



KLEURRIJKE

**S** **T** **A** **R** **T**

Brochure voor opvoedingsfiguren  
van jonge LGBT+ kinderen

## Voor wie is deze gids?

Deze gids is voor iedereen die een opvoedende rol speelt in het leven van een kind. Onder opvoedingsfiguren verstaan we ouders (juridische ouders, genetische ouders, plusouders adoptieouders en pleegouders), maar ook bijvoorbeeld opvoeder-begeleiders en grootouders. Voor het gemak spreken we in deze brochure meestal over ouders. De gids legt de nadruk op kinderen tot en met 14 jaar. Ouders van oudere kinderen kunnen informatie vinden op de websites van çavaria en Transgender Infopunt.

## Waarom deze gids?

Kinderen en jongeren verkennen hun seksuele en genderidentiteit steeds vroeger openlijk. Daarom is er een groeiende vraag naar betrouwbare en toegankelijke informatie voor opvoedingsfiguren. Als ouder of opvoedingsfiguur krijg je met bepaalde uitdagingen te maken. Je wilt je kind begrijpen en ondersteunen, maar weet misschien niet hoe en wie je daarbij kan helpen. Deze gids is voor jou bedoeld.

Indien je als opvoedingsfiguur goed geïnformeerd en ondersteund wordt, draagt dat bij aan een sterke ouder-kind relatie. Dit is van groot belang voor je eigen welzijn, maar ook voor het welbevinden en de persoonlijke ontwikkeling van je kind. Kinderen hebben een veilige thuis nodig. LGBT+ jeugd ervaart meer geweld en mentale gezondheidsproblemen. Niet per se omwille van hun eigen identiteit, maar eerder omwille van negatieve reacties uit de (thuis) omgeving.

Kinderen die thuis zichzelf niet kunnen zijn, lopen een groter risico op mentale gezondheidsproblemen. Begripvolle en ondersteunende ouders, bieden hun kinderen bescherming en kunnen hun zorgen net wegnemen. We weten uit onderzoek<sup>1</sup> dat de familiale steun een belangrijke invloed uitoefent op het emotioneel welzijn en de draagkracht van LGBT+ personen. Hoe meer je kan rekenen op familiale steun, hoe veerkrachtiger je bent. De familiale steun weegt zelfs zwaarder door dan de steun van vrienden of de LGBTI+ gemeenschap. Dit is opmerkelijk omdat de peergroup, of vriendengroep, erg belangrijk is voor jongeren.

<sup>1</sup>(Puckett et al., 2019 ; Vale et al., 2017 ; Watson et al., 2019 ; de Vries et al., 2016) Cornell University (2017). What does the scholarly research say about the link between family acceptance and LGBT youth well-being?

Je kind ondersteunen in een seksualiteits- of genderidentiteitszoektocht is niet altijd evident. Het kan zorgen voor veranderingen die invloed hebben op het hele gezin, en een handleiding met eenduidige antwoorden bestaat helaas niet. Elk kind is anders en onderzoekt de genderidentiteit of seksuele oriëntatie op een eigen manier en tempo. Voor sommige kinderen is het al heel snel duidelijk hoe de vork in de steel zit, anderen hebben wat meer tijd nodig om uit te zoeken wie ze nu precies zijn.

Jezelf informeren over het thema is een belangrijke eerste stap. Er daarna over communiceren een tweede. Het is uiteraard ook belangrijk om juiste informatie en een luisterend oor aan te bieden. Je kan ook tools gebruiken zoals bijvoorbeeld het 'de genderzoektocht' werkboek van Rylan Jay Testa.

Met deze gids willen we je handvaten aanbieden om dit op een positieve manier te doen. Door jou te versterken, helpen we je een veilige en zorgeloze thuis te creëren voor je kind. Hoe vroeger het gezin start met het actief uitoefenen van begrip en ondersteuning, hoe beter voor het kind.

## **Wat staat in deze gids?**

In deze gids leggen we kort een aantal basisconcepten uit. We overlopen de gender- en seksualiteitsontwikkeling bij kinderen per ontwikkelingsfase en geven concrete tips over wat je als ouder kan doen om je kind hierin te begeleiden. Verder staan we ook stil bij hoe je als ouder voor jezelf kan zorgen, en waar jij terecht kan voor ondersteuning. De informatie in deze gids is gebaseerd op kennis vanuit zowel wetenschappelijk onderzoek als de zorgpraktijk.

Begrijp je niet alle termen die we gebruiken? Probeer de brochure samen met iemand door te nemen of contacteer Lumi voor meer informatie. Op [www.cavaria.be](http://www.cavaria.be) vind je ook een uitgebreide woordenlijst.

# Inhoud

<b>1. Basisconcepten</b>	<b>6</b>
1.1. Geslacht	6
1.2. Genderidentiteit	6
1.3. Genderexpressie	6
1.4. Seksuele oriëntatie	6
1.5 Romantische oriëntatie	6
<b>2. Wie is LGBTI+?</b>	<b>8</b>
2.1. Wie is holebi?	9
2.2. Wie is transgender?	9
2.3. Wie is intersekse?	9
2.4. Waarom een +?	9
<b>3. Grote diversiteit in beleving en ontwikkeling</b>	<b>10</b>
<b>4. Hoeveel personen zijn LGBTI+?</b>	<b>10</b>
4.1. Holebi personen	10
4.2. Trans(gender) personen	11
4.3. Intersekse personen	11
<b>5. Gender- en seksualiteitsontwikkeling</b>	<b>12</b>
5.1. Nature versus nurture?	13
5.2. Levenslange ontwikkeling	14

<b>6. Ontwikkelingsfases per leeftijd</b>	<b>15</b>
6.1. Peutertijd (2-3 jaar)	15
6.2. Kleutertijd (4-6 jaar)	17
6.2.1 Drie vaak voorkomende vragen	18
6.2.2 Hoe maak je als opvoedingsfiguur het verschil? Drie tips.	26
6.3. Schoolkind (6 – 12 jaar)	31
6.3.1. Drie vaak voorkomende vragen	32
6.3.2. Hoe maak je als opvoedingsfiguur het verschil?	40
6.4. Puberteit	43
6.4.1. Drie vaak voorkomende vragen	44
6.4.2 Hoe maak je als opvoedingsfiguur het verschil?	50
<b>7. Zorg voor het gezin</b>	<b>56</b>
7.1. Zorg voor brussen	57
7.2. Zorg voor jezelf als ouder(s)	59
<b>8. Coming-out</b>	<b>63</b>
8.1. Wat is een coming-out?	63
8.2. Is een coming-out noodzakelijk?	64
8.3. Hoe ondersteuning bieden bij een coming-out?	65
<b>9. Tot slot</b>	<b>69</b>
<b>10. Woordenlijst</b>	<b>70</b>

# 1. Basisconcepten

## Seksuele oriëntatie

Seksuele oriëntatie gaat over **seksuele aantrekking en opwinding**.

- Tot welke personen voel je seksuele aantrekking?
- Van wie word je opgewonden?
- Met wie wil je seks hebben?

Sommige mensen zijn asexueel, en willen geen seks of ervaren geen seksuele gevoelens ten aanzien van een ander.

Iemands seksuele en/of romantische oriëntatie kan veranderen doorheen de tijd en in intensiteit.

Seksuele oriëntatie kan samenvallen met romantische oriëntatie, maar dat is niet altijd het geval.

Sommige mensen zijn aromantisch, en ervaren geen romantische gevoelens ten aanzien van een ander.

## Romantische oriëntatie

Romantische oriëntatie gaat over gevoelens van **verliefdheid**.

- Tot welke personen voel je romantische aantrekking?
- Op wie word je verliefd?
- Met wie ben je graag samen?

## Genderidentiteit

Genderidentiteit gaat over een **individuele ervaring** van gender. Je kan je man, vrouw, (afwisselend) beiden of geen van beiden voelen.

Je genderidentiteit kan wel of niet overeenstemmen met je toegewezen geslacht.

Genderidentiteit kan samenvallen met genderexpressie, maar dat is niet altijd het geval.

Iemands genderidentiteit, genderexpressie en geslacht (via officiële wijziging) kan veranderen doorheen de tijd.

## Genderexpressie

Genderexpressie gaat over de manier waarop **iemand zich uit** naar de buitenwereld. Dat kan in de vorm van kleding, make-up, stemgeluid, lichaamshouding, manier van bewegen enzovoort.

