezier. Het presenteert een steekhoudende analyse van het probleem dat vrouwen, ondanks principieel eenzelfde vermogen tot genot als mannen, in de seksuele praktijk veel minder genot ervaren. De auteur zet optimistisch in op radicale verandering van die situatie. Met dit zelfhulpboek wil ze vrouwen ('wij') daartoe stimuleren en equiperen. Seksuele autonomie is het sleutelwoord. Die moeten vrouwen zien te verwerven, zien terug te winnen op patriarchale genderverhoudingen en het daarbinnen vanzelfsprekende mannelijke primaat. Van Alderen baseert haar betoog op 'enkele honderden' gesprekken met vrouwen in haar klinische praktijk als arts en seksuoloog NVVS en, naar eigen zeggen, niet zozeer op de wetenschap. De uitkomsten van wetenschappelijk onderzoek worden van meet af aan brutaal weggeschamperd als 'niet de waarheid' en 'onbetrouwbaar', wat mij betreft een kortzichtig minpuntje in een veelal loffelijke exercitie.

Het boek is logisch opgebouwd en prima leesbaar. De tekst ontrolt zich in een vijftal hoofdstukken, geardeerd met vele gekaderde weetjes, uitweidingen en verdiepingen (over herkomst van begrippen, historische ontwikkelingen, et cetera) met soms snedige kopjes als 'testeronzin' en 'clitorisnijd'. Het geheel wordt afgetopt met een paar thematische appendices over specifieke situaties (kinderwens, overgang, ziekte) en essenties (stress, consent) en een uitgebreid notenapparaat. Allereerst wordt de vrouwelijke seksuele anatomie uit de doeken gedaan. De tekeningen zijn verhelderend en de terminologie ('vulvalippen', 'clitoristorip') volledig correct volgens de laatste inzichten. Voor mij (als niet-arts) was het nuttig op sommige feiten nogmaals gewezen te worden, bijvoorbeeld dat vochtsaanmaak volledig hormoononafhankelijk en dus niet menopauze-gebonden is en ook niet noodzakelijk opwindingsgerelateerd. Het tweede hoofdstuk behandelt de vele culturele mythes, over penis-in-vaginaseks, over orgasmes en over de seksuele ongelijkheid tussen vrouwen en mannen. De vinger wordt op vele zere plekken gelegd en de verontwaardiging spat herhaal-

delijk van de pagina's: over de mannelijkheidsnorm in seks, de idee dat de seksorganen van de vrouw in dienst zouden staan van de penis of dat vrouwen de afwijking vormen die verklaard zou moeten worden, over het structurele negeren van de clitoris ('kun je je seks voorstellen waarbij de penis van de man genegeerd wordt?'), over alle onzin die in veel media uitgekraamd wordt en, *last but not least*, over de cultureel gegroeide seksekloof op werkelijk alle aspecten (angst, genot) van seks. Eén van de spaarzame onderzoeksverwijzingen citeert Debby Herbenick en collega's die becijferden dat, bijvoorbeeld, vrouwen zelfs negen keer vaker geen opwinding ervaren dan mannen.

