

Nathalie Daams;

# “WAAROM DOE IK ALS LESBIENNE VROUW MIJN BEST OM AANTREKKELIJK GEVONDEN TE WORDEN DOOR MANNEN?”



(Heesbeen, 2022)

**Naam programma:** Sociale Agenda: Lokale Democratie & Mensenrechten

**Studenten:** Nathalie Daams – 500934388

**Inleverdatum:** 19 mei 2025

**Naam docent:** Michiel Lochtenberg

**Aantal woorden:** 1599

## ***INTRODUCTIE***

Als lesbische vrouw binnen het keuzvak vrouwenemancipatie (Womxn) merkte ik iets opmerkelijks op bij mezelf: ondanks dat ik geen seksuele of romantische interesse heb in mannen, steek ik toch energie in het aantrekkelijk gevonden worden door hen. Die tegenstrijdigheid fascineert én frustreert mij. Waarom geef ik waarde aan de goedkeuring van een groep die niet eens mijn doelgroep is, seksueel gezien? En sterker nog, waarom zou ik mij met of zonder hun zogenaamde 'goedkeuring' meer of minder vrouw voelen? Deze vragen brachten mij op een dieper inzicht: mijn gedrag is geen individuele bijzonderheid, maar een logisch gevolg van een samenleving die de mannelijke blik, oftewel de 'male gaze', centraal stelt.

In de maatschappij waar wij ons in verkeren, vol van heteronormatieve en genderstereotype waarden, wordt vrouwelijkheid vaak gedefinieerd in relatie tot mannelijkheid. Al van jongs af aan leren meisjes (ongeacht hun seksuele voorkeur) dat hun waarde samenhangt met hoe aantrekkelijk en beschikbaar ze zijn voor mannen (Naezer et al., 2025). Daarbij komt dat seksuele autonomie ('sexual agency') zelden echt vrij is; het wordt ingekaderd door sociale verwachtingen, ongelijkheid en beeldvorming (Cense, 2019). Wat lijkt op vrije keuze is vaak een aanpassing aan onderdrukking, verpakt in het taalgebruik van verantwoordelijkheid en zelfstandigheid.

## ***VOEL IK DAT MIJN VROUWELIJKHEID BEPAALD WORDT DOOR MIJN MATE VAN AANTREKKELIJKHEID VOOR DE MAN?***

Deze bovenstaande vraag is waar dit onderzoek eigenlijk allemaal mee begon. Doe ik hier bijvoorbeeld actief mijn best voor? Ik draag zelf geen make up, geen jurkjes of rokjes, maar toch doet het pijn wanneer ik door mijn vrienden de opmerkingen krijg *"ja, maar jij telt niet"* of *"jij bent gewoon one of the guys"*. Doet dat pijn omdat ik dat niet wil zijn? Wil ik niet 'one of the guys' zijn? Wat wil ik dan wel zijn? Zeker niet naar bed met mannen of zoenen ofzo. Maar door deze opmerkingen ga ik mij toch minder 'vrouw' voelen. Er zijn nu avonden waarop ik toch de mascara pak en dat 'ene jurkje' ga passen in de winkel, wetende dat ik 'm thuis eigenlijk nooit zal dragen.

## ***MALE GAZE***

Ben ik beïnvloed door media en de gendernormen over wat een 'echte vrouw' zou moeten zijn? Zoals aantrekkelijk, gewild, sexy, iets wat door mannen veroverd kan worden? De zogenaamde 'male gaze' die volgens Sampson (2020) inhoudt dat vrouwen in de media vaak worden neergezet als passieve objecten van verlangen, bekeken door de ogen van een heteroseksuele man. *"Audiences are forced to view women from the point of view of a heterosexual male, even if they are heterosexual women or homosexual men."* (Sampson,

2020). Hierbij valt mij op dat de bron zelfs voorbijgaat aan het oogpunt vanuit de lesbische vrouw.

### ***DE (LESBISCHE) VROUW ALS VEROVERING***

De opmerking dat vrouwen iets zijn om te veroveren herken ik uit eigen ervaringen. Vooral als lesbische vrouw krijg ik vaak die indruk van mannen. Opmerkingen van mannen zoals *“Je hebt gewoon nog niet de juiste ontmoet”* of *“je bent gewoon nog nooit goed genomen door een man”* heb ik dan ook meerdere keren te horen gekregen.

Dit staat los van de mannen die, nadat ik hen heb afgewezen, vragen of ik interesse heb in een trio met hen. Waarop ik reageer met *“Ik denk dat je het niet helemaal snapt”*.

In de club heeft een jongen mij ooit gevraagd of ik wilde zoenen met zijn vriendin omdat *hij* dat aantrekkelijk vond. Waar halen mannen dit lef toch vandaan? Denken zij echt dat vrouwen, en met name lesbische vrouwen, enkel een lust object zijn voor hun eigen plezier? Dit zijn mijn eigen ervaringen, en ik blijf ik niet de enige te zijn. In het artikel; “Lesbiennes over seksualisering: “Heteromannen zien lesbische vrouwen als een verovering” komen meerdere lesbische vrouwen met vergelijkbare ervaringen en verhalen aan het woord.