## Geslacht

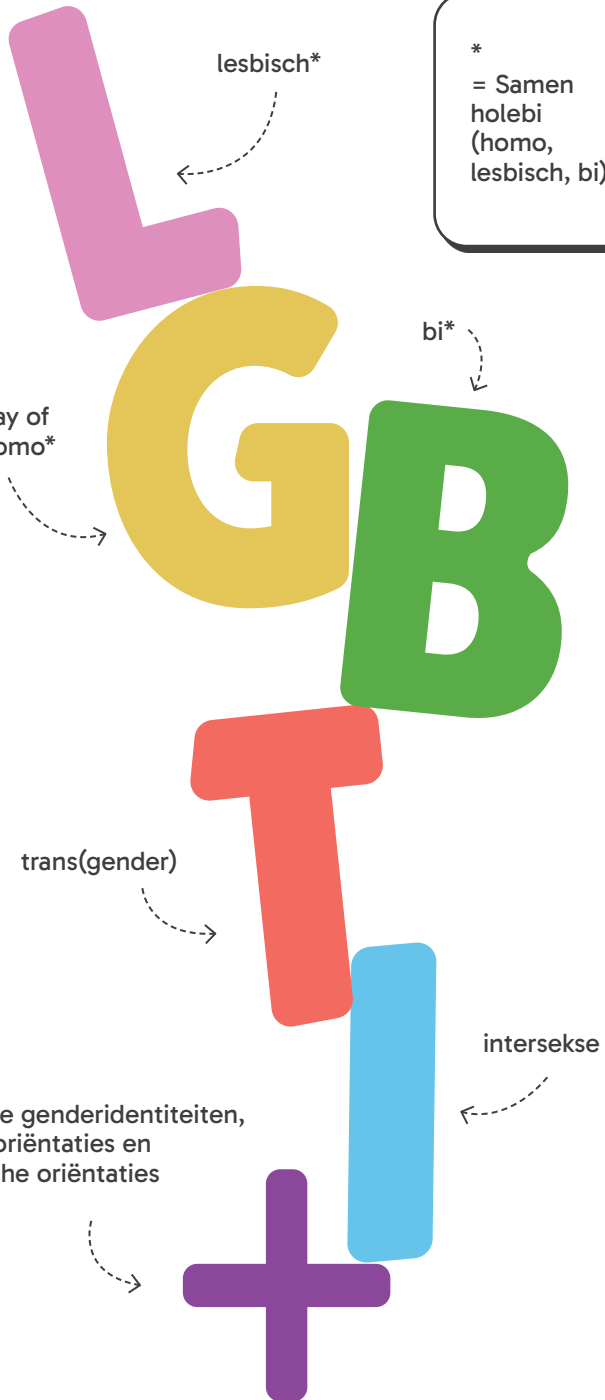
Geslacht gaat over de geslachtsregistratie die iemand bij de geboorte op basis van bepaalde lichaamskenmerken toegewezen krijgt. Het is vaak gebaseerd op wat artsen visueel waarnemen bij de geboorte, en het wordt als zodanig vastgelegd in de geboorteakte.

Daarbij hanteren artsen normen over hoe een lichaam er uit moet zien om het als een jongetje of meisje te registreren. Die twee groepen maken deel uit van het brede geslachtskenmerkenspectrum, maar er bestaan veel meer variaties in de geslachtsontwikkeling.

Geslacht kan samenvallen met genderidentiteit en genderexpressie, maar dat is niet altijd het geval.

## 2. Wie is LGBTI+?

Het letterwoord LGBTI+ staat voor:





## Wie is **holebi**?

Wanneer je je als man identificeert en aangetrokken voelt tot mensen die zich ook als man identificeren, kan je jezelf een homoseksuele persoon noemen.

Wanneer je je als vrouw identificeert en aangetrokken voelt tot mensen die zich ook als vrouw identificeren, kan je jezelf een lesbische persoon noemen.

Wanneer je je als vrouw of man identificeert en zowel aangetrokken voelt tot mensen die zich ook als vrouw of man identificeren, kan je jezelf een biseksuele persoon noemen.

## Wie is **transgender**?

Wanneer je genderidentiteit niet overeenstemt met je toegewezen geboortegeslacht, kan je jezelf trans of transgender noemen.

Trans(gender) kan ook een koepelterm zijn waar bijvoorbeeld non-binaire personen onder vallen. De term non-binair wordt gebruikt door mensen die zich niet herkennen in de binaire man/vrouw opdeling van gender en alle verwachtingen en rollen die aan de binaire gendernormen gekoppeld zijn. Een non-binair persoon is dus iemand die zich niet thuis voelt in de binaire gendercategorieën man of vrouw en zich beter voelt bij een andere, niet-binaire, genderidentiteit. Sommige non-binaire personen gebruiken de voornaamwoorden die/hen.

## Wie is **intersekse**?

De term intersekse beschrijft mensen van wie de geslachtskenmerken niet binnen de klassieke tweedeling man/vrouw vallen.

We kozen er bewust voor om de I van LGBTI+ niet mee te nemen in deze gids. Ouders van intersekse kinderen, waar er sprake is van een variatie in de geslachtsontwikkeling, kunnen uitgebreide informatie en advies vinden in de brochure "Binnenste Buiten".

## Waarom een **+**?

Niet iedereen gebruikt de termen lesbisch, homoseksueel, biseksueel of trans. Sommige mensen gebruiken andere termen om hun genderidentiteit of seksuele en romantische oriëntatie te benoemen. Denk bijvoorbeeld aan queer, non-binair of panseksueel. Andere mensen kiezen ervoor geen specifiek woord te gebruiken. Voor deze groep mensen gebruiken we de '+'.

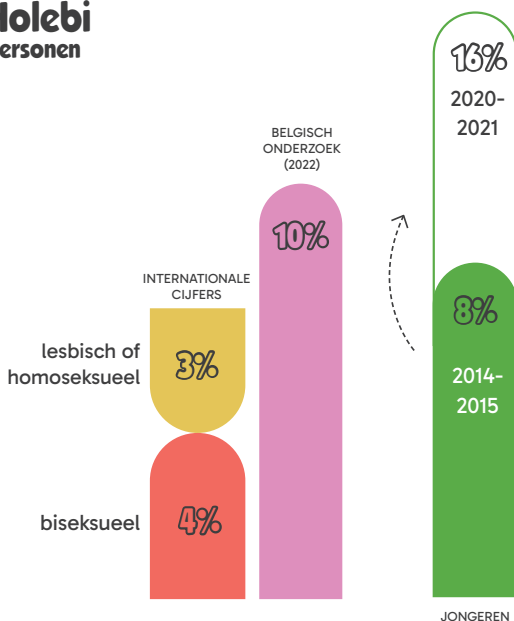
### 3. Grote diversiteit in beleving en ontwikkeling

Iedereen heeft een genderidentiteit, genderexpressie, seksuele oriëntatie, romantische oriëntatie en geslachtskenmerken. De grote diversiteit binnen deze vijf identiteitskenmerken, wordt vaak binair (**tweeledig**) voorgesteld, bijvoorbeeld: man of vrouw, mannelijk of vrouwelijk, holebi of hetero, penis of vulva. Maar dat past dus niet voor iedereen.

Omwille van de grote diversiteit in beleving en ontwikkeling, zetten we deze identiteitskenmerken op een spectrum. Mensen kunnen bewegen op dat spectrum en hoeven niet te kiezen tussen twee aparte afgeleide categorieën.

### 4. Hoeveel personen zijn LGBTI+?

#### Holebi personen



Er zijn in België weinig concrete officiële cijfers over wie wel of niet holebi is. Internationaal onderzoek zegt dat 3% lesbisch of homoseksueel is en 4% biseksueel. Recent onderzoek uit 2022 kwam na een bevraging uit op 10% van de bevolking op basis van zelfidentificatie<sup>2</sup>. Dit cijfer gaat over iedereen die niet enkel op een ander geslacht valt.

Bij jongeren zou dit zelfs nog hoger liggen. Onderzoek vond namelijk dat het percentage jongvolwassenen dat zichzelf als holebi identificeert, gestegen is. Terwijl dit in 2014-2015 nog ongeveer 8% was, steeg dit in 2020-2021 naar ongeveer 16%<sup>3</sup>. Het onderzoek heeft hier geen concrete verklaring voor, maar legt wel de link met de stijgende maatschappelijke aanvaarding van LGBT+ personen.

Romantische oriëntatie  
seksuele oriëntatie

genderidentiteit  
genderexpressie

Romantische oriëntatie en seksuele oriëntatie staan in principe los van genderidentiteit en genderexpressie. Toch worden deze termen vaak foutief door elkaar gebruikt of aan elkaar gekoppeld.

- \* Trans personen zijn niet per definitie homo of lesbisch
- \* Mannen die kledij dragen die we stereotiep linken aan vrouwelijkheid zijn niet per definitie transgender of homo.
- \* Als iemand in transitie gaat, betekent dit niet per definitie dat de seksuele of romantische oriëntatie verandert.

