



*Psychologie*  
**VAN  
ALLEDAG**

Even een kleine adempauze.  
Voor grote en kleine vragen,  
verfrissende inzichten en  
nieuwe antwoorden.

**DEZE WEEK:  
MANNEN VERSUS VROUWEN**

★ De verschillen ★ Hoe krijg ik mijn man aan de praat? ★ “Rijd jij maar! Ik doe het niet met jou ernaast”

# MWV

## DE VERSCHILLEN

Mannen zijn goed in techniek en vrouwen praten makkelijk over hun gevoelens. Althans, daar gaan we al eeuwen van uit. Maar de nieuwste onderzoeken wijzen iets heel anders uit: we lijken meer op elkaar dan we denken.

Mannen begrijpen niet dat vrouwen in hun overvolle kledingkast kunnen kijken en vervolgens zeggen dat ze niets hebben om aan te trekken. Vrouwen snappen niet dat mannen het stapeltje ondergoed dat op de trap ligt laten liggen als ze naar boven lopen. Het zijn slechts twee voorbeelden die Huub Stapel noemde in zijn succesvolle show *Mannen komen van Mars, vrouwen van Venus* waarmee hij de afgelopen jaren langs de theaters toerde. De zalen zaten vol en zowel mannen als vrouwen kwamen niet meer bij van het lachen. Stapel wist op humoristische wijze te schetsen waar mannen bij vrouwen en vrouwen bij mannen tegenaan lopen. Het succes van Huub Stapels optreden was te verwachten, want de voorstelling is gebaseerd op de gelijknamige bestseller van John Gray. Het boek, dat in 1992 verscheen, geniet tot op de dag van vandaag grote bekendheid, omdat de schrijver de verschillen tussen mannen en vrouwen op een grappige manier opzoekt en benadrukt. Gray stelt dat we het zo moeten zien: lang geleden woonden mannen heel gelukkig op Mars en vrouwen op Venus, maar toen kwamen ze naar de planeet Aarde en ontstonden er strubbelingen. Door te benoemen wat vrouwen en mannen nodig hebben

(zij zorgzaamheid, hij vertrouwen, zij respect, hij waardering, zij geruststelling, hij aanmoediging) wilde Gray meer begrip tussen de seksen creëren en daardoor problemen binnen relaties verhelpen. We zijn het eens met Gray. Mannen en vrouwen zijn totaal verschillend, dat is onze overtuiging. We zeggen: "Mijn man zal nooit uit zichzelf stofzuigen, hij ziet gewoon niet dat het hele huis onder het zand ligt" of: "Ik wil graag een kaarsje aan bij het eten, hem interesseert dat niet, als er maar een stuk vlees op zijn bord ligt." We lachen en knikken en denken: ja, zo is het. Dat is een man

Het gaat al duizenden jaren zo, daarom blijven we hangen in **stereotiep gedrag**

en ik ben een vrouw. Wij zijn anders. Nog niet zolang geleden werden we bevestigd in die gedachte toen we in het boek *Wij zijn ons brein* (2010) van Dick Swaab konden lezen dat er een wezenlijk verschil bestaat tussen een mannen- en een vrouwenbrein. Het vrouwenbrein is bijvoor-

beeld kleiner dan het mannenbrein en volgens Swaab zorgen bepaalde hormonen er in de baarmoeder al voor dat we voorgeprogrammeerd worden tot mannelijk of vrouwelijk gedrag.

### We komen allemaal van Mars

Juist daarom is het opmerkelijk dat de nieuwste wetenschappelijke onderzoeken iets anders aantonen: mannen en vrouwen lijken veel meer op elkaar dan we dachten. In haar boek *Waarom we allemaal van Mars komen* (2011) stelt neuropsycholoog Cordelia Fine dat hersenen van mannen en vrouwen niet wezenlijk verschillen. De claim dat de verbinding tussen de hersenhelften bij vrouwen sterker is dan bij mannen, is bijvoorbeeld niet hard te maken. "Als je een mannenbrein en een vrouwenbrein naast elkaar legt, kan zelfs een neurowetenschapper het verschil niet zien", zegt Asha ten Broeke, wetenschapsjournalist en schrijfster van het boek *Het idee m/v*. "Of jongetjes in de baarmoeder aan meer testosteron worden blootgesteld dan meisjes is niet hard te maken, omdat je dit alleen kunt testen door bloed van de foetus af te nemen, en dat is te gevaarlijk." Kijk bijvoorbeeld naar hoe we denken over wiskunde in relatie tot jongens en meisjes. "Jongens hebben nu eenmaal een beter ruimtelijk inzicht",