Daarna wordt de verhouding van vrouwen tot hun lichaam beschouwd, in het bijzonder de wijze waarop vrouwen omgaan met (de gevolgen van) hun structurele objectificatie. Het is mij onduidelijk waarom dit hoofdstuk de titel 'lichamelijke vrijheid' meekrijgt. Dat zou eerder van toepassing zijn op het volgende stuk dat seksuele autonomie behandelt en vrouwen begeleidt op de weg naar solo seksueel genot. Beide hoofdstukken richten zich opnieuw op mechanismen en gevolgen bij een seksuele socialisatie waarin vrouwen zichzelf leren ervaren alsof ze een lichaam hebben in plaats van zijn. Wanneer vrouwen leren een voorwerp van andermans verlangen te zijn in plaats van zelf te verlangen, komt dat vrouwelijk verlangen logischerwijze maar moeilijk tot wasdom. De auteur stimuleert vrouwen om uit hun seksuele kooi te komen en verantwoordelijkheid te nemen voor hun eigen genot. Praktische oefeningen voor zelfonderzoek worden aangeboden om eigen lichaam en opwinding te verkennen en toe te eigenen. Soloseks wordt cruciaal gevonden, want aangezien de reductie van vrouwen tot hun lichaam essentieel is in hun onderdrukking, moet ook het loskomen uit die onderdrukking via het lichaam gebeuren, vindt van Alderen. Bovendien is 'partnerseks hebben zonder te weten waar je opgewonden van wordt als op de snelweg rijden zonder rijbewijs' (pagina 186). En 'als er iets vernietigend is voor je seksuele verlangen is het seks hebben zonder ernaar te verlangen' (pagina 109). Het pleidooi voor seksuele autonomie wordt met verve gebracht en is overtuigend. Wel vond ik het concept op zich erg losjes en vaag omschreven rond termen als 'zelf' en 'eigen', een beetje alsof iedereen toch wel weet wat het betekent. Tot op zekere hoogte is dat wellicht zo. Maar aangezien ik zelf nog niet zo lang geleden de uitgebreide literatuur over het aanverwante concept *sexual agency* heb beschreven (zie Vanwesenbeeck e.a., 2021), waag ik het toch daar ook zo mijn bedenkingen bij te hebben.

Een laatste hoofdstuk neemt seks met een partner onder de loep, statistisch gezien het vaakst mannen. Aan mannen wordt (behalve als de kwaaië peer) feitelijk weinig aandacht besteed. Door het hele boek is de idee pervasief dat vrouwen van mannen niet al te veel te verwachten hebben en zich voor hun eigen plezier vooral niet van hen afhankelijk moeten maken. Onder

patriarchale verhoudingen leren mannen immers ook dat aan de beleving van vrouwen geen aandacht hoeft te worden besteed. Auteur meent dat 'veel van hen' (pagina 155) dan ook niet het verschil merken tussen een vrouw die geniet of bevriest. Over het algemeen ziet ze dat mannen te veel ruimte nemen in seks zodat er voor vrouwen te weinig overblijft. Mijn instemming heeft ze. Ook vond ik het onderscheid tussen emotionele, lichamelijke en seksuele intimiteit nuttig en verhelderend. Problemen in relaties ontstaan vaak juist omdat lichamelijke en seksuele intimiteit versmelten, en dan veelal voor de beide partners in verschillende mate. Communicatie is hard nodig maar ingewikkeld. De grote hoeveelheid praktische aanwijzingen en concrete tips voor een goed gesprek met de partner en voor een gelijkwaardiger seksuele interactie zijn dan ook uitermate nodig, nuttig en waardevol. In een betoog waar vrouwen overwegend als underdog figuren, is het (aangenaam) verrassend dat op de laatste pagina's van de appendices het boek eindigt met een oproep aan vrouwen om toch vooral ook zelf om *consent* te vragen en niet afgewezen te voelen als je een 'nee' krijgt van je (mannelijke) partner.

