

Lang Leve de Liefde



Deel
1

**Seksuele diversiteit
en genderdiversiteit**

Lesbrief bij lespakket Lang Leve de Liefde

Inhoud

Deel
1

Verdiepingsles diversiteit

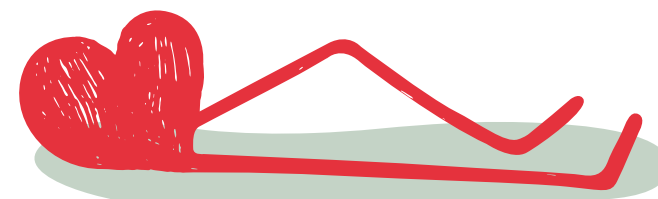
Bladzijde

Verdiepingsles diversiteit	3
Achtergrondinformatie	5
• Begrippen	7
• Feiten & cijfers	10
15 vragen van jongeren: welke antwoorden kunt u geven?	14

Download en print de lesmaterialen zelf via lesgevenindelifde.nl

Verdiepingsles diversiteit

Deze lesbrief gaat over seksuele diversiteit en genderdiversiteit. De les hoort bij de lessenserie Lang Leve de Liefde voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs. Diversiteit in seksualiteit en gender kan veel vragen oproepen bij leerlingen. Vooroordelen zijn soms lastig te bespreken. Deze lesbrief gaat in op deze aspecten.



Wat is seksuele diversiteit?

Seksuele diversiteit gaat over al die verschillende vormen waarmee mensen uiting geven aan hun seksualiteit. Denk aan homo-, bi- en heteroseksualiteit.

Wat is genderdiversiteit?

Genderdiversiteit gaat over al die verschillende vormen waarmee mensen uiting geven aan gender. Dit is breder dan het onderscheid man/vrouw. Denk aan non-binair, genderqueer, genderfluïde, transgender en intersekse.

Tip: meer uitleg over begrippen vindt u vanaf bladzijde 6.

L: lesbisch

H: homo

B: bi

T: transgender

Q: queer

I: intersekse



Wanneer geeft u deze les?

Het beste is om de verdiepingsles na de volledige serie van zes lessen van Lang Leve de Liefde te geven. In de voorgaande lessen hebben leerlingen leren praten over relaties en seksualiteit. Er is meer openheid en veiligheid in de klas ontstaan. In die sfeer is het voor leerlingen makkelijker om zich kwetsbaar op te stellen en te praten over seksuele diversiteit en genderdiversiteit.

Wilt u liever alleen de verdiepingsles gebruiken, dan kan dit ook. In uw voorbereiding is het dan nodig om extra aandacht te geven aan een veilig klasklimaat. Handreikingen hiervoor vindt u in deel 2 van deze lesbrief.

Waar vindt u online goede ondersteuning?

- Lesgevenindiefde.nl en Seksuelevorming.nl helpen docenten met relationele en seksuele vorming. Op deze websites van Rutgers en Soa Aids Nederland vindt u ervaringsverhalen, video's en tips van docenten.
- Gendi.nl van Stichting School & Veiligheid biedt een overzicht van goede lesmaterialen, praktijkvoorbeelden en tips voor scholen die een respectvolle en veilige ruimte willen voor seksuele diversiteit en genderdiversiteit.

Ondersteuning van de GGD

Informeer bij de GGD in uw regio welke ondersteuning u kunt krijgen bij seksuele vorming op school. Met de lesmaterialen van Lang Leve de Liefde kunt u in aanmerking komen voor het Deelcertificaat Relaties en seksualiteit van de Gezonde School-aanpak.



Achtergrond-informatie



Is voorlichting over seksuele diversiteit verplicht?

Ja. Sinds 1 december 2012 zijn scholen verplicht aandacht te besteden aan seksualiteit en seksuele diversiteit. Hiervoor is voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs kerndoel 43 aangepast. De Inspectie van het Onderwijs monitort sinds 2015 de implementatie van seksuele voorlichting en diversiteit op scholen.

Onderbouw voortgezet onderwijs kerndoel 43:

'De leerling leert over overeenkomsten, verschillen en veranderingen in cultuur en levensbeschouwing in Nederland, leert eigen en andermans leefwijze daarmee in verband te brengen, leert de betekenis voor de samenleving te zien van respect voor elkaars opvattingen en leefwijzen, en leert respectvol om te gaan met seksualiteit en diversiteit binnen de samenleving, waaronder seksuele diversiteit'.

Er wordt op school toch al genoeg voorlichting gegeven?

Nee, twee op de drie scholieren in het voortgezet onderwijs geven aan geen specifieke voorlichting over seksuele diversiteit te hebben gehad. De Inspectie van het Onderwijs heeft vaker gesignaleerd dat scholen nog onvoldoende structureel en goed aandacht besteed aan seksuele diversiteit en genderdiversiteit.

Hoe reageren leerlingen in de klas op seksuele diversiteit?

Ruim driekwart van de leerlingen vindt vriendschappen met homoseksuele jongeren geen probleem. Een klein deel zegt de vriendschap te verbreken als een van hun vrienden homo zou zijn, bijvoorbeeld omdat men bang is dat de ander seks met hen wil. Meisjes hebben in het algemeen een positievere houding dan jongens. Zichtbare intimiteit tussen jongens of meisjes is minder geaccepteerd. Bijna alle jongeren vinden het goed als een jongen en een meisje elkaar zoenen op straat. Eén op de acht jongeren vindt het niet goed als twee jongens of twee meisjes zoenen op straat.



Kunnen LHBT-leerlingen open zijn over hun voorkeur?

De meeste leerlingen zeggen dat je op school beter niet uit de kast kunt komen. Op de vraag 'Kan iemand op jouw school eerlijk vertellen dat hij of zij homoseksueel is?' antwoordt slechts 22 procent dat iemand dat tegen iedereen op school zou kunnen vertellen. Ongeveer drie op de tien scholieren vindt dat leerlingen die (ook) op hetzelfde geslacht vallen, dit beter niet kunnen vertellen in de klas.

Heterojongeren hebben een ambivalente houding als het gaat om de openheid van homoseksuelen. Jongeren hechten veel belang aan authenticiteit: iemand die echt zichzelf is, dwingt respect af. Maar tegelijkertijd moeten jongeren zich wel houden aan heersende gendernormen. Homojongens die zich vrouwelijk gedragen, of die zich na hun coming-out anders gaan uiten, kunnen door leerlingen als 'nep' of niet zichzelf gezien worden.

Hoe veilig is het in de klas voor jongeren met transgendergevoelens?

De meerderheid van de transgender personen heeft wel eens te maken met negatieve reacties in hun omgeving.

Wat is een veilige school?

Veel scholen vormen geen sociaal veilige plek voor LHBTQI-leerlingen. Terwijl veiligheid en acceptatie belangrijke voorwaarden zijn voor de ontwikkeling van jongeren. Sociale veiligheid is meer dan alleen het tegengaan van onveiligheid. Het gaat ook over het creëren van de ruimte waarin leerlingen positief sociaal gedrag leren, door bijvoorbeeld gedragsregels die op school met elkaar zijn afgesproken en die door iedereen worden gedragen. Daarnaast gaat het om het voorkomen en tegengaan van grensoverschrijdend en ongewenst gedrag.

Waarom is de school voor LHBTQI-leerlingen onveilig?

In het voortgezet onderwijs krijgen leerlingen met lesbische, homoseksuele of biseksuele gevoelens ongeveer tweeënhalf keer zo vaak als andere leerlingen te maken met vervelende ervaringen zoals uitschelden, buitensluiten en pesten. Uitkomen voor je homo-, lesbische, bi-en/of transgendergevoelens op school kan lastig zijn. Veel jongeren passen zich aan om niet gepest te worden.

Er zijn diverse oorzaken van een onveilige klimaat voor LHBTQI-leerlingen op scholen:

- Jongeren zitten in een levensfase waarin ze sterk met hun eigen identiteit en seksualiteit bezig zijn en de houding en normen in een groep.
- Leerlingen die tot een minderheid behoren, die afwijken van de groepsnormen of gendernormen, of leerlingen die op een andere manier opvallen, hebben een groter risico om gepest te worden.
- Als jongeren zich ongelukkig of zich teruggetrokken gedragen, kunnen zij een mikpunt zijn voor pestgedrag.
- Transgender leerlingen worstelen met stereotype gendernormen, hun eigen onbeantwoorde vragen over hun lichaam en identiteit en soms met de grensoverschrijdende vragen van anderen.
- Een negatieve houding of afwijzing tegenover homoseksualiteit kan statusverhogend werken, vooral in groepen waar mannelijkheid en dominerend gedrag hoger in aanzien staan.

Ook homoseksuele docenten zijn kwetsbaar voor pesten en intimidatie, door leerlingen en collega's. Blijven LHBTQI-leerlingen onzichtbaar? Zwijgen collega's over hun seksuele oriëntatie of relaties, uit vrees voor reacties van anderen, is dit een signaal dat er een taboesfeer heerst.

Welke rol speelt de levensfase van jongeren?

Dat jongeren in het bijzonder ontvankelijk zijn voor dergelijke negatieve vooroordelen, houdingen of angsten heeft te maken met hun levensfase. Jongeren denken nog vaker zwart-wit. Hun lichaam verandert tijdens de puberteit. Jongeren gaan op een andere manier met relaties om en zij gaan zich afvragen wie zij zelf zijn en waar zij bij horen. De onzekerheid die deze veranderingen met zich meebrengen, samen met de verhoogde gevoeligheid voor wat leeftijdgenoten van hen vinden, kan verklaren waarom leerlingen in de puberteit sterker vasthouden aan sekstereotype beelden en gendernormen strikter handhaven. Door openlijk homoseksualiteit en gedrag dat niet-genderconform is af te keuren, hopen jongeren onzekerheid weg te nemen en hun eigen status te verhogen.

Meer info over sociale veiligheid:

- [Movisie.nl/publicaties/kwetsbare-LHBT-jongeren-school](https://movisie.nl/publicaties/kwetsbare-LHBT-jongeren-school)
- [Schoolveiligheid.nl](https://schoolveiligheid.nl)

Begrippen

Wat is seksuele diversiteit?

Seksuele diversiteit gaat over alle vormen waarmee mensen uiting geven aan hun seksualiteit in gedrag, relaties en leefwijzen.

Wat betekent seksuele voorkeur (seksuele oriëntatie)?

Seksuele voorkeur is een ander woord voor seksuele oriëntatie. Seksuele oriëntatie kun je onderscheiden in drie dimensies. Deze drie dimensies vallen vaak overeen, maar niet altijd.

- **seksuele aantrekkings (gevoel)**
- **seksueel gedrag**
- **zelfbenoeming (identiteit)**

Waar staan de letters van LHBTQI voor?

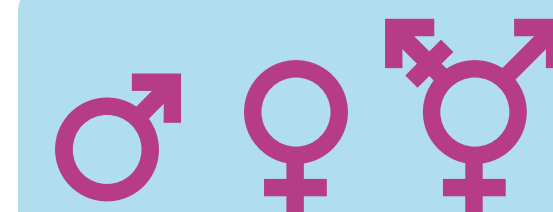
LHBT+, of LHBTQI is een veelgebruikte afkorting voor seksuele diversiteit en genderdiversiteit. LHBT staat voor lesbisch, homo, bi of transgender. Vaak wordt de I van intersekse en/of de Q van queer toegevoegd. Het plusteken staat voor diversiteit en inclusie van andere seksualiteit en genders. De letters staan voor verschillende groepen mensen. Overeenkomstig zijn de processen van zelfacceptatie en acceptatie door de buitenwereld die LHBTQI-personen meemaken.

Wat is biseksualiteit en bi+?

Biseksualiteit betekent het hebben van seksuele gevoelens voor mannen en vrouwen. Een persoon die verliefd kan worden op of seks kan hebben met meer dan één geslacht of gender, noemt men ook wel bi+. Naar schatting één miljoen Nederlanders hebben bi+ gevoelens of ervaringen. Om jongeren met bi+ gevoelens te ondersteunen is het belangrijk om hier positief aandacht aan te besteden.

Wat is genderdiversiteit?

Genderdiversiteit gaat over de verschillende vormen waarmee mensen uiting geven aan gender. Onze maatschappelijke waarden zijn gevormd op een tweedeling tussen mannen en vrouwen. De meeste mensen ervaren zichzelf als man of vrouw. Er zijn ook mensen die zich zowel man als vrouw voelen, iets daartussen in of juist buiten de vaste tweedeling van man en vrouw. Er zijn veel meer belevingen, uitingen en lichamen mogelijk. De begrippen non-binair, (gender)queer, (gender)fluide, cisgender en transgender en intersekse staan voor deze diversiteit.



Symbol man, vrouw, transgender

Ervaring van homo-en bi-jongens met discriminatie of geweld in 2021 (%)



41%
werd uitgescholden



16%
werd bedreigd



12%
is geschopt of geslagen

Wat is gender?

Gender wordt vooral gebruikt om te verwijzen naar de culturele, maatschappelijke en psychologische uiting van mannelijkheid en vrouwelijkheid. Iemands persoonlijke innerlijke beleving noemen we genderidentiteit. Iemands genderidentiteit kan anders zijn dan het geboortegeslacht, juridisch geslacht en lichamelijke kenmerken.

Hoe iemand zichzelf uit, bijvoorbeeld in gedrag, kleding en houding, dat noemen we genderexpressie of genderrol. Of iemands genderexpressie als mannelijk of vrouwelijk wordt gezien is cultureel bepaald. Denk bijvoorbeeld aan het gebruik van cosmetica, kleding, houding en het laten groeien of weghalen van lichaamshaar.

Wat is 'drag'?

De term 'drag' is de informele benaming van het dragen van kleding van de andere sekse, dat ook wel crossdressing wordt genoemd (of 'travestie' in het Nederlands). Mensen vinden het leuk, bevrijdend of opwindend om zich te kleden als man of vrouw. Drag zegt niets over iemands seksuele voorkeur. Sommige mensen doen dit alleen thuis of met een partner. Andere mensen genieten van 'drag' als entertainment, of doen dit voor hun werk.

Wat is het verschil tussen cisgender en transgender?

Cisgender betekent dat iemands persoonlijke genderbeleving samenvalt met het geboortegeslacht dat die persoon toegewezen kreeg. Bijvoorbeeld: iemand die als meisje ingeschreven werd, voelt zich ook een meisje.

Een transgender persoon voelt zich niet thuis in het geslacht dat die persoon bij de geboorte toegewezen kreeg. Bijvoorbeeld: iemand is als meisje ingeschreven na de geboorte en een jongen, of andersom. Het onprettige gevoel dat je genderidentiteit niet past bij je lichaam heet **genderdysforie**. Letterlijk: onvrede met je geslacht. Trans personen die veel last hebben van dit gevoel kunnen een **genderbevestigende behandeling** ingaan. Dit is een langdurig behandeltraject om het lichaam zo te veranderen, dat het past bij de beleving van de trans persoon. Niet alle trans personen kiezen voor deze behandeling. Toch kunnen zij zich nog steeds trans blijven voelen, en ook noemen.

Wat betekent intersekse?

Intersekse is een paraplueterm voor diverse aangeboren condities waarbij de ontwikkeling van het geslacht verschilt van we biologisch onder 'man' of 'vrouw' verstaan. Intersekse gaat om verschillen in de chromosomen, anatomie, geslachtsklieren en hormoonproductie. Naar schatting zijn er in Nederland ongeveer 80.000 tot 110.000 mensen met een vorm van intersekse, oftewel 0,5 tot 0,9 procent van de bevolking. Hieronder vallen ook personen die zelf niet weten dat ze een vorm van intersekse hebben.

De meeste mensen met een vorm van intersekse voelen zich man of vrouw. Voorbeelden zijn meisjes die zijn geboren zonder baarmoeder, jongens die een extra X-chromosoom hebben of baby's waarvan niet meteen duidelijk is of het om een jongetje of een meisje gaat. Vroeger werden er veel onnodige medische ingrepen gedaan, met veel schadelijke gevolgen voor de lichamen en gezondheid van intersekse personen.

Welke benamingen gebruiken jongeren zelf?

Negatieve connotaties en stereotypen kunnen redenen zijn voor sommige LHBT jongeren om de termen homo, lesbisch of bi niet te gebruiken. In plaats daarvan gebruiken ze Engelse termen of zelfgekozen benamingen voor hun seksuele voorkeur of genderidentiteit, zoals:

- **Gay:** de Engelse term 'gay' wordt soms gebruikt om homoseksuele en/of lesbische mensen te beschrijven. Gay betekent ook wel 'vrolijk'.
- **Queer:** de Engelse term queer gebruiken jongeren als ze zichzelf niet in de hokjes homo, hetero en bi en/of man of vrouw voelen passen. Queer betekent ook wel 'anders'. Queer wordt ook gebruikt als paraplu-term in plaats van LHBTI (de 'queer' gemeenschap).
- **Genderfluïde:** deze term gebruiken jongeren als zij willen aangeven dat zij hun genderidentiteit als iets flexibels of 'vloeibaars' zien en zich dus niet (voor altijd) in één hokje man of vrouw voelen passen.

Wat is coming-out?