### EVEN LACHEN

Als we dit hilarische filmpje van de Amerikaanse relatietherapeut Mark Gungor zien, vergeten we alle wetenschappelijke argumenten en weten we het zeker: mannen leven in een compleet andere wereld dan vrouwen. [www.libelle.nl/stereotype](http://www.libelle.nl/stereotype)

Jan Dijkgraaf

"Ik denk dat we wel degelijk verschillen. Bijvoorbeeld op het gebied van werk: een man zal solliciteren op een functie die eigenlijk te moeilijk voor hem is, terwijl vrouwen altijd denken dat ze niet goed genoeg zijn. En oja. Vrouwen denken ook dat iedereen op dat feestje ziet dat haar haar stom zit. Dat zou echt geen seconde in ons opkomen."

## WE LACHEN EN KNIKKEN EN DENKEN: DAT IS EEN MAN EN IK BEN EEN VROUW. WIJ ZIJN ANDERS

zeggen we. Maar dat lijkt niet op te gaan. Onderzoek laat zien dat aanleg voor wiskunde niet biologisch bepaald is, maar cultureel. Als een samenleving emancipeert en meisjes net zo veel kansen krijgen als jongens dan zijn beide partijen even goed met cijfers.

Nog zoiets: jongens spelen met auto's en meisjes met poppen. Dat klopt toch? Ja, dat klopt, maar het lijkt erop dat ook dit wordt aangeleerd. Dat meisjes richting roze speelgoed worden gestuurd, en jongens richting blauw (kijk maar in de speelgoedfolders). Tweedse wetenschappers lieten meisjes in de leeftijd van twee tot tien jaar met verschillend speelgoed spelen (van een theeservies tot een speelgoedbus, tot poppen, tot speelgoedauto's) en daar kwam uit naar voren dat niet de poppen overweldigende aandacht kregen, maar de blokken en de speelgoedgarage.

Ook vindt onze aanname 'vrouwen zijn van nature beter in zorgen dan mannen' geen grond in de wetenschap. Een recent Canadees onderzoek laat zien dat mannen en vrouwen hetzelfde scoren op warmte, koestering, strengheid en begrenzing. En de sex? We denken al jaren dat mannen de behoefte hebben om meerdere vrouwen te veroveren en dat vrouwen het liever bij één man houden. Opvallend is dat uit onderzoek is gebleken dat de gemiddelde man helemaal niet meerdere sexpartners per jaar wil. Hij wil, net als vrouwen, vrijen met één persoon. Ook masturberen mannen en vrouwen ongeveer even vaak en denken beide seksen steeds meer hetzelfde over onenightstands en vreemdgaan.

## NIEUWTJES

**GEKKE EN GRAPPIGE WEETJES OP HET PSYCHE-VLAK.**

Mannen en vrouwen verschillen eigenlijk niet zo veel. Maar helemaal hetzelfde zijn, is maar saai. Daarom – voor de leuk – nog wat man-vrouwverschillen op een rij.

### AANSTELLERS

Er wordt weleens laatdunkend gedaan over vrouwenvoetbal. Maar vrouwen verspillen tijdens een wedstrijd minder tijd aan onderbrekingen. Zo juichen ze bij een doelpunt half zo lang als de heren. En waar ze ook minder tijd voor uittrekken: op de grond liggen. Bij een – vermeende – blessure liggen mannen maar liefst dertig seconden langer op de grond. Bron: Techn. Universiteit München.



### Stupiditeiten

Mannen doen vaker domme dingen die leiden tot de dood dan vrouwen, meldt de *British Medical Journal*. Er werden 318 acties, waarbij mensen door hun eigen schuld verongelukten, onderzocht. Bij maar liefst 282 van die stupiditeiten waren mannen betrokken.

### Neus

Mannen eten minder goed bij blauw licht. Onderzoekers van de Universiteit van Arkansas lieten een groep mannen en vrouwen eten bij verschillende soorten licht. Alleen bij het blauwe licht bleek er verschil te zijn: mannen aten significant minder dan vrouwen. Waarom?

De onderzoekers denken dat de mannen hun neus niet vertrouwden en het blauwige eten liever lieten voor wat het was. Blauw licht aan dus, als -ie op dieet moet...



