



HET NUT VAN MANNENVRIENDSCHAP

# MATEN, MAKKERS, MOEILIJK

De 'bromance' werd jaren geleden al uitgeroepen tot trend, maar toch blijft het voor veel mannen moeilijk om innige vriendschappen te smeden. 'Jongens krijgen van kleins af de boodschap dat echte mannen niet praten maar doen.'

Door STEFANIE VAN DEN BROECK, illustratie BART SCHOOF

Mannen, opgelet. Mochten jullie nog op zoek zijn naar een activiteit voor het tweede weekend van september, dan kunnen jullie terecht in Sint-Joris-Weert, waar het MannenFestival wordt gehouden. Er staan allerlei workshops op het programma: van 'Man, Durf Kwetsbaar te Zijn' tot een 'Druidisch mannenvuurritueel'. Volgens de organisatoren geeft dit festival je 'vele kansen om te ervaren hoe heerlijk en waardevol het is om samen te komen, om te luisteren naar wat er leeft bij andere mannen, te spreken vanuit het hart en mekaar te ondersteunen. Een unieke kans om je drie dagen lang verbonden te voelen, om dan geïnspireerd en gevoed weer naar huis te keren.' Dat klinkt niet onaardig, maar waarom moet je daarvoor begot naar Sint-Joris-Weert? Is de plaatselijke kroeg geen betere plek om innige vriendschappen te smeden?

Blijkbaar is dat niet zo evident voor heel wat heren, weet seksuoloog Wim Slabbinck (*Waarom mannen geen seksboeken kopen*). 'Ik zie in mijn praktijk veel mannen die eenzaam zijn en het moeilijk vinden om vrienden te maken. Vaak hebben ze wel "activiteiten-vrienden", met wie ze bijvoorbeeld gaan fietsen of naar het voetbal kijken. Maar de face-to-face-vriendschap, die je ook durft te benoemen, is voor heel wat mannen toch andere koek.'

Nochtans heeft het volgens Slabbinck niets te maken met biologische verschillen tussen mannen en

vrouwen. 'We praten allemaal evenveel: gemiddeld 16.000 woorden per dag. En in mijn praktijk zie ik dat mannen net zo goed in staat zijn tot een diepgaand, emotioneel gesprek als vrouwen. Maar één ding is cruciaal: ze moeten zich veilig voelen. Binnen een therapeutische relatie is dat uiteraard het geval, maar in een vriendschap niet altijd. Er hoeft maar één maat lacherig te doen over emoties, en er wordt snel weer overgeschakeld op pinten. Safe spaces zijn dus heel belangrijk, en dat kan zo'n mannenfestival of mannenweekend zeker zijn. Maar ook als samenleving kunnen we een grote rol spelen. Alles begint natuurlijk bij de opvoeding: uit onderzoek blijkt dat aanstaande ouders meer tegen hun ongeboren kind praten als ze weten dat het een meisje is. En vanaf twaalf, dertien jaar krijgen jongens heel vaak de impliciete boodschap dat ze wat meer emotionele afstand mogen nemen. Ze moeten niet te veel praten maar dóén. Ook de overheid speelt een cruciale rol: er wordt veel geïnvesteerd in STEM-opleidingen (*science, technology, engineering, mathematics, nvdr*) en hoe wetenschappelijke ambitie aangewakkerd kan worden bij meisjes. Maar de zorgende rol bij jongens krijgt veel minder aandacht.'

Ongemakkelijke sfeer

Ook de Nederlander Jens van Tricht, directeur van Emancipator (een organisatie voor mannen en emancipatie) en auteur van *Waarom feminisme goed is voor mannen*, vindt dat verandering nodig is. 'Jaren geleden verzette ik me al tegen onrecht, en ik had heel wat mannelijke kameraden met wie ik een diepe band voelde, vanuit diezelfde strijd. Maar wanneer ik

toonde dat ik bang en onzeker was, of bijvoorbeeld worstelde met relatievragen, werd de sfeer ongemakkelijk. Dat heeft veel met opvoeding te maken: aan jongens wordt niet geleerd om een diepgaande invulling te geven aan vriendschap. Ze krijgen van jongs af de boodschap dat ze niet te "vrouwelijk" mogen zijn, wat dat ook mag betekenen. Er is weinig ruimte voor kwetsbaarheid, onzekerheid en intimiteit tussen mannen.'

Eenvoudige oplossingen zijn er helaas niet, aldus Van Tricht. 'Je moet als ouders niet gewoon zeggen dat je zoon gevoelig mag zijn. Je moet het voor-leven, door als vader ook je emoties te tonen. En de samenleving moet dit faciliteren, bijvoorbeeld door het vaderschapsverlof sterk uit te breiden. Zo kunnen mannen die zorgende rol veel beter ontwikkelen, en kunnen ze die ook gebruiken in andere contexten, zoals vriendschap.' Stilaan gaat het de betere kant op, gelooft Van Tricht. 'Steeds meer mannen kiezen voor een betrokken rol in hun vaderschap, voor een gelijk-

**'Er hoeft maar één maat lacherig te doen over emoties, en er wordt snel weer overgeschakeld op pinten.'**

waardige relatie met hun partner, en voor meer diepgang in hun vriendschappen. Al merk ik ook een terugkeer naar de "traditionele mannelijkheid". Er duiken steeds meer *male only*-ruimtes op, zoals kapperszaken. Dat kunnen veilige plekken zijn waar mannen over hun gevoelens praten en waar ze leren om beter voor zichzelf en anderen te zorgen. Maar we willen natuurlijk niet terug naar de *old boys*-netwerken van weleer.' ●