Coming-out betekent dat iemand aan anderen vertelt dat diens seksuele voorkeur of genderidentiteit anders is dan de heersende norm. Dit wordt ook wel 'uit de kast komen' genoemd. Het woord coming-out klinkt alsof dit eenmalig is. Dat is niet zo. Bij iedere nieuwe ontmoeting, opleiding, verhuizing besluiten LHBTQI personen of ze het wel of niet vertellen. Het belangrijkste is dat iemand het vertelt op het moment dat die persoon er zelf klaar voor is. Iemand hoort zelf te kiezen over het moment, het tempo en de omgevingen waar iemand open is.

Als de omgeving heel negatief is over homo- en bisexualiteit of genderdiversiteit is een coming-out moeilijk, of zelfs gevaarlijk. Sommige jongeren kiezen er bewust voor om later 'uit de kast' te komen. Bijvoorbeeld als zij een relatie krijgen, naar een andere school of vervolgopleiding gaan, of op zichzelf gaan wonen.



Wanneer is Coming Out Day?

Elk jaar is het op 11 oktober Coming Out Day. Veel scholen grijpen deze dag aan om aandacht te besteden aan de vrijheid om jezelf te kunnen zijn en je genderidentiteit en seksuele geaardheid te uiten.

Wat is coming-in?

'Coming-in' gaat over het moment waarop iemand sociale contacten maakt met andere mensen die ook gay, trans of queer zijn. Dit gaat vooral via internet en sociale media. Een minderheid van de LHBTQI tieners neemt deel aan zelfhulp- of praatgroepen van lokale organisaties als het COC.

Waar staat GSA voor?

Een GSA is een Gender-Seksualiteit-alliantie, of Gender and Sexuality Alliance. In een GSA werken leerlingen en docenten samen aan acceptatie van diversiteit op school. De GSA kan een contactpunt zijn voor leerlingen die rolmodellen en steun zoeken. Ook buiten het onderwijs zijn GSA's actief, bijvoorbeeld in de sport en in bedrijven. Er is ook een GSA Docentennetwerk voor docenten die zich interesseren en inzetten voor het onderwerp seksuele diversiteit. GSA's op school worden onder andere ondersteund door het COC.

Voor meer informatie: www.gsanetwerk.nl

Wat is Paarse Vrijdag?

Paarse Vrijdag is een initiatief van Gender Sexuality Alliances waarin iedereen die solidair is met LHBTQI tieners wordt opgeroepen om op de tweede vrijdag van december paars te dragen. Een GSA kan verschillende activiteiten organiseren, zoals het organiseren van een filmavond of een lezing. Ook kunnen docenten in hun les aandacht besteden aan seksuele diversiteit en genderdiversiteit.

Waar staan de regenboogvlag en 'Progressive flag' voor?

De regenboogvlag bestaat uit strepen van verschillende kleuren. Deze vlag symboliseert dat iedereen – lesbische vrouwen, homoseksuele mannen, biseksuelen en transgenders - zichzelf moeten kunnen zijn, zich geaccepteerd en veilig horen te voelen. Op school, op straat, in hun woonwijk, op het werk, in de sport of waar dan ook. De 'Progressive flag' vestigt de aandacht op nog meer groepen die voorheen uitgesloten werden, zoals intersekse personen en LHBTQI-personen in gemeenschappen van kleur.

Wat is het belang van de Pride?

De Pride (voorheen: Gay Pride) is een manifestatie met een feestelijk, emancipatoir en politiek karakter. Prides zijn meerdaagse festiviteiten die vol trots diversiteit in seksualiteit, gender en relaties vieren. Solidariteit met doelgroepen en landen waar dit nog niet mogelijk is staat op de voorgrond. De Gay Pride is ontstaan ter herdenking van de Stonewall-rellen in 1969 in New York. In Nederland wordt de feestelijke herdenking hiervan Roze Zaterdag genoemd. De grootste Pride in Nederland is in Amsterdam, maar ook in andere steden worden Prides georganiseerd.





Wat betekent de roze driehoek?

De roze driehoek is bekend geworden door de

Tweede Wereldoorlog. Homoseksuelen moesten een roze driehoek dragen, zoals joden een gele ster moesten dragen. Naar schatting hebben er in Europa 200.000 homo-

seksuelen in concentratiekampen gezeten. Minstens 80.000 zijn in kampen vermoord. Lange tijd is de vervolging van homoseksuelen in de oorlog stilgehouden. Vanaf 1970 gingen homo's en lesbiennes bewust de roze driehoek dragen. Met de punt omhoog, om te laten zien dat ze trots zijn op wie ze zijn.

Wat is homofobie?

Homofobie betekent letterlijk: angst voor homoseksualiteit. We spreken liever over homonegativiteit of anti-homogeweld. Homofobie wordt minder gebruikt, omdat het gaat om een negatieve houding en niet om een psychiatrische aandoening (zoals angst voor spinnen, arachnofobie). Het veroordelen, uitsluiten of ontkennen van homoseksualiteit is ook een vorm van (symbolisch) geweld. Homonegativiteit komt net zoals transnegativiteit voort uit heersende normen waaraan mensen elkaar onderling afmeten.

Is discriminatie van LHBTQI's verboden?

Ja, in Nederland is direct en indirect onderscheid op grond van seksuele oriëntatie en geslacht verboden. Dat is geregeld via de Algemene wet gelijke behandeling.

- Direct onderscheid is: mensen ongelijk behandelen met verwijzing naar de genoemde kenmerken. Bijvoorbeeld: iemand een baan of stage weigeren omdat hij/zij homo/lesbisch is.
- Indirect onderscheid betekent: mensen ongelijk behandelen op grond van een schijnbaar neutraal kenmerk, dat vervolgens toch leidt tot uitsluiting van een specifieke groep. Bijvoorbeeld: een uitgaansgelegenheid die de regel hanteert dat alleen koppels van mannen en vrouwen naar binnen mogen, waardoor homomannen niet binnenkomen.

Feiten en cijfers

Op een middelbare school met tweeduizend jongeren kun je minstens 50 meisjes en 50 jongens als lesbisch, homo of biseksueel verwachten en acht transgender leerlingen.

Hoeveel jongeren zijn er homo- of biseksueel?

Dit hangt af hoe je seksuele voorkeur bekijkt: naar seksuele aantrekkings, gedrag of identiteit (zelfbenoeming):

- Acht procent van de jongens en 12 procent van de meisjes voelt zich – ook – aangetrokken tot iemand van hetzelfde geslacht.
- Drie procent van de jongens noemt zich homo en 1 procent van de meisjes noemt zich lesbisch.
- Drie procent van de meisjes en 2 procent van de jongens noemt zich biseksueel.

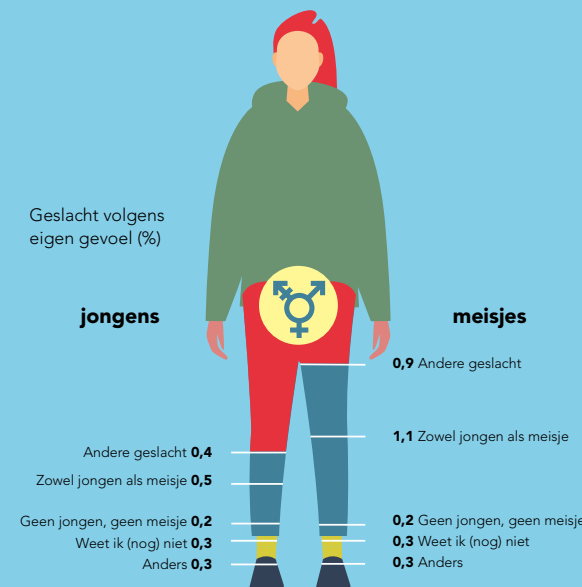
Hoeveel jongeren hebben wel eens seks met iemand van hetzelfde geslacht?

Eén op de twintig jongens heeft wel eens orale of anale seks met een jongen gehad. Ook één op de twintig meisjes heeft ervaring met orale seks of seks met vingers of seksspeeltjes met een meisje. Naarmate jongeren ouder worden, hebben ze vaker ervaring met seks met iemand van hetzelfde geslacht. Onder jongeren tussen 16-24 jaar leeftijdsgroep is dit 10 procent.

Aantrekkings, zelfbenoeming en seksuele ervaring met seksegenoot (%)		♂	♀
Tot wie voel jij je aangetrokken?	Uitsluitend andere geslacht	92	88
	Vooral andere geslacht	2	6
	Beide	<1	1
	Vooral zelfde geslacht	1	1
	Uitsluitend zelfde geslacht	3	1
	Geen van beide	<1	<1
	Dat weet ik nog niet	1	3
Hoe noem jij jezelf?	Hetero	85	83
	Homo/lesbisch	3	1
	Biseksueel	2	3
	Dat weet ik nog niet	4	5
	Anders	1	2
	Ik weet niet wat deze woorden betekenen	5	6
Ooit seks gehad met seksegenoot		5	5
In de afgelopen zes maanden seks gehad met seksegenoot		4	2

Genderidentiteit

Bijna 2% van de jongens en 3% van de meisjes voelt zich niet helemaal zoals het geboortegeslacht



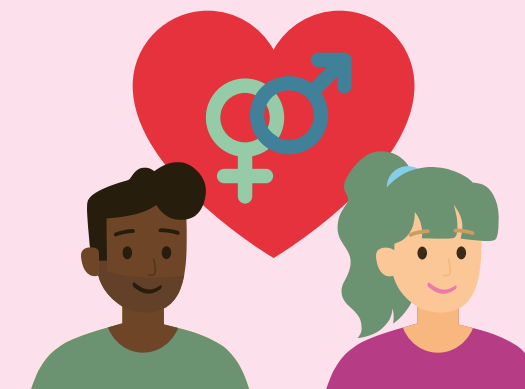
Hoeveel mensen met transgendergevoelens zijn er in Nederland?

Ook dit hangt af van de definitie. Veel mensen voelen zich niet 100 procent man of vrouw. Ongeveer zes procent van de mensen die als man is geboren, voelt zich voor een beetje of helemaal vrouwelijk. Van alle als vrouw geboren mensen voelt ongeveer vier procent zich voor een beetje of helemaal mannelijk. Een klein deel van deze mensen (respectievelijk 0,6 procent en 0,25 procent) voelt ook onvrede met het eigen lichaam (0,6%) en hebben behoefte aan een geslachtsaangepaste behandeling (0,25%).

Het is niet precies bekend hoeveel jongeren transgendergevoelens hebben. Er zijn jaarlijks ongeveer 200 tot 250 kinderen en jongeren die zich melden voor diagnostiek en behandeling bij de genderteams van het VUmc in Amsterdam en het LUMC in Leiden. Niet alle kinderen die zich voor begeleiding en diagnostiek melden, blijven die transgendergevoelens houden.

Biseksualiteit

Bijna 4% van de jongens en 8% van de meisjes voelt zich aangetrokken tot jongens en meisjes



2% van de jongens en 3% van de meisjes noemt zich biseksueel

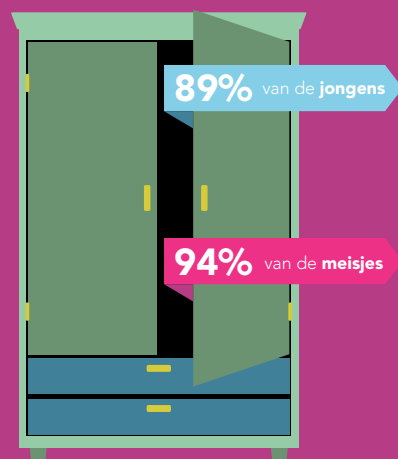
Hoeveel jongeren hebben seks hebben met het eigen geslacht, of willen dit uitproberen?

Eén op de elf jongens en één op de vijf meisjes heeft wel eens seks gehad met iemand van het eigen geslacht of zou dat willen proberen. Bij de meisjes heeft de meerderheid dat (nog) niet gedaan. Bij de jongens ongeveer de helft wel en de andere helft niet.

Welke verschillen zijn er tussen jongens en meisjes?

- **Gevoel / Aantrekkings:** Jongens voelen zich wat vaker dan meisjes uitsluitend of vooral aangetrokken tot het eigen geslacht. Meisjes voelen vaker dan jongens enige aantrekkings tot het eigen geslacht of evenveel aantrekkings tot jongens én meisjes.
- **Gedrag:** De wens om seks te hebben met seksegenoten komt aanzienlijk vaker voor bij meisjes. Jongens hebben juist wat vaker al seksuele ervaring gehad met het eigen geslacht.
- **Identiteit:** Meisjes die ten minste enige aantrekkings voelen tot seksegenoten, noemen zich vaker hetero; jongens noemen zich dan vaker homo.

Coming-Out



heeft wel eens aan niemand verteld
(ook) op het eigen geslacht te vallen

Gemiddeld waren **meisjes 16 jaar** en **jongens 17 jaar**
toen ze dit voor het eerst vertelden

Op welke leeftijd ontdekken jongeren dat ze zich aangetrokken voelen tot seksegenoten?

Uit onderzoek onder (openlijk) LHBTI jongeren blijkt dat ze gemiddeld 13 jaar zijn als ze ontdekken dat ze zich (ook) tot seksegenoten aangetrokken voelen. Jongens zijn in vergelijking met vroeger jonger bij hun eerste coming-out. Bij meisjes is dit verschil minder duidelijk.

Op welke leeftijd komen jongeren uit de kast?

De leeftijd waarop jongeren voor het eerst aan iemand vertellen dat ze (ook) op seksegenoten vallen, is rond 16 jaar. Meisjes vertellen dit wat eerder dan jongens.

Hoe ervaren LHBTI jongeren de periode voordat zij uit de kast komen?

Veel jongeren benoemen de periode waarin ze erachter komen dat ze (ook) op hetzelfde geslacht vallen als een periode van verwarring en onzekerheid. Gemiddeld houden LHBTI jongeren 3,5 jaar hun seksuele voorkeur voor zichzelf. Jongeren met een religieuze of biculturele achtergrond houden hun seksuele voorkeur langer voor zichzelf. Zij kunnen er in deze periode met weinig mensen of niemand over praten. Ze zijn bang voor negatieve reacties. Zij kunnen zich eenzaam voelen en zien niet altijd positieve voorbeelden in hun omgeving.

Vinden jongeren het moeilijk om homo of bi te zijn?

Het grootste gedeelte van de LHBTI jongeren vindt het heel normaal om op seksegenoten te vallen. De helft van de jongeren is er trots op. Aan de andere kant zou 22 procent van de jongens en 12 procent van de meiden liever niet op seksegenoten vallen. Vierenzestig procent van de jongens en 59 procent van de meisjes vindt het geen probleem om te vertellen dat ze op seksegenoten vallen.

Zijn er verschillen in seksuele gezondheid tussen homo-, hetero- en biseksuele jongeren?

Ja, al zijn de verschillen soms klein:

- Consequent condooms gebruiken doen homojongens beter dan heterojongens
- Homo- en biseksuele jongens en bi-meiden hebben zich aanzienlijk vaker laten testen op soa's (inclusief hiv) dan heterojongens en -meiden
- Ervaringen met seksuele grensoverschrijding komt aanzienlijk vaker voor bij homoseksuele jongens en biseksuele meiden dan bij heteroseksuele jongeren.
- Seksuele problemen zoals opwindings- of erectieproblemen, komen iets vaker voor bij homo- en biseksuele jongens. Seksuele problemen kunnen samenhangen met mentale gezondheid.

Welke psychosociale problemen ervaren homoseksuele en biseksuele jongeren vaker?

- Onder homo-, biseksuele en lesbische jongeren is het aantal zelfmoordpogingen tot 4,5 maal zo hoog als onder heteroseksuele leeftijdgenoten. Ook onder transgender jongeren komt suicide vaker voor.
- Lesbische, homo- en biseksuele jongeren geven hun leven een 6, heteroseksuele scholieren geven hun leven een 8-.
- Lesbische, homo- en biseksuele jongeren hebben in vergelijking met leeftijdgenoten meer problemen thuis en een minder goede relatie met hun ouders. Zij ervaren minder steun vanuit het gezin en kunnen minder goed met hun ouders over hun zorgen praten.
- Lesbische, homo- en biseksuele jongeren kampen vaker met psychische, emotionele en gedragsproblemen en spijbelen vaker.

- Bijna een vijfde van de lesbische, homo- en biseksuele jongeren heeft (een tijd) moeite om zijn of haar seksuele voorkeur te accepteren. Bijna de helft van deze jongeren heeft ooit suïcidale gedachten gehad en ruim één op de tien heeft ooit een zelfmoordpoging gedaan.
- Lesbische, homoseksuele en biseksuele jongeren die regelmatig negatieve reacties krijgen uit hun omgeving kampen vaker met een lager zelfbeeld, eenzaamheid en depressieve klachten. Factoren die meespelen zijn: negatieve ervaringen, eenzaamheid, het gevoel 'anders te zijn', gepest worden en/ of geen duidelijk toekomstbeeld hebben.
- Negatieve reacties over de seksuele voorkeur op school is de belangrijkste voorspeller van zelfmoordgedachten en zelfmoordpogingen onder LHBT jongeren.
- Afwijzing van de seksuele voorkeur door ouders staat op de tweede plaats.

Welke jongeren zijn extra kwetsbaar?

