

Ruud Stokvis

MANNELIJKHEID EN LICHAAMSOEFENING

Sport en lichaamstraining zijn van oudsher vooral als een mannendomein beschouwd. Wat gebeurt er als grote aantallen vrouwen dit domein gaan betreden? Voelen mannen zich dan bedreigd en gaan ze daarom des te meer de nadruk leggen op traditionele mannelijke waarden als kracht, hardheid en agressie? Of gaan ze daar juist minder betekenis aan hechten en zich minder van vrouwen onderscheiden? Ruud Stokvis probeert dit uit te zoeken door mannelijkheidsopvattingen in verband met sport en fitness vanaf de negentiende eeuw te bezien en in aansluiting daarop meer specifiek aandacht te besteden aan wat er op dit gebied in Nederland de laatste decennia gaande is. Op basis van zijn bevindingen geeft hij kritisch commentaar op de visies van een aantal andere auteurs.

Inleiding

In de ontwikkeling van de moderne sport en, meer in het algemeen, de georganiseerde lichaamsoefening vanaf de negentiende eeuw hebben ideeën over mannelijkheid duidelijk een rol gespeeld. Die ideeën waren echter niet overal gelijk en bleven niet constant. Centraal in dit stuk staat de vraag hoe opvattingen over mannelijkheid in verband met lichaamsoefening (sport, lichamelijke opvoeding, fitness) zich vanaf de negentiende eeuw hebben ontwikkeld. Daarbij richt ik me vooral op de afgelopen drie tot vier decennia, wanneer de participatie van vrouwen in diverse maatschappelijke sectoren en ook op het terrein van sport en fitness sterk toeneemt. Hoe is de betekenisgeving aan lichaamsoefening in verband daarmee veranderd?

Mijn bevindingen hierover vergelijk ik met enkele recente opvattingen over de relatie tussen mannelijkheid en lichaamsoefening. Een daarvan is de these dat veel jonge mannen in de huidige (althans Amerikaanse) samenleving te kampen zouden hebben met onzekerheid over hun fysieke mannelijkheid: daardoor ontwikkelen zij een 'Adoniscomplex', een obsessieve belangstelling voor hun eigen lichaam die hen ertoe aanzet hun spierstelsel door intensieve training en gebruik van anabole steroïden tot zo groot mogelijke proporties te ontwikkelen. Deze uitbouw van hun lichaam zou een van de weinig overgebleven middelen vormen waarmee mannen zich boven vrouwen

kunnen verheffen (Pope e.a. 2000). De vraag is of er aanwijzingen zijn dat zich (ook) in Nederland zo'n tendens voordoet.

Idealen van mannelijkheid in sport en lichaamsoefening (1850-1970)

Sport en andere vormen van lichaamsoefening werden aanvankelijk voornamelijk voor en door jongens en mannen georganiseerd (Steendijk-Kuypers 1999: 83), en beschouwd als socialisatiemiddel om hen als typisch mannelijk beschouwde waarden bij te brengen (Guttman 1991: 93). Pedagogen, ambtenaren, school- en sportautoriteiten formuleerden ideeën die erop neerkwamen dat georganiseerde en gedisciplineerde lichaamsoefening zowel persoonlijk heilzaam als maatschappelijk nuttig was, omdat deze mannelijke deugden bij de jeugd zou kweken.

Dit werd in Engeland vooral benadrukt door leden van de nationalistisch en imperialistisch geïnspireerde middenklasse (Mangan 1986: 22). Zij wilden nationale en lokale overheden ervan overtuigen dat het goed was dat er aan sport gedaan werd en dat dit van overheidswege bevorderd diende te worden. De leiders van de *public schools* in Engeland, de kostscholen voor de elitejeugd tussen de 12 en 18 jaar, zagen in sportbeoefening een mogelijkheid om hun leerlingen te disciplineren (Dunning en Sheard 1979: 101), en wel op een manier die hen geschikt zou maken om bestuurlijke en militaire functies uit te oefenen in zowel het eigen land en als de vele koloniën (Mangan 1986: 21). Het betrof hier in het bijzonder de deelname aan teamsporten, zoals rugby, cricket en voetbal. Het opvoedingsideaal dat aan deze disciplinerende grondslag lag wordt, kan worden samengevat als het ideaal van de 'Christian gentleman'. De inhoud van dit mannelijkheidsideaal is op uiteenlopende wijzen geformuleerd. Mangan (1986: 18) onderscheidt een vroeg-Victoriaanse versie, waarin vooral waarden als ernst, zelfopoffering en rechtschapenheid benadrukt werden en een laat-Victoriaanse versie, waarbij het meer ging om flinkheid en doorzettingsvermogen. Karaktereigenschappen die daarmee verbonden werden waren moed, zelfbeheersing en zelfbewustheid. De leerlingen moesten eigenschappen verwerven die hen in staat stelden over anderen te heersen en die hen er eveneens toe brachten zich loyaal, gehoorzaam en respectvol ten opzichte van hun land en diens hogere autoriteiten te gedragen (Mangan 1986: 18). Expliciet speelde de man-vrouw verhouding bij deze betekenisgeving aan sport geen rol. Centraal stond het belang van een fysiek en mentaal sterke mannelijke jeugd voor de kracht van de nationale staat.

In Duitsland werd in dezelfde periode vooral geijverd voor de beoefening van gymnastiek. De propagandisten voor deze vorm van lichaamscultuur schreven er min of meer dezelfde werking op de persoonlijkheid aan toe als de

Engelsen aan de beoefening van teamsporten. Gymnastiek zou echte mannen vormen, die over doorzettingsvermogen beschikten en bereid waren zich voor anderen en voor het vaderland op te offeren. *Turnvater* Friedrich Ludwig Jahn, de oudste en bekendste van deze propagandisten, had er in de eerste helft van de negentiende eeuw al naar gestreefd dat gymnastiekbeoefenaren puur, vaardig en onverschrokken zouden zijn, en te allen tijde bereid om de wapenen voor het vaderland op te nemen (Mosse 1996: 43). Het verschil met Engeland lag vooral in het niet-competitieve karakter van de gymnastiek en, daarmee verbonden, de afwezigheid van de nadruk op *fair play*. Een goed gevormd atletisch lichaam werd gezien als een uiting van morele kracht en van de mannelijkheid die hoorde bij een echte Duitse Germaan. Niet alleen in Duitsland, maar ook in landen als Zwitserland, Oostenrijk en Italië werd het belang van gymnastiek verdedigd met het oog op het tot stand brengen van sterke legers (Mosse 1996: 44).