## Trans (gender) personen

Het ipsos onderzoek uit 2023 vond dat ongeveer 2% van de Belgen trans is. Net zoals bij holebi personen ligt het percentage jonge trans personen hoger. Bij gen Z personen (mensen geboren vanaf 1997) valt 6% onder de paraplu term trans (trans, non-binair ...)

Een Vlaams bevolkingsonderzoek<sup>4</sup> vond dat ongeveer 8% van de minderjarigen zichzelf als trans identificeerde. Het ging hierbij opnieuw ook over non-binaire personen.



## Intersekse personen

Ongeveer 2% mensen ter wereld hebben geslachtskenmerken die niet overeenkomen met wat de biologie ziet als mannelijke of vrouwelijke geslachtskenmerken.<sup>5</sup> Ongeveer evenveel mensen hebben groene ogen of maken deel uit van een tweeling.



<sup>2</sup> De Schrijver, L., Fomenko, E., Krahé, B., Dewaele, A., Harb, J., Janssen, E., ... & Keyngaert, I. (2022). An assessment of the proportion of LGBT+ persons in the Belgian population, their identification as sexual minority, mental health and experienced minority stress. *BMC Public Health*, 22(1), 1807.

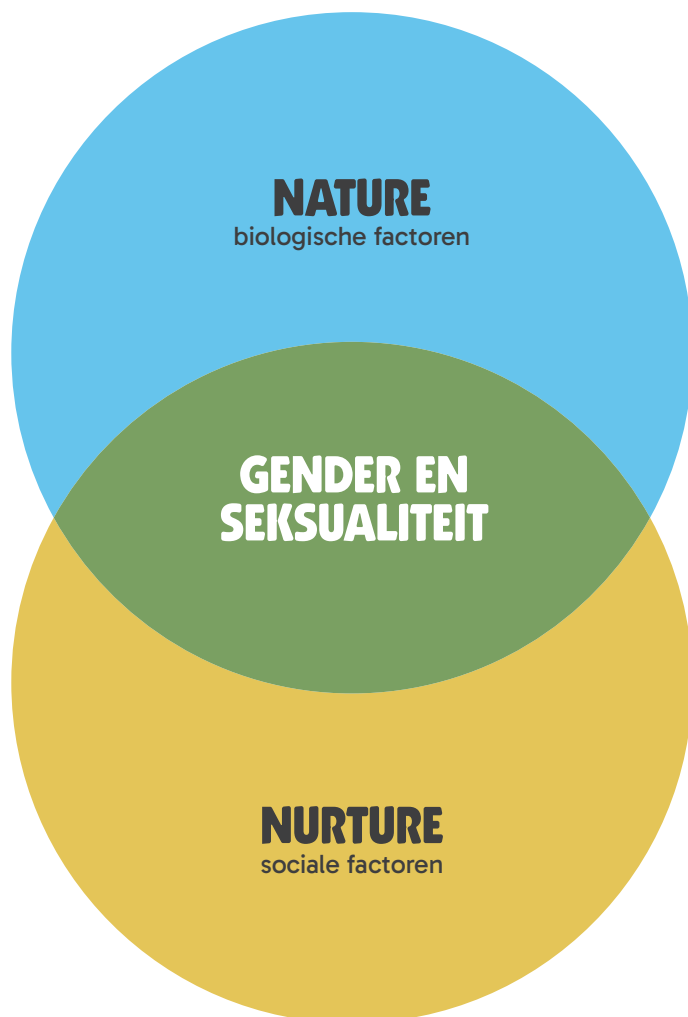
<sup>3</sup> Ipsos Pride survey 2024: Gen Zers most likely to identify as LGBT+ Twenge, J.M., Wells, B.E. & Le, J. Increases in LGB Identification Among US Adults, 2014–2021. *Sex Res Soc Policy* 21, 863–878 (2024). <https://doi.org/10.1007/s13178-023-00874-4>

<sup>4</sup> Zhang, Q., Goodman, M., Adams, N., Corneil, T., Hashemi, L., Kreukels, B., ... & Coleman, E. (2020). Epidemiological considerations in transgender health: a systematic review with focus on higher quality data. *International Journal of Transgender Health*, 21(2), 125-137. Van Caenegem, E., Wierckx, K., Elaut, E., Buysse, A., Dewaele, A., Van Nieuwerburgh, F., De Cuyper, G. & T'Sjoen, G. (2015). Prevalence of Gender Nonconformity in Flanders, Belgium. *Archives of Sexual Behavior*, 44(5), 1281-1287.

<sup>5</sup> Callens, N. (2024). Idem Info. <https://www.ideminfo.be/>.

## 5. Gender- en seksualiteitsontwikkeling

De gender- en seksualiteitsontwikkeling van een kind is een complex proces dat beïnvloed wordt door biologische en sociale factoren. Dit is een levenslang proces dat bij iedereen verschilt. Zo wordt iedereen een uniek persoon met een unieke gender- en seksualiteitsbeleving.



## Nature versus nurture?

Het is niet makkelijk te bepalen welke biologische factoren gender en aantrekking beïnvloeden. We weten wel dat in het algemeen genen, in combinatie met hormonen en hersenfuncties een invloed hebben op ieders gedrag en identiteit.

Maar het is niet zo dat ‘mannelijke’ of ‘vrouwelijke’ hormonen bijvoorbeeld automatisch tot een ‘mannelijk’ of ‘vrouwelijk’ brein leiden. Niet alleen iemands biologisch geslacht, maar ook hun leeftijd, omgeving en individuele genetische variatie bepalen geslachtsverschillen in de hersenen<sup>6</sup>.

Veel belangrijker is het volgende: geslachtsverschillen in de hersenen leiden niet automatisch tot verschillen in gedrag. We kunnen gedrag niet terugbrengen naar één enkele hersenfunctie. Hoe we denken, voelen en handelen is het resultaat van veel factoren. De aantoonbare biologische verschillen in de hersenen tussen de verschillende biologische geslachten zijn dus niet dé verklaring van verschillen in gedrag of emotie.

Ook genderrollen en gendernormen in de samenleving spelen mee. Dit zijn maatschappelijke ideeën over hoe iemand zich moet gedragen. Zo hangen er bepaalde culturele verwachtingen aan de rol van een vader binnen het gezin. Die zou bijvoorbeeld eerder verantwoordelijk zijn voor het verdienen van geld.

Al van jongs af aan leren kinderen op verschillende manieren die stereotiepe verwachtingen voor ‘man zijn’ en ‘vrouw zijn’ kennen. Een voorbeeld hiervan is genderspecifiek speelgoed op tv. Bij poppen zien we vaker meisjes, zij moeten namelijk zorgzaam worden. Daarnaast leren jonge kinderen veel over genderverschillen en relaties door het observeren van rolmodellen. Familie, media, klasgenoten en leerkrachten hebben allemaal invloed. Soms behandelen ouders jongens anders dan meisjes, bewust of onbewust. We weten uit onderzoek dat ook leraren hun aanpak aanpassen op basis van het geslacht van de leerlingen<sup>7</sup>.

Op het moment dat een kind zich bewust wordt van de eigen identiteit, liggen dus al veel verwachtingen van hun toekomstige rol in de omgeving vast. Hierdoor ontwikkelen jonge kinderen een stereotiep genderbeeld. Onderzoek<sup>8</sup> toonde dat driejarigen andere kinderen die als jongetjes worden voorgesteld vaker bestempelen als sterk, slim, luid, groot en snel, terwijl meisjes vaker labels als zwak, stil, bang, klein en traag krijgen.

Eén van de gevolgen is dat kinderen hun gedrag (onbewust) afstemmen op wat ze denken dat ‘passend gedrag’ is. Gendernormen en stereotypen sturen hen in hun gender- en seksualiteitsbeleving. Het is daarom belangrijk om deze stereotypen actief te vermijden.

<sup>6</sup> Fine, C. (2017). Testosteron Rex: Het einde van de gendermythe. Lannoo.

<sup>7</sup> Vantighem, W., Van Maele, D., & Van Houtte, M. (2016). Een brede kijk op gender en waarom het van tel is in onderwijs. *Caleidoscoop* jg, 6-13.

<sup>8</sup> Solbes-Canales, I., Valverde-Montesino, S., Herranz-Hernandez, P. (2020). Socialization of gender stereotypes related to attributes and professions among young Spanish school-aged children. *Frontiers in Psychology*, 11, 169.

# Levenslange ontwikkeling

Gender en seksualiteit ontwikkelen zich niet enkel tijdens de kindertijd, maar gedurende ons hele leven. Onze omgeving en biologie beïnvloeden deze ontwikkeling. Genderidentiteit is nauw verbonden met hoe we ons lichaam waarnemen<sup>9</sup>. Dit kan veranderen doorheen de tijd, waardoor onze genderidentiteit ook kan veranderen. Het is dus geen vaststaand gegeven met een begin- en eindpunt, maar eerder een voortdurend evoluerend proces.