Jongeren die meer negatieve reacties meemaken, zijn vaker suïcidaal. Jongeren die religieus zijn opgevoed en een niet-Nederlandse culturele achtergrond hebben, hebben vaker een zelfmoordpoging gedaan. Biseksuele jongeren doen vaker een zelfmoordpoging dan homo- en lesbische jongeren. Mogelijk komt dit vanwege de onzichtbaarheid van biseksualiteit en negatieve reacties van homo- én heteroseksuele jongeren. Van trans personen - waaronder jongeren van 16 tot 24 jaar - weten we dat 21 procent een zelfmoordpoging heeft gedaan. Dat cijfer is ongeveer tien keer zo hoog als onder de algemene bevolking.

Meer informatie over zelfmoordpreventie

- movisie.nl/publicaties/ik-wou-ik-dood-was
- 113.nl (telefonisch bereikbaar op 0800 0113)



15 vragen van jongeren

En welk antwoord je kan geven



1 Wanneer ben je homo, lesbi of bi?

Je bent homo, hetero of bi als je zelf vindt dat je homo, hetero of bi bent. Deze woorden passen passen niet altijd bij iedereen. Bijvoorbeeld omdat je (ook) valt op iemand van je eigen geslacht. Als je jezelf aangetrokken blijft voelen tot iemand van hetzelfde geslacht, vind je het misschien het prettigste om jezelf homo of lesbisch te noemen. Of bi, als je zowel op jongens als op meisjes valt. Je mag zelf bepalen wat je wilt zijn: labels zijn vooral handig om aan andere mensen duidelijk te maken wat je voelt.

2 Zijn homoseksuele personen makkelijk te herkennen?

Nee, net als heteroseksuele personen kunnen homoseksuele personen verzorgd of onverzorgd, aardig of onaardig, zacht of stoer, slim of dom, vrouwelijk of mannelijk, kortharig of langharig, uitgesproken of stil zijn. Er is wetenschappelijke bewijs dat er geen radargevoel voor homoseksualiteit ('gaydar') bestaat. Hoewel mensen soms gedrag kunnen herkennen, hebben ze het ook vaak mis. Het idee van een gaydar is zelfs schadelijk: het bevestigt namelijk vooral de stereotype beelden die mensen hebben over homoseksuele en lesbische mensen.

3 Heeft homoseksualiteit altijd al bestaan?

De eerste aanwijzingen en verhalen van relaties tussen twee mannen of vrouwen zijn al duizenden jaren oud. Dit betekent niet dat homoseksualiteit ook altijd geaccepteerd werd. Met de opkomst van christelijke, joodse en islamitische geloven, werden seksuele relaties tussen twee mensen van hetzelfde geslacht als zonde gezien. Toch zijn er in de afgelopen 2000 jaar zijn er toch veel aanwijzingen van homo- en biseksuele relaties. De termen homo- en heteroseksueel zijn in de tweede helft van de 19e eeuw bedacht om seksuele identiteiten te beschrijven. Daarvoor bestonden deze benamingen nog niet, maar waren mensen al wel tot hetzelfde geslacht aangetrokken en hadden ze ook seks en relaties met elkaar.

4 Hoe reageren ouders als ze horen dat hun zoon of dochter homo, lesbisch of biseksueel is?

De meeste ouders reageren in grote meerderheid positief. Maar er zijn ook ouders die tijd nodig hebben om te wennen aan het idee. In die periode kunnen ouders hun kind minder goed steunen. Er zijn ook ouders die het in het begin moeilijk vinden en zich zorgen maken. Sommige ouders worden boos of negeren de gevoelens van hun zoon of dochter. In sommige gevallen wordt iemand door de ouders en andere familieleden verstoten. In sommige culturen speelt de familie-eer een grote rol. Voor jongeren die uitgestoten dreigen te worden, bestaan opvangmogelijkheden.

5 Is homoseksualiteit meer geaccepteerd bij vrouwen dan bij mannen?

Seksuele relaties tussen vrouwen worden meestal minder vaak veroordeeld dan seksuele relaties tussen mannen. Mensen vinden het vaker aanstootgevend als twee mannen op straat zoenen, of aan het idee dat twee mannen seks hebben. Toch blijft het voor meisjes soms juist moeilijker om erkenning te krijgen voor hun seksuele identiteit. Bijvoorbeeld omdat mensen homoseksuele gevoelens vrouwen als een fase zien.

6 Hoe wordt iemand homo- of biseksueel?

Je seksuele voorkeur is iets dat voortkomt uit je lichaam en waaraan de maatschappij vervolgens een naam en helaas vaak ook een waardeoordeel aan geeft. Hoe iemands seksuele voorkeur ontstaat, is niet precies bekend. Verschillende genetische, hormonale en omgevingsfactoren spelen een rol. Iedereen wordt geboren met een bepaalde seksuele voorkeur die zich door je leven heen ontwikkelt. Soms ontdekken mensen pas op latere leeftijd dat ze ook gevoelens hebben voor mannen of vrouwen.

7 Wanneer ontdekt iemand zijn seksuele voorkeur?

Meestal ontdekken jongens en meisjes dit al vroeg, rond een jaar of 13 gemiddeld. Soms begint het bij een gevoel anders te zijn dan andere mensen, of omdat ze verliefd worden op iemand van hetzelfde geslacht. Je seksuele voorkeur kan later in je leven veranderen. Anderen merken het pas veel later in hun leven dat ze zich (ook) seksueel aangetrokken kunnen voelen tot hun eigen geslacht.

8 Hoe vrijen homo's en lesbiennes?

Uit onderzoek blijkt dat de verschillen tussen ervaringen met sekstechnieken tussen hetero-, homo- en biseksuele jongeren klein zijn. Net als bij hetero's zijn er heel veel manieren waarop iemand seks en intimiteit kan hebben met iemand van dezelfde sekse: omhelzen, (tong)zoenen, strelen, vingeren, elkaar aftrekken, orale seks, penetratie en seksspeeltjes. De manier waarop homo's en lesbiennes vrijen, is dus net als bij hetero's vooral afhankelijk van wat iemand zelf plezierig vindt.

9 Kunnen homo's en lesbiennes ook kinderen krijgen?

Ja, je kan op verschillende manieren kinderen krijgen. Mensen kunnen een kind adopteren of een vrouw als draagmoeder vragen. Twee vrouwen kunnen een kind krijgen door kunstmatige inseminatie met sperma van een donor. Mensen kunnen ook ouder worden, door als co-ouder samen met andere ouders een kind op te voeden. Soms ontstaan er dan grote gezinnen waarbij het kind vier of meer ouders heeft.

10 Komen homoseksualiteit en transgender in alle beroepen voor?

Homoseksualiteit en genderdiversiteit komen in alle beroepsgroepen voor: ook onder vrachtwagenchauffeurs, politieagenten, bouwvakkers, rappers, topsporters, dominees en imams, vakkenvullers, leraren, politici en directeuren. Voor sommige beroepen of werkomgevingen is het wel makkelijker om jezelf te kunnen zijn. Veel bedrijven werken aan diversiteit en inclusie, zodat iedereen geaccepteerd wordt tijdens hun werk.

11 Wat is Pride?

Pride betekent 'trots' in het Engels. Pride is kort voor Pride Amsterdam. Dat is een periode met festivals, een parade en marsen in Amsterdam. De stad viert dan de vrijheid om jezelf te kunnen zijn en om te laten zien dat je mag houden van wie je wilt. Er zijn ook Prides in onder andere Rotterdam, Alkmaar en Utrecht.

12 Komt homoseksualiteit alleen voor in het westen?

Nee, homoseksualiteit komt overal ter wereld voor. In alle landen is er aantrekkingskracht en seks tussen mensen van hetzelfde geslacht. In sommige landen is homoseksualiteit taboe of zelfs verboden. Daardoor denkt men dat het daar niet voorkomt, maar dat is niet waar. Er wordt meestal gewoon niet over gepraat. Homoseksualiteit is van alle tijden en alle culturen.

13 Heeft iemand die biseksueel is altijd behoefte aan een jongen én een meisje?

Nee, het kan zijn dat iemand zich eerst aangetrokken voelt tot een jongen en later tot een meisje. Of dat iemand geen relatie wil, maar zich wel seksueel aangetrokken voelt tot jongens of meisjes. Er zijn meer biseksuele jongeren die een sterkere voorkeur hebben voor óf mannen óf vrouwen, dan bi-jongeren die evenveel op mannen als op vrouwen vallen.

14 Hoe denken moslims, christenen, joden en hindoes over homo-, lesbisch- en biseksueel-zijn?

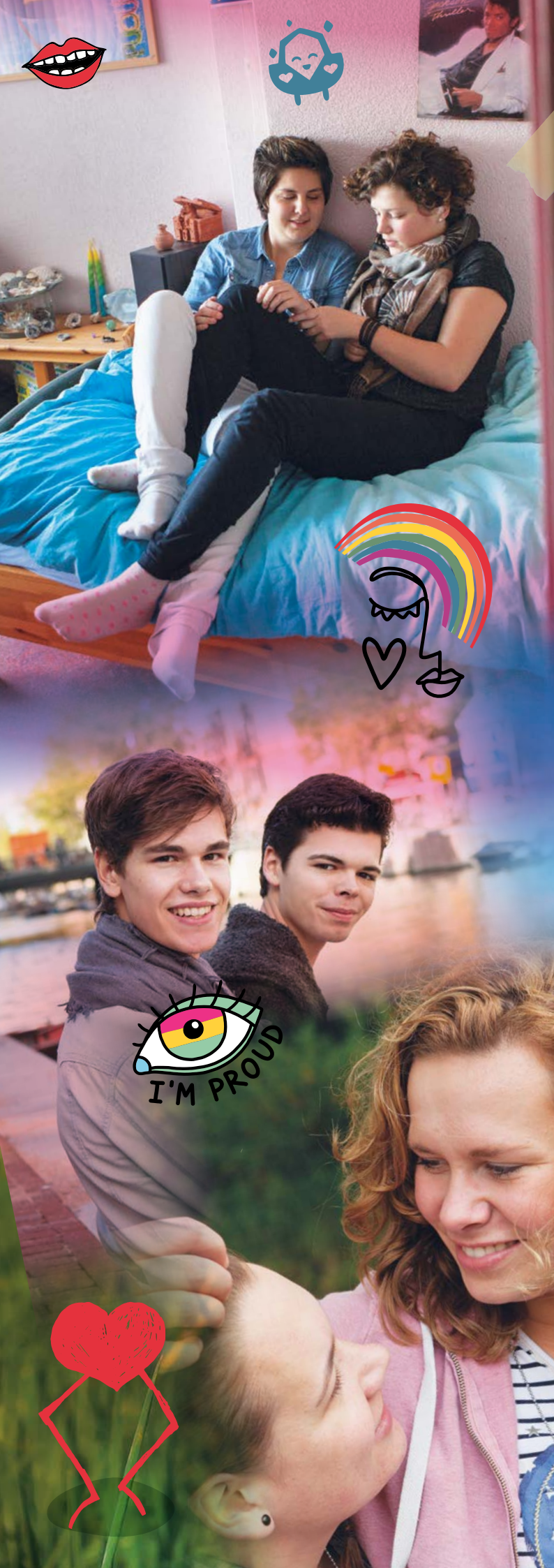
Er is niet één visie van moslims, christenen, joodse gelovigen en hindoes hierover. Per stroming, gemeenschap en per persoon verschillen de meningen. In steeds meer religieuze gemeenschappen en kerken ontstaan groepen van homoseksuele en lesbische gelovigen die vinden dat zij volwaardig en openlijk lid van hun kerk of gemeenschap mogen zijn. Zij benadrukken het belang van liefde in hun geloof. In veel kerken is het nu mogelijk om als homo te trouwen. Er zijn ook een paar homoseksuele imams, pandits en dominees.

Sommige regels uit geloofsboeken stellen dat mannen geen seks met elkaar mogen hebben en niet mogen masturberen. Door de eeuwen heen zijn teksten steeds opnieuw vertaald en is de betekenis van woorden veranderd. Ook andere regels uit de oude geloofsboeken worden niet meer letterlijk gevolgd, omdat ze van toepassing waren op de tijd waarin joden, christenen en moslims in woestijnen leefden.

15 Zijn sommige dieren ook homoseksueel of transgender?

Ja, er is heel veel diversiteit in de natuur als het gaat om lichamen, genders, seksualiteit, relaties en voortplanting. Bij veel zoogdiersoorten en vogels komt homoseksueel gedrag voor. Er zijn dieren die met een ander dier van het eigen geslacht baltsen, vrijen, samenleven en jongen grootbrengen. Bijvoorbeeld apen (bonobo's en makaken) die seks hebben en vogels (flamingo, pinguïn en ooievaar) die samen eieren uitbroeden en jongen grootbrengen.

Sommige dieren beginnen hun leven als het ene geslacht en veranderen later naar het andere geslacht. Zo worden veel lipvissen geboren als vrouw en veranderen later in hun leven, in een paar dagen in een man. Sommige dieren zijn niet mannelijk en niet vrouwelijk, maar non-binair.



Lang Leve de Liefde



Deel 2

Seksuele diversiteit en genderdiversiteit

Lesbrief bij lespakket Lang Leve de Liefde

Inhoud

Deel
2

Aandachtspunten bij lessen over seksuele diversiteit en genderdiversiteit

Aandachtspunten en tips	3
Websites voor jongeren	10
Websites voor docenten	11
Interessante methodieken	13
Column: Jongensdingen	14



Download en print de lesmaterialen zelf via lesgevenindiefde.nl

Aandachtspunten bij lessen over seksuele- en genderdiversiteit

Aandachtspunten en tips

Neem diversiteit als norm

Geef aan dat diversiteit de realiteit is en dat we dat in de klas waarderen en respecteren. Benoem eventueel ook de diversiteit in de klas (qua geloof, etniciteit, kledingstijl, etc.).

Geef aan dat het normaal is

Geef aan dat homo- en biseksuele gevoelens net zo oké en normaal zijn als heterogevoelens. Ze komen alleen minder vaak voor. Ditzelfde geldt voor de transgender leerling. Houd er rekening mee dat er in iedere klas jongens en meisjes met homoseksuele of biseksuele gevoelens kunnen zitten. Ook kan er een transgenderjongere in de klas zitten.

Probeer hier in uw woordkeus en aanpak rekening mee te houden.

- Stel open vragen: 'Stel dat je verliefd wordt op een jongen of een meisje?' Of: 'Stel dat je beste vriend verliefd wordt op een jongen?'
- Vraag niet standaard aan een meisje of zij een vriendje heeft en aan een jongen of hij een vriendinnetje heeft. Vraag bijvoorbeeld eerder of er iemand is die hij/zij leuk of bijzonder vindt.
- Gebruik bij voorbeeldnamen in de lessen ook eens 'Casper & Ahmed' of 'Ilse & Monique'.

Vertel dat je als meisje ook verliefd kunt worden op een meisje en als jongen op een jongen of op allebei - en dat het niet uitmaakt. Zo bevordert je acceptatie en doorbreek je de vanzelfsprekende norm van heteroseksualiteit. Geef ook aan dat er jongeren zijn die zich niet 100 procent jongen of meisje voelen. Dit doorbreekt zwart-witdenken in gender.

Besteed aandacht aan genderstereotypen

Seksisme en homonegativiteit blijken sterk samen te hangen. Naarmate jongeren conservatiever over de taakverdeling tussen mannen en vrouwen denken (en een negatievere houding ten opzichte van migranten hebben), zijn ze negatiever over homoseksualiteit. Daarom is alleen voorlichting geven over homoseksualiteit te beperkt. Het is effectiever om ook de heteronorm en seksistische stereotypen (man/vrouwrollen) te bespreken.

Stel duidelijke normen

U bent een rolmodel voor leerlingen: door uw voorbeeld-functie kunt u de normen beïnvloeden in de klas en ertoe bijdragen dat leerlingen respectvol met elkaar omgaan.

- Tolereer geen kwetsende meningen en discriminerende opmerkingen, zoals uitschelden voor 'homo', 'pot', 'mietje' of 'vieze bi'.
- Grijp in wanneer normen worden overschreden. Voorkom het uitschelden voor homo of pot. Als kinderen elkaar uitschelden voor homo, dan is dat een vorm van geweld.
- Ga er niet te makkelijk vanuit dat elkaar homo noemen wellicht niet kwaad bedoeld is en dus geen kwaad kan. Dat doet u immers ook niet met 'zwartje', 'jood' of 'hoer'.
- Het kwetsende karakter kan teruggespeeld worden: 'Hoe zou je het zelf vinden als er iets kwetsends over jou wordt gezegd?'

Het begin van het schooljaar is cruciaal voor het realiseren van een sociaal veilig klimaat in de klas. Dan begint de groepsvorming. Stel daarom meteen in de eerste weken van het schooljaar de 'norm' dat u dit in uw klas niet tolereert. U laat leiderschap zien en creëert een positief klimaat waardoor er vertrouwen in de klas groeit.

Als u op de hoogte bent van de homoseksuele voorkeur van een leerling, dan is het bij uitstek van belang daar rekening mee te houden, zodat de desbetreffende leerling niet in de problemen komt. Overigens kunnen ook heterojongens en -meisjes die zich niet volgens de normen van mannelijkheid en vrouwelijkheid gedragen onderwerp zijn van homo- en lesbische discriminatie. Dit staat los van hun seksuele voorkeur. Uiteraard gelden dezelfde gedragsregels ten opzichte van deze jongeren.

