

Interview



SEKSUOLOOG WIM SLABBINCK: 'Porno is als een goede appeltaart. Als je die ruikt, ga je kwijlen'

Tekst: Jop de Vrieze

Mannen lopen te lang met seksuele problemen rond, constateerde seksuoloog Wim Slabbinck. Dat heeft deels te maken met hardnekkige mythes, zoals dat mannen altijd zin zouden hebben. Een gesprek over erectieproblemen, sukkelseks en masturbatie als emancipatie.

Wim Slabbinck was veertien toen hij een wel heel interessant boek in de kast van zijn vader zag staan: *Human sexual response* stond er op de rug. Het was een standaardwerk uit 1966, geschreven door het koppel William Masters en Virginia Johnson, Amerikaanse pioniers in de seksuologie. Hij had toen net een qua seks nog onwennige eerste verkering achter de rug, dus hij kon wel wat nieuwe kennis gebruiken. Slabbinck kwam in het boek allerlei onderwerpen tegen waarover hij op school nooit iets had gehoord: de erogene zones, de fases van opwindning bij man en vrouw, het orgasme, en masturbatie. Eigenlijk besloot hij toen al dat hij seksuoloog wilde worden. Dat voornemen vervulde hij na wat omzwervingen negen jaar geleden. Op de seksuologieopleiding bleken er nog twee mannen te zijn, tegenover 25 vrouwen. Ook inhoudelijk ging het zoveel vaker over de vrouw dat het hem begon te storen. Het deed hem denken aan een plaatje dat hij eens op internet zag over seksu-

aliteit, waarbij de vrouw wordt uitgebeeld door een raderwerk met duizenden knoppen en de man door één schakelaar. Een beeld dat hij absoluut niet herkende bij zichzelf en bij andere mannen die hij erover sprak. Hij besloot zich te gaan specialiseren in mannelijke seksualiteit. Sinds vier jaar ontvangt hij vooral mannen in zijn praktijk in Gent, en afgelopen september publiceerde hij zijn eerste boek: *Waarom mannen geen seksboeken kopen*.

Bestaan er zoveel misverstanden over mannelijke seksualiteit?

“Jazeker. Mannen praten veel te weinig over seks. Ze worden nog altijd geacht hun problemen zelf op te lossen. Daardoor lopen ze ermee door en baseren ze hun beeld van seks op allerlei mythes. Ikzelf ben bijvoorbeeld opgegroeid met de zevensecondenregel. Die stelt dat mannen elke zeven seconden aan seks denken. Dat ben ik eens gaan uitzoeken en toen bleek dat het ooit door een of ander boekje is gepropageerd, zonder enige

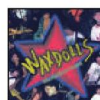


ANNELES VANHOYE

Wie is Wim Slabbinck?

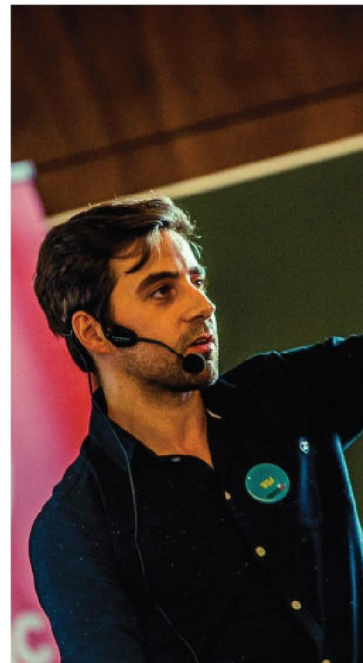
■ Wim Slabbinck (1982) is antropoloog en seksuoloog en heeft een seksuologische praktijk in Gent en Roeselare, gespecialiseerd in mannelijke seksproblemen.

■ Tijdens zijn studie antropologie schreef Slabbinck een scriptie over de strijd van feministen in de jaren zeventig tegen porno.



■ Na zijn studie maakte hij vijf jaar lang deel uit van het succesvolle electropopduo Waxdolls, waarmee hij door Europa tourde.

■ Veel mannen schamen zich voor hun erectieproblemen bij onenightstands. Die problemen ontstaan door onwennigheid en de enorme druk tot presteren die ze zichzelf oplegen.



onderbouwing, en dat anderen het gretig hebben overgenomen.”

Hoe vaak denken mannen dan aan seks?