---

*“Mensen vinden het altijd een spektakel wanneer twee dames elkaar een kus op de mond geven. Maar als ik uitgebreid met een man tong is er niets aan de hand. Het is gewoon vervelend dat er met zo’n seksistische blik naar mijn leven wordt gekeken” (Silke (26 jaar) NPO, 2021).*

---

Ik kan mij erg vinden in het gevoel dat mannen, met name in de club, anders naar mij kijken door het feit dat ik op vrouwen val en dat ik mij hierdoor eerder een lustobject voel voor hun verlangen. Dit wordt ook wel seksueel geobjectificeerd genoemd. *“Bij seksuele objectificatie wordt iemand als lustobject beschouwd door een ander die op genot uit is: alleen iemands fysieke aantrekkelijkheid of sexappeal doen ertoe”* (Joemmanbaks & Derckx, 2024).

### ***EN TOCH WIL IK DAT ZIJ MIJN AANTREKKELIJK VINDEN? HOE DAN?***

Sampson (2020) die eerder vertelde over de Male Gaze, stelt deze theorie ook meteen ter discussie vanuit het feministisch perspectief: *“From the feminist perspective, this theory can be viewed in three ways: How men look at women, how women look at themselves and finally, how women look at other women”* (Sampson, 2020). Vooral op de manier waarop vrouwen en in het bijzonder, lesbische vrouwen, naar zichzelf kijken wil ik verder onderzoeken.

## ***HET RECHT HEBBEN OP... & DE ROL VAN PORNO***

Srinivasan (2022) beschrijft in haar boek de rol van pornografie als een krachtig maatschappelijk vormgevend mechanisme. De boodschap van porno is vaak: “pak haar”, waarbij ‘haar’ staat voor alle vrouwen. Wat pornografie uniek maakt, is dat het niet alleen een representatie is van seksistische ideeën, maar ook een instrument dat die ideeën uitvoert en normaliseert. Het erotiseert ongelijkheid en maakt vrouwelijke ondergeschiktheid begeerlijk. Zo draagt porno bij aan een cultuur waarin mannen zich het recht toe-eigenen op het lichaam en verlangen van vrouwen, een macht die zo vanzelfsprekend is geworden dat ze zelden ter discussie wordt gesteld.

In de feministische ‘porno-oorlog’ van de jaren ’70 en ’80 kwamen twee visies op seks tegenover elkaar te staan. Het ‘antiseksstandpunt’ stelde dat seks, zoals we die kennen, gevormd is door patriarchale machtsstructuren en dat bevrijding en emancipatie pas mogelijk is als de ongelijkwaardige verhoudingen ingrijpend veranderen.

Het ‘proseksstandpunt’ bepleitte juist seksuele vrijheid, (weliswaar met de toestemming van de andere partij). Toch waarschuwen feministen als MacKinnon (een antipornofeminist) dat die “vrijheid” een illusie blijft zolang pornografie een systeem is dat vrouwen structureel afbeeldt als objecten van mannelijke macht en verlangen.

Deze culturele en maatschappelijke overtuiging sijpelt door in mijn eigen gedrag. De diepe internalisering van het idee dat vrouwelijke waarde samenhangt met begeerlijkheid, vooral in de ogen van mannen, maakt het moeilijk om mij daar volledig van los te maken. Zelfs als ik niet door hen begeerd wil worden. In dat licht is mijn behoefte om aantrekkelijk gevonden te worden geen individuele voorkeur, maar een reactie op een machtsstructuur waarin begeerlijk zijn gelijkstaat aan erkend worden.

## ***MINORITY STRESS***

De huidige machtsstructuur is niet alleen cultureel, maar ook systemisch van aard. In het rapport van Joemmanbaks & Derckx (2024) wordt beschreven hoe benadelende structuren en sociale uitsluiting bijdragen aan wat zij aanduiden als minority stress: *“Een vorm van stress die voortvloeit op basis van het behoren tot een minderheidsgroep, zoals lhbti+ zijn of een migratieachtergrond hebben”* (Joemmanbaks & Derckx, 2024). Voor LHBTIQ+ personen, en in mijn geval als lesbienne, betekent dit leven in een samenleving die mijn identiteit niet als uitgangspunt neemt, maar als afwijking. De maatschappelijke norm, waarin heteroseksualiteit en de mannelijke blik dominant zijn, sluit mij uit van volledige erkenning. Deze uitsluiting is niet altijd expliciet. Juist de subtiele, sluimerende sociale boodschappen zijn het meest schadelijk. Zo schrijven Joemmanbaks & Derckx (2024) dat er sprake is van een structureel tekort aan positieve representatie, van normatieve druk om aan bepaalde genderverwachtingen te voldoen, en van institutionele afwezigheid van veilige ruimtes voor zelfexpressie. In zo’n context kan de behoefte om alsnog erkenning te vinden, zelfs via de goedkeuring van de dominante groep (mannen, in dit geval), gezien worden als een manier om psychologisch ‘te overleven’ in een omgeving die mij voortdurend buitensluit.