De ontwikkeling van de lichamelijke opvoeding en de sport vond in Nederland plaats onder sterke invloed van de gang van zaken in Engeland en Duitsland. De Engelse invloed had betrekking op de sport, de Duitse op de lichamelijke opvoeding (Stokvis 1979). De meeste pedagogische autoriteiten in Nederland die betrokken waren bij lichaamsoefening oriënteerden zich aanvankelijk op de Duitse en Midden-Europese, niet competitief ingerichte lichamelijke opvoeding en zagen de belangstelling van de jeugd voor Engelse sporten als een vorm van vervlakking (Stokvis 1979: 59). Het in 1868 opgerichte Nederlandsch Gymnastiek Verbond (NGV) stelde zich tot doel de gymnastiek te bevorderen en daarmee de 'volkskracht naar lichaam en geest' te versterken (idem: 66). Deze ideologie noopte de voorstanders van sport tot het opbouwen van een verdediging van het pedagogische belang van de Engelse teamsporten, waarbij ze gebruik maakten van in Engeland circulerende opvattingen. In Nederland werd, net als elders in Europa, het idee van *fair play* als kenmerkend beschouwd voor de Engelse sportmentaliteit. Het was een morele richtlijn die de overtuiging inhield dat winnen door bedrog, door een fout van de scheidsrechter of door een toevallige tegenslag van de tegenstander, niet echt winnen is.

Nog in 1957 beschouwde K. Rijsdorp de sport als een 'jong-menselijke activiteit', waarbij deze jonge mensen vrijwel uitsluitend jongens waren (Rijsdorp 1957). Dezelfde auteur heeft het in zijn boek voortdurend als vanzelfsprekend over de 'sportman'. In een korte opmerking over vrouwensport stelt hij dat bepaalde takken van sport vooral vrouwen aantrekken met 'een betrekkelijk groot gehalte aan mannelijke componenten' (Rijsdorp 1957: 188).

In de eerste nota die de Nederlandse rijksoverheid aan sport wijdde en die in 1960 uitkwam, werd aan sport vooral een karaktervormende werking toegerekend. De deugden die sportdeelname zou bevorderen waren volharding, vindingrijkheid, moed, uithoudingsvermogen en het vermogen tot 'fair play' (Stokvis 1979: 104). We vinden hier de waarden terug die in Engeland van

oudsher aan sport waren toegekend en met mannelijkheid in verband waren gebracht. Het impliciete mannelijkheidsideaal dat hier naar voren komt zou men een ideaal van ridderlijkheid kunnen noemen: strijdbaarheid die wordt getemperd door zelfbeheersing en het besef dat men de strijd op eerlijke wijze dient te voeren.

Bodybuilding (1920-1960)



De opvattingen over mannelijkheid in verband met lichaamsvoeding die in de tweede helft van de negentiende en de eerste helft van twintigste eeuw het meest van zich lieten spreken, verwezen naar de betekenis van fysiek en mentaal sterke mannen voor de nationale staat (Mosse 1996: 15). Expliciet hadden ze, zoals gezegd, niet of nauwelijks betrekking op de verhouding tussen mannen en vrouwen (al weerspiegelden en bevestigden ze gangbare ideeën over verschillen tussen de beide seksen). Anders lag dit op het gebied van 'bodybuilding', een term die ik in dit verband niet alleen gebruik om extreme oefenvormen voor uitbouw van het spierstelsel mee aan te duiden, maar ook de oefenvormen waarbij men ernaar streeft op meer gematigde wijze spiermassa aan te kweken. In de reclames van ondernemers die tussen 1920 en 1960 oefenapparatuur en schriftelijke cursussen voor bodybuilding thuis aanboden werd onverbloemd verwezen naar het belang dat mannen bij een stevig lichaam hadden in hun concurrentiestrijd om vrouwen. De in vele landen buitengewoon succesvolle schriftelijke cursus in lichaamsvoeding die vanuit de Verenigde Staten onder het merk van Charles Atlas werd aangeboden, was uitdrukkelijk gericht op het overwinnen van mannelijke gevoelens van inferioriteit bij het werven van vrouwen. Van enige subtiliteit was hierbij geen sprake. Het succes ervan vormt het bewijs dat deze reclame een snaar beroerde bij de vele mannen die zich voor deze cursus opgaven. Tot in het begin van de jaren zestig werd voor deze cursus ook in tal van Nederlandse tijdschriften geadverteerd. De reclame van dit bedrijf bestond voornamelijk uit stripverhaaltjes, die tot de meest effectieve advertenties uit de geschiedenis van de reclame worden gerekend (Encyclopaedia Britannica, article 9010111). De strekking van deze verhaaltjes was steeds dat men als man sterk en flink gebouwd moest zijn om andere mannen in de concurrentie om vrouwen te verslaan, ook omdat vrouwen zelf de voorkeur gaven aan zo'n flink gebouwde, dominerend optredende man.

Bij een van deze strips ziet men op het eerste plaatje een schriële man met een aantrekkelijke vriendin op het strand zitten. De man krijgt zand tegen zich aan van een stevig gebouwde man die met een bal aan het spelen is. Hij protesteert, de stevige man zegt daarop dat de ander zijn mond moet houden en dat hij hem alleen maar niet in elkaar slaat omdat hij zo schriël is. De vriendin blijkt vervolgens haar belangstelling te verliezen voor iemand die zich zo gemakkelijk laat aftroeven en maakt de relatie uit. De schriële man krijgt een hekel aan zijn uiterlijk en besluit een Charles Atlas cursus te gaan volgen. Na enige tijd verschijnt hij, veel steviger gebouwd dan eerst, weer op het strand. Hij ziet dat de man die hem eerder de baas was nu in het gezelschap van zijn vriendin aanwezig is. Hij gaat op hem af en slaat hem neer met een kaakstomp. Zijn vriendin is vol bewondering voor hem. Zij roept dat hij nu een echte man is en valt zwijmelend in zijn armen.