“Het loopt uiteen, maar gemiddeld eens per 42 minuten, dus 34 keer per dag. Bij vrouwen is het 19 keer per dag, dus elke 77 minuten. Dat verschil lijkt best groot, maar mannen denken bijvoorbeeld 29 keer per dag aan slaap en 25 keer per dag aan eten, tegen 15 en 13 keer bij vrouwen. Mannen denken dus vaker aan al hun alledaagse behoeften.”

Er zit toch nog een groter verhaal achter die mythe, dat mannen altijd zin horen te hebben?

“Er is de laatste tijd terecht veel aandacht geweest voor ‘nee is nee’: dat wanneer een vrouw nee zegt tegen seks, het ook een nee moet zijn. Maar zowel mannen als vrouwen redeneren dat bij de man de nee toch altijd een ja moet zijn. Als je geen zin hebt, ben je geen echte man. Mannen gaan er daardoor toch tegen hun zin in mee.”

Uiteindelijk vinden ze het toch wel lekker, is de gedachte.

“Ja, terwijl dat niet altijd zo hoeft te zijn. Sommige mannen die bij mij aankloppen, hebben bijvoorbeeld erectieproblemen tijdens onenightstands. Daar schamen ze zich voor, maar het is heel logisch. Je kent die ander nog niet en voelt je niet op je gemak. Mijn collega Goedele Liekens noemt onenightstands niet voor niks ‘sukkelseks’. Vaak is het ook een nacht met alcohol; niet het beste moment voor

‘Van de mannen die geen echte Viagra maar een placebo kregen, zei 40 procent dat het hielp’

je erectie en je kans op een orgasme. Dus het is beter om de lat wat lager te leggen. De volgende ochtend voel je je al meer op je gemak en kun je gerust nog een rondje.”

Zijn dat de meest voorkomende problemen? Erecties en orgasmes?

“Dat zijn de problemen waarmee mannen naar mijn praktijk komen, ja. Gewoonlijk zijn ze ook wat opgehaaid; ze willen snel een oplossing. Ze zijn meestal al naar de dokter geweest, voor erectiepilletjes of antidepressiva om langer te kunnen vrijen. Maar uiteindelijk draait het meestal om intimiteit, emotionele overeenstemming en het tonen van hun gevoel.”

En dan werken die pilletjes niet?

“Ik ben zeker niet tegen erectiepillen. Het is goed dat ze er zijn, want vroeger moest je een injectie in je penis zetten om een erectie op te wekken. Maar ik denk dat huisartsen ze veel te snel voorschrijven. Ook omdat ze het vaak zelf moeilijk vinden om erover te praten. Er zijn mannen die een perfecte ochtenderectie hebben en bij masturbatie geen problemen; dan is er met de erectie niets mis.”

Waarom hebben die mannen dan een erectieprobleem?

“Meestal is het angst. Uiteindelijk komt het vaak hierop neer: de man moet weer vertrouwen en plezier krijgen. Soms raad ik aan om even een tijdje niet te doen aan penetratie-seks. Als daar de focus te veel op ligt, kan het geforceerd worden. Vaak willen mannen met erectieproblemen zodra ze een stijve hebben als een soort brandweerman uitrukken. Maar die erectie kan dan ook weer afzakken. Het is niet altijd zo dat wanneer je een stijve hebt, je ook al opgewonden bent. Net zoals mannen met een ochtenderectie lang niet altijd zin hebben om te vrijen. Los van de vraag of de vrouw er al klaar voor is op het moment van uitrukken. Kort samengevat: bezint eer ge begint. Vaak heb je die erectiepil niet nodig. Dat blijkt ook uit een grote studie naar het effect van Viagra. De helft van de mannen kreeg het echte blauwe pilletje, de helft een placebo. Van die laatste groep zei 40 procent dat het hielp. Probeer dus eerst in jezelf te geloven. Voor wie met erectieproblemen kampt, is zelfvertrouwen namelijk het sterkste erectiemiddel.”



■ Tijdens zijn studie seksuologie schreef hij opnieuw een scriptie, nu over hoe mannelijke en vrouwelijke opwinding werkt.



■ Slabbinck schrijft onder andere in de Vlaamse krant *De Morgen* en is de huisseksuoloog van het hippe *Charlie Magazine*.

■ Afgelopen najaar verscheen Slabbincks boek *Waarom mannen geen seksboeken kopen* bij uitgeverij Manteau.



ROBIN DE RAEDT



ISTOCKGETTY IMAGES

■ Wim Slabbinck: "Pornos voor vrouwen? Onzin natuurlijk. Zet je schroom opzij en kijk samen eens naar een opwindende film."

Hoe zit dat dan met opwinding? Een erectie is toch gewoon een erectie?