Al bij al is de inhoud van dit boek me uit het hart gegrepen en lijkt het mij in de categorie zelfhulpboeken beslist een aanwinst. Toch wringt het ook op enkele punten. Ten eerste vind ik, als wetenschapper, de karige bronvermelding problematisch en, zeker bij heel stellige beweringen, apert storend. Zoals gezegd doet van Alderen meteen in de inleiding al schamper over wetenschappelijk onderzoek, maar anonieme verwijzingen naar mij bekende onderzoeken zijn er *plenty*. Ik meen ook ergens in een noot een nauwelijks bewerkte zin van mijzelf te herkennen. Op de *objectification theory* van Fredrickson en Roberts (1997) wordt zwaar geleund zonder de oorspronkelijke auteurs ook maar te vernoemen. Er wordt zegge en schrijve één enkele keer naar werk van Ellen Laan verwezen en dan is het nog naar een ouder onderzoek; geen enkele verwijzing naar Ellen's meer recente, baanbrekende werk op precies het terrein waar het hier om gaat, de seksekloof op het vlak van seksueel genot. Van Alderen doet het voorkomen alsof ze het allemaal zelf bedacht heeft, maar dat kan natuurlijk niet waar zijn. Zeker voor een auteur uit eigen kring vind ik dat op zijn zachts gezegd oncollegiaal. Ook aan het behandel-theoretische kader voor haar klinische werkwijze wordt hoegenaamd geen aandacht besteed. Op een enkele verwijzing naar Masters en Johnson na, verhoudt ze zich nergens expliciet tot (relatie)therapeutische stromingen zoals Cognitieve Gedragstherapie (CGT) of *Emotion Focused Therapy* (EFT). Ik herkende veel EFT maar het wordt nergens genoemd. Dit alles komt op mij over als een miskenning van de schouders waarop ze staat.

Een tweede punt waarop bij mij enige wreveld ontstond betreft de veelvuldige verwijzingen naar 'doen waarnaar je zelf verlangt', 'je niet te laten beïnvloeden door normen die de samenleving dicteert', 'je eigen

werkelijkheid creëren, 'volg je eigen kompas' en 'schrijf je eigen script'. De auteur noemt haar boek 'hoopvol' omdat 'je jezelf kunt bevrijden' (pagina 259). Hoe relevant de stimulans ook, wat mij betreft wordt hier toch wel een heel grote last op de schouders van vrouwen gelegd. In samenhang met de vraag in hoeverre een 'eigen verlangen' ooit echt losgeweekt kan worden van de dwingende context en een eigen script ooit daadwerkelijk geschreven kan worden, vind ik dit getuigen van een negatie van de complexiteit van de sociale wereld. Ik vind de gedachte dat 'we als vrouwen' met individuele actie richting seksuele autonomie in onze persoonlijke levens de wereld zullen gaan veranderen naïef en belastend. Ik zou wat meer gevoeligheid willen zien voor alle ambivalentie, twijfel, tegenstand en onmogelijkheden die 'we' daarbij steevast op ons pad vinden en die uiteenlopende gradaties van frustratie en falen met zich meebrengen. Het is ook juist hierom dat ik en mijn coauteurs in het genoemde artikel over *sexual agency* ook oproepen om, in de seksuele gezondheidsprogrammering, behalve seksuele *agency* ook maatschappelijk bewustzijn en politiek activisme te stimuleren.

Een en ander neemt niet weg dat ik dit boek zowel voor het klinische werk met vrouwen met seksuele problemen als voor de algemene populatie beslist bruikbaar en instructief acht. Ook menig behandelaar en voorlichter zal er haar (en zijn) voordeel mee kunnen doen. De stellige verontwaardiging die eruit spreekt kan wellicht zelfs het gewenste bewustzijn en activisme bevorderen. Maar het sterkst vond ik het boek in haar (?) nut voor zelfhulp en klinische praktijk, in de gedetailleerde houdings- en bewegingsadviezen in seksueel zelfonderzoek en de uitgebreide concrete handvatten voor communicatie tussen partners. Mooi zou het zijn als er in de toekomst evidentie verzameld zou kunnen worden naar de effectiviteit van de gedebiteerde aanwijzingen en (be)handelstrategieën. Alhoewel van Alderen zelf aan zo'n wetenschappelijke exercitie waarschijnlijk weinig boodschap zal hebben.

Ine Vanwesenbeeck
psycholoog

Literatuur

Vanwesenbeeck, I., Cense, M., van Reeuwijk, M., Westeneng, J. (2021). Understanding sexual agency. Implications for sexual health programming. *Sexes*, 2, 378–396. <https://doi.org/10.3390/sexes2040030>