Zorg voor een veilige en respectvolle sfeer

Probeer te vermijden dat de leerlingen in hun klas proberen uit te vinden wie 'de homoseksueel' is. Eventueel kunt u de vraag terugspelen door te zeggen dat veel jongeren (dus ook de desbetreffende leerlingen die dit zo graag willen weten) het vaak van zichzelf nog niet beseffen.

- Geef aan dat het heel normaal is dat je soms nog niet precies weet wat je seksuele voorkeur of genderidentiteit is.
- Rechtstreeks vragen naar de seksuele voorkeur kan afschrikken. Belangrijk is dat een leerling gerespecteerd wordt in het wel of niet vertellen of het vaag houden van zijn of haar seksuele voorkeur.
- Zegt een jongen bijvoorbeeld dat hij ook op jongens valt, noem hem dan niet meteen bi of homo, maar ga mee in de zelfbenoeming van de jongere.
- Neem bij een transgenderjongere niet de lichamelijke situatie als uitgangspunt, maar de identiteit van de jongere. Wanneer je praat over 'van geslacht veranderen', spreek dan van 'transitie' en gebruik nooit termen als 'ombouwen' of 'verbouwen'.

Door de gesprekken algemeen te houden, krijgen leerlingen die eventueel worstelen met hun seksuele gevoelens, indirect een steuntje in de rug, zonder dat zij hun privésituatie hoeven te delen. Op lesgevenindiefde.nl vindt u ervaringsverhalen, video's en tips van andere docenten hoe zij een veilige sfeer creëren.

Lesbische meiden en biseksuele personen

Het is van belang dat er tijdens de les zowel over mannelijke als vrouwelijke homoseksualiteit wordt gesproken. Het blijkt dat er meestal over homo's wordt gepraat en bijna nooit over lesbische meiden. Lesbische meiden worden daardoor dubbel gediscrimineerd: als lesbo en als vrouw worden ze niet serieus genomen. Verder mag biseksualiteit niet ontbreken. Een aanzienlijk deel van de jongeren voelt zich in enige mate aangetrokken tot jongens én meisjes.

Geef positieve informatie

Besteed in de les geen overmatige aandacht aan discriminatie. Het is voor homoseksuele leerlingen met name van belang informatie te krijgen over de leuke kanten van het leven als homo/lesbienne/biseksueel. Seks hebben en een relatie krijgen is spannend en waardevol, ongeacht het geslacht van je partner. Stimuleer dat leerlingen met positieve opvattingen over homoseksualiteit deze in de klas vertellen. Zodoende kunnen zij een bijdrage leveren aan een positieve sociale norm. Als u zelf moeite heeft om positieve kanten van homoseksualiteit te benoemen, kies er dan voor om te benoemen dat iedereen anders is en dat daar ruimte voor moet zijn.

Vermijd wij en zij

Probeer in uw taalgebruik het onderscheid tussen 'wij hetero's' en 'zij homo's' te vermijden. Dit schept een ongewenste tegenstelling en afstand.

Jij niet, maar anderen wel

Soms proberen leerlingen de aandacht voor het onderwerp homoseksualiteit af te doen met opmerkingen als: 'Ze doen er zelf zo moeilijk over' of 'Waarom moeten we het zo nodig over homo's hebben, ik heb er geen moeite mee' of 'Het maakt toch niet uit of je homo bent'. U kunt hierop reageren door te zeggen dat de desbetreffende leerling er misschien geen moeite mee heeft, maar andere mensen wel.

Verdiep u in het thema

Ter voorbereiding op de les is het van belang dat u zich verdiept in de leefstijl van homoseksuele mannen en lesbische vrouwen en de vooroordelen die er leven rond homo- en biseksualiteit. Dit betekent ook dat u als docent uw eigen normen en waarden herkent en bereid bent om deze ter discussie te stellen.

Geef correcte informatie

Geef leerlingen de ruimte om te zeggen wat ze vinden, zonder dat er een waardeoordeel aan wordt verbonden. De ideeën over homoseksualiteit zijn echter vaak gestoeld op een gebrek aan kennis. Homoseksualiteit wordt bijvoorbeeld door sommige leerlingen wel eens vergeleken met pedofilie, misbruik en ongewenste seks. Geef als docent uw leerlingen in dit soort situaties de juiste informatie. Doorbreek de mythen en aannames die er over LHBTI personen leven. Voorkom hierbij ook stereotypering over homo's en lesbiennes. Leg uit dat seksuele diversiteit (waaronder homoseksualiteit) in Nederland algemeen is geaccepteerd en dat de samenleving en ook de school geen onderscheid maakt: iedereen is gelijk en wordt gelijk behandeld.

Zorg voor persoonlijke verhalen

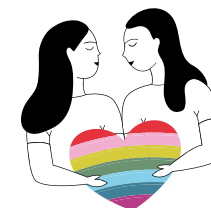
Omdat leerlingen over het algemeen niet uit zichzelf hun homoseksuele of biseksuele ervaringen zullen delen, zult u als docent voorbeelden moeten geven van homoseksuele en biseksuele ervaringen van jongeren. Nodig heteroseksuele leerlingen uit te vertellen over hun eigen ervaringen of die van hun familie, vrienden of kennissen. Het blijkt dat de acceptatie stijgt wanneer jongeren iemand kennen die LHBT is en zich ook als zodanig identificeert, ze voelen zich dan eerder op hun gemak wanneer ze omgaan met omgaan met homoseksuele of lesbische jongeren. Ze zien het uitschelden of pesten van homo's en lesbiennes eerder als onjuist.

Overigens vinden heteroseksuele jongeren de verhalen van homoseksuele jongeren die eerst zwegen over hun seksuele voorkeur maar hier nu open over zijn, de zogenoemde coming-outverhalen, vaak erg interessant. Dan durf je namelijk jezelf te zijn.

Kijk op: sense.info en seksuelevorming.nl voor ervaringsverhalen, informatie en (interactieve) filmpjes.

Stel realistische doelen

Ga er niet van uit dat leerlingen met een negatieve houding na één of twee lessen volledig van houding zijn veranderd. De lessen kunnen echter wel een proces in werking zetten en er op zijn minst toe leiden dat deze jongeren respect opbrengen voor mensen met homoseksuele of biseksuele gevoelens.



Bereid u goed voor op heftige emoties

Leerlingen kunnen soms heftig reageren bij de bespreking van het thema homoseksualiteit. Bereid u voor hoe u daarmee omgaat. Besef dat het 'natuurlijk' is dat u schrikt van heftige emoties, vooral als het u voor de eerste keer overkomt. Emoties tegenhouden of emotioneel getinte uitspraken weerleggen, werkt niet goed: het komt over als belerend en alsof u de mening van leerlingen niet serieus neemt. Leerlingen laten uitspreken en daarna (neutraal) vragen wat zij bedoelen, of waarom ze zo heftig reageren, werkt beter. Alleen als leerlingen beledigend worden, moet u dat stoppen. Daarom is het van belang in het begin van zulke lessen afspraken te maken over hoe je de discussie wilt voeren (als de school daar geen centrale regels voor heeft). Het omgaan met emotionele reacties van leerlingen kan lastig zijn als u zelf ook emotioneel (geïntimideerd of boos) wordt door de reacties van leerlingen. Dat kan gebeuren bij uitspraken als: 'Homo's, bah!', 'Nooit bukken als je een homo ziet!', of 'Homo's zijn geen mensen en verdienen geen respect'. Als u zich laat meeslepen door uw eigen emoties, kunt u niet goed meer lesgeven en raakt u makkelijk in een welles-nietesgesprek.

EduDivers (expertisecentrum onderwijs en seksualiteit) en SLO (Stichting Leerplan Ontwikkeling) adviseren drie stappen die u na zo'n heftige reactie kunt zetten:

- 1 Reageer niet direct. Tel in stilte tot vijf. Realiseer (voel) eerst dat u zelf geschrokken bent. Laat uw emotie even betijen. Door dit te voelen, voorkomt u dat u emotioneel reageert en in een welles-nietesgesprek terechtkomt.
- 2 Na vijf seconden beseft u dat de leerling u niet aanvalt, maar zelf een gevoel van onzekerheid uit (al ziet dat er soms uit als boosheid). Observeer nu de leerling.
- 3 Beschrijf hardop wat u ziet, zonder een oordeel te geven. 'Ik zie dat je hier een heftig gevoel over hebt'. Op uw opmerking zal de leerling doorgaans reageren door uit te leggen waarom hij of zij een heftige reactie vertoont. Zodra de leerling dat serieus gaat uitleggen, is de instinctieve emotie voorbij en ontstaat er een meer rationele discussie waarin u rustiger met elkaar van gedachten kunt wisselen.

Dit hele proces kan zich in een halve minuut afspelen. Maar het kan ook zijn dat leerlingen zo opgeladen zijn dat ze nog enkele keren opnieuw met emotionele en 'onredelijke' reacties komen. In zulke gevallen herhaalt u de stappen totdat de leerlingen rustiger worden.

>>>

Uw doel is steeds om ze stoom te laten afblazen. Door authentieke en nieuwsgierige aandacht voor hun emoties te blijven hebben, voelen leerlingen zich gezien en erkend. Door niet afkeurend, goedkeurend of ontwijkend (wordt opgevat als goedkeuring) te reageren, houdt u de dialoog open over wat ‘goed’ en ‘slecht’ is. Uw doel is – als de emotie voorbij is en het echte gesprek begint – om argumenten op tafel te krijgen, mythes en misverstanden te weerleggen en te verhelderen dat iets persoonlijk vinden iets anders is dan iemand die je niet kent te veroordelen of hele bevolkingsgroepen slecht te behandelen.

Trek het breder

Het kan soms effectief zijn om het onderwerp homoseksualiteit ‘breder’ te trekken om meer begrip te creëren, zodat het voor leerlingen meer herkenbaar is. Bijvoorbeeld door te linken naar situaties die gaan over niet-geaccepteerd worden, bijvoorbeeld als je een Marokkaanse afkomst hebt of als je een bepaald geloof hebt, met daarna een bruggetje naar homoseksualiteit.



Tip

In ‘Doing it for optimal impact’ (Movisie) staan ook zeven werkvormen beschreven. Een voorbeeld is een werkvorm waarin jongeren of andere deelnemers hun ervaringen met uitsluiting, ‘anders zijn’ en discriminatie uitwisselen. Wetenschappelijke studies tonen aan dat wanneer mensen zich inleven in iemand die lesbisch, homo, bi of transgender is, dit vooroordelen kan verminderen. Maar dit blijkt niet voor iedereen te werken: sommige mensen hebben zo’n sterke afkeer ten aanzien van LHBTI-persoon dat zij weigeren om zich in te leven. In dat geval raden de onderzoekers aan om in te zetten op het versterken van sociale normen voor LHBTI-acceptatie.

bron: www.movisie.nl/artikel/optimale-impact-lhbt-voorlichting#:~:text=Een%20voorbeeld%20is%20een%20werkform,is%2C%20dit%20vooroordeelen%20kan%20verminderen.

Laat leerlingen anoniem vragen stellen

Geef leerlingen de gelegenheid anoniem vragen te stellen. Gebruik hiervoor bijvoorbeeld de Lang Leve de Liefde-vragendoos. Deze vragendoos is onderdeel van het lespakket Lang Leve de Liefde. Leerlingen kunnen vragen anoniem op een briefje schrijven en in de vragendoos stoppen.

Bestellen via: langlevedeliefde.nl.

Maak het onderwerp niet te zwaar

Het onderwerp seksuele diversiteit is weliswaar een serieus onderwerp, maar maak het niet te beladen. Leerlingen doen dan mogelijk minder gemakkelijk mee in discussies. Ook kan negatieve aandacht LHBT jongeren in een neerwaartse spiraal brengen als ze onzeker of depressief zijn.

Doe meer dan voorlichting geven

Beperk het aan de orde stellen van seksuele diversiteit niet tot één les. Door het onderwerp af en toe te laten terugkomen, bijvoorbeeld aanhakend op actualiteit, wordt het door leerlingen als meer vanzelfsprekend ervaren. De gelijkwaardigheid van homo-, hetero- en biseksualiteit kan ook tot uiting komen in bijvoorbeeld de boeken en dvd’s van de schoolbibliotheek en in artikelen in de schoolkrant. Verder kan bij de keuze van theatervoorstellingen, films en andere cultuuruitingen op school gelet worden op uitingen die getuigen van een gelijkwaardige opstelling tegenover homo-, hetero- en biseksualiteit. Op de website gendi.nl staan verschillende boekenlijsten met (jeugd) romans en filmlijsten over jongeren die ontdekken dat zij homoseksueel of lesbisch zijn en geliefden van gelijke sekse. Laat zien dat jongens- en meisjesliefde bestaat en bespreekbaar is door posters op te hangen van homo-emancipatieorganisaties en -jongerengroepen. Maak GSA-activiteiten goed zichtbaar op uw schoolwebsite. Leerlingen die worstelen met hun seksuele oriëntatie of identiteit zullen u dankbaar zijn.

Werk aan schoolbeleid

Elke school is verplicht om zich in te spannen voor een veilig schoolklimaat. Het schoolmanagement kan in het veiligheidsbeleid de visie van de school expliciteren en een veilige sfeer bevorderen. De school heeft door haar pedagogische opdracht bij uitstek een taak in het aanleren van respect, acceptatie en goede omgangsvormen.

- Het is van belang dat de school dit als geheel uitdraagt, zowel binnen als buiten de school, dat alle leerlingen en leraren welkom zijn, ook LHBT-leerlingen en -leraren.
 - De aandacht voor seksuele diversiteit kan niet beperkt blijven tot enkele lessen of tot enkele leraren, omdat het effect daarvan gering is.
 - Gelijkwaardigheid van homoseksuele, heteroseksuele en biseksuele en transgender leerlingen en -personeelsleden betekent dat alle medewerkers van de school direct ingrijpen bij schelden, roddels verspreiden (bijvoorbeeld via internet) of intimidatie.
 - Maak afspraken over het uitschelden voor ‘homo’. Homoseksuele jongeren ervaren dit nooit als grap. Een regel hierover kan opgenomen worden in het antipest-protocol.
- Zie:** schoolenveiligheid.nl/po-vo/kennisbank/het-anti-pestprotocol.
- Vermeld dit veiligheidsbeleid op de website en het intranet van uw school.



Tips voor schoolleiders om seksualiteit te integreren in schoolbeleid:

Tips voor schoolleiders om seksualiteit te integreren in schoolbeleid vindt u op seksuelelevorming.nl/onderwijssoorten/voortgezet-onderwijs/.

Hoe creëert u draagvlak?

- Stel met elkaar gedragsregels op. Door met elkaar na te denken en besluiten te nemen over regels, ontstaat er draagvlak voor schooleigen (gedrags)regels. Stichting School & Veiligheid heeft het spel ‘Gedragen Gedrag’ ontwikkeld om met het personeelsteam en leerlingen afspraken te maken over omgangsvormen binnen de school.
Meer informatie: schoolenveiligheid.nl.
- Mentoren en zorgcoördinator moeten signalen van stress kunnen opvangen en weten wanneer deze te maken hebben met gevoelens van een andere seksuele oriëntatie.
- De vertrouwenspersoon en een klachtencommissie dienen te weten wat ze moeten doen bij homoseksuele intimidatie of discriminatie. Werk aan protocollen.
Meer informatie: schoolenveiligheid.nl.
- Zorg ervoor dat ouders goed geïnformeerd zijn over het veiligheidsbeleid dat de school voert en dat daarbij aandacht is voor seksuele diversiteit. Maak een communicatieplan voor ouders en besteed hierin aandacht waarom het voor ouders belangrijk is dat hun kinderen respectvol leren omgaan met seksuele diversiteit.
- Maak met het personeel en liefst ook met ouders afspraken hoe er in de school wordt omgegaan bij een coming-out of geslachtsverandering.



Wet veiligheid op school: Digitaal Veiligheidsplan

Scholen zijn wettelijk verplicht zorg te dragen voor het waarborgen van een sociaal veilige leeromgeving voor ieder kind. De school moet een vast aanspreekpunt hebben dat het antipest beleid coördineert en beschikbaar is voor leerlingen en ouders.

Meer informatie: schoolenveiligheid.nl/po-vo/kennisbank/informatieblad-aanspreekpunt-pest-en-coördinatie-anti-pestbeleid/. Verder is de school verplicht de veiligheidsbeleving van leerlingen te monitoren.

Meer informatie: schoolenveiligheid.nl/kennisbank/wet-veiligheid-op-school.

Om scholen te ondersteunen bij hun nieuwe wettelijke taken hebben de PO-Raad en de VO-raad, in samenwerking met Stichting School & Veiligheid, een modelveiligheidsplan gerealiseerd: het Digitaal Veiligheidsplan. Deze online tool helpt een school bij het updaten van het veiligheidsbeleid waarmee een sociaal veilige omgeving voor leerlingen en personeel in beweging wordt gezet. Het Digitaal Veiligheidsplan is er voor iedereen die bij de school betrokken is. Het plan biedt inzicht in wat op orde is en wat nog aandacht behoeft. Daarbij staat aangegeven waartoe de school wettelijk verplicht is. Daarnaast bevat het plan inspiratiemateriaal om scholen op goede ideeën te brengen.

