



Spiegeltje, spiegeltje aan de wand

Toine Lagro-Janssen

Op de vraag van haar 3-jarige inwonende kleinzoon "wanneer ben je dood?", antwoordde mijn terminaal zieke vriendin: "als ik niet meer praat en koud aanvoel." De resterende weken begroette haar kleinzoon haar ochtends opgewekt met de woorden "oma, ben je al dood?" en ging, als ze nee zei, verder zoals altijd met zijn spel. Toen er op een ochtend niet op zijn begroeting geantwoord werd, raakte hij haar gezicht voorzichtig aan, constateerde hardop "koud" en wist genoeg.

De huid is het orgaan dat door aanraking warmte uitstraalt en warmte van de ander ontvangt. Tijdens de COVID-19 epidemie noemden we het gemis aan en verlangen naar contact 'huidhonger', een prachtig woord. De huid vormt ook de afscheiding tussen buiten- en binnenkant van het lichaam, het uiterlijk versus het innerlijk. Het is het uiterlijk dat zich aan de buitenwereld presenteert en door die buitenwereld als mooi of niet mooi wordt beoordeeld. Die beoordeling is afhankelijk van het vigerend schoonheidsideaal. Dat schoonheidsideaal is ingebed in de ons omringende cultuur en is niet overal ter wereld hetzelfde. Denk bijvoorbeeld aan slank-zijn als ideaal in de westerse wereld en dik-zijn elders, of aan het verschil in schoonheidscriteria over de neus.

ASSOCIATIES BIJ SCHOONHEID

Schoonheid is in de communicatie en intermenselijke relaties niet onbelangrijk. Zowel mannen als vrouwen die als mooi worden ingeschat, krijgen in vergelijking met de 'minder mooie' seksegenoten een hoger salaris en betere carrièrekansen. [1] Mooie mensen roepen in het persoonlijke contact, zoals bijvoorbeeld bij een sollicitatiegesprek of een date, als primaire reactie positieve associaties op. Als iemands uiterlijk mooi gevonden wordt, hebben we ook eerder het idee dat die persoon succesvol is, de waarheid spreekt en een goed mens is. [1] Die positieve associaties spelen een grotere rol bij de beoordeling van het uiterlijk van vrouwen dan van mannen. Het uiterlijk van vrouwen beïnvloedt de inschatting of een vrouw succesvol en goed van aard is. Ook en juist bij het (ingeschatte) ontbreken van schoonheid. Zichtbare huidaandoeningen passen in geen enkel schoonheidsideaal. Door de groei van dienstverlenende beroepen die merendeels vrouwelijke werknemers omvatten, wordt een mooi uiterlijk steeds belangrijker. Die beroepen vereisen immers een representatief uiterlijk.

Het voldoen aan een mooi uiterlijk, aan het schoonheidsideaal, is dus voor vrouwen van grotere impact dan voor mannen. Off- en online wordt de huidige wereld overspoeld met representaties van aantrekkelijke vrouwen. Tegelijkertijd echter zorgt de toename van online contacten, beeldbellen en selfies voor veel meer confrontaties met hoe we er zelf



*Toine Lagro-Janssen was een van de eerste vrouwelijke huisartsen in Nijmegen, mede initiatiefnemer van het Universitair Gezondheidscentrum Heyendaal en richtte het Centrum Seksueel Geweld Gelderland-Zuid en -Midden op. Ze is actief betrokken bij onderzoek en nascholingen over sekse- en gendersensitieve geneeskunde en seksueel misbruik. Ze was de eerste Nederlandse hoogleeraar Vrouwenstudies Medische Wetenschappen. Haar meest recente boek is het onlangs verschenen *Lessen uit het leven van vrouwelijke huisartsen* (2025)*