Het kan vroeg of laat duidelijk worden dat de genderidentiteit, genderexpressie, romantische oriëntatie of seksuele oriëntatie van je kind zich anders ontwikkelt dan verwacht. In onze maatschappij is de verwachting namelijk meestal dat mensen aantrekking voelen tot iemand van het ander geslacht (heteroseksueel) en dat de genderidentiteit samenvalt met de geslachtskenmerken (cisgender). Dit noemen we de hetero- en cismnorm. Door die norm kan het dat je kind als 'anders' wordt gezien. Dit kan soms leiden tot pestgedrag of uitsluiting. Je kind kan zichzelf door deze norm ook zelf als een 'ander' bekijken. Dit kan negatieve gevoelens veroorzaken. Gelukkig kan jij hen als zorgfiguur ondersteunen en een veilige plek bieden in elke ontwikkelingsfase.



We gebruiken in deze gids de genderneutrale voornaamwoorden die/hun. Dit doen we bewust om zo inclusief mogelijk te werken. Heb je hierover graag meer informatie en enkele praktische tips?



## GENDER- EN SEKSUALITEITSONTWIKKELING

<sup>9</sup> Tacikowski, P., Fust, J., & Ehrsson, H. H. (2020). Fluidity of gender identity induced by illusory body-sex change. *Scientific Reports*, 10, 14385

# 6. Ontwikkelingsfases per leeftijd

Peuter

Kleuter

Schoolkind

Puber

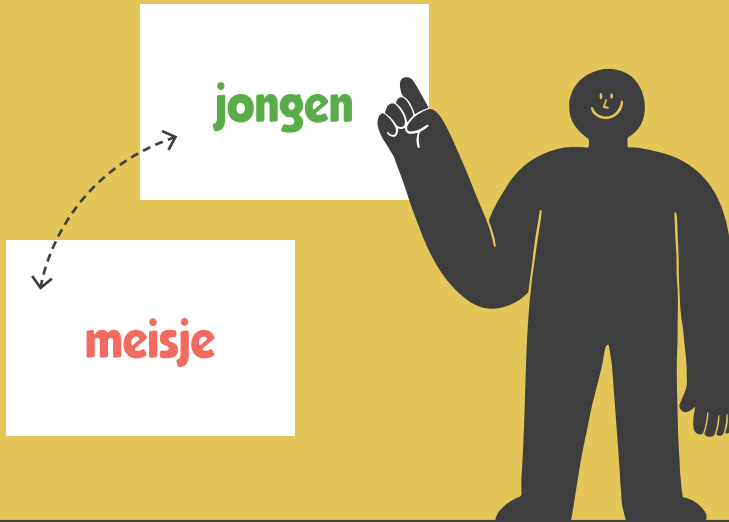
## PEUTER

2-3 jaar

Vanaf de peutertijd (ongeveer 2-3 jaar) kunnen kinderen zichzelf als jongetje of meisje benoemen. Ze delen vanaf dat moment volwassenen en andere kinderen makkelijk op in categorieën. De opdeling tussen jongetjes en meisjes of mannen en vrouwen maken ze op basis van genderexpressie. Ze doen dit op basis van concrete uiterlijke kenmerken zoals iemands kledij of kapsel.

Alles wat jonge kinderen op televisie, de tablet of in boekjes zien, speelt een grote rol in hoe zij stereotypen over meisjes en jongetjes ontwikkelen. Ook hun directe omgeving heeft een sterke invloed op hun manier van denken.

Op deze leeftijd maken kinderen vaak geen onderscheid op basis van lichaamskenmerken, zoals het hebben van een penis of vulva. Voor peuters is het meisje- of jongetje-zijn nog geen vaststaand gegeven, maar iets wat in hun ogen nog kan veranderen.



Wist je dat?



De manieren waarop mensen vormgeven aan hun genderexpressie is tijd- en context gebonden. Het dragen van een rok wordt anno 2024 in België stereotiep gelinkt aan vrouwen. Vroeger was dat wel anders: échte mannen droegen eeuwenlang rokken in Europa. In Schotland dragen mannen nog steeds rokken tijdens ceremoniële bijeenkomsten. Tijd- en context gebonden dus.

**VB.**

Een vrouw met een opgeplakte snor en een zware stem kan door een peuter als man geïnterpreteerd worden. Bij het afnemen van de snor en het verhogen van de stem, opnieuw als vrouw.



## Wat kan ik als ouder doen?

Laat je peuter de wereld verkennen. Laat je leiden door wat je kind leuk vindt en speel samen met verschillende verhalen en prikkels. Het is absoluut nog niet nodig om een label te plakken op een peuter.



# KLEUTER

**4-6 jaar**

Vanaf de kleutertijd (ongeveer 4-6 jaar) gedragen de meeste kinderen zich als jongetje of meisje. Dit doen ze op basis van stereotiepe verwachtingen die ze aanleerden. Hun dichte omgeving moedigt hen vaak, soms onbewust, aan om zich “gepast” te gedragen. “Ongepast” gedrag wordt ontmoedigd. Al vanaf jonge leeftijd worden er maatschappelijke verwachtingen op hen geprojecteerd.

Op kleuterleeftijd worden kinderen zich pas echt bewust van de wereld om hen heen, en gaan ze steeds meer interactie aan met anderen. In hun rollenspellen komen dan rolverdelingen naar voor die ze kennen van thuis, vanop school of vanop televisie. Tegelijkertijd is dit ook een fase waarin kleuters veel experimenteren met speelgoed en fantasie. Op deze leeftijd kunnen kinderen nog moeite hebben met het onderscheiden van fantasie en realiteit.

**realiteit****fantasie**

### 1. Is het geen fase of aandachttrekkerij



Het is volkomen normaal dat kleuters experimenteren met genderrollen en -expressies. Ze zijn immers echte wereldontdekkers! Tracht als opvoedingsfiguur een open houding aan te nemen. Het is belangrijk om kleuters vrijheid en ruimte te bieden om te experimenteren met diverse rollen, gevoelens, materialen, kledij, sporten... Door hen te ondersteunen in hun zelfgekozen interesses en expressies, help je hen hun eigen identiteit te ontwikkelen. Dit biedt hun de kans om te ontdekken wat voor hen goed en authentiek aanvoelt. Ook op vlak van gender of aantrekking.

Sommige kinderen ontdekken dat ze zich soms meer aangetrokken voelen tot interesses, rollen of gevoelens die traditioneel met een andere genderidentiteit worden geassocieerd. Denk bijvoorbeeld aan jongetjes die van glitters en poppen houden, een meisje dat liever mama en mama speelt of in bomen klimt. Dit soort gedrag en gevoelens betekent niet automatisch dat ze minder een meisje of jongetje zijn. Of dat ze homoseksueel zijn. Voorkeuren of expressies zijn niet hetzelfde als het innerlijke gevoel van 'zijn'.

Als je kleuter gendervariante gevoelens heeft of gedragingen stelt, kan dit een fase zijn die later uitdooft. Niet elk kind dat gender- en/of seksualiteitsvariant gedrag stelt, blijkt later ook effectief LGBT+ te zijn.

Een belangrijke boodschap die je een kind kan meegeven is dat een jongentje gerust geïnteresseerd mag zijn in "meisjesdingen", maar daarom nog geen meisje is, en omgekeerd. Maak je kind bewust van genderstereotypen en leg uit dat er een rijke diversiteit aan mensen is.

Bij sommige jonge kinderen gaat het verder dan alleen interesses of voorkeuren: zij uiten dat hun lichaam en genderrol niet (volledig) bij hen past. Ze lijken zichtbaar last te hebben van hun gendervariante gevoelens. Kleuters kunnen dit vaak nog niet in woorden uitdrukken, maar zullen het eerder laten zien door hun gedrag.

## Een paar voorbeelden:

Koppig en opstandig gedrag wanneer ze bepaalde kledij moeten passen.

Kapotscheuren van een rok of jurk.

Zelfbeschadiging zoals: hoofdbonken, haar uittrekken, zichzelf krabben...

Intens triest zijn wanneer bepaald speelgoed geweigerd wordt.

Angstig of timide zijn in sociale omgevingen die sterk hetero- of cisnormatief zijn.

Piemel wegduwen tussen de billen.