Het Digitaal Veiligheidsplan is beschikbaar via: digitaalveiligheidsplan.nl.

Meer informatie over andere activiteiten en instrumenten: schoolenveiligheid.nl.

Voor vragen en ondersteuning bij het inzetten van het Digitaal Veiligheidsplan kunnen scholen contact opnemen met de helpdesk van Stichting School & Veiligheid: helpdesk@schoolenveiligheid.nl.

Registreer incidenten van geweld tegen LHBTQI-leerlingen

Monitoring van de veiligheidsbeleving van leerlingen is verplicht. Uit eerdere onderzoeken is gebleken dat LHBTQI leerlingen zich significant onveiliger voelen dan andere leerlingen. Een tip is om er in de monitoring specifiek naar te vragen.

Meer informatie: schoolveiligheid.nl/po-vo/kennisbank/meten-is-weten/.

Specifieke leerlingenbegeleiding/leerlingenzorg

Een aanzienlijk aantal lesbische, homo-, biseksuele en transgenderjongeren heeft last van depressieve klachten. Soms tijdelijk, soms langdurig. De eenzaamheid, het gevoel 'anders te zijn', gepest worden en geen toekomst zien, kan in het ergste geval aanleiding geven tot suïcidale gedachten en zelfmoordpogingen. Dit komt vaker voor bij LHBTQI-jongeren dan bij heteroseksuele leerlingen.

De begeleiding van leerlingen met problemen op het gebied van seksuele oriëntatie en genderidentiteit vereist een specifieke deskundigheid. Daarom is het belangrijk dat leerlingenbegeleiders, zorgcoördinatoren, schoolmaatschappelijk werkers, mentoren, vertrouwenspersonen en schoolpsychologen oog hebben voor seksuele en genderdiversiteit en eventueel met leerlingen het gesprek kunnen aangaan over hun seksuele gevoelens en genderidentiteit.

- Een minimale vereiste is dat men beschikt over een up-to-date sociale kaart rond seksuele diversiteit met

verwijsmogelijkheden (adressen en websites) voor homo-jongens, lesbische meisjes, biseksuele jongeren, transgender en interseksuele jongeren.

- Laat jongeren merken dat zij bij iemand terecht kunnen voor vragen.
- **Verwijs minimaal naar:** sense.info, iedereenisanders.nl, nietalleenanders.nl.

Veel jongeren durven niet aan te kloppen voor hulp op school. Ze zijn bang dat een hulpverlener het doorvertelt, dat medeleerlingen het ontdekken of dat de hulpverlener hen veroordeelt of niet begrijpt. Wanneer leerlingen wel om hulp vragen, vertellen ze vaak niets over hun seksuele voorkeur of genderidentiteit.

- Maak het bespreekbaar als u vermoedt dat een jongere aan suïcide denkt. Het is vaak een opluchting voor de jongere om hierover te praten.
- **Wijs jongeren ook altijd op:** 113.nl. Hier kunnen ze 24 uur per dag terecht.

Leerlingenbegeleiding kan door leerlingbegeleiders worden aangeboden, maar ook leerlingen zelf kunnen elkaar ondersteunen, bijvoorbeeld door de leerlingen te helpen een Gay Straight Alliance (GSA) op te zetten. Dit is een steunpunt voor LHBT-leerlingen. Uiteraard zijn er grenzen aan wat leerlingen (en docenten) aankunnen. Bij ernstige problemen moet op tijd professionele, specialistische hulp worden ingeschakeld.

Meer informatie

- De factsheet 'Kwetsbare LHBT jongeren op school' van Movisie geeft info en praktische tips aan leerlingenbegeleiders en mentoren om LHBT-leerlingen zo goed mogelijk te ondersteunen. Hoe stimuleer je onderlinge contacten? En waar kan je jongeren naar doorverwijzen?
- Het boekje van Movisie 'Ik wou dat ik dood was' helpt professionals om zelfmoord onder LHBTQI-jongeren te voorkomen. Het geeft antwoord op tien veelgestelde vragen als: 'Hoe komt het dat zij vaker zelfmoord overwegen?' En: 'Hoe krijgen we dit aantal omlaag?'

Vergroot de deskundigheid van collega's

Veel informatie over LHBTQI-jongeren is niet bekend bij docenten. Denk bijvoorbeeld aan informatie over de psychosociale gezondheid en het proces van coming-out. Vaak zijn docenten niet op de hoogte van hulp/verwijsadressen als jongeren in de knel zitten met hun identiteit, niet geaccepteerd worden of zichzelf niet accepteren. Het is aan te bevelen om de deskundigheid van collega's hierover te vergroten. Dit kan bijvoorbeeld door een presentatie te geven tijdens een docentenbijeenkomst of door een workshop te geven op een teamdag. Een deskundige van de GGD of Sense kan hierbij ondersteuning bieden.

Stimuleer onderlinge ontmoeting tussen LHBT jongeren

Meer dan tachtig procent van de LHBTQI-jongeren heeft behoefte aan contact met andere LHBT jongeren. Het liefst via internet, via ontmoetingen 'in real life' en via vrienden. Gelijkgestemden zorgen namelijk voor herkenning over dingen die anderen om hen heen niet begrijpen. Ze kunnen ervaringen met elkaar uitwisselen en vinden (h)erkenning bij elkaar. Ze kunnen met leeftijdgenoten zichzelf zijn en zitten hierdoor beter in hun vel. Sociale steun vergroot hun veerkracht. Met andere LHBT jongeren zijn ze niet 'anders'. LHBT jongeren ontmoeten elkaar vaak voor het eerst via internet. Via bijvoorbeeld nietalleenanders.nl, jongerenvereniging Expreszo, Transvisie Zorg of de community Jong&Out.

Christelijke jongeren kunnen terecht op het Regenboogforum of de Verenigingen CHJC en Contrario.

- CHJC is een vereniging voor christelijke homo's, lesbiennes en biseksuelen: chjc.nl
- Contrario is een gereformeerde vereniging voor homo's en lesbiennes: contrario.nl
- Het Regenboogforum is een christelijk discussieforum voor homo's, lesbiennes en biseksuelen. regenboogforum.nl
- Respect2love is een community voor lesbische, homoseksuele, biseksuele en transgenderjongeren met een biculturele achtergrond. Respect2love geeft informatie en advies en organiseert in een aantal steden bijeenkomsten waar biculturele jongeren elkaar veilig kunnen ontmoeten.

Gastles

Naast de verdiepingsles van deze lesbrief kunt u er ook voor kiezen een gastspreker uit te nodigen. Een spreker kunt u vinden via seksuelevorming.nl/pool-gastdocenten-trainers of de lokale GGD

U kunt hierover informatie vinden op de website:

voorlichtingindeklas.nl.

Het is van belang om het onderwerp voorafgaand aan de gastles zelf aan de orde te brengen. Verder dient de voorlichting afgestemd te zijn op het niveau en de beleving van de leerlingen. De externe voorlichter zal over voldoende pedagogische en didactische competenties moeten beschikken om een positieve, open sfeer te creëren en om de orde in de klas te bewaken.

Het is raadzaam om de gastles bij leerlingen aan te kondigen en samen met hen voor te bereiden. Bijvoorbeeld door leerlingen van tevoren (anoniem) vragen te laten bedenken die ze aan de voorlichters zouden willen stellen. U als docent bereidt de gastles met de voorlichters voor. Aandachtspunten hierbij zijn: doel en inhoud van de voorlichting, niveau en beleving van de leerlingen, wat er al in de les is behandeld, vragen van leerlingen, de sfeer in de klas, de aanpak van de gastspreker en de rol van u als docent tijdens de gastles.

Websites voor jongeren

sense.info

Website met betrouwbare informatie over seksualiteit, liefde en relaties voor jongeren tussen de 12 en 25 jaar. Deze site zit boordevol informatie over de leuke en lastige kanten van seks. Voor iedereen is er informatie te vinden: voor onervaren en ervaren jongeren. De site bevat ook veel informatie voor lesbische, homo-, biseksuele en transgenderjongeren. Ook jongeren die zich oriënteren op hun identiteit en seksuele voorkeur kunnen op sense.info terecht. Ze vinden er ervaringsverhalen en filmpjes, bijvoorbeeld over de eerste keer.

De Sense Infolijn op sense.info biedt jongeren de mogelijkheid om hun vragen over seksualiteit te stellen en advies te krijgen van een professional via telefoon, e-mail en chat. Ook kunnen ze een afspraak maken bij een Sense-sprekruur in de buurt.

forum.sekswoordenboek.nl

Forum met een afgeschermd, veilige plek waar lesbische, bi- en homojongeren elkaar kunnen tegenkomen. Het forum is geïntegreerd in de website sense.info.

jongenout.nl

Website die jonge homo's, lesbische meiden, bi's en transgenderjongeren van 12-18 jaar de mogelijkheid biedt elkaar in een afgeschermd omgeving te ontmoeten. Jong&Out organiseert ook bijeenkomsten. De site is opgezet door COC Nederland.

iedereenisanders.nl

Website voor jongeren die twijfels of vragen hebben over op wie ze vallen: op meisjes, jongens of allebei? Ook voor jongeren die twijfelen over wie ze zijn: meer een meisje, meer een jongen? En voor jongeren die al weten dat ze homo-, lesbische, bi-of transgendergevoelens hebben. Met informatie, ervaringsverhalen en tips.

gsanetwerk.nl/gender-and-sexuality-alliance

Site met informatie om een GSA tot een succes te maken, mogelijkheid om in contact te komen met andere GSA's en om gratis GSA-materiaal te bestellen.

allesovergay.nl

Website die antwoord geeft op de 100 meeste gestelde vragen over homoseksualiteit.

switchboard.nl

Gay & lesbian Switchboard: landelijk informatie- en adviespunt voor alle vragen over homoseksualiteit, biseksualiteit en genderidentiteit. Via de chat, telefoon of e-mail.

respect2love.nl

Respect2love is een community voor lesbische, homoseksuele, biseksuele en transgenderjongeren met een biculturele achtergrond om (zelf) acceptatie te vergroten.

expreszo.nl

Tijdschrift en online community voor en door homo-, lesbo-, bi- en transjongeren.



Websites voor docenten

lesgevenindiefde.nl

Op deze website vindt u ervaringsverhalen, video's en tips van docenten hoe zij omgaan met de meest voorkomende dilemma's in relationele en seksuele vorming. Op de website vindt u ook de docentenhandleidingen, de werkbladen en de informatiebladen die u gratis kunt downloaden. Ook biedt de site de mogelijkheid om vragen te stellen, reacties te plaatsen en eigen ervaringen te delen.

seksuelevorming.nl

Deze site bevat een overzicht van lesmateriaal over seksuele vorming waar seksuele diversiteit onderdeel van uitmaakt. De website biedt informatie over seksuele vorming, doelen en uitgangspunten met ondersteuningsmogelijkheden en tips voor de klas.

gendi.nl

Gendi.nl van Stichting School & Veiligheid biedt een overzicht van goede lesmaterialen, praktijkvoorbeelden en tips voor scholen die een respectvolle en veilige ruimte willen voor seksuele diversiteit en genderdiversiteit.

voorlichtingindeklas.nl

Als u op zoek bent naar voorlichters die lesgeven over seksuele diversiteit in de buurt.

schoolsoutweb.nl

Website voor leerlingen en docenten van SchoolsOUT, een samenwerkingsverband tussen het voortgezet onderwijs, homojongereengroep DITO!, COC Nijmegen, GGD Regio Nijmegen en de gemeente Nijmegen.

uitdekast.kro.nl

Website met coming-out-verhalen en de tv-uitzendingen waarin Arie Boomsma jongeren begeleidt met hun coming-out.

Inbi.nl

Landelijk Netwerk Biseksualiteit – nationale belangenorganisatie voor biseksuelen. Ook voor contact met lokale bi(-minded) organisaties kun je contact opnemen met het LNBI.

movisie.nl

Movisie is het landelijke kennisinstituut voor sociale vraagstukken. Movisie informeert, adviseert en ondersteunt organisaties hoe zij de situatie van lesbische, homo, biseksuele en transgenderburgers kan verbeteren. Movisie biedt een database met methodieken en materialen om seksuele voorkeur en genderdiversiteit bespreekbaar te maken en informatie over LHBT-ondersteuning en zelfmoordpreventie.

Televisieserie X-Y-SEX

npo3.nl/x-y-sex/POMS_S_KN_16493749

Veel jongeren zijn tijdens de middelbareschooltijd hun seksuele en genderidentiteit aan het ontdekken, maar krijgen hier geen goede voorlichting over. In de serie X-Y-SEX vraagt presentator Robbert bekende LHBTIQ+ers om een persoonlijke en unieke seksuele voorlichting te maken.

scholenveiligheid.nl

Stichting School & Veiligheid ondersteunt scholen bij het bevorderen van een sociaal veilig klimaat door het geven van actuele informatie en deskundig advies via de website, trainingen, conferenties en de helpdesk. Stichting School & Veiligheid richt zich op schoolleiders, leraren, vertrouwenspersonen, ouders en leerlingen.



soaids.nl

Soa Aids Nederland is de interventiespecialist op het gebied van soa's en hiv. Soa Aids Nederland bestrijdt soa's en hiv en bevordert seksuele gezondheid. Bijvoorbeeld door onderwijsprogramma's als Lang Leve de Liefde, de lesbrief Seksuele Diversiteit, trainingen en workshops voor docenten en andere jongerenprofessionals en door informatie aan jongeren via sense.info.

Zie: langlevedeliefde.nl en lesgevenindeliefde.nl en sense.info.

coc.nl

COC Nederland komt op voor de belangen van lesbiennes, homoseksuelen, biseksuelen en transgenders. Het COC zet zich in voor gelijke rechten, emancipatie en sociale acceptatie van LHBT's in Nederland en in het buitenland.

rutgers.nl

Rutgers is het kenniscentrum seksualiteit. Rutgers heeft ruime nationale en internationale expertise in onderzoek, interventie-ontwikkeling, ondersteuning van professionals en publieksinformatie op het terrein van seksuele en reproductieve gezondheid en rechten. Voor het onderwijs verzorgt Rutgers, in samenwerking met anderen, onder meer lespakketten en ondersteunt docenten bij het lesgeven over seksuele en relationele vorming.

Zie: seksuelevorming.nl.

homogeschiedenis.nl

Bevat een ruime verzameling van lesbo-,homo-, bi-en transgenderthema's uit de geschiedenis. Voor leerlingen die een werkstuk maken en voor leraren die hun lessen willen verrijken.

transvisiezorg.nl

Transvisie Zorg is een landelijke organisatie die psychosociale hulpverlening biedt aan mensen met genderidentiteitsvragen en hun omgeving. Ook adviseert en begeleidt Transvisie Zorg scholen en professionals die te maken hebben met een genderdysfore leerling en organiseert jongerengroepen.



Interessante methodieken

Movisie beheert online een database met interessante praktijkvoorbeelden van LHBT-methodieken en materialen.

Zie: movisie.nl/trefwoord/methodieken-lhbt

What's up?!

Het lespakket 'What's up' van het Gay Straight Alliance (GSA) netwerk wil het onderwerp LHBT/seksuele diversiteit bespreekbaar maken in de klas en zo een bijdrage leveren aan een positiever klimaat in de school ten aanzien van LHBT jongeren. Het lespakket is specifiek gericht op het starten en versterken van Gay-Straight Alliances op school.

Het lespakket is geschikt voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs (leerjaar 1 en 2) en bestaat uit vier modules van 1 lesuur van 50 minuten. De modules kunnen los van elkaar worden gebruikt. De lessen kunnen worden ingezet tijdens het mentoruur, lessen maatschappijleer of biologie en zijn geschikt als voorbereiding op een COC-voorlichtingsles.

Meer informatie: gaystraightalliance.nl/227/lespakket

Interactief theater

• 'Lokaal G 1.25' is een interactieve voorstelling van Theater AanZ.nl voor leerlingen van het voortgezet onderwijs over vriendschap en homoseksualiteit, vooroordelen, scheldgedrag en veiligheid op school.

Meer info: theater-aanz.nl

• 'ID' is een interactieve voorstelling van Theater AanZ.nl voor leerlingen. 'ID' gaat in op gender, genderidentiteit en identiteitsontwikkeling.

Meer info: theater-aanz.nl

• 'En een prettig weekend' is een interactieve voorstelling van Theater AanZ.nl voor docenten en onderwijsondersteunend personeel over de thema's seksuele diversiteit en sociale veiligheid binnen de school. Ook over het ontwikkelen van een visie en het maken van beleid over deze thema's'.

Meer info: theater-aanz.nl



Column: *Jongensdingen*

Afgelopen zomer was het dan zover. Eva, één van de leerlingen uit mijn tweejarige brugklas, zou na de zomer terugkomen als Luuk. Voor haar klasgenoten iets waar zij een heel schooljaar naartoe konden leven. Voor Eva - of liever gezegd voor Luuk omdat Eva simpelweg niet meer is - esen hoogtepunt in haar leven.