"Nee, er is een verschil tussen de reflex, dus je erectie, en of je ook in je hoofd opgewonden bent. Bij vrouwen is dat fenomeen bekender. Zelfs een vrouw die verkracht wordt, kan bijvoorbeeld nat zijn. Maar het kan bij zowel mannen als vrouwen ook omgekeerd voorkomen: dat je wel zin hebt, maar niet nat of stijf wordt. Vooral mannen op leeftijd zijn vaak teleurgesteld dat ze geen erectie krijgen. Maar als ze hun penis in het voorspel betrekken, lukt het vaak wel. Er zijn trouwens bij zowel mannen als vrouwen gradaties van opwinding: ook bij een vrouw kunnen de schaamlippen bij grote opwinding enorm opzwellen, samen met de clitoris."

De clitoris, dat is toch dat knopje?

"Dat dacht je. Dat kleine erwtje bovenaan in de vulva, dat trouwens ook een voorhuidje heeft, is er maar een heel klein deel van. Negen tiende van de clitoris bevindt zich binnenin. Dat is pas in 1998 aan het licht gekomen, bijna dertig jaar nadat we Neil Armstrong op de maan hadden gezet. Het zegt genoeg over onze wetenschappelijke prioriteiten. Alles bij elkaar zijn de penis en de clitoris bijna even groot. Ik heb in mijn praktijk een 3D-clitoris. Mensen staan er versteld van."

Bij mannen en seks denken we al snel aan porno. Hoe kijk jij daar tegenaan?

"Porno wordt vaak gezien als iets voor single mannen. Als je het binnen je relatie doet, is

het een belediging voor je partner. Ik heb dat zelf ook lang gedaan: ik keek porno, gooide het zakdoekje weg, wiste mijn geschiedenis... Masturbatie is eeuwenlang gezien als onzedelijk en ongezond. Maar masturberen is juist een vorm van emancipatie."

Masturbatie als emancipatie?

"De enige fase waarin je alleen naar je partner verlangt, is de verliefdheid. Dat is een soort oogziekte die ervoor zorgt dat je naar niemand anders kijkt. Als die na een aantal maanden eenmaal van de baan is, kom je in het echte leven. Uit onderzoek blijkt dat 90 procent van de mannen en 80 procent van de vrouwen in een relatie weleens over een derde fantasieert bij masturbatie. Als zoveel mensen dat doen, is dat niet abnormaal. Toch denken we dat vaak. Als de sleur in onze relatie kruipt, gaan we meestal eerst met onszelf in discussie. We schamen ons soms voor soloseks, voor de verliefdheid die afneemt, voor de seksuele verschillen in de relatie, voor het feit dat we verliefd worden op een ander. Die twijfels bespreken we al te vaak vooral níet met de partner. Want dat doorbreekt de monogame illusie. We mogen echter niet vergeten dat

monogamie eerst en vooral een culturele keuze is. De *Ethnographic Atlas* vertelt ons dat 15,1 procent van alle culturen strikt monogaam is. Maar 84,6 procent is polygaam - één man, meerdere vrouwen - en 0,3 procent is polyandrisch, oftewel één vrouw met meerdere mannen. Cijfers om toch even bij stil te staan, denk ik dan. Begrijp me niet verkeerd: monogamie is een mooi streven, maar het is geen koud kunstje. Je moet er echt voor kiezen. Veel koppels lijken zo naïef als de deelnemers van *Temptation Island*. Ze geloven dat echte liefde alle verleidingen kan weerstaan."

Dus je pleit voor meer eerlijkheid over fantasieën?

"Klopt. Vaak vraag ik koppels of ze masturberen. Dan kijken ze wat ongemakkelijk opzij. En als de vrouw zegt dat ze porno kijkt, dan zie je de man verschieten. Zo van: 'Dat is toch niks voor jou?' Maar waarom zou dat niet zo zijn? Porno is als een goede appeltaart. Als je die ruikt, ga je kwijlen; als je naar porno kijkt, krijg je zin. Mannen zijn wel wat visueler ingesteld en de meeste porno is voor hen gemaakt. Maar als je goed zoekt, is er voor elk wat wils." ■



Jop de Vrieze is medisch bioloog en wetenschapsjournalist. Vorig jaar publiceerde hij samen met Stephan van Duin het boek *De karakterman*. Voor dit interview raadpleegde hij onder meer de volgende literatuur: Wim Slabbinck: *Waarom mannen geen seksboeken kopen*, Manteau (2016)

Ga voor links met meer informatie naar www.kijkmagazine.nl/artikel/wim-slabbinck