Als ze wat ouder zijn, kunnen ze uitspraken doen zoals:

**Ik wil borstjes zoals mama.**

**Ik wil geen jurk aan!**

**Ik ben geen jongen.  
Ik ben een meisje.**

**Ik ga later trouwen met juf Cindy.**

**Ik ben verliefd op Sylvie.  
Wij zijn liefjes.**

**Ik wil mijn piemel eraf.**

## Hoe maak je als opvoedingsfiguur het verschil?

**Stel je in deze situaties begripvol op**, en luister waar je kind het moeilijk mee heeft.

**Reik emotiewoorden aan**, zodat je kind beter kan verwoorden wat er in zich omgaat.

**Maak het bespreekbaar**. Gedrag verbieden of negeren is geen goede strategie.

**Observeer en vraag goed door**. Tracht het gedrag en de gevoelens van je kind te ontrafelen, zodat het duidelijker wordt wat aan de oorsprong ligt. Uitgaan van eigen aannames of te veel sturen in een gesprek, doe je beter niet.



## VB. Je zontje verkleedt zich graag in een prinses.

Zeg liever niet

Ik merkte dat je je vandaag als prinses verkleedde. Prinsessenjurken zijn voor meisjes. Zou je liever een meisje willen zijn?

Zeg liever wel

Ik zie dat je vaak een prinsessenjurk aantrekt. Wat vind je zo leuk aan een prinses (zijn) of dit jurkje?

Ik zie ook dat het je verdriet doet wanneer het jurkje terug uit moet. Wat maakt dat je dan verdriet hebt?

Label je kind niet te snel en overweeg de verschillende redenen die achter het gedrag of de uitingen kunnen zitten:

Wil je zoontje een jurk dragen omdat hij zich zo meer een meisje voelt, of omdat hij op die manier de show kan stelen en meer aandacht krijgt?

Wil je dochter met de jongens voetballen omdat ze zich een van de jongens voelt, of vindt ze balsporten gewoon heel leuk?

Wil je zoon lange haren omdat hij zich meer een meisje voelt, of wil hij gewoon meer lijken op zijn coole oudere broer die ook lange haren heeft?

Een verbod op spelen met bepaald speelgoed of je kind afwijzen wanneer het zich naar jouw normen té vrouwelijk of mannelijk opstelt, zal het openlijk gedrag misschien wel doen verdwijnen, maar het verborgen verlangen blijft. Je kind kan zich dan ongelukkig of onzeker beginnen voelen, of op zoek gaan naar andere contexten waarin het zich wel veilig of begrepen voelt.

**Kinderen proberen te voldoen aan de verlangens en verwachtingen van hun ouders, omdat ze hunkeren naar hun aandacht, liefde en erkenning. Ze voelen vaak een sterke loyaliteit tegenover hun opvoedingsfiguren. Als erkenning en begrip ontbreken, kan dit de basis leggen voor ontwikkelingstrauma's.**

2.

## (Hoe ver) ga ik hierin mee



Als ouder is het belangrijk om een evenwicht te vinden tussen afremmen en ruimte geven. Om verwarring bij je kind te voorkomen, zit je best met alle opvoedingsfiguren op dezelfde lijn.

Voor kinderen is het belangrijk dat ze altijd de vrijheid behouden en niet meteen hoeven te beslissen over hun identiteit. Ze hebben immers nog veel tijd om rustig te ontdekken welke richting ze willen uitgaan. Als ze toch een keuze maken en daarop willen terugkomen, moet dat mogelijk en bespreekbaar zijn.

Neem geen overhaaste, ondoordachte beslissingen bij gender- of seksualiteitsvariant gedrag van je kind. Denk goed na over je eigen waarden en normenkader en beslis wat voor jou als ouder kan en wat niet. Hou wel altijd rekening met het welzijn van je kind. Wees kritisch over je eigen waarden en normen en durf ze bijschaven indien nodig. Onthoud dat je mening een hele grote impact heeft op de gezondheid van je kind.

Hoe ga ik om met het gedrag van mijn kind? Moet ik het tolereren? Zo ja, in hoeverre?

Ik wil begrip tonen, maar stuur ik het dan niet te veel in een bepaalde richting?

Houden we het binnenshuis, of bespreken we dit met de school en familie?

Wordt mijn kind wel gelukkiger als we dit toelaten op zo'n jonge leeftijd, of loopt het risico gepest te worden?

Is het een uiting van genderidentiteit, of spelen andere factoren mee, zoals seksuele oriëntatie?

Moet ik gedrag negeren of verbieden in de hoop dat het verdwijnt?

Dit zijn allemaal vragen die je als ouder kunnen bezighouden. Volg het ritme en de ontwikkeling van je kind alsook je eigen tempo. Luister naar je kind en laat hen aangeven wat comfortabel aanvoelt. Verken samen met hen wat leuk aanvoelt. Het gender- of seksualiteitsvariant gedrag van een kind kan echter soms zo opvallend zijn dat je je als opvoedingsfiguur gedwongen voelt om snel een standpunt in te nemen. Je kan op verschillende manieren informatie verzamelen, zowel bij LGBTI+ specifieke bronnen als bij de gespecialiseerde kinderpsychologen en reguliere welzijnsprofessionals.

## LGBT+ specifieke ondersteuning



Wil je (anoniem) bellen, chatten of mailen met een vrijwilliger met kennis over alles LGBT+? Dat kan bij **Lumi**, de info- en luisterlijn van çavaria. Zij staan klaar om te luisteren naar je mogelijke bezorgdheden en vragen.

.....



Zoek je informatie specifiek over trans? Dan kan je terecht bij **Transgender Infopunt**. Je kan hen gratis en anoniem bellen, mailen, (video)chatten of informatie vinden op hun website.

.....



Ervaart je kind gedragsproblemen zoals bijvoorbeeld pijnbelen, eetproblemen of depressies in combinatie met gender- of seksualiteitsvariant gedrag? Dan kan professionele ondersteuning nodig zijn. Je kan hiervoor terecht bij een gespecialiseerd kinderpsycholoog. Dit kan bij het **UZ Gent** of het **ZNA Antwerpen** of bij een zelfstandig kinderpsycholoog (zie zorgkaart Transgender Infopunt). Als je kiest voor het UZ of ZNA is de eerste stap een intakegesprek samen met je kind.

## algemene ondersteuning



Je kan altijd het gesprek aangaan met de **leerkracht** van je kind als jullie een goede band hebben. Vind je een luisterend oor bij de leerkracht maar ontbreekt het hen aan tools of kennis? Dan kan je hen adviseren om contact op te nemen met **çavaria** of **KLIQ**, het vormingscentrum van çavaria.

.....



Ook het **CLB** of het **CAW** kan een waardevolle partner zijn tijdens je zoektocht naar ondersteuning. Het CAW heeft een structurele samenwerking met Transgender Infopunt.

.....



Als het comfortabel aanvoelt kan je ook steeds je **huisarts** of een andere eerstelijnsprofessional aanspreken.



### 3. Hoe kan ik op een leeftijds- en ontwikkelingsgeschikte manier met een kleuter praten over seksuele en genderdiversiteit

Zorg er allereerst voor dat er een veilige en open sfeer is wanneer je met een kleuter praat over seksuele- en genderdiversiteit. Dit betekent dat je niet boos wordt of lacht wanneer je kind vragen stelt. Zorg ervoor dat je je kind geen twijfels of onduidelijkheden meegeeft want dit kan een gevoel van onveiligheid creëren. Vind je het moeilijk om te bepalen wat gepast is volgens de leeftijd? Bespreek dit met een kleuterleerkracht of pedagoog.

Neem je kind serieus als het aangeeft verliefd te zijn. Het is heel normaal dat kinderen op jonge leeftijd al sterke gevoelens of een intense band ontwikkelen met anderen. Ze zijn op zoek naar de betekenis en invulling van vriendschaps- en liefdesrelaties. Leg duidelijk uit wat wel en niet gepast is, en wat het verschil is tussen vriendschap en verliefdheid. Gebruik woorden die je kind begrijpt en verbind het gesprek aan herkenbare, alledaagse situaties.

#### VB.

Stiene uit de klas heeft twee mama's. Voor Stiene's mama's was het niet zo gemakkelijk om een kindje te krijgen zoals dat voor papa en mama was. Haar mama's hebben enkel eitjes. Om een baby te maken heb je een eitje en een zaadje nodig. Zij gingen naar een ziekenhuis en daar waren dokters die heel veel wisten over kindjes maken en hen konden helpen. Een lieve meneer gaf een zaadje aan de dokters. De dokters brachten dan het zaadje van die meneer samen met een eitje van één van de mama's van Stiene, en zo is Stiene geboren!





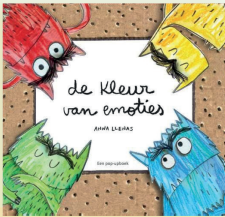
Gebruik woorden die je kind begrijpt en verbind het gesprek aan herkenbare, alledaagse situaties.