Ik kan me de kennismaking met mijn toenmalige nieuwe eerste klas nog goed herinneren. Om een beeld te krijgen van de leerlingen van mijn nieuwe klas, gaf ik hen de opdracht om iets op te schrijven. Iets persoonlijks waarvan zij vonden dat ik dat moest weten. Aan het eind van de dag nam ik de schriften door. Tot ik Eva's schrift opende, waarin ik las: 'Ik ben elf jaar en ik ben in het verkeerde lichaam geboren'.

Ik besloot Eva uit te nodigen voor een gesprekje naar aanleiding van deze indrukwekkende openbaring. 'Het is heel simpel, meester. Ik loop mijn hele jeugd al met de gedachte dat ik een jongen wil zijn. Ik klim in bomen, ik zit op voetbal, ik ga het liefst alleen met jongens om. Gewoon, jongensdingen doen en zo. Ik word straks 12 en bovendien duurt het niet lang meer voordat ik borsten krijg. Ik zal een vrouw worden, maar dat wil ik niet. Dit is het juiste moment om een jongen te worden. Ik ben al een hele poos bezig met medicijnen slikken. Na dit schooljaar zal ik dan eindelijk een jongen zijn.'

Aan het eind van het eerste schooljaar nam de klas afscheid van Eva. Na de zomer, waarin ik regelmatig contact had met Eva én Luuk, nam Luuk haar stoel in de kring over. Voor haar klasgenoten was het de eerste paar weken nog wel even

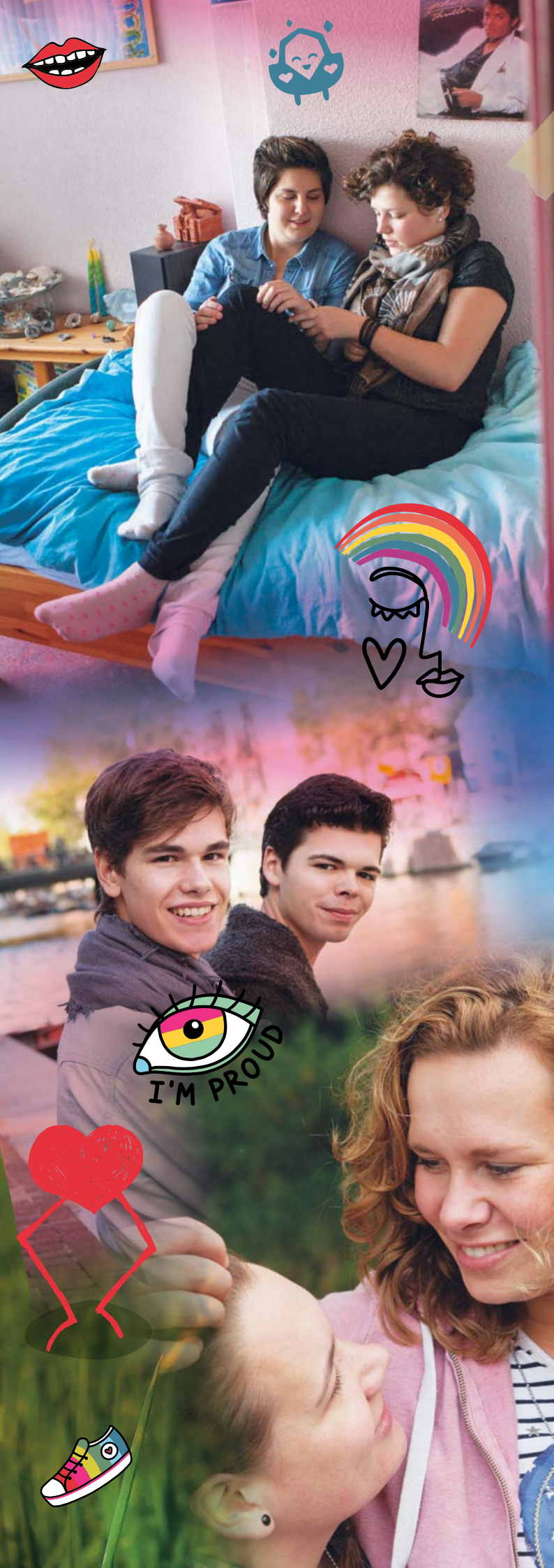
wennen. 'Ik vind het nog wel een beetje gek, maar het is ook wel heel leuk om een nieuwe klasgenoot te hebben', hoorde ik Demi zeggen. Rick was meteen erg enthousiast: 'Met voetballen werd Eva, of Luuk beter gezegd, altijd als eerste gekozen. Hij was eigenlijk altijd al één van ons. Dat is nooit anders geweest'.

Inmiddels zijn we een paar maanden verder. Luuk doet het fantastisch in zijn 'nieuwe' klas. Hij is gelukkiger dan ooit en is een nog fantastischer kind dan hij al was. Niemand die ooit nog naar Eva vraagt. Ik ben dolblij dat Eva in mijn klas is gekomen, en als Luuk naar de bovenbouw zal gaan. Voor zijn klasgenoten en mij een herinnering om nooit meer te vergeten. Voor Luuk een begin van een nieuw bestaan, een leven in een lichaam waarin hij zich thuis voelt. Een begin van een nieuw leven waarin hij voor altijd jongensdingen mag doen.

©Meester Bart

Overgenomen met toestemming van Meester Bart. Meester Bart werkt op een middelbare school in de Amsterdamse Bijlmer en is columnist voor Trouw. De uitspraken van leerlingen verzamelt hij op Tumblr. Twitteraccount: @meesterbart





Colofon

De lesbrief Seksuele diversiteit en genderdiversiteit is een product van Soa Aids Nederland in samenwerking met Rutgers.

Inhoud JJos Poelman, Suzanne Meijer, Koenraad Vermey, Alicia Euwema, Soa Aids Nederland Daan Schuurmans, Rutgers

Redactie Annemies Gort

Grafisch ontwerp Suzanne Hertogs en Anne de Laat, Ontwerphaven

Fotografie Yvonne Brandwijk, Shutterstock.com

Druk Boom Verwey

Productie Alice Verleun, Soa Aids Nederland

Mogelijk gemaakt door RIVM/ CIB

Downloaden lesgevenindiefde.nl of langevediefde.nl

Deze lesbrief is een verdieplingsles bij het lespakket *Lang Leve de Liefde* en is bedoeld voor gebruik in de onderbouw van vmbo/havo/vwo.

Met dank aan

Alle collega's van Soa Aids Nederland en Rutgers die hebben bijgedragen aan de inhoud van deze en vorige uitgaves.

Met speciale dank aan alle docenten, GGD-professionals en jongeren die hebben bijgedragen aan de kwaliteit van deze lesbrief.

Eerste uitgave, december 2013
Tweede, herziene uitgave juli 2016
Derde, herziene uitgave 2022
© Soa Aids Nederland, Amsterdam

SOAIDS

Rutgers

Expertisecentrum
seksualiteit

Lang Leve de Liefde



**Deel
3**

**Seksuele diversiteit
en genderdiversiteit**

Lesbrief bij lespakket Lang Leve de Liefde

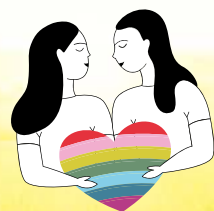
Inhoud

Deel 3 Les seksuele diversiteit

- Thema's 3
- Leerdoelen 3
- Benodigdheden 4
- Voorbereiding 4
- Opzet van de les 4
- Uitwerking van de les 4

Werk- en infobladen

- Veelgestelde vragen over homoseksualiteit 8
- Kaartjes met vragen over seksuele-en genderdiversiteit 12



Download en print de lesmaterialen zelf via lesgevenindiefde.nl

Les seksuele diversiteit



Thema's

- Verschillen in gevoelens
- Jezelf zijn: (niet) conformeren
- Coming-out
- Discriminatie
- Respect
- Reactie ouders/omgeving

Leerdoelen

Kennis	Houding	Vaardigheid / Gedrag
Leerlingen kennen de grondrechten van alle mensen in Nederland om zichzelf te mogen zijn en weten dat discriminatie op basis van geslacht/gender en seksuele voorkeur verboden is.	Leerlingen vinden het belangrijk dat iedereen zichzelf kan zijn en mag uiten, ongeacht iemands seksuele voorkeur of gender.	Leerlingen kunnen hun gevoelens en mening uiten, zonder dat dit leidt tot discriminatie of grensoverschrijdend gedrag.
Leerlingen weten dat seksuele diversiteit en genderdiversiteit in alle culturen en in alle tijden voorkomt. Leerlingen weten dat de maatschappelijke acceptatie verschilt door culturele, religieuze en politieke opvattingen.		Leerlingen kunnen stereotypen over homoseksualiteit, biseksualiteit en gender op (sociale) media herkennen en benoemen.
Leerlingen weten waar de letters LHBTI voor staan. Extra: Leerlingen kunnen de verschillen tussen LHBTI, queer en non-binair uitleggen.	Leerlingen accepteren dat iemands seksuele voorkeur en genderidentiteit in de loop van het leven kan ontwikkelen en veranderen.	
Leerlingen weten dat pesten, uitsluiting en geweld tegen LHBTI-personen negatieve gevolgen hebben voor het welzijn van deze personen.	Leerlingen vinden dat geen enkele persoon gepest, uitgesloten of gediscrimineerd mag worden, ongeacht culturele achtergrond, genderidentiteit of seksuele voorkeur.	Leerlingen herkennen situaties van discriminatie, uitsluiting en grensoverschrijding en weten hoe zij kunnen ingrijpen. Leerlingen vermijden scheldwoorden over seksuele voorkeur en gender.
Leerlingen kennen drie organisaties of websites die betrouwbare informatie bieden over seksuele diversiteit en genderdiversiteit.		Leerlingen kunnen bij betrouwbare organisaties of websites informatie en hulp vinden bij vragen over seksuele diversiteit en genderdiversiteit.

Benodigheden

- Kaartjes met vragen (zie bijlage)
- Werkblad bij filmpje 'Coming-out'
- Filmpje '

Voorbereiding

- Bekijk het filmpje 'Coming-out', lees de informatie in deze lesbrieff en het informatieblad voor leerlingen.
- Zorg voor een beamer (filmpje 'Coming-out').
- Plak de voorkant en achterkant van de vier werkbladen van het kaartjesspel tegen elkaar en knip de 32 (4x8) kaartjes. Plastificeer/lamineer de kaartjes eventueel.
- Maak voor alle leerlingen kopieën van het informatieblad 'Veelgestelde vragen over homoseksualiteit' en het invul-werkblad 'Coming-out'
- Wil je weten hoe andere docenten met het onderwerp homoseksualiteit omgaan?
Kijk op: lesgevenindiefde.nl.
- Flappen en post-its (voor associatiespel).

Opzet van de les

1. Inleiden van de les
2. Seksuele diversiteit
3. Vooroordelen
4. Kaartjesspel
5. 'Coming-out'
6. Bespreken werkblad 'Coming-out'
7. Afsluiten van de les

Duur

Deze les duurt in principe 50 minuten. Ervaring leert dat het onderwerp veel gesprekstof oplevert. Plan daarom voor de zekerheid twee lessen in.

Uitwerking van de les

1. Inleiden les

Vertel in uw eigen woorden dat deze les gaat over seksuele diversiteit. In het filmpje van 'Lang Leve de Liefde, aflevering 1' vertelt Anderson dat hij homo is en Erin dat zij op meisjes valt. In het leerlingenmagazine (pag. 4) vertelt Oscar dat hij al een tijdje wist dat hij homo was, maar het niet durfde te vertellen omdat hij bang was voor negatieve reacties. Er waren veel vragen en opmerkingen in de klas. Daarom gaan we in deze les dieper in op hoe dat bij andere jongeren is gegaan.

LET WEL

Een goede introductie van seksuele diversiteit is nodig om de aandacht van de leerlingen te richten op identiteit, diversiteit en persoonlijke en maatschappelijke acceptatie.

Voorkom te allen tijde dat jongeren aan het einde van de les naar huis gaan met een versterkt beeld van stereotypen en een wij-zijgevoel. Dit is buitengewoon contraproductief voor het stimuleren van de acceptatie van seksuele diversiteit en genderdiversiteit.

Moedig leerlingen daarom niet aan om allerlei negatieve opmerkingen te maken over LHBTI's. Deze meningen kunnen de rest van de klas beïnvloeden in het denken over LHBTI. Wanneer in een klasgesprek leerlingen anti-homomeningen uiten, kan dit de houding van andere leerlingen ten aanzien van homoseksualiteit verslechteren. Het uitdragen van positieve geluiden over homoseksualiteit en het versterken van een positieve sociale norm heeft meer effect dan het bevorderen van een gesprek waarbij allerlei negatieve meningen worden geuit.

2. Seksuele diversiteit

Leerdoelen

- Leerlingen weten waar de letters LHBTI voor staan.
- Leerlingen vinden het belangrijk dat iedereen zichzelf kan zijn en mag uiten, ongeacht iemands seksuele voorkeur of gender.
- Leerlingen kunnen stereotypen over homoseksualiteit, bisexualiteit en gender op (sociale) media herkennen en benoemen.

Optioneel: Maak gebruik van het filmpje: 'Wat is LGBTQIAP?' van de NOS: youtu.be/nY6oAaRe9BQ. Bespreek met de leerlingen de verschillen tussen LHBTI, queer en non-binair.

Schrijf de letter LHBTI op het bord. Weten de leerlingen waar de letters voor staan? Schrijf dit op. Vraag leerlingen welke LHBTI personen ze kennen. Begin bij hun eigen gezin, dan familie en vriendenkring.

Verdieping: Je kunt deze opdracht uitbreiden door leerlingen ook te vragen naar voorbeelden van LHBTI'ers uit de politiek, de media, het bedrijfsleven,...Hoe zou het voor een voetballer zijn om uit de kast te komen? Is het moeilijk voor een docent om 'out' te zijn op school? Door dergelijke vragen te stellen stimuleer je de empathie onder leerlingen.

Vaak weten leerlingen in eerste instantie vooral voorbeelden van opvallende (media) figuren te noemen, bijvoorbeeld omdat die persoon zich stereotiep gedraagt. Na wat langer nadenken komen er ook wel wat minder opvallende voorbeelden, of voorbeelden van mensen die wat dichterbij staan dan iemand uit de media. Meestal weten leerlingen meer homoseksuele mannen dan lesbische vrouwen te noemen.

Opmerkingen

- Als de beeldvorming van leerlingen over homoseksualiteit alleen gebaseerd is op mediabeelden van extravagante demonstraties, dan is relativering en een uitleg over de diversiteit in homoseksuele leefstijlen van belang. Verwijs terug naar persoonlijke voorbeelden en naar mensen in de sociale omgeving van jongeren.
- In sommige culturen en talen bestaat er geen woord voor 'homoseksualiteit' als uitdrukking voor iemands seksuele identiteit. De woorden voor homoseksueel gedrag die wel gebruikt worden, zijn vaak negatief geladen of scheldwoorden. En soms zelfs een synoniem voor perversie, pedoseksualiteit of verkrachting. Het spreekt vanzelf dat u eventuele misverstanden moet rechtzetten en denigrerend taalgebruik moet voorkomen (zie ook pag. 8-9).

3. Vooroordelen

Leerdoelen

- Leerlingen vinden het belangrijk dat iedereen zichzelf kan zijn en mag uiten, ongeacht iemands seksuele voorkeur of gender.
- Leerlingen herkennen situaties van discriminatie, uitsluiting en grensoverschrijding en weten hoe zij kunnen ingrijpen. Leerlingen vermijden scheldwoorden over seksuele voorkeur en gender.

Bekijk met de leerlingen het filmpje van 'Generatie Ja...en?': Scott ziet twee guys gewoon tongen. youtu.be/jYeR2A626ls

Maak bij het bespreken van dit filmpje de positieve norm duidelijk: "De meerderheid van de jongeren in Nederland vindt het geen probleem als twee mannen zoenen."

Vraag aan de leerlingen of zij denken dat LHBTI+ leerlingen zich veilig kunnen voelen op jullie school om zichzelf te zijn. Wat denken de leerlingen dat daarvoor nodig is?

Vertel niet dat veel mensen het nog niet goed doen; dit kan anderen het idee geven dat zij ook hun best niet hoeven doen. Dus niet: "De meeste mensen doen niks aan hun vooroordelen tegen LHBTI's" maar wel: "Steeds meer mensen doen hun best hun vooroordelen ten aanzien van LHBTI's te verminderen".

Benoem bij het communiceren van de norm ook dat het vergroten van acceptatie continu aandacht vergt, zodat mensen niet 'achterover gaan leunen'. Bijvoorbeeld: "Steeds meer mensen accepteren LHBTI's. We kunnen er samen voor zorgen dat iedereen straks anderen respecteert, ongeacht hun gender of seksuele voorkeur."

Mannelijk/vrouwelijk

Waarschijnlijk heeft het merendeel van de belangrijkste stereotypen die leerlingen over homoseksuele en lesbische personen noemen betrekking op gendernonconformisme ('je niet als een echte jongen of meisje gedragen'). Met dit gendernonconformisme hebben ze moeite.