De twee eigenaren van de Charles Atlas onderneming werden met dit soort reclamestrips binnen een jaar na de introductie ervan, in 1928, miljonair. Deze reclame kon alleen maar effectief zijn omdat ze uitdrukking gaf aan een wijdverbreid mannelijkheidsideaal van kracht en dominantie.

Ook de hierboven besproken Engelse en Duitse opvattingen over mannelijkheid in verband met sport en lichamelijke oefening veronderstelden mannelijke dominantie ten opzichte van vrouwen. Maar wat daarin impliciet bleef, werd in de reclame voor bodybuilding expliciet gemaakt: superieure gevechtskracht van mannen maakte hen niet alleen waardevol voor de nationale staat maar bracht ook vrouwen aan hun voeten. Vrouwen protesteerden niet tegen een reclamestrip waarin zij als onzelfstandige en trouweloze wezens werden afgebeeld. Deze reclame gaf een rake uitbeelding van heersende opvattingen over bestaande ongelijkheid tussen mannen en vrouwen. Het succes ervan vormt een bewijs dat veel mannen het hiermee eens waren.

Sport en fitness in Nederland na 1970: ontmannelijking

Vanaf het begin van de jaren zeventig raakte in Nederland het met mannelijkheid geassocieerde beeld van stevige maar gereguleerde wedijver op sportgebied steeds meer in diskrediet, althans in de uitlatingen van sportautoriteiten, politici, ambtenaren en pedagogen. Er ontstond een nieuwe dominante opvatting over sport waarin de nadruk lag op het ontspannen samen met anderen lichamelijk actief zijn zonder al te veel competitieve druk. De met mannelijkheid geassocieerde deugden, die vooral in competitieve situaties een rol spelen, zoals flinkheid, doorzettingsvermogen en zelfbeheersing (en het daarmee verbonden *fair play*), verdwenen naar de achtergrond. Het belang van sport en lichaamsoefening werd niet meer in verband gebracht met de 'volkskracht', maar met het persoonlijke welbevinden van individuele burgers. Deze herwaardering laat zich aan een drietal op elkaar aansluitende publicaties aflezen:

een publicatie van de Wiardi Beckman Stichting (wbs) met de veel betekende titel *Keerpunt in de Sport* (Crum en De Leeuw 1974), een in opdracht van het toenmalige ministerie van Cultuur, Recreatie en Maatschappelijk Werk (CRM) vervaardigd rapport getiteld *Sportbeoefening en zijn organisatiegraad* (Manders en Kropman 1974) en de *Nota Sportbeleid* (1974) van hetzelfde ministerie. De wbs-publicatie stond in het teken van het gelijkheidsstreven van de Partij van de Arbeid uit die tijd (Crum en De Leeuw 1974: 11). Het doel ervan was te komen tot uitgangspunten voor een progressief sportbeleid. Voorgesteld werd een heroriëntatie van de overheidssteuning van sport weg van de prestatiegerichte sport naar de recreatiegerichte sport. Terwijl prestatiegerichte sport werd geassocieerd met het streven naar records, status en geld verdienen, zou recreatiesport gericht moeten zijn op plezier, gezelligheid, ontspanning en gezondheid (Crum en de Leeuw 1974: 37). Het onderzoeksverslag *Sportbeoefening en zijn organisatiegraad* was er op gericht aan te tonen dat een meerderheid onder de Nederlandse bevolking op recreatief te noemen wijze aan sport deed, veelal buiten de sportverenigingen om, die te prestatiegericht zouden zijn. Deze publicaties mondden uit in de *Nota Sportbeleid* van 1974. Het volgende citaat hieruit van de als auteur opgevoerde minister geeft de herwaardering van sportieve deugden duidelijk aan:

‘Ik denk hierbij aan sportactiviteiten die gekenmerkt worden door het meer vrije, ongebonden en niet verplichtende karakter ervan, door een mate van speelsheid en ontspanning, voorts aan activiteiten die de keuzemogelijkheden van de mens verruimen, de creativiteit en spontaniteit bevorderen en die mogelijkheden in zich bergen voor sociaal contact, ontmoeting met de anderen, zo men wil gezelligheid’ (Sportnota 1974: 10).

Van een verband met traditionele mannelijkheidsidealen bleef in deze nieuwe officiële visie op sport weinig over.

De vraag is hoe deze nieuwe officiële visie zich verhiel tot de persoonlijke motivaties van de sportbeoefenaren. Die vraag kan ook ten aanzien van de traditionele visie van voor 1970 gesteld worden, maar bij gebrek aan gegevens over persoonlijke motieven van sportbeoefenaren uit die tijd is hier weinig met enige zekerheid over te zeggen. Opvallend voor de periode na 1970 is dat de sportverenigingen, vanuit de nieuwe visie gezien het bolwerk van verwerpelijke competitiedrang, sneller groeiden dan ooit. In 1969 bedroeg het aantal sportbeoefenaren in verenigingsverband, na bijna een eeuw moderne georganiseerde sport, 1.980.067, elf jaar later, in 1980, waren dat er 4.304.605 (NSF 1991: 8). De sportverenigingen pasten zich echter wel aan. Vaak werd naast de bestaande afdeling voor de wedstrijdsport ook een afdeling voor meer recreatieve vormen van sport ingesteld (Stokvis 1979: 121).