Kleuters kunnen soms lastige vragen stellen of situaties aanbrengen die moeilijk uit te leggen zijn. Ze verdienen echter een eerlijk en begrijpelijk antwoord. Het is niet erg als je niet direct een antwoord klaar hebt. Je kunt de tijd nemen om er eerst zelf over na te denken, informatie op te zoeken of het te bespreken met een andere opvoedingsfiguur of professional. Het is prima om te zeggen

Dat weet ik ook niet zo goed. Ik ga er eens over nadenken!

Hou je aan de afspraak en kom er ook effectief later op terug. Controleer in de dagen daarna of je kind nog steeds aan het gesprek denkt.

Vraag daarnaast regelmatig hoe je kind zich voelt. Je kan daarbij zelf verschillende emoties benoemen om je kind te helpen zich uit te drukken. Er zijn ook boeken en films die specifiek gericht zijn op het uiten van emoties, zoals de boeken 'De kleuren van emoties', 'Het kleurenmonster' van Anna Llenas, 'Draakje vurig', 'Zo voel ik mij' van Pierre Winters, 'Anna's grote emotieboek' van Kathleen Amant of de film Inside Out. Je kan het ook op een creatieve manier aanpakken: een tekening maken of Playmobil popjes gebruiken om te tonen hoe ze zichzelf zien. Je kan hier gerust mee experimenteren, elk kind is hierin uniek.



## Hoe maak je als opvoedingsfiguur het verschil?



Mediatheek van  
Transgender  
Infopunt



Boekentips rond  
LGBT+ thema  
van Klasse



Toolkit gender  
in de kleuterklas  
van Rosa vzw



Website inclusiever  
spelen met speelgoed,  
kinderboeken en  
meer van Met Nina

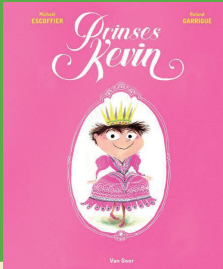


De samenleving wordt steeds meer divers, niet enkel op vlak van gender, seksuele of romantische oriëntatie. Maar ook cultureel. Het is belangrijk je kind de diversiteit in de wereld te tonen. Daarnaast is het ook zeer belangrijk dat een kind zich kan herkennen in verhalen. Onderzoek toont aan dat rolmodellen voor (LGBTI+) kinderen een positieve impact hebben op hun zelfbeeld en (mentale) gezondheid.

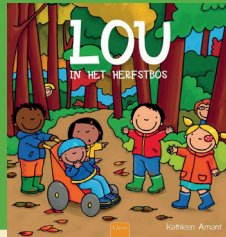
Zoek naar boekjes, tv-programma's, films, speelgoedcatalogi en andere materialen die gender- en andere stereotypen doorbreken en een inclusieve boodschap uitdragen. Richt je op materialen die diversiteit breed weergeven en waarin traditionele genderrollen regelmatig worden omgekeerd of uitgedaagd.

Je kunt specifiek zoeken naar materialen met een LGBT+ thema of een LGBT+ hoofdpersonage, maar ook naar bronnen die diversiteit in algemene zin benadrukken. Denk hierbij aan verhalen waarin bijvoorbeeld een man in een rolstoel, een genderdivers kind, en een zwarte vrouw voorkomen, zonder dat de nadruk noodzakelijk op hun identiteitskenmerken ligt.

Vraag om raad aan een opvoedingswinkel, Kind & Gezin, De Gezinsbond, een kleuterleerkracht of bibliothecaris



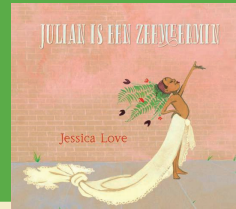
**Prinses Kevin**  
Michaël Escoffier  
vanaf 3 jaar



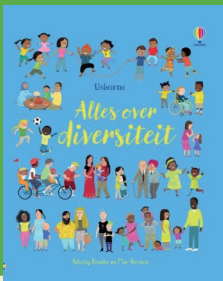
**De boekjes van Lou**  
Kathleen Amant  
vanaf 4 jaar



**Gelukkige vaderdag Silvie**  
Brigitte Minne & Isabelle Geeraerts  
vanaf 4 jaar



**Julian is een zeemeermin**  
Jessica Love  
vanaf 4 jaar



**Alles over diversiteit**  
Felicity Brooks  
4 tot 6 jaar



**De Mama's van Sterre**  
Gea Van Beuningen  
van 4 tot 6 jaar



**Goos**  
Jolanda Haverkamp  
4 tot 6 jaar



**Je kunt niet kiezen op wie je verliefd wordt**  
Pimm Van Hest  
4 tot 6 jaar



**En ze leefden nog**  
Elisabeth Lucie Baeten  
7 tot 9 jaar



**100 antwoorden bij seksuele opvoeding**  
Belle Barbé  
over kinderen van 0-12 jaar





## denk na over GENDERBEWUSTE OPVOEDING

Genderbewust opvoeden moedigt kinderen aan om vrij te ontdekken en keuzes te maken op basis van hun eigen persoonlijkheid, talenten en voorkeuren, los van stereotypen. Het bevestigen van genderstereotypen kan de ontdekking van persoonlijke voorkeuren belemmeren of het uitproberen van bepaalde activiteiten ontmoedigen.

Denk bijvoorbeeld aan een jongetje dat graag een diadeem draagt, maar steeds te horen krijgt dat “een diadeem alleen voor meisjes is,” of een leerkracht die de klas vraagt “of alle sterke jongens willen helpen met het dragen van een zware bank.” Zulke situaties kunnen kinderen beperken in hun zelfexpressie en ontwikkeling.




We gebruiken liever de term genderbewust opvoeden dan genderneutraal opvoeden. Genderverschillen hoeven niet ontkend te worden en mogen er zijn. Genderbewust opvoeden betekent niet dat je je kind niet als jongetje of meisje mag opvoeden, maar dat je bewust omgaat met de impact van genderstereotypen.

Kinderen worden vaak subtiel in een bepaalde richting geduwd. Hoewel het soms moeilijk kan zijn om af te wijken van de gangbare gendernormen, helpt het je kind om zichzelf beter te leren kennen, een open blik op de wereld te ontwikkelen, samen te leven met anderen, en respectvoller om te gaan met verschillen. Zelfs al blijkt je kind later niet LGBT te zijn, verruimt het dus hun blik.



Wil je meer weten over  
genderbewust opvoeden?  
Bekijk dan zeker de  
[website van RoSa vzw.](#)





Let op je taalgebruik en wees je bewust van je eigen referentiekader<sup>10</sup>. Leer je kind dat sommige mensen anders denken, handelen, of communiceren. Geef het goede voorbeeld door gendergelijkwaardig gedrag te tonen in het dagelijks leven. Verdeel bijvoorbeeld de huishoudelijke taken op basis van interesses en vaardigheden, in plaats van op basis van gender. Neem je kind mee naar een trouwfeest van een lesbisch koppel, enzovoort.