Het is belangrijk dat er over gendernonconform-zijn geen negatief oordeel komt, maar dat dit positief wordt gelabeld, als authentiek gedrag. Bijvoorbeeld: als je als jongen op ballet durft of van mode houdt en als je als meisje van voetbal en gamen houdt, ben je eigenlijk pas echt 'stoer' want je durft jezelf te zijn. Je bent een jongen die niet bang is voor zijn vrouwelijke kant of een meisje dat niet bang is voor haar mannelijke kant.

Overigens beschouwen veel meer LHBT jongeren dan hetero jongeren zichzelf als gender-nonconform.



Tip

Wanneer de groep groot is of u de tijdsduur van deze werkvorm wilt beperken, kunt u ervoor kiezen om de post-its te laten invullen in groepjes van twee of drie leerlingen. Dit heeft als voordeel dat leerlingen nadrukkelijk van gedachten kunnen wisselen over hun keuze.

4. Kaartjesspel

Leerdoelen

- Leerlingen kennen de grondrechten van alle mensen in Nederland om zichzelf te mogen zijn en weten dat discriminatie op basis van geslacht/gender en seksuele voorkeur verboden is.
- Leerlingen weten dat seksuele diversiteit en genderdiversiteit in alle culturen en in alle tijden voorkomt. Leerlingen weten dat de maatschappelijke acceptatie verschilt door culturele, religieuze en politieke opvattingen.
- Leerlingen weten waar de letters LHBTI voor staan.
- Leerlingen accepteren dat iemands seksuele voorkeur en genderidentiteit in de loop van het leven kan ontwikkelen en veranderen.
- Leerlingen kennen drie organisaties of websites die betrouwbare informatie bieden over seksuele diversiteit en genderdiversiteit.
- Leerlingen kunnen bij betrouwbare organisaties of websites informatie en hulp vinden bij vragen over seksuele diversiteit en genderdiversiteit.

Veel leerlingen vinden het lastig om in de klas vragen te stellen over seks en seksuele diversiteit. Door iets te vragen, geven ze zich bloot of laten ze zien dat ze iets niet weten. Ze kunnen bang zijn uitgelachen te worden. Daarom worden veel vragen over seks niet gesteld. Om leerlingen toch met vragen naar voren te laten komen, kan het kaartjesspel goed werken. Leerlingen hoeven daarbij niet rechtstreeks hun eigen vragen in te brengen; ze kunnen op een niet-bedreigende manier informatie en meningen uitwisselen.

Werkwijze

- De stapel kaartjes ligt ondersteboven in het midden van de kring/voor de klas. Leg de spelregels uit.
 - Het is het leukst om het kaartjesspel in een kring te spelen, dan kan er gemakkelijk met elkaar worden gepraat.
 - Vertel dat u een aantal kaartjes hebt met vragen van jongeren over LHBTI.
 - Een leerling die wil, pakt van de stapel het bovenste kaartje. Hij of zij leest de uitspraak in stilte.
 - Als de leerling een kaartje niet kan of wil beantwoorden, wordt het kaartje onder in de stapel geschoven. De vraag blijft dan geheim. De leerling mag dan een nieuw bovenste kaartje pakken. Ook dat mag weer in de stapel worden gestopt. Het derde kaartje is een must: daar moet de leerling antwoord geven op de vraag.
 - Wanneer de leerling antwoord wil geven op de vraag, kan die(gene) gaan zitten en wordt het kaartje voorgelezen en de vraag beantwoord.
 - Een kaartje dat behandeld is, komt op de stapel afgewerkte kaartjes.
 - De andere leerlingen kunnen desgewenst kort iets toevoegen.
 - Het spel is voorbij als alle kaartjes op zijn of als de tijd op is.
 - Merkt u dat er verzadiging optreedt? Dan kunt u het beste stoppen.
 - Vraag leerlingen welke informatie nieuw voor ze was.
- Alternatief:** speel de quiz met de klas via Kahoot, zie [\[Link invoegen\]](#)

Aandachtspunten

- Bij gevoelige onderwerpen als seksualiteit/seksuele diversiteit is het belangrijk dat de leerlingen vrij kunnen beslissen of ze de vraag beantwoorden.
- Op deze manier kunnen leerlingen veilig discussiëren en hebben ze de mogelijkheid persoonlijke ervaringen af te schermen.
- Het gaat er niet om dat leerlingen in een zo'n hoog mogelijk tempo zoveel mogelijk kaartjes afwerken. De bedoeling van de kaartjes is gesprekken in gang te zetten waarbij leerlingen zich betrokken voelen.
- Let op de lichaamstaal van leerlingen. Hoe reageert men op elkaar? Hoe ziet u of iemand zich ongemakkelijk voelt.

Alternatieven

- Om te voorkomen dat het spel te lang duurt, of als een leerling het eng vindt een vraag voor de klas te beantwoorden, kan een leerling in plaats van twee keer een vraag weigeren, de vraag aan de klas stellen. Zo wordt de vraag toch behandeld en wordt de angst om voor de klas een 'fout' antwoord te geven, weggenomen.
- De docent kan de vragen voor de klas stellen. Leerlingen turven hoeveel vragen zij goed hebben. Diegene met de meeste goede antwoorden, is de winnaar.

5. 'Coming-out'

Leerdoelen

- Leerlingen accepteren dat iemands seksuele voorkeur en genderidentiteit in de loop van het leven kan ontwikkelen en veranderen.
- Leerlingen weten dat pesten, uitsluiting en geweld tegen LHBTI-personen negatieve gevolgen hebben voor het welzijn van deze personen.
- Leerlingen vinden dat geen enkele persoon gepest, uitgesloten of gediscrimineerd mag worden, ongeacht culturele achtergrond, genderidentiteit of seksuele voorkeur.
- Leerlingen herkennen situaties van discriminatie, uitsluiting en grensoverschrijding en weten hoe zij kunnen ingrijpen. Leerlingen vermijden scheldwoorden over seksuele voorkeur en gender.

Bekijk het filmpje 'XY – Coming out'. Verschillende jongeren - homoseksueel, lesbisch en biseksueel - vertellen over hun coming-out, aan wie ze het hebben verteld, hoe ze dat hebben gedaan en hoe de reacties van de omgeving (ouders en vrienden) waren.

- Geef leerlingen het werkblad 'Coming-out' en laat ze de vragen lezen voordat ze het filmpje bekijken. Zo gaan leerlingen gericht kijken en is het beantwoorden van de vragen na het zien van het filmpje gemakkelijker.

Suggestie

U kunt ervoor kiezen het werkblad individueel of in tweetallen te laten invullen.

Aandachtspunt

Soms hebben leerlingen moeite met het beantwoorden van de vragen 5 t/m 8 van het werkblad. U kunt er daarom voor kiezen deze vragen niet individueel te laten beantwoorden maar klassikaal te bespreken.

6. Bespreken werkblad 'Coming-out'

Besprek klassikaal wat de leerlingen hebben ingevuld.

7. Afsluiten van de les

Leerlingen krijgen de opdracht één vraag in de vragendoos te doen. Hierdoor krijgen leerlingen die te verlegen zijn om in de klas een vraag te stellen en niet als enige een vraag in de doos willen doen, de kans om alsnog hun vraag anoniem te stellen.

- Vraag aan de leerlingen wat ze van de les vonden.
- Wijs leerlingen op de ervaringsverhalen van jongeren over omgaan met seksuele diversiteit in diverse culturen, op de website sense.info.
- Zeg ook dat ze altijd bij u terecht kunnen als ze nog vragen hebben.

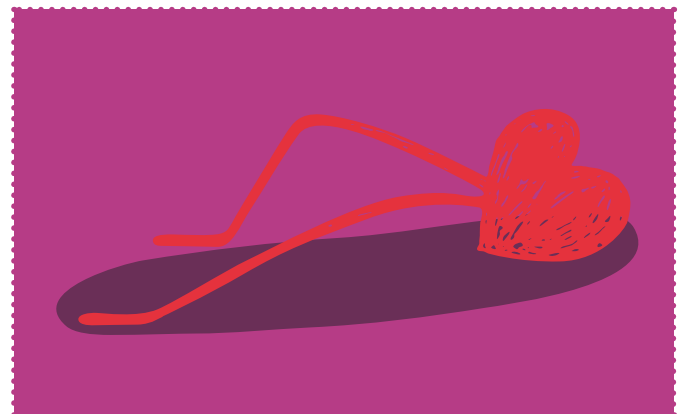
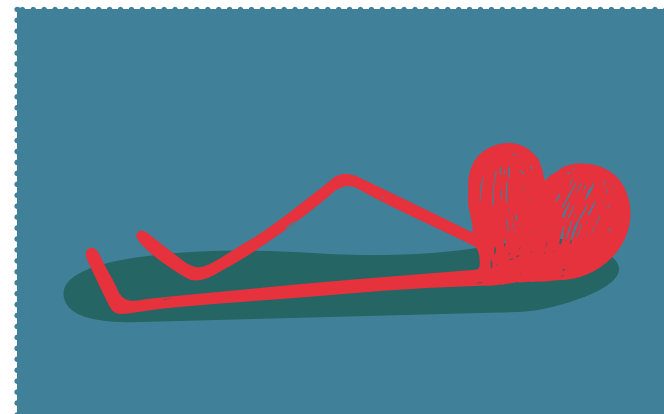
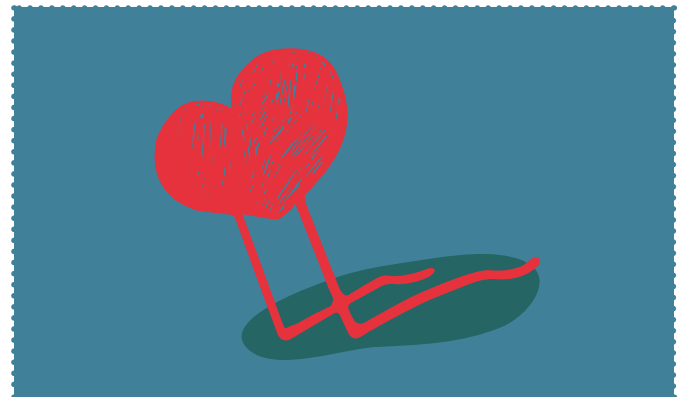
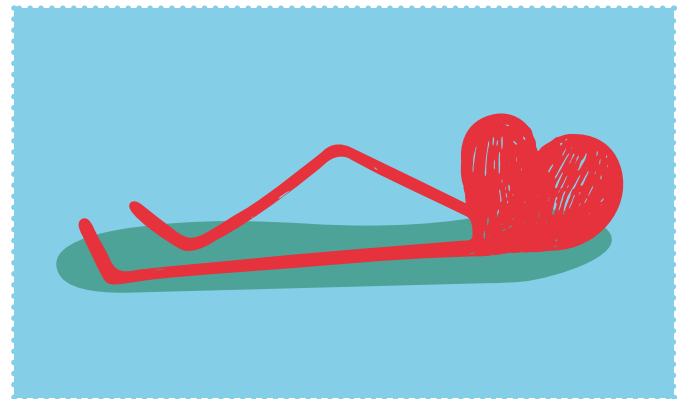
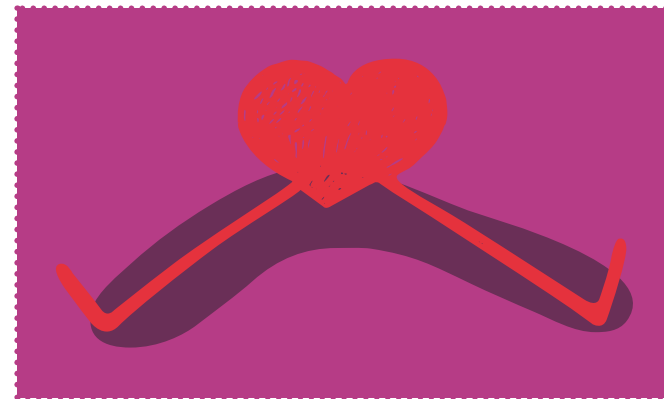


Info & werkbbladen

Werk-
blad

Lesbrief seksuele diversiteit en genderdiversiteit

Haartjesspel voorkant



Haartjesspel achterkant

WAT BETEKENEN DE
LETTERS LHBTQIA+?

1

HOE IS HET VOOR
IEMAND OM ZICH
ANDERS TE VOELEN
OP SCHOOL?

5

WAAROM HEBBEN
HETERO'S GEEN
COMING-OUT?

2

WAAROM VINDEN SOMMIGE
MENSEN HET VERVELEND
ALS EEN JONGEN ZICH
VROUWELIJK GEDRAAGT?

6

OP WELKE LEEFTIJD
ONTDEKKEN MENSEN HUN
SEKSUELE VOORKEUR?

3

OP WELKE LEEFTIJD KOMEN
JONGEREN UIT DE KAST?

7

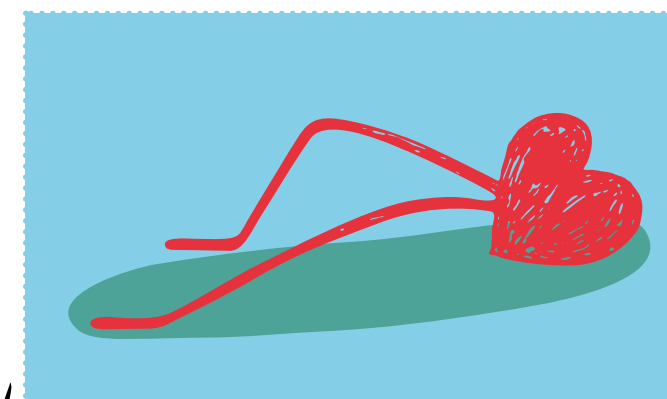
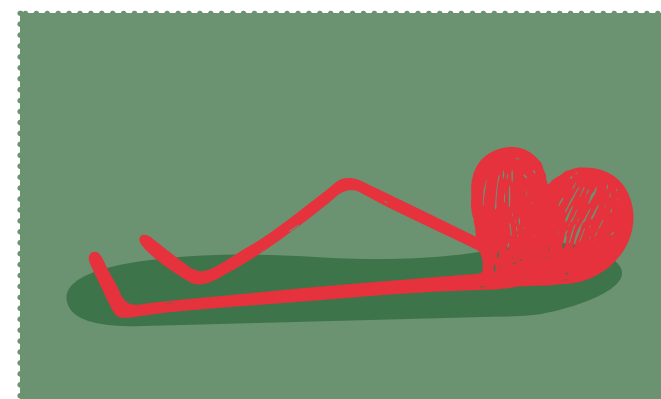
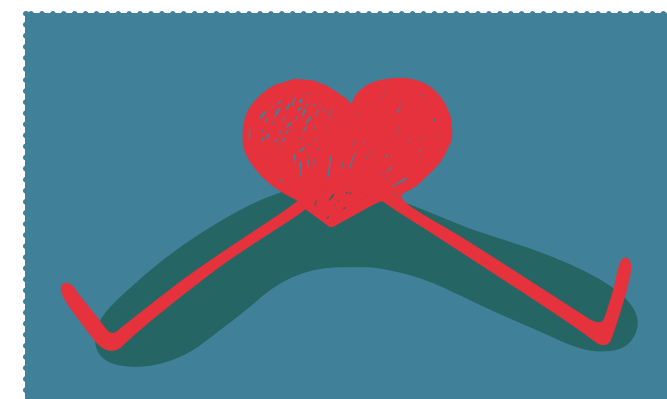
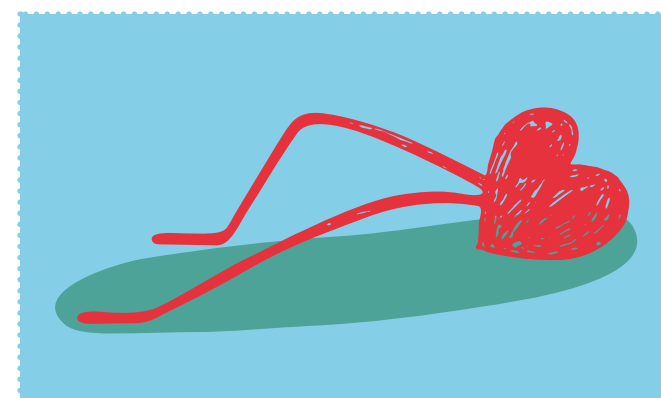
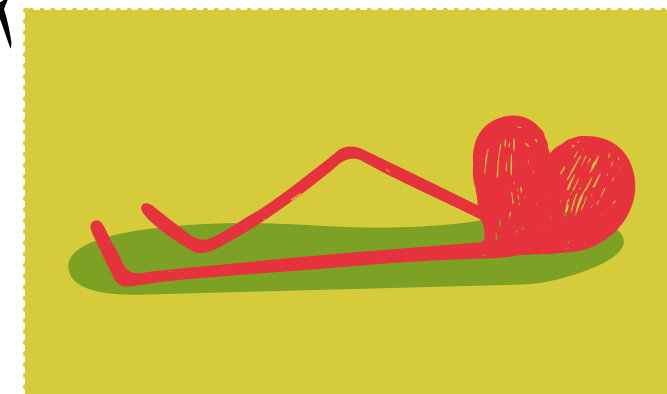
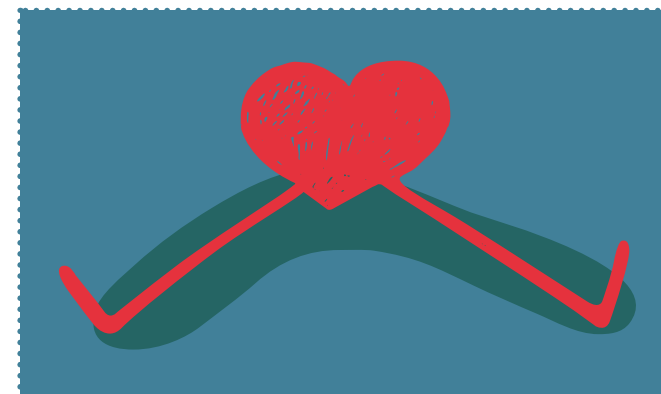
WANNEER BEN
JE HOMO, LESBISCH
OF BI?