## Nog meer NIEUWTJES

### Veelvraat

Na-apers zijn vrouwen als het op eten aankomt, blijkt uit onderzoek van de Radboud Universiteit. In gezelschap van anderen kopiëren wij het gedrag van onze tafelgenoten. Houden zij zich in, dan doen wij dat ook. Gaan zij zich ergens aan te buiten, dan nemen wij ook meer. Het soort voedsel maakt niet uit: van rauwkost tot chips, ons gedrag is bij beide hetzelfde. Mannen passen zich wat eten betreft minder aan hun disgenoten aan.

Vrouwen willen niet graag als veelvraat gezien worden, mannen hebben daar aanmerkelijk minder last van.

### TomTom

Het beeld is bekend: het ruziënde echtpaar in de auto omdat zij de kaart weer eens ondersteboven houdt. En het is zoals het is: mannen zijn beter in navigeren dan vrouwen. Maar hoe komt dat nou? Onderzoekers van de Universiteit van Utah denken dat het te maken heeft met – het zal eens niet – sex. Ze zijn tot die conclusie gekomen na het onderzoeken van twee Afrikaanse stammen. Hun conclusie: hoe beter de interne TomTom van een man werkt, hoe verder hij van huis weg kan. En dat vergroot weer de kans op het tegenkomen van vrouwen om kinderen mee te krijgen.

### GROOT KUNSTENAAR

Vrouwen beoordelen kunst door naar het werk te kijken. Mannen gaan veel meer op de kunstenaar af: als ze denken dat de maker wat voorstelt, zijn ze sneller geneigd het werk te kopen. Bron: scientias.nl



### Pepijn Gunneweg

“Vrouwen hebben zo ontzettend veel woorden nodig om iets heel simpels te zeggen. Wij mannen geven elkaar een duw, drinken een biertje en spelen een potje biljart en dan is het probleem opgelost.”

## ALS WE OP ELKAAR LIJKEN, WAAROM DOEN WE DAN NIET HETZELFDE?

### Jagende mannen, zorgende vrouwen

Conclusie: we lijken op elkaar. Waarom doen we dan niet hetzelfde? Ten Broeke: “De man-vrouwverschillen vinden hun oorsprong in de tijd dat onze voorouders zich met landbouw begonnen bezig te houden, nu zo’n dertienduizend jaar geleden. Vanaf dat moment kon de man efficiënt voor voedsel zorgen en bleef de vrouw thuis om kinderen te baren.” Volgens de wetenschapsjournalist ligt hier de reden waarom we blijven

Willen we eigenlijk wel met onze man naar een **sentimentele film** kijken?

hangen in stereotiep gedrag. Het gaat nu eenmaal al duizenden jaren zo. “We vinden het lastig om onszelf los te breken uit verwachtingspatronen. Een man die besluit thuis te blijven om voor de kinderen te zorgen, zien we als een watje. Dat een vrouw haar baan opgeeft om bij de kinderen te zijn, vinden we normaler. Daarbij zit het wij-zij-denken in onze aard. Dat zie je ook aan hoe verschillende rassen zich ten opzichte van elkaar opstellen.”

Maar hoe ziet de toekomst eruit als het gaat om man-vrouwverschillen? Gaan we nog meer emanciperen of gaan we juist terug naar traditionele normen en waarden en houden we vast aan de verschillen? Ten Broeke vermoedt dat we in gedrag en op psychologisch gebied meer en meer op elkaar gaan lijken. Al benadrukt ze dat we weerstand voelen om gelijk gedrag te vertonen, omdat we de verschillen tussen mannen en vrouwen óók spannend vinden. En daar zit wat in. Want: willen we eigenlijk wel met onze man naar een sentimentele film kijken en er samen om huilen? Of hebben we liever dat hij zegt: “Joh, kijk toch niet naar die onzin” terwijl hij zijn arm om ons heen slaat?

### “MANNEN HEBBEN GEEN GEVOEL EN VROUWEN KLETSEN TE VEEL”

De Amerikaanse psycholoog Janet Shibley Hyde ontcrachtte deze overtuiging tien jaar geleden. Zij onderzocht of vrouwen echt meer praten en of mannen werkelijk zo ongevoelig zijn als we aannemen. Haar conclusie? In de emoties, het aantal woorden dat we gebruiken en sociaal gedrag waren er weinig verschillen te bespeuren.