uitzien. Gewenst of ongewenst verschijnt ons gezicht in beeld tijdens vergaderingen via Teams. We kijken naar onszelf als in een spiegel en vellen ons oordeel. Een interessante bevinding is dat de manier waarop mensen hun eigen uiterlijk beoordelen, verschilt tussen mannen en vrouwen. Vrouwen ervaren veel meer ontevredenheid over hun uiterlijk dan mannen. [2] Meer dan de helft van de Nederlandse vrouwen is ontevreden over tenminste één lichaamsdeel. Vrouwen besteden meer tijd en geld aan het uiterlijk dan mannen, aan cosmetica, schoonheidsspecialisten en wellness activiteiten. Ook het aantal cosmetische ingrepen bij vrouwen ter verfraaiing van het lichaam groeit als nooit tevoren. Parallel hieraan stijgt het aantal particuliere klinieken. In 2023 zijn in Nederland naar schatting meer dan 700.000 cosmetische ingrepen met injectables (onder andere fillers en botox) uitgevoerd, ook bij jonge vrouwen. [3] In dat jaar voerden particuliere klinieken ruim 3,3 miljoen behandelingen uit van ooglidcorrectie tot borstvergroting en buikwandcorrectie. Overigens stijgt ook het aantal mannen dat zich meldt voor liposuctie, ooglidcorrectie of het opheffen van een gynaecomastie.

Emeritus hoogleraar Vrouwenstudies Medische Wetenschappen Radboudumc, CSG Gelderland-Zuid en -Midden

De sekseverschillen in beleving van het uiterlijk prononceren zich tijdens de puberteit. In die periode benadrukt de ontwikkeling van de secundaire geslachtskenmerken en de seksspecifieke lichamelijke veranderingen de verschillen in genderrollen van vrouwelijkheid en mannelijkheid. De rol van leeftijdsgenoten wordt zeer belangrijk. De *peers*, medescholieren of gelijk-denkende groepsgenoten, vergelijken en beoordelen elkaar. De jaarlijkse gezondheidsmonitor van de GGD constateert in 2023 dat meisjes tussen de 13 en 18 jaar zich tweemaal zo vaak dan jongens gestrest voelen. [4] Zes op de tien meisjes en drie op de tien jongens voelt zich zelfs vaak tot zeer vaak gestrest. Een kwart van de meisjes geeft daarbij aan dat de stress wordt veroorzaakt door wat anderen van haar vinden. Bij die beoordeling betrekken meisjes wat ze denken dat jongens over hen denken, maar vooral hoe andere meisjes over hen denken. [2] Jongens geven veel vaker dan meisjes aan geen idee te hebben over de mening van andere jongens over hen. Vrouwen zien zichzelf en beoordelen zichzelf daarom zowel door de ogen van vrouwen als door die van mannen. De perceptie van meisjes over zichzelf, over hun uiterlijk is verre van positief. Eén op de drie meisjes bijvoorbeeld vindt zichzelf (veel) te zwaar. [4]

DE VERINNERLIJKTE ANDER

De gevoeligheid voor behoeften, wensen en meningen van anderen is volgens onderzoek van klinisch psycholoog en hoogleraar Marrie Bekker groter bij vrouwen dan bij mannen. [5] Voor hun identiteit is verbondenheid met de ander belangrijk. De kwaliteit van de persoonlijke relaties is cruciaal voor hun identiteit en eigenwaarde. Voor mannen is het behalen van doelen belangrijk voor hun gevoel van identiteit en eigenwaarde. Mannen zijn minder afhankelijk van omgevingsfactoren en twijfelen minder aan zichzelf dan vrouwen. [5] Psychoanalyticus en psychotherapeut Nelleke Nicolai schrijft dat vrouwen door hun invoelend vermogen 'teveel aan verinnerlijkte ander' ontwikkelen, teveel meegaan met de wensen en behoeften van de ander. [6] Voor vrouwen kan het daarom moeilijk zijn om hun eigen behoeften te voelen en te uiten. Ze zijn meer dan mannen gevoelig voor het oordeel van de ander, ook gevoeliger voor het oordeel over het uiterlijk.