4

HOE IS HET
OM UIT DE KAST
TE KOMEN?

8

Haartjesspel voorkant



Haartjesspel achterkant

WAT VINDEN JONGEREN
VAN SEKSUELE DIVERSITEIT?

9

HOEVEEL JONGEREN HEBBEN
SEKS MET IEMAND VAN HET
EIGEN GESLACHT?

13

HOEVEEL JONGEREN ZIJN
HOMO- OF BISEKSUEEL?

10

WAAR VIND JE GOEDE INFO
EN ECHE VERHALEN VAN
ANDERE JONGEREN OVER
SEKSUALITEIT, RELATIES EN
GENDER?

14

HOE REAGEREN OUDERS
ALS HUN KIND UIT DE
KAST KOMT?

11

HOE HEBBEN HOMO'S
EN LESBO'S SEKS?

15

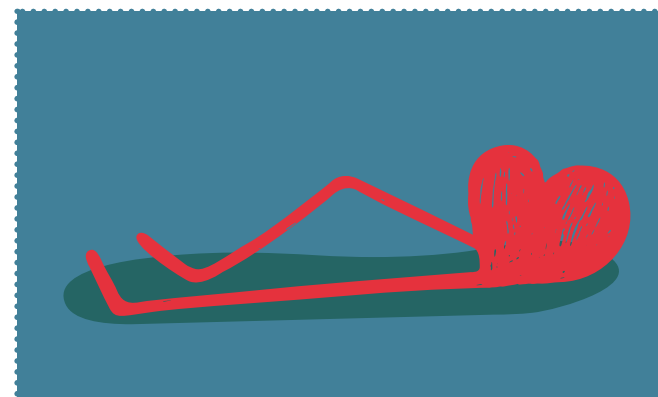
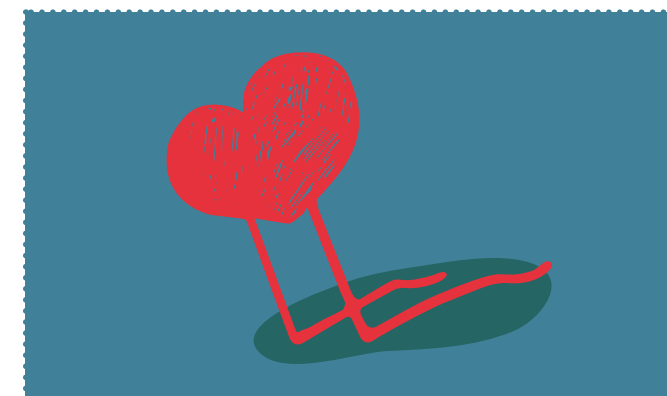
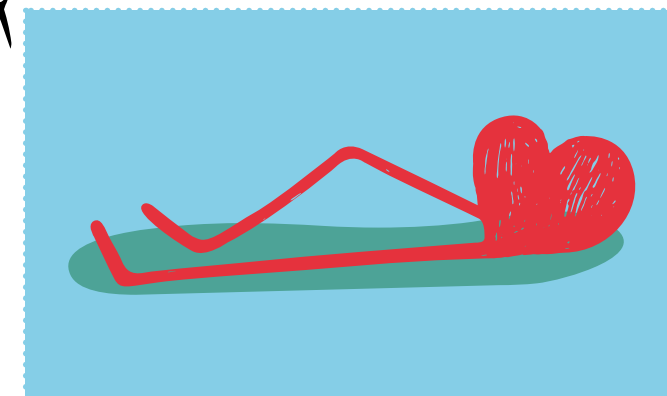
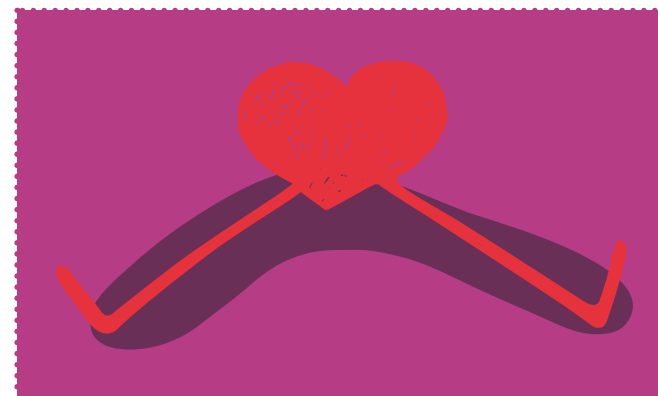
BESTAAT DE GAYDAR?

12

HOE KRIJGEN HOMO'S
EN LESBIENNES
KINDEREN?

16

Haartjesspel voorkant



Haartjesspel achterkant

**HOEVEEL MENSEN
VOELEN ZICH NIET 100
PROCENT MANNELIJK OF
VROUWELIJK?**

17

**WAT BETEKENT
NON-BINAIR?**

21

**WAAROM IS HET
VERKEERD OM MET HOMO
TE SCHELDEN?**

18

WAT IS EEN GSA?

22

**VALLen BISEKSUELE
MENSEN EVENVEEL OP
JONGENS ALS OP MEISJES?**

19

**WAT BETEKENT
TRANSGENDER?**

23

**HOE DENKEN MOSLIMS,
CHRISTENEN, JODEN
EN HINDOES OVER
HOMOSEKSUALITEIT?**

20

**WAAROM IS HET
BELANGRIJK DAT
JE OP SCHOOL JEZELF
KUNT ZIJN?**

24



Veelgestelde vragen over diversiteit

1 WAT BETEKENEN DE LETTERS LHBTQIA+?

De letters LHBTQIA+ staan voor: Lesbisch, Homoseksueel, Biseksueel, Transgender, Queer, Intersekse en Aseksueel. De + laat zien dat er nog meer seksuele- en genderidentiteiten zijn dan deze.

2 WAAROM HEBBEN HETERO'S GEEN COMING-OUT?

De meeste mensen zijn hetero. Daarom verwachten de meeste mensen dat iemand ook hetero is. Als iemand hetero is, hoeft die persoon dit dan niet te vertellen.

3 OP WELKE LEEFTIJD ONTDEKKEN MENSEN HUN SEKSUELE VOORKEUR?

Gemiddeld zijn jongeren 13 jaar als ze ontdekken dat ze (ook) op het eigen geslacht vallen. Mensen kunnen het ook al eerder of later ontdekken.

4 WANNEER BEN JE HOMO, LESBISCH OF BI?

Je bent homo, lesbisch of bi als je zelf vindt dat je dit bent. Bijvoorbeeld omdat je valt op jongens en meisjes. Of omdat je verliefd wordt op iemand.

5 HOE IS HET VOOR IEMAND OM ZICH ANDERS TE VOELEN OP SCHOOL?

Je anders voelen kan soms heel eenzaam zijn. En voor sombere gedachtes en vervelende gevoelens zorgen. Iedereen moet gelukkig kunnen zijn op school. Eigenlijk is het heel normaal dat mensen verschillen. Het helpt als je hierover met elkaar en met anderen praat.

6 WAAROM VINDEN SOMMIGE MENSEN HET VERVELEND ALS EEN JONGEN ZICH VROUWELIJK GEDRAAGT?

Mensen hebben allemaal normen, wat iemand 'echt' mannelijk en vrouwelijk maakt. Bijvoorbeeld hoe je eruit ziet of wat je doet. Sommige mensen voelen zich ongemakkelijk, als iemand niet aan hun verwachtingen voldoet. Iedereen heeft last van deze normen, omdat ze mensen beperken in hun vrijheid zichzelf te zijn.

7 OP WELKE LEEFTIJD KOMEN JONGEREN UIT DE KAST?

Homo- en biseksuele jongeren vertellen dit gemiddeld op hun 16e voor het eerst aan iemand anders. Bijvoorbeeld aan een goede vriend of aan familie.

8 IS HET LASTIG OM UIT DE KAST TE KOMEN?

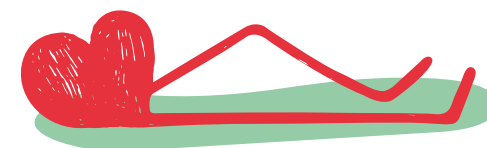
Dat verschilt. Voor jongeren die al mensen kennen die homo, trans of bi zijn, is het vaak wat makkelijker. Als iemands familie homoseksualiteit afwijst, dan is coming-out niet altijd mogelijk. Soms blijft iemand in de kast totdat die zelfstandig woont en zich veilig voelt om openlijk zichzelf te zijn.

9 WAT VINDEN JONGEREN VAN HOMOSEKSUALITEIT?

De meeste jongeren accepteren homo's en lesbo's als hun vriend. Jongeren kunnen wel meer moeite hebben als ze op straat twee mannen zien zoenen.

10 HOEVEEL JONGEREN ZIJN HOMO- OF BISEKSUEEL?

2 tot 3 procent van de jongeren valt vooral of alleen op hun eigen geslacht. Ongeveer 1 procent valt evenveel op jongens als op meisjes. Een beetje op het eigen geslacht valt 2 procent van de jongens valt 2 procent en 5 procent van de meisjes.



11 HOE REAGEREN OUDERS ALS HUN KIND UIT DE KAST KOMT?

80 procent van de ouders reageert (heel) goed als hun kind uit de kast komt. Andere ouders hebben tijd nodig om te wennen aan het idee.

12 BESTAAT DE GAYDAR?

Nee, sommige mensen denken wel dat ze homoseksuele mensen goed kunnen herkennen. Maar uit onderzoek blijkt dat mensen dit heel vaak onjuist inschatten.

13 HOEVEEL JONGEREN HEBBEN SEKS MET IEMAND VAN HET EIGEN GESLACHT?

1 op de 14 jongeren tussen 12 en 25 jaar heeft wel eens seks gehad met iemand van het eigen geslacht. Bijna de helft van deze jongeren heeft vaker seks gehad met een seksegenoot. 1 op de 8 meisjes en 1 op de 20 jongens zou het wel eens willen uitproberen.

14 WAAR VIND JE GOEDE INFO EN ECHTE VERHALEN VAN ANDERE JONGEREN OVER SEKSUALITEIT, RELATIES EN GENDER?

Op sense.info vind je goede info en ervaringen van jongeren. Het kan helpen om te lezen hoe anderen ermee omgaan. Kijk ook eens op expreszo.nl en jongenout.nl.

15 HOE HEBBEN HOMO'S EN LESBO'S SEKS?

Net zoals een man en een vrouw samen seks hebben, bijvoorbeeld met de vinger, mond, penis, vagina en kont. Wat mensen fijn vinden met seks is anders voor iedereen en moet je samen met je partner ontdekken.

16 HOE KRIJGEN HOMO'S EN LESBIENNES KINDEREN?

Twee vrouwen kunnen een kind krijgen door kunstmatige inseminatie (met sperma van een zaaddonor). Homoseksuele mannen kunnen een kind adopteren of een vrouw als draagmoeder vragen. Je kan ook co-ouder worden en samen met de biologische ouders het kind opvoeden.

17 HOEVEEL MENSEN VOELEN ZICH NIET 100 PROCENT MANNELIJK OF VROUWELIJK?

Veel mensen voelen zich niet helemaal man of vrouw, ongeveer 1 op de 20 mensen. Van deze mensen voelt een heel klein deel zich niet thuis in hun lichaam. Sommige mensen willen hun lichaam aanpassen aan hoe ze zich van binnen voelen.

18 WAAROM IS HET VERKEERD OM MET HOMO TE SCHELDEN?

'Homo' of 'gay' wordt vaak geroepen op school. De ene keer wordt het neutraal bedoeld, de andere keer als scheldwoord, maar de impact ervan kan enorm verschillen. Waar de een het als grapje ervaart, is de ander diep gekwetst. Zo kunnen mensen zich onveilig voelen.

19 VALLEN BISEKSUELE MENSEN EVENVEEL OP JONGENS ALS OP MEISJES?

Niet altijd. De meeste jongeren die zich biseksueel voelen en noemen, vallen vaak wat meer op één geslacht.

20 HOE DENKEN MOSLIMS, CHRISTENEN, JODEN EN HINDOES OVER HOMOSEKSUALITEIT?

Er is niet één visie van gelovige mensen op homoseksualiteit. De meningen verschillen, doordat mensen of religieuze groepen bepaalde dingen belangrijk vinden. Ook verschilt dit per land en cultuur.

21 WAT BETEKENT NON-BINAIR?

Non-binair betekent dat iemand zich niet helemaal, of helemaal niet een jongen of een meisje voelt.

22 WAT IS EEN GSA?

GSA staat voor: Gender & Sexuality Alliance. Het is een groep leerlingen en vrijwilligers die het belangrijk vinden dat iedereen zich op school veilig kan voelen.

23 WAT BETEKENT TRANSGENDER?

Een transgender persoon voelt zich anders dan het geslacht waarmee die na de geboorte is ingeschreven. Bijvoorbeeld: iemand werd bij geboorte gezien als meisje, voelt zich van binnen jongen en wil leven als jongen. Sommige trans personen voelen zich jongen en meisje, of tussen jongen en meisje in, of geen van beide. Sommige trans personen willen hun lichaam met hormonen en soms operaties veranderen. Dit hoeft niet.

24 WAAROM IS HET BELANGRIJK DAT JE OP SCHOOL JEZELF KUNT ZIJN?

Pesterijen, eenzaamheid en het gevoel hebben dat je anders bent, zorgen ervoor dat je slechter in je vel gaat zitten. Iedereen moet op school veilig zijn om zichzelf te kunnen zijn, ongeacht seksuele voorkeur of genderidentiteit. Iedereen verdient de vrijheid om zichzelf te ontwikkelen, goed te leren en zich prettig te voelen.

Waar kan je meer informatie vinden?

sense.info

Website voor al je vragen over liefde, seks en relaties voor alle jongeren tussen 12 en 25 jaar. Bevat ook nuttige informatie, ervaringsverhalen en filmpjes voor jongeren met lesbische, homo-, en biseksuele gevoelens (sense.info/ontdek-jezelf/homo-lesbisch-bi-hetero/ervaringsverhalen/).

Je kunt er ook vragen stellen per telefoon, e-mail en chat of een afspraak maken voor een Sense-sprekbeurt in je buurt. Ook is er een forum.

forum.sekswoordenboek.nl

Forum met een afgeschermd, veilige plek waar jongeren alleen andere lesbische, bi- en homojongeren kunnen tegenkomen. Het forum vind je op de website sense.info.

jongenout.nl

Website, opgezet door COC Nederland, waar gay-jongeren van 12-18 jaar elkaar in een afgeschermd omgeving kunnen ontmoeten.

iedereenisanders.nl

Website met informatie over homo-, lesbisch-, bi- en transgender-zijn. Met tips over 'anders' zijn, bijvoorbeeld hoe je anderen kunt ontmoeten.

nietalleenanders.nl

Site met tips waar jongeren die homo, lesbisch, bi of transgender zijn elkaar kunnen ontmoeten.

gaystraightalliance.nl

Website met informatie over activiteiten voor en door GSA's.

respect2love.nl

Respect2love is een community voor lesbische, homoseksuele, biseksuele en transgenderjongeren met een biculturele achtergrond.





Colofon

De lesbrief Seksuele diversiteit en genderdiversiteit is een product van Soa Aids Nederland in samenwerking met Rutgers.

Inhoud JJos Poelman, Suzanne Meijer, Koenraad Vermey, Alicia Euwema, Soa Aids Nederland
Daan Schuurmans, Rutgers

Redactie Annemies Gort

Grafisch ontwerp Suzanne Hertogs
en Anne de Laat, Ontwerphaven

Fotografie Yvonne Brandwijk, Shutterstock.com

Druk Boom Verwey

Productie Alice Verleun, Soa Aids Nederland

Mogelijk gemaakt door RIVM/ CIB

Downloaden lesgevenindiefde.nl of
langlevediefde.nl

Deze lesbrief is een verdiepingsles bij het lespakket *Lang Leve de Liefde* en is bedoeld voor gebruik in de onderbouw van vmbo/havo/vwo.

Met dank aan

Alle collega's van Soa Aids Nederland en Rutgers die hebben bijgedragen aan de inhoud van deze en vorige uitgaves.

Met speciale dank aan alle docenten, GGD-professionals en jongeren die hebben bijgedragen aan de kwaliteit van deze lesbrief.

Eerste uitgave, december 2013
Tweede, herziene uitgave juli 2016
Derde, herziene uitgave 2022
© Soa Aids Nederland, Amsterdam



SOAIDS

Rutgers

Expertisecentrum
seksualiteit