### PS

#### Meer lezen over dit onderwerp? Tips:

- ★ *Het idee m/v* – Asha ten Broeke
- ★ *Waarom we allemaal van Mars komen* – Cordelia Fine
- ★ *De sekseparadox* – Susan Pinker
- ★ *De schoonheid van het verschil* – Martine Delfos

# VRAAG HET DE PSYCH

“Mijn man is een **binnenvetter**, hoe krijg ik hem aan de praat?”

**Goede raad is niet altijd duur. Een lezeres vraagt, de psycholoog antwoordt.**

**Bart Vemer, GZ-psycholoog (www.aeffectivity.com):**

“Binnenvetters vinden het lastig om te verwoorden wat ze voelen. Zij hebben de neiging gevoelens binnen te houden. Dat is niet per se negatief: binnenvetters zijn vaak goed in staat zelf analyses te maken en hun problemen op te lossen. Maar voor degene met wie ze samenleven, kan het lastig zijn. Wat u beter niet kunt doen, is aan hem trekken. Hoe meer u de confrontatie aangaat, hoe groter het risico dat hij in zijn schulp kruipt. Probeer eens op een andere manier het gesprek aan te gaan. En in een andere omgeving. Want als u samen op de bank gaat zitten voor ‘een goed gesprek’ is de kans groot dat uw man dichtklapt. Onderneem

liever samen een activiteit, maak bijvoorbeeld een wandeling of fietstocht. Dan is er ook geen afleiding van smartphones of kinderen. Vraag hem op zo’n moment niet naar zijn gevoelens, maar naar zijn gedachten om hem bij het gesprek te betrekken: ‘Hoe denk jij daarover?’ Of: ‘Wat vind jij hiervan?’ Daarnaast kunt u zelf als voorbeeld dienen voor uw man: vertel over uw gevoelens zonder een reactie te verwachten. Zo kan hij zien dat emoties tonen niet eng of bedreigend hoeft te zijn. Lukt het niet om zijn gevoelens te delen, dan lukt het hem misschien wel op papier. Geef hem een brief waarin u hem op een uitnodigende manier vraagt om zijn gevoelens op te schrijven.”



Heeft u ook een vraag voor de Psycholoog? Mail naar [redactie@Libelle.nl](mailto:redactie@Libelle.nl)

Zeg het

## “RIJD JIJ MAAR. IK DOE HET NIET MEER. NIET MET JOU!”

**Directe vragen, ontwijkende antwoorden, eerlijke meningen en onverwachte reacties: een gesprek kan álle kanten opgaan. Deze keer: een ‘gezellig’ gesprek in de auto.**

**Man:** “Waarom blijf je op de linkerbaan?”

**Vrouw:** “Ik wil die auto nog inhalen.”

**Man:** “Die auto is hartstikke ver weg. Je stoort de auto’s achter je.”

...

**Man:** “Pas op die fietser!”

**Vrouw:** “Ik zag hem heus wel.”

**Man:** “Dat weet ik toch niet?”

...

**Man:** “Kan het iets rustiger?”

**Vrouw:** “Rustiger?”

**Man:** “Je remt zo hard. Dat mag wel iets gelijkmatiger. Denk aan je passagier.”

**Vrouw:** “Pfff. Denk jij aan je chauffeur!”

**Man:** “Doe niet zo aangebrand.

Ik vraag het toch netjes?”

**Vrouw:** “Het gaat niet om netjes.

Je bemoeit je altijd met mijn manier van rijden. Ik heb mijn rijbewijs, en jij bent niet mijn rij-instructeur.”

**Man:** “Twee zien gewoon meer dan één.”

**Vrouw:** “O ja, en als je met Peter meerijdt naar de zaak, zit je dan ook zo op te letten? Of houd je dan wel je commentaar voor je?”

**Man:** “Kijk uit! Ze steken over.”

**Vrouw:** “Dit bedoel ik nou! Ik rijd al

negen jaar schadevrij, maar jij blijft me het gevoel geven dat ik een kluns ben.”

**Man:** “Wat doe je? Waarom stop je?”

**Vrouw:** “Rijd jij maar. Ik doe het niet meer. Niet met jou!”

**Man:** “Stel je niet aan, zeg!”

**Vrouw:** “Dan stel ik me maar aan. Ik kan er niet meer tegen.”

**Man:** “Oké. Sorry, lieverd. Ik zal er voortaan op letten. Wil je echt dat ik nu rijd?”

**Vrouw:** “Ja!”

**Man:** “Pas op met je portier, er komt een brommer aan.”