Het oordeel van die ander weerspiegelt het heersende schoonheidsideaal en beïnvloedt hoe mooi en aantrekkelijk meisjes en vrouwen zichzelf vinden. Schoonheidsidealen zijn zoals gezegd ingebed in de vigerende cultuur en weerspiegelen maatschappelijk dominante ideeën over schoonheid. In die bestaande dominantie spelen vrouwen, de lagere sociale klassen en etnische minderheden geen rol van betekenis. [1] In de ogen van Susan Sontag wordt het schoonheidsideaal door vrouwen toegepast als een vorm van zelfonderdrukking. Ze schrijft 'Schoonheid is absoluut een vorm van macht. Het is niet de macht om te handelen, maar de macht om te bekoren. Het is een macht die niet zelf gekozen kan worden – althans niet door vrouwen- of kan worden opgegeven zonder sociale veroordeling.' [7] Voor vrouwen is het overheersende beeld van uiterlijke schoonheid hardnekkig, dwingend en voor de mees-

ten onhaalbaar. Zoals het afleggen van het vrouwenkorset ooit veel inspanningen en tijd heeft gekost, zo biedt het ontsnappen aan de vanzelfsprekendheid om te voldoen aan een schoonheidsideaal geen makkelijke vlucht. Bovendien heeft de maatschappelijke roep van maakbaarheid een luide stem, begeleid door de verleidelijke stem van de cosmetische industrie om ons lichaam te verfraaien of als 'normaal' te laten uitzien.

PLURIFORME SCHOONHEIDSIDEALEN

In de toekomst zullen echter individualisering, globalisering en diversiteit in toenemende mate subgroepen creëren met eigen subculturen, zoals jeugdcultuur rondom metal, of georganiseerd rondom gemeenschappelijke afkomst of zelf georganiseerd rondom lijfstyle als gothic. Het schoonheidsideaal zal minder sterk bepaald worden door één dominante cultuur, maar er zullen eigen diverse schoonheidsidealen ontstaan over het uiterlijk. Wat hetzelfde blijft, is dat de huid het uitwendige kleed vormt dat zich aan de wereld toont als het contactorgaan dat door de ander is aan te raken. Ik ben ervan overtuigd dat ook in de diverse subculturen gender een cruciale rol speelt in de waarde die wordt gehecht aan het uiterlijk van vrouwen. Tegelijkertijd is het mogelijk om iets te doen aan de ontevredenheid van meisjes en vrouwen over hun uiterlijk. We kunnen het teveel aan 'verinnerlijkte ander' bij vrouwen verminderen door in de opvoeding veel meer te benadrukken dat het belangrijk is om niet steeds jezelf met de ogen van de ander de maat te nemen, maar aandacht te besteden aan eigen behoeften en gevoelens en die te leren uiten. Goed zorgen voor jezelf, de eigen regie over het leven nemen, betekent immers niet dat je de verbondenheid met de ander hoeft te verlaten. Ook niet als de huid koud aanvoelt.

LITERATUUR

1. Holla S, Kuipers G. Aesthetic capital. In: Hanquinet L, Savange M (red). *Routledge international handbook of the sociology of art and culture*, 2015.
2. Woertman L. Beelden van een lichaam - De mentale representatie van lichaamsbeelden. Lisse: Swets & Zeitlinger, 1994.
3. Inspectie Gezondheidszorg en Jeugd. Particuliere klinieken in beeld 2022 - Toezichtsvragen en verbeterdoelen. Rapport 2023.
4. Molleman G, Fransen G, van Merwijk K. Een gezonde leefstyle. In: Lagro-Janssen T, Visser L, Bos A (red). *Sekse- en gendersensitieve geneeskunde*. Amsterdam: Prelum, 2023.
5. Bekker M, van Assen M. Autonomy-connectedness mediates sex differences in symptoms of psychopathology. *PLOS One*, 12 e0181626.
6. Nicolai N. In levende lijve - het lichaam in de psychotherapie. Houten: Bohn Stafleu van Loghum, 2020.
7. Sontag S. Over vrouwen. Met een inleiding van Bregje Hofstede. Amsterdam: Uitgeverij Pluim, 2023:121.

CORRESPONDENTIEADRES

Toine Lagro-Janssen

E-mail: toine.lagro@radboudumc.nl