Dit laatste geeft aan dat de nieuwe overheidsvisie op sport toch niet los stond van de sportieve realiteit. De snelle uitbreiding van het aantal georgani-

seerde sportbeoefenaren in de jaren zeventig moet worden toegeschreven aan de instroom en groei van nieuwe categorieën sportbeoefenaren: meisjes en vrouwen, kinderen jonger dan 12 jaar, en ouderen (veteranen). Deze nieuwe typen sporters hadden inderdaad minder drang tot wedijver. Manders en Kropman (1974: 100) stelden vast dat jongeren het prestatieaspect in de sport duidelijk meer waardeerden dan ouderen. De ouderen vertoonden een veel grotere voorkeur voor wat de auteurs de aspecten van ‘lichamelijke en persoonlijke opvoeding’ en ‘gezelligheid en ontspanning’ noemden. Dit blijkt ook uit tal van andere surveys. Van Bottenburg e.a. (2005: 188-191) vatten de motieven die respondenten in surveys geven als volgt samen: kinderen, adolescenten en jongeren willen plezier hebben, bepaalde sportieve bekwaamheden en technieken leren, nieuwe vrienden vinden, deel uitmaken van een groep en de uitdaging aangaan of ze ergens goed in zijn en succes kunnen verwerven. Naarmate mensen ouder worden gaan gezondheidsmotieven een grotere rol spelen. Bij vrouwen ligt de nadruk verder meer dan bij mannen op de wens een goed figuur te behouden en het gewicht laag te houden. Dat laatste komt ook naar voren in het meest recente onderzoek naar de motieven van Nederlandse sportbeoefenaren (zie tabel).

TABEL Motieven van mannen en vrouwen om aan sport te doen (in procenten)

<i>Sportmotieven</i>	<i>Mannen</i>	<i>Vrouwen</i>
Gezondheid/fitheid/lichaamsbeweging	52	57
Plezier/ontspanning	48	42
Sociale contacten/gezelligheid	31	30
Uitlaatklep/compensatie	19	14
Boeiende activiteit/leren vaardigheden	16	12
Strak, slank lichaam/afvallen	15	23
Presteren/competitie/winnen	11	6
Spieropbouw/kracht	8	11

Bron: SCP (2005); eigen bewerking databestand.

De politici en ambtenaren die vanaf de jaren zeventig de nieuwe visie op sport formuleerden, zouden met de recente enquêtegegevens tevreden zijn: ze geven aan dat bij sportbeoefenaren plezier, ontspanning, sociale contacten en gezelligheid samen met gezondheidsmotieven vooropstaan. Met mannelijkheid geassocieerde competitieve betekenissen van sport zijn hieraan ondergeschikt geraakt. Dit geldt voor beide seksen in ongeveer gelijke mate, zij het dat mannen nog iets meer prestatiegericht zijn dan vrouwen. De vraag is of op het gebied van de fitness een vergelijkbare tendens kan worden waargenomen.

De toeloop naar de sportverenigingen sinds 1970 ging gepaard met eveneens een toename van vormen van niet-competitieve lichaamsoefening buiten verenigingen, zoals hardlopen, fietsen en vanaf de jaren tachtig ook aerobics

voor vrouwen en krachttraining, vooral voor mannen. Deze lichaams oefeningen vormen het nieuwe terrein van de fitness in de ruime zin van het woord. Het aantal hardlopers (ten minste eenmaal per jaar) steeg van circa 8% in 1979 naar 13% van de bevolking in 2003 (Van Bottenburg 2006: 9). Wat fitness/ aerobics betreft (waarbij onder fitness krachttraining met apparaten wordt verstaan), dateert de eerste meting van 1991. Toen deed 9% van de bevolking daaraan, in 2005 werd bij een iets anders uitgevoerde meting 20% gemeten (SCP 2006: 91).

Opvattingen over het nut en de zin van fitness ontwikkelden zich vanaf de jaren zeventig binnen een sociale constellatie van partijen en belangen die sterk verschilden van die van de sport en de lichamelijke opvoeding. De meeste fitnessdeelnemers waren niet 'jong – menselijk'. Hun gemiddelde leeftijd lag eerder rond de dertig jaar, met een wijde spreiding (Middelkamp 1999; Zarots 1999: 82). Dat betekende dat ze minder dan aanvankelijk bij de sport het onderwerp werden van pedagogisch gerichte overheidszorg. Het aanbod van accommodaties, oefengroepen en instructies werd voornamelijk door commerciële ondernemers verzorgd. De meest gehoorde en invloedrijkste opvattingen over de betekenis van fitness kwamen uit dit commerciële milieu, in tegenstelling tot de sterk met de nationale staat verbonden opvattingen die op sportgebied domineerden.

Commerciële ondernemers ontleenden de thema's in de reclames voor hun sportscholen aan hun waarneming dat steeds meer mensen belang hechten aan een welgevormd lichaam. Het meest expliciet wordt dit wel gedaan in de speciaal voor vrouwen bestemde 3x B cursussen (benen, billen, buik). Bezie men de aanprijzingen op de websites van het op mannen gerichte fitness-aanbod, dan is daar vrijwel geen spoor van een verwijzing naar iets dat met een benadrukking van mannelijkheid geassocieerd kan worden. Een inspectie van 30 websites van Amsterdamse sportscholen (Google, bezocht 20-11-'06) naar dergelijke verwijzingen leverde zo goed als niets op. Bij het Fitness Centrum Amsterdam stond als toelichting bij het programma voor krachttraining dat de spieren niet zozeer groter of dikker worden, maar 'een mooiere vorm of contour' krijgen en 'beter aanvoelen'. Bij Club Sportive staat in verband met het aanbod voor 'Bodysculpting': "Met gebruik van bodybars trainen voor de perfecte look". Het "Burn and Shape" programma van Slash Health Campus is bestemd voor 'iedereen die het lichaam wil 'stroomlijnen'.