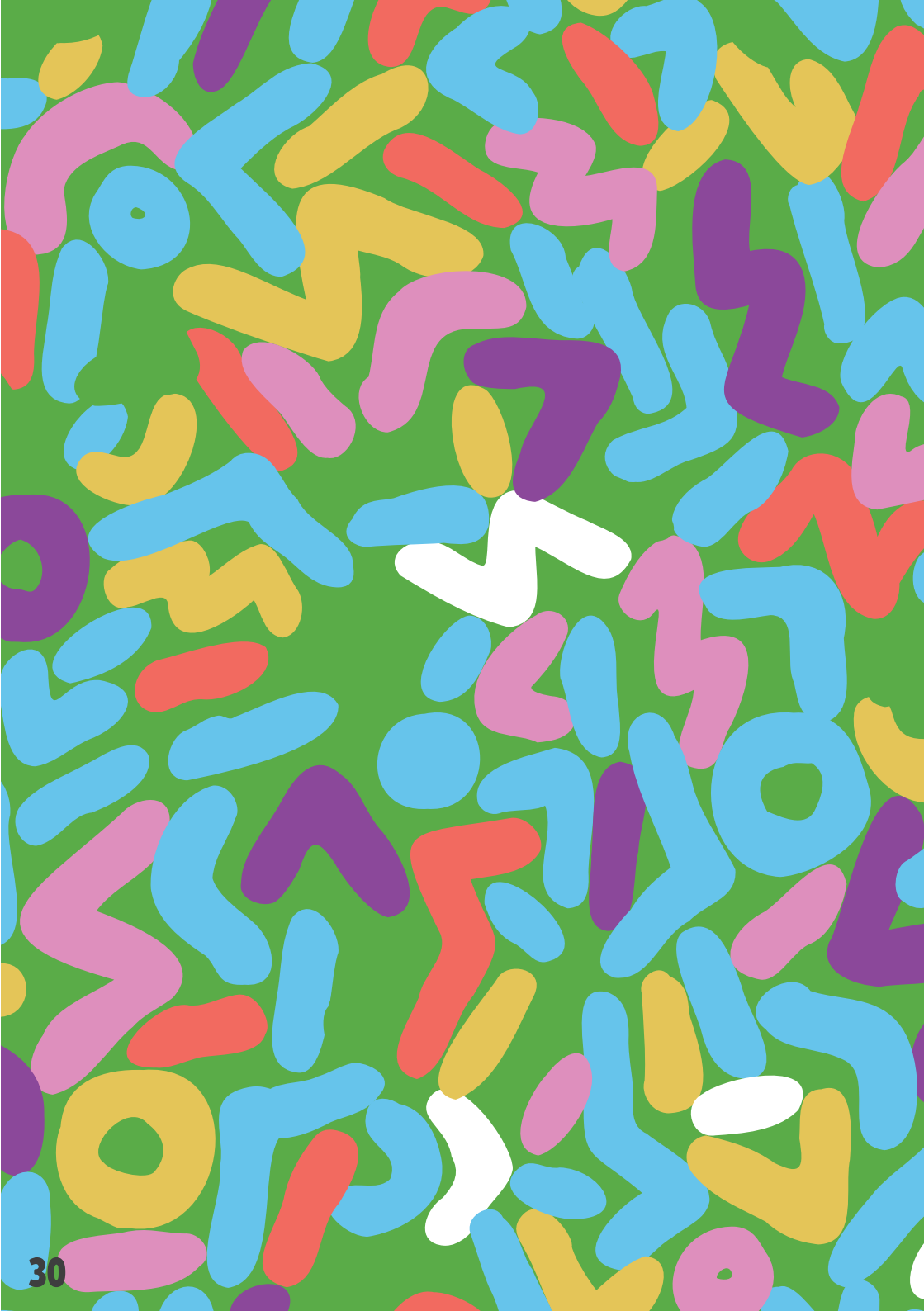


## Geef het GOEDE VOORBEELD

Kinderen leren door naar rolmodellen te kijken en zich aan hen te spiegelen. Als ouder ben je een van de belangrijkste rolmodellen voor je kleuter. LGBT+ kinderen ervaren vaak minderheidsstress, die voortkomt uit het gevoel 'anders' of in de 'minderheid' te zijn. Dit kan leiden tot gevoelens van minderwaardigheid. In gezinnen waar diversiteit wordt omarmd en waar mensen uit minderheidsgroepen niet worden gezien als "raar" of "anders", voelen LGBT+ kinderen zich vaak veel beter in hun vel. Dit heeft een levenslang, positief effect op de gezondheid van je kind.



<sup>10</sup> Een referentiekader is een combinatie van concepten, waarden, gewoonten, opvattingen... Deze combinatie heeft een invloed op hoe je naar de wereld kijkt.



# SCHOOLKIND

6-12 jaar

Vanaf de leeftijd van zes jaar beseffen kinderen dat hun lichaam niet zomaar kan wijzigen. Ze ontwikkelen een zelfbeeld en een besef van waarden en normen. In tegenstelling tot de peuter- en kleutertijd maken ze nu wel een onderscheid op basis van lichaamskenmerken zoals het hebben van een penis of vulva. Ook worden ze zich nog meer bewust van de verwachtingen die heersen rond relaties en gezinsvorming. Dit besef kan het begin van een lastige periode zijn voor LGBT+ kinderen. Ze beseffen namelijk meer en meer het bestaan van de cisgender- en heteronorm. Dat wil zeggen dat ze leren dat het grootste deel van onze maatschappij bestaat uit heteroseksuele koppels en cis personen en dat zij dus de norm zijn. En vooral dat wie dit niet is, door sommigen als ‘anders’ of zelfs ‘afwijkend’ gezien kan worden. Ook krijgen ze tijdens deze fase voor het eerst bewust te maken met groepsgedrag, verliefdheid en afwijzing, populariteit en pesten.

Tijdens deze periode experimenteren de meeste kinderen met verschillende hobby's, sporten en interesses. Ook hun speelgoed, de toegang tot multimedia en de interesse in kledij en expressie neemt toe.

Het is een periode waarin er, vaak goedbedoeld, veel genderverwachtingen op hen geprojecteerd worden.

**waarden  
& normen**





## 1. Wat zijn mogelijke tekenen of signalen dat mijn kind LGBT+ is, en hoe kan ik hier best op reageren?

Er zijn geen universele signalen die duidelijk aangeven dat een kind LGBT+ is, omdat seksuele oriëntatie en genderidentiteit uniek zijn voor ieder kind. Bovendien ontwikkelen deze aspecten zich vaak over een lange periode. Toch zijn er enkele mogelijke tekenen waar je op kan letten. Het is wel belangrijk om deze signalen niet te beschouwen als een definitief 'bewijs'.

Mogelijke tekenen:



### Interesses buiten de genderstereotypen

Je kind kan interesses hebben die niet traditioneel bij hun geslacht horen, zoals een jongen die graag met poppen speelt of een meisje dat zich meer aangetrokken voelt tot typische 'jongens'-activiteiten zoals vechten met stokken. Dit kan een teken zijn, maar is op zichzelf geen definitief signaal.



### Voorkeur voor genderneutrale uitingen

Je kind kan voorkeuren ontwikkelen voor kleding, kapsels of gedragingen die traditioneel niet overeenkomen met hun geboortegeslacht. Bijvoorbeeld, een jongen die zich graag kleedt in jurken, of een meisje dat liever broeken uit de jongensafdeling draagt.





## Verklaringen of vragen over hun identiteit

Je kind kan vragen stellen of opmerkingen maken over de eigen identiteit, zoals het aangeven dat het zich niet thuis voelt in het geboortegeslacht of dat het zich aangetrokken voelt tot iemand van hetzelfde geslacht.



## Moeilijke relatie met eigen lichaam

Je kind kan tekenen vertonen van ontevredenheid of ongemak met het eigen lichaam, zoals het vermijden van spiegels, negatieve opmerkingen maken over het eigen uiterlijk, of de wens om bepaalde lichaamsonderdelen te verbergen. Dit kan wijzen op worstelingen met de genderidentiteit of seksuele oriëntatie.



## Terugtrekken of meer op zichzelf zijn

Een kind dat zich begint terug te trekken uit sociale situaties of meer tijd alleen doorbrengt dan gebruikelijk, kan te maken hebben met interne conflicten of gevoelens van isolement vanwege hun identiteit.



## Depressieve klachten of angst

Veranderingen in stemming, zoals somberheid, verlies van interesse in activiteiten die ze eerder leuk vonden, slaapproblemen, problemen op school of verhoogde angst, kunnen signalen zijn dat je kind worstelt met diens identiteit of met het gevoel “anders” te zijn.



## Interesse in LGBT+ onderwerpen

Je kind kan interesse tonen in boeken, films, of gesprekken over LGBT+ onderwerpen. Dit kan een manier zijn om hun eigen gevoelens te verkennen.

### **Blijf open en ondersteunend**

Zorg ervoor dat je kind weet dat het altijd bij je terecht kan en dat je het zonder oordeel steunt. Toon interesse in gevoelens en gedachten.

### **Luister zonder druk**

Forceer geen gesprek over identiteit, maar zorg ervoor dat je kind weet dat het erover kan praten. Laat je kind het tempo bepalen.

### **Gebruik inclusieve taal**

Zorg ervoor dat je taalgebruik inclusief en ondersteunend is. Vermijd aannames over toekomstige relaties of voorkeuren op basis van het geboortegeslacht.

**VB. Je wil vragen naar de ouders van een klasgenoot van je kind**



**Leg liever niet**

Wat is het beroep van de papa en/of mama van Remus?



**Leg liever wel**

Wat is het beroep van de ouder(s) van Remus?

## Hoe je het beste kunt reageren

### **Zoek ondersteuning indien nodig**

Als je kind aangeeft worstelingen te ervaren, overweeg dan professionele hulp in te schakelen, zoals een psycholoog die ervaring heeft met LGBT+ jongeren. Je kan ook een LGBTI+ persoon uit je omgeving inschakelen of je huisarts. De zorgkaart van Transgender Infopunt is een lijst van LGBT+ inclusieve hulpverleners.

### **Wees geduldig en liefdevol**

Het begrijpen van je genderidentiteit en seksuele oriëntatie kan tijd kosten. Blijf geduldig en laat je kind weten dat je onvoorwaardelijk van hem, haar of hen houdt.