Het verklaart waarom ik, ondanks mijn seksuele oriëntatie, toch dat jurkje pas. Niet omdat ik wil voldoen aan hun verlangen, maar omdat ik wil ontsnappen aan het gevoel van 'er niet bij horen'. De male gaze functioneert dan niet alleen als seksuele blik, maar als poortwachter van waardigheid, vrouwelijkheid en zichtbaarheid. En daar kan de maatschappelijke en culturele norm schadelijk zijn.

### ***AANBEVELING AAN SOCIAAL WERKERS:***

#### ***EEN VERRIJKING VAN VROUWELIJKHEID BUITEN DE MANNELIJKE BLIK***

Wat begon als een verwarring over waarom ik als lesbische vrouw toch gezien wilde worden door mannen, is uitgegroeid tot een persoonlijke rebranding: niet van mijn seksualiteit, maar van mijn zelfbeeld. Dit essay was voor mij geen zoektocht naar bevestiging, maar naar bevrijding. Ik heb ingezien hoe diep de 'male gaze' geworteld zit in hoe ik mezelf als vrouw zie, en hoe zelfs mijn jurkje in de paskamer niet altijd over stijl ging, maar soms over bestaansrecht. Voor sociaal werkers betekent dit dat gedrag van cliënten, hoe tegenstrijdig of "onlogisch" het ook lijkt, vaak een logisch antwoord is op structurele ongelijkheid. Mijn mascara is geen make-up, het is een overlevingsmechanisme.

Daarom is mijn aanbeveling: creëer ruimte waarin gender en seksualiteit niet langs de lat van heteronormatieve normen worden gelegd. Stel vragen die verder gaan dan 'ben je uit de kast?' of 'hoe identificeer je je?', maar raak aan de maatschappelijke scripts waar we (soms onbewust) naar handelen. Zie het innerlijk conflict niet als een zwakte, maar als bewijs van kracht in een systeem dat niet voor ons is gebouwd. En als een lesbische vrouw ooit zegt dat ze zich toch even mooi wil voelen in de club, vraag dan niet "voor wie?", maar "voor jezelf?". En gun haar dan de vrijheid om *ja* te zeggen, zonder dat daar een mannelijke blik aan te pas hoeft te komen.

# LITERATUURLIJST

Cense, M. (2019). *Navigating a Bumpy Road*. VU Research Portal. [pdf].  
<https://research.vu.nl/ws/portalfiles/portal/78518683/chapter%202.pdf>

Heesbeen, J. (2022, 17 december). *Voorbij de 'male gaze': breder kijken dan de blik van een man*. [Voorblad foto]. <https://www.volkskrant.nl/cultuur-media/voorbij-de-male-gaze-breder-kijken-dan-de-blik-van-een-man~bb79576a/> officiële website van de illustrator: <https://jillheesbeen.com/portfolio/volkskrant/>

Joemmanbaks, F., Derckx, T. (2024, 12 februari). *Multipale Minderheidsstress onder lhbt+ personen*. Rutgers expertisecentrum seksualiteit. [pdf].  
[https://www.coloredcollective.org/wp-content/uploads/2024/05/Rapport\\_MinorityStress\\_Def-1.pdf](https://www.coloredcollective.org/wp-content/uploads/2024/05/Rapport_MinorityStress_Def-1.pdf)

Naezer, M., Hehenkamp, F., Verlee, S., Myren, B., Bi+ Nederland, & Atria, Kennisinstituut voor Emancipatie en Vrouwengeschiedenis. (2025). *De rol van seksisme, heteronormativiteit en de monoseksuele norm in seksueel geweld tegen bi+ vrouwen*. [pdf].  
<https://act4respect.seksindepraktijk.nl/wp-content/uploads/2025/04/Onderzoek-Alsof-je-geen-grenzen-hebt.pdf>

NPO. (2021, 12 maart). *Lesbiennes over seksualisering: "Heteromannen zien lesbische vrouwen als een verovering"*. Spuiten en slikken. [artikel]. <https://npo.nl/npo3/spuiten-en-slikken/lesbiennes-over-seksualisering-heteromannen-zien-lesbische-vrouwen-als-een-verovering>

Sampson, R. (2020, 21 mei). *Film Theory 101 – Laura Mulvey: The Male Gaze Theory*. Film Inquiry. <https://www.filminquiry.com/film-theory-basics-laura-mulvey-male-gaze-theory/>

Srinivasan, A. (2022). *Het recht op seks - Feminisme in de 21e eeuw*. Vertaald door Goethals, I., Koper, A en Weeda L. [boek].