Het meest voorkomende thema in de reclames van de moderne sportscholen is dat men er zorg aan zichzelf kan besteden. Daar bovenop wordt vaak benadrukt dat de sportschool sterk op de individuele persoon gerichte oefengelegenheid biedt. Gecomputeriseerde toestellen kunnen ingesteld worden op de persoonlijke behoeften van iedere gebruiker en in veel sportscholen wordt ook de persoonlijke zorg van vakkundige coaches benadrukt. Deze nadruk op persoonlijke aandacht en het succes dat de sportscholen ermee hebben wijzen vooral op een sterk individueel, narcistisch getint streven naar een

slank en vitaal uiterlijk, zowel bij mannen als vrouwen. In tegenstelling tot de cursus van Charles Atlas, richten de sportscholen zich op beide seksen op ongeveer dezelfde manier. Mannen zowel als vrouwen bestrijden er zwaarlijvigheid en streven naar een strak en slank lichaam, ten behoeve van hun gezondheid, hun fitheid en hun fysieke aantrekkelijkheid (vgl. Stokvis 2003b).

De cultivering van het mannenlichaam – een Adoniscomplex?

Zijn er in Nederland dan geen mannen die zich in hun mannelijkheid bedreigd voelen en daardoor meer aan krachtsport gaan doen? Dit is wat volgens Pope c.s. (2000) voor een groot deel van de Amerikaanse mannen beweren. Zij stellen dat de onzekerheid van deze mannen over hun mannelijkheid geleid heeft tot een 'Adoniscomplex', een preoccupatie met het uiterlijk, en dat dit de verklaring is voor het ruime gebruik van anabole steroïden (chemische middelen waardoor de spiergroei versnelt) onder de Amerikaanse jeugd en hun belangstelling voor bodybuilding. De meerderheid van Amerikaanse jongens tussen de elf en zeventien jaar heeft volgens deze auteurs een ideaal met betrekking tot hun lichaamsvorm dat alleen maar met behulp van deze middelen te bereiken is. Volgens hun berekeningen zijn er ruim boven de één miljoen Amerikaanse mannen die ook daadwerkelijk anabole steroïden hebben gebruikt (Pope e.a. 2000: 104). Ook de spectaculaire groei van de sportschoolbranche brengen ze rechtstreeks in verband met de enorme verbreiding van wat zij een 'male body obsession' noemen (idem: 31).

In de Nederlandse gegevens over bodybuilding, krachtsport en het gebruik van anabole steroïden is van deze voorstelling van zaken weinig terug te vinden. Uit informatie van de socioloog en insider Willem Koert blijkt dat het bij serieuze bodybuilding, waarbij de spiermassa's zeer zichtbaar worden uitgebouwd, om een heel beperkte groep gaat. Er is wel een grotere categorie mannen die zich uit onvrede met hun lichaam aanmelden bij een sportschool, maar slechts weinigen weten de offers te brengen om gedurende langere tijd met bodybuilding door te gaan. Binnen dit beperkte milieu – sociaal te situeren in de hogere arbeidersklasse en lagere middenklasse – komt het gebruik van anabole steroïden inderdaad voor (Koert 1992: 28-34). Het idee dat de belangstelling voor het beoefenen van bodybuilding een uiting is van onzekerheid van mannen over hun mannelijke identiteit wordt door Koert (1997: 400) uitdrukkelijk bestreden; hij beschouwt dit als een interpretatie van buitenstaanders, die niet werkelijk hebben meegemaakt wat het is om aan bodybuilding te doen. Extreme bodybuilding wordt ook door vrouwen beoefend (Dekkers 2006: 324). Volgens Koert (1997: 410-411) moet het gebodybouwde lichaam 'allereerst gezien worden als een symbool dat het verlangen representeert om overeind te blijven in een onvriendelijke wereld', waarin 'een gewelddadige dood, door een ongeluk, een vergissing, verdwaalde of gerichte kogels' steeds op de loer ligt.

Het beeld dat het bij serieuze bodybuilding om een heel beperkte en specifieke groep gaat wordt bevestigd door gegevens over het ledental van de afdeling 'bodybuilding + fitness' van de Koninklijke Nederlandse Krachtsport en Fitness Federatie (KNKF): in 2005 waren daar slechts 225 leden bij aangesloten, waaronder 101 vrouwen. Waarschijnlijk zijn er veel meer beoefenaars van bodybuilding die niet bij deze organisatie aangesloten zijn, maar het kleine aantal georganiseerden doet vermoeden dat het aantal ongeorganiseerden hooguit een paar duizend zal zijn. In totaal had de KNKF in 2005 niet meer dan 5.249 leden (NOC*NSF 2006).

Dit beeld van een beperkte groep komt ook naar voren uit Nederlands onderzoek naar doping in de breedtesport (te onderscheiden van topsport, waar relatief vaak sprake is van het gebruik van doping). In 2001 zou volgens een steekproefonderzoek 0,3% van de bevolking doping hebben gebruikt gedurende de twaalf maanden voorafgaand aan het onderzoek. Dat zou neerkomen op 40.920 personen. Daarvan had een kwart anabole steroïden genomen, het voornaamste middel om dikkere spieren te kweken (Van den Heuvel 2002: 37,38). Van de bodybuilders die ondervraagd werden gaf in 2001 slechts 8% aan ooit doping te hebben gebruikt. Al deze cijfers dienen als uiterst voorlopig te worden gezien. Hoe het ook zij, het gaat steeds om betrekkelijk kleine aantallen. Uit de overige gegevens die dit onderzoek opleverde blijkt dat vooral krachtsporters gebruik maken van anabole steroïden. Daarmee wordt het beeld dat Koert geeft op basis van onderzoek binnen een sportschool min of meer ondersteund door landelijke gegevens. Voor het bestaan van een wijdverbreid Adoniscomplex onder Nederlandse mannen, voortkomend uit onzekerheid over de eigen mannelijkheid, bestaan geen aanwijzingen.

Mannelijkheid en lichaamsoefening: kritische perspectieven

Vanaf de jaren zeventig werd lichaamsoefening door propagandisten, organisatoren en beoefenaren steeds minder met mannelijkheid geassocieerd. Maar sinds datzelfde decennium gingen buitenstaanders de sport juist wel karakteriseren als een bolwerk van mannelijkheid. Het is van belang om deze karakterisering te bespreken, omdat ze moeilijk te rijmen lijken met het hier geschetste beeld.

Sporthaters

Sporthaters hebben vanaf de opkomst van de moderne sport hun stem laten horen. Zij vonden sport een ruwe en stompzinige activiteit. Vaak was er in hun bezwaren ook een ondertoon van spijt of jaloezie te bekennen omdat zij zelf niet goed in sport waren (Stokvis 1997). De populariserende bioloog Midas Dekkers heeft in een recent boek getiteld *Lichamelijke oefening* (2006)

de sport gekarakteriseerd als een vorm van uitsloerij van mannen om vrouwen te imponeren. Sport is volgens hem vanouds een mannenzaak. Met instemming haalt hij een auteur aan die stelt dat het vaststellen van prestatieverschillen door wedstrijden bijdraagt aan de selectie van de meest fitte mannen voor de voortplanting (Dekkers 2006: 155). Vanuit deze visie is de enorme uitbreiding van de belangstelling van vrouwen voor sport echter niet goed te begrijpen. Sinds enkele jaren nemen in Nederland aan verschillende takken van wedstrijd sport, zoals hockey, paardrijden en volleybal, meer vrouwen dan mannen deel. In andere sporten, zoals tennis, atletiek en zwemmen, ontloopt het aantal vrouwen dat van de mannen weinig. Wel is het zo dat mannen aan sommige sporten nog steeds veel meer meedoen dan vrouwen. In Nederland was voetbal van meet af aan een sport voor jongens en mannen. Gymnastiek is daarentegen steeds meer een sport voor meisjes en vrouwen geworden.

Deze veranderingen in de deelname van vrouwen zijn niet te rijmen met de stelling dat de sport een biologisch gefixeerde functie zou hebben in het seksuele verkeer. Door sport als een vorm van uitsloerij van mannen te bestempen geeft Dekkers uiting aan zijn persoonlijke weerzin ertegen.

Feminisme

In de Verenigde Staten kwam de feministische sportkritiek op gang nadat in 1972 een wettelijke regeling tot stand werd gebracht die financiële ondersteuning van de sportbeoefening van vrouwelijke scholieren en studentes inhield en zo bijdroeg tot een sterke uitbreiding van hun deelname aan sport (Coakley 1998: 212). Vrouwen, niet alleen in Amerika maar ook in vele andere landen, wilden meer toegang tot de sportbeoefening. Sport was voor de feministes die voor dit vrouwenbelang opkwamen in principe een seksneutrale activiteit, die echter in hoge mate door mannen werd gedomineerd. Sport als zodanig vatten zij niet op als een activiteit waar typisch mannelijke waarden of belangen aan ten grondslag lagen. Wat zij bekritiseerden en bestreden was de dominantie door mannen.

In de meeste takken van sport, die door en voor mannen waren ontwikkeld, bestonden aanvankelijk vaak hardnekkige bezwaren tegen de pogingen van meisjes en vrouwen om ook aan die sporten mee te mogen doen (Steendijk-Kuypers 1999). Pogingen van vrouwen om in het verband van de KNVB te voetballen werden pas in de loop van de jaren zeventig succesvol. In 2005 bedroeg het aandeel van vrouwelijke voetballers in het ledenbestand van de KNVB 7% (NOC*NSF 2006), waarmee voetbal de op vier na meest beoefende vrouwen-sport in Nederland was geworden. Bij het roeien werden vrouwen die gedurende de eerste decennia van de twintigste eeuw aan wedstrijden mee wilden doen als bedreigende indringsters gezien. Zij konden tot na de Tweede Wereldoorlog op roeigebied alleen meedingen in het stijlroeien, waarbij het niet ging om wie het snelst over de baan ging, maar wie dat in de mooiste stijl

deed (Derks en Stokvis 1996). Inmiddels is dat volledig veranderd. Ook in de internationale sport was er lange tijd weerstand van mannelijke sportbestuurders tegen de deelname van vrouwen (Blue 1987; Guttmann 1991; Stokvis 2006). Maar van dergelijke weerstanden is weinig meer te bespeuren. Zelfs aan een sport als rugby, door Dunning (1986) getypeerd als een mannenreservaat, zijn vrouwen gaan deelnemen; in Nederland hadden vrouwen in 2005 een aandeel van ruim 8% in het ledental van de rugbybond (NOC*NSF 2006). Wel blijkt dat de toenemende deelname van vrouwen aan vele verschillende sporten niet heeft geleid tot een evenredige participatie in de besturen van sportorganisaties (Claringbould 2006).

Een belangrijk deel van de feministische kritiek berust op het waarnemen van sport via de media. Dat betreft de sterk gecommercialiseerde topsport. In dezelfde tijd dat er tendensen waren om de algemene sportbeoefening minder competitief te maken, werd de competitieve en commerciële topsport via de televisie steeds meer zichtbaar (Stokvis 2003a). Feministen constateerden dat in de media minder aandacht was voor vrouwelijke topsporters dan voor mannelijke en dat, als vrouwelijke topsporters aandacht kregen, de nadruk niet lag op hun sportprestaties maar op hun vrouw zijn (Wenner 1998: 170-202). Het is onmiskenbaar waar dat in de mediasport de traditionele dominantie van mannen op sportgebied naar voren komt. Maar het vergt nader onderzoek om vast te stellen of de mediasport daardoor een gebied bij uitstek is geworden waar traditionele mannelijkheidsidealen worden gekoesterd.

Mannen- en homostudies

Het idee dat er als gevolg van de emancipatie van vrouwen een 'crisis in masculinity' zou zijn opgetreden wordt door meer auteurs gedeeld dan de schrijvers van het boek over het Adoniscomplex. In het voetspoor van feministische studies werd de uiting en beleving van mannelijkheid in de sport een belangrijk onderwerp van studie. Verschillende beoefenaren van 'mannenstudies' richtten zich op de wijze waarop masculiniteit in verband met sport in de media en in het bijzonder de televisie tot uitdrukking komt. Zo stelt Whannel (2002) dat er in Engeland rond de laatste eeuwwisseling nieuwe mannelijkheidsidealen ontstonden, waarbij sportsterren door middel van hun uiterlijk, hun gedrag en de wijze waarop de media hen representeren aangeven hoe men zich volgens de nieuwe idealen als man moet gedragen. Hij noemt daarbij uiteenlopende figuren als de voetballer David Beckham, de golfspeler Tiger Woods en de bokser Mike Tyson. Alleen al uit de sterk uiteenlopende aard van deze figuren blijkt dat er in plaats van één dominerend mannelijkheidsideaal een veelheid van alternatieve mogelijkheden zijn ontstaan om als man op sportgebied populariteit te verwerven. Uit empirisch onderzoek naar de bewonderaars van mannelijke sportsterren blijkt dat daartoe zowel jongens als meisjes behoren (Winden 2003: 29). Whannel toont verder totaal geen

aandacht voor de vele vrouwelijke sportsterren, zoals die zich in sporten als tennis, atletiek, gymnastiek en kunstschaatsen voordoeden en de rol die zij spelen voor hun bewonderaars. Zijn uitgangspunt dat de hedendaagse bewondering voor sportsterren zou zijn gegrond in een 'crisis in masculinity' wordt, kortom, niet erg aannemelijk gemaakt.

Het idee dat de sport bij uitstek het terrein is waar bepaalde mannelijkheidsnormen worden hooggehouden, is ook gevoed vanuit homostudies. Onderzoekers stelden vast dat homoseksuelen op sportgebied velerlei moeilijkheden ontmoeten (Hekma 1994). Deze wijzen echter op geen ander feit dan dat mannen in veel takken van sport domineren en dat de meeste van deze mannen heteroseksueel gericht zijn en een zekere weerstand hebben tegen homoseksualiteit. Hetzelfde geldt voor de negatieve houdingen die lesbiennes op sportgebied signaleren van de kant van heteroseksuele mannen en vrouwen. Deze weerstanden op sportgebied zijn waarschijnlijk niet anders of intenser dan op andere terreinen van het maatschappelijke leven.

Gemeenschappelijk aan deze kritische visies op de relaties tussen mannelijkheid en sport is de ervaring van buitenstaanders met de ontegenzeggelijk sterke mannelijke dominantie in veel takken van sport. Afgezien van de sporthaters, die een categorie apart vormen, zijn de visies vanuit vrouwen-, mannen- en homostudies goed te begrijpen in het licht van de emancipatiebewegingen van vrouwen en homoseksuelen sinds de jaren zeventig. Zowel vrouwen als homoseksuelen raakten in de gelegenheid om zich te verzetten tegen de dominantie van heteroseksuele mannen op sportgebied. Een van de argumenten die zij in dit kader gebruikten was dat sport een middel vormde voor mannen om hun identiteit als man te bekrachtigen. Daarbij verwezen ze naar betekenissen met betrekking tot mannelijkheid die gedurende de eerste eeuw van de ontwikkeling van de moderne vormen van lichaamsoefening dominant waren maar die juist de afgelopen decennia sterk aan belang hebben ingeboet.

Conclusie

Tussen 1850 en 1970 had de sociaal overheersende betekenis van lichaamsoefening vooral betrekking op de bijdrage ervan aan het kweken van stoere mannen. Dit werd onder meer benadrukt vanwege het belang ervan voor de kracht van de nationale staat. De samenhang van deze betekenis met de ondergeschikte positie van vrouwen blijkt uit de inhoud van de meest succesvolle reclame voor schriftelijke cursussen op het gebied van de lichaamsoefening in deze periode. Hierin werd de stoere, sterk gebouwde man, die een gevecht niet uit de weg gaat en om die eigenschappen door aantrekkelijke vrouwen wordt bewonderd, onverbloemd als ideaal voorgesteld.

Dat veranderde vanaf de jaren zeventig. Het overheidsbeleid ter ondersteuning van lichaamsoefening keerde zich af van de wedstrijdsport en richtte zich

op de bevordering van minder competitieve vormen. Sport werd gedeeltelijk uit de competitieve sfeer gehaald. De nieuwe sociaal verbindende betekenissen die eraan gegeven werden, hadden evenzeer betrekking op vrouwen als op mannen. Vermindering van de sociale ongelijkheid tussen mannen en vrouwen droeg ertoe bij dat traditionele mannelijkheidsidealen in verband met lichaamsoefening verzwakten en dat er geen duidelijk ander mannelijkheidsidealen voor terugkwamen. De belangstelling van vrouwen voor allerlei vormen van sport en fitness groeide zo sterk dat na 1995 meer vrouwen dan mannen actief aan lichaamsoefening deden. In de reclames voor commerciële sportscholen verdween de nadruk op stoerheid en kracht speciaal gericht op mannen. Het aanbod om een slank en mooi gevormd lichaam te verwerven richtte zich op beide geslachten.

In het kader van de emancipatie van vrouwen en homoseksuelen is door feministen en beoefenaren van mannen- en homostudies de dominantie van mannen op sportgebied aangevochten. In dat verband werd lichaamsoefening vaak als activiteit bij uitstek gezien waarmee mannen hun identiteit als man bevestigen. Uit empirische gegevens blijkt daar weinig van. Nog minder grond is er voor de stelling dat die tendens recentelijk zou zijn toegenomen vanwege de toegenomen onzekerheid van mannen omtrent hun mannelijke identiteit. Zo geven de beschikbare onderzoeksgegevens geen aanleiding om te veronderstellen dat in Nederland in meer dan incidentele gevallen sprake is van een uit die onzekerheid voortkomend 'Adoniscomplex' onder jonge mannen. De belangstelling voor de meer extreme vormen van bodybuilding is gering, evenals het gebruik van anabole steroïden.

Voor de overgrote meerderheid van de mannelijke sport- en fitnessbeoefenaren geldt dat hun activiteiten op dit gebied en de motieven die ze daarbij hebben niet opvallend verschillen van die van vrouwelijke deelnemers. Als één trend duidelijk is, dan is het dat de segregatie tussen de seksen is verminderd en dat mannen en vrouwen, ook op dit gebied, meer op elkaar zijn gaan lijken.

Literatuur

- Blue, A. (1987) *Grace under pressure. The emergence of women in sport*. London: Sidgwick & Jackson.
- Bottenburg, M. v., B. Rijnen en J. v. Sterkenburg (2005) *Sports participation in the European Union*. 's-Hertogenbosch: Mulierinstituut/Arko.
- Bottenburg, M. v. e.a. (2006) *De tweede loopgolf*. 's-Hertogenbosch: W.J.H. Mulierinstituut.
- Claringbould, I. (2006) *Vrouwen in zicht*. 's-Hertogenbosch: Mulierinstituut/ARKO.
- Coakley, J. (1998) *Sport in society. Issues & controversies* (6th ed.) Boston: McGraw-Hill.
- Connell, R. (2005) *Masculinities*. Cambridge: Polity Press (sec. ed.).
- Crum, B. en F. de Leeuw (1974) *Keerpunt in sport*. Deventer: Kluwer.
- CRM (1974) *Nota Sportbeleid*. 's-Gravenhage: Staatsuitgeverij.
- Dekkers, M. (2006) *Lichamelijke oefening*. Amsterdam: Contact.

- Derks, M. en Stokvis, R. (1997) 'Roeiende vrouwen. De weg van de sierlijkheid'. *Amsterdams Sociologisch Tijdschrift* 24, 416-437.
- Dunning, E. en K. Sheard (1979) *Barbarians, Gentlemen & Players*. Oxford: Robertson.
- Dunning, E. (1986) 'Sport as a male preserve: Notes on the social sources of masculine identity and its transformations'. In: N. Elias & E. Dunning, *Quest for excitement*. Oxford: Basil Blackwell.
- Encyclopaedia Britannica (2007) *Charles Atlas*. (<http://www.britannica.com/eb/article-9010111>).
- Giddens, A. (1991) *Modernity and Self-Identity*. Cambridge: Polity Press.
- Guttman, A. (1991) *Women's sports. A History*. New York: Columbia Press.
- Hekma, G. (1994) *Als ze maar niet provoceren*. Amsterdam: Het Spinhuis.
- Heuvel, M. v.d. (2002) *Doping in de breedtesport*. Capelle a/d IJssel: NeCeDo.
- Hughes, T. (1857) *Tom Brown's schooldays*. Londen: Dent&Sons.
- Kannenbergh, G. Jr. 'The ad that made an icon out of Mac'. In: *Hogan's alley. The online magazine of the cartoon arts*. (<http://cagle.mnscb.com/hogan/features/atlas.asp>). Bezocht: 01/02/'07.
- Koert, W. (1992) De bodybuilders. *Vrije tijd en Samenleving* 10 (1).
- Koert, W. (1997) Sterke verhalen. *Amsterdams Sociologisch Tijdschrift* 24, 399-416.
- Mandell, R. (1984) *Sport. A cultural history*. New York: Columbia University Press.
- Manders, T. en J. Kropman (1974) *Sportbeoefening en zijn organisatiegraad*. Nijmegen: ITS.
- Mangan, J. (1986) *The games ethic and imperialism*. Harmondsworth: Viking.
- Middelkamp, J. (1999) *De fitnessbranche in beeld. Toen, nu en in de toekomst*. Weert: EFAA.
- Mosse, G. (1996) *The image of man. The creation of modern masculinity*. Oxford: Oxford University Press.
- NSF (1991) *Sporters in cijfers*. Den Haag: NSF.
- NOC*NSF (2002) *Ledental NOC*NSF over 2001*. Arnhem: NOC*NSF.
- NOC*NSF (2006) *Ledental NOC*NSF over 2005*. Arnhem: NOC*NSF.
- Pope, H., K. Phillips en R. Olivardia (2000) *The Adonis Complex. The secret crisis of male body obsession*. New York: The Free Press.
- Rijsdorp, K. (1957) *Sport als jong-menselijke activiteit*. Groningen: Wolters.
- SCP (2006) *Rapportage sport 2006*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Smith Maguire, J. (2001) Fit and flexible: The fitness industry, personal trainers and emotional service labour. *Sociology of Sport Journal* 18 (4).
- Staal, L. (1967) *Een leeuw van honderd*. Leiden: Meander.
- Steendijk-Kuypers, J. (1999) *Vrouwen in beweging 1880-1928*. Rotterdam: Erasmus Publishing.
- Stokvis, R. (1979) *Strijd over sport. Ideologische en organisatorische ontwikkelingen*. Deventer: Van Loghum Slaterus.
- Stokvis, R. (1989) *De Sportwereld*. Alphen: Samsom.
- Stokvis, R. (1997) Anti-sportsentiment en hiërarchie. In: N. Wilterdink e.a. (red.) *Alles verandert. Opstellen voor en over J.Goudsblom*. Amsterdam: Meulenhoff.
- Stokvis, R. (2003a) *Sport, publiek en de media*. Amsterdam: Aksant.
- Stokvis, R. (2003b) Fitness. Nationale ambities en persoonlijke behoeften. *Amsterdams Sociologisch Tijdschrift* 30 (4) 443-462.
- Stokvis, R. (2006) Hardlopende vrouwen in de openbare ruimte. *Sociologie* 2 (3) 249-264.
- Wedemeyer-Kolwe, B. (2004) *Der neue Mensch. Körperkultur im Kaiserreich und in der Weimarer Republik*. Würzburg: Königshausen & Neumann.
- Wenner, L. (1998) *Mediasport*. Londen/New York: Routledge.
- Whannell, G. (2002) *Media Sport Stars. Masculinities and Moralities*. London: Routledge.
- Winden, A. v. (2003) *Jongeren & voetbalidolen. Het socialisatieproces van jonge fans*. Doctoraal-scriptie Communicatiewetenschap, Universiteit van Amsterdam.
- Zeegeers, W. (1988) *Andere tijden, andere mensen*. Amsterdam: Bert Bakker.