### **Respecteer privacy**

Als je kind nog niet klaar is om hun gevoelens of identiteit met anderen te delen, respecteer dit dan en bied ruimte om zelf te beslissen wanneer en met wie het dit wil bespreken.



2.

## Hoe kan ik mijn kind weerbaar maken voor reacties of pesterijen?

Wanneer je kind gepest wordt of nare reacties krijgt van anderen, kan dat als ouder een machteloos gevoel geven. Toch zijn er stappen die je kunt nemen om je kind te ondersteunen. Het is cruciaal om naar hun ervaringen te luisteren en ervoor te zorgen dat je kind weet dat het altijd bij je terecht kan.

Bespreek samen mogelijke situaties waarin je kind gepest of uitgedaagd kan worden, en denk na over hoe het hierop kan reageren. Leer je kind om kalm te blijven en niet te reageren op provocaties. Bespreek strategieën zoals het negeren van pestkoppen, weggaan, of hulp zoeken. Er bestaan tools zoals 'rots en water' of de website [apetrotsekinderen.nl](http://apetrotsekinderen.nl)

Zelfvertrouwen is ook essentieel voor je kind. Help je kind zijn, haar of hun eigenwaarde te erkennen door aandacht te besteden aan alle talenten, interesses, en successen. Moedig je kind aan om positieve uitspraken over zichzelf te doen, zoals

**Ik ben sterk.**

**Ik ben goed  
zoals ik ben<sup>11</sup>.**

Het kan ook nuttig zijn om je kind te leren over de rijke LGBT+ geschiedenis en rechten. Kennis van de strijd en de rechten van de LGBT+ gemeenschap kan je kind versterken en een gevoel van trots geven. Bespreek het belang van diversiteit en hoe iedereen uniek is, en benadruk dat dit iets is om te vieren. Je kan ook beroep doen op positieve rolmodellen uit de media of indien mogelijk je omgeving. Bijvoorbeeld Pommeliers Thijs, een bevriende LGBT+ persoon ...

<sup>11</sup> Niet specifiek voor ouders, maar wel handig ter inspiratie.

Om goed om te gaan met reacties van anderen, kan het ook helpen om te werken aan assertiviteit, eventueel via een professionele assertiviteitstraining. Help je kind assertief te zijn, zodat het voor zichzelf kan opkomen zonder agressief te worden. Dit kan geoefend worden door middel van rollenspellen. Moedig je kind ook aan om vriendschappen te sluiten met mensen die accepterend en steunend zijn, wat een gevoel van veiligheid en verbondenheid kan geven.

Als je weet dat er pesterijen voorkomen op school, bespreek dit dan met de (zorg)leerkracht of CLB-medewerker om ervoor te zorgen dat er een veilige en inclusieve omgeving wordt geboden. Dit kan ook betekenen dat je vraagt om anti-pestprogramma's of trainingen voor leerkrachten. Zoek daarnaast LGBT+ groepen waar je kind andere LGBT+ kinderen kan ontmoeten en zich minder alleen voelt. Scholen kunnen zich hierin laten bijstaan door KLIQ, de vormingsdienst van çavaria.

Als je kind ernstig gepest wordt, overweeg dan om een psycholoog in te schakelen die ervaring heeft met LGBT+ jongeren of pestproblematiek. Kinderen weerbaar maken tegen negatieve reacties of pesterijen gaat over hen voorzien van de juiste tools en het zelfvertrouwen om zichzelf te zijn, met de wetenschap dat ze gesteund worden door hun omgeving.

### Kijktip



De Netflix serie Heartstopper toont het liefdesverhaal tussen twee jongens die naar dezelfde school gaan. Zij en hun vrienden gaan op een goede manier om met pestkoppen en mensen die nare opmerkingen geven over hun relatie.



3.

## Moet ik als ouder actief betrokken zijn bij de seksuele voorlichting, of is de seksuele educatie op school voldoende?

In sommige gezinnen rust er een taboe op seksuele voorlichting, en wordt het niet besproken. Leren over seksuele- en genderdiversiteit maakt echter deel uit van de opvoeding van een kind. Als ouder is het belangrijk om actief betrokken te zijn bij de seksuele voorlichting van je kind, zelfs als er seksuele educatie op school wordt gegeven.

Hier zijn een paar redenen waarom ouderlijke betrokkenheid essentieel is:

### Waarden en normen overbrengen:

Als ouder heb je de mogelijkheid om je eigen waarden en normen rond seksualiteit en relaties over te brengen. Dit helpt je kind om niet alleen feitelijke informatie te krijgen, maar ook een ethisch en emotioneel kader te ontwikkelen. Durf wel kritisch te zijn over je eigen waarden en normen! Het welzijn van je kind zou altijd prioritair moeten zijn. Is je waardenkader niet LGBT inclusief? Hou in gedachten dat je (negatieve) mening een zeer zware impact heeft op de gezondheid van je kind. Probeer een compromis te vinden indien mogelijk waar het kind centraal staat.

### Aanvulling en verdieping:

Seksuele educatie op school biedt vaak een algemene basis, maar als ouder kan je dieper ingaan op onderwerpen die specifiek relevant of belangrijk zijn voor je kind of jullie gezinssituatie. Zo is het goed om te controleren of men ook sprak over niet-heteroseksuele relatievormen.

## Veiligheid en vertrouwen:

Door open en eerlijk te praten over seksualiteit, creëer je als ouder een veilige omgeving waarin je kind zich comfortabel voelt om vragen te stellen en zorgen te delen.

TIP

100  
antwoorden  
bij seksuele  
opvoeding

van Belle  
Barbé



## Blijvend in gesprek:

Seksuele voorlichting is niet eenmalig, maar een doorlopend gesprek dat zich aanpast naarmate je kind ouder wordt en andere fases van ontwikkeling doormaakt.

## Beantwoorden van vragen:

Je kind kan vragen hebben of in situaties terechtkomen waarin het behoefte heeft aan direct advies of informatie. Als ouder kan je snel reageren en ondersteuning bieden wanneer dat nodig is.

Kortom, de combinatie van seksuele educatie op school en actieve betrokkenheid van jou als ouder biedt je kind de beste kans om goed geïnformeerd, zelfverzekerd en verantwoordelijke beslissingen te maken over de eigen seksualiteit en relaties.

Hoe maak je als opvoedingsfiguur het verschil?



## Bespreek de DIVERSITEIT aan genderbelevingen en gezinsvormen



Het is belangrijk om met je kind te praten over de diversiteit aan genderbelevingen, relatie- en gezinsvormen, zodat ze begrijpen dat er verschillende manieren zijn waarop mensen zichzelf kunnen uitdrukken en hun leven kunnen inrichten.

Dit gesprek helpt om een inclusieve en begripvolle houding te ontwikkelen.

Dat kan bijdragen aan een gezonde en open houding ten opzichte van verschillen in identiteit en relaties.

Bespreek bijvoorbeeld hoe mensen zich kunnen identificeren op een spectrum van genderidentiteiten en hoe gezinnen er in allerlei vormen kunnen uitzien, zoals eenoudergezinnen, samengestelde gezinnen, of gezinnen met twee ouders met dezelfde genderidentiteit.

Je kan deze diversiteit ook tonen in de boekjes, films, series ... die je toont aan je kind. Enkele voorbeelden:

Mediatheek van Transgender Infopunt

Boekentips rond LGBT+ thema van Klasse



Website inclusiever spelen met speelgoed, kinderboeken en meer van Met Nina

Toolkit gender in de kleuterklas van Rosa vzw



En ze leefden nog  
Elisabeth Lucie Baeten  
7 tot 9 jaar







## STEL VRAGEN

maar verwacht  
nog geen  
antwoorden

De eigen genderidentiteit of aantrekking kunnen voor je kind een serieuze zoektocht zijn. Vaak zitten kinderen nog met een heleboel vragen, twijfels en bezorgdheden wanneer ze jou voor het eerst in vertrouwen nemen. Verwacht dus niet direct een antwoord op elke vraag die je stelt.



Het is normaal dat je kind tijd nodig heeft om dit eerst goed uit te zoeken voor zichzelf. Geef je kind de tijd en ruimte om op zoek te gaan en te experimenteren. Bevraag gevoelens en noden, maar vermijd om zelf labels op je kind te plakken wanneer je kind die (nog) niet op zichzelf plakt. Je kan altijd zelf informatie verzamelen bijvoorbeeld op de websites van Lumi en Transgender Infopunt.





# PUBER

8 - 18 jaar

De puberteit begint meestal tussen de leeftijd van 8-13 jaar, en is een overgangperiode tussen kindertijd en volwassenheid waarin kinderen lichamelijk en emotioneel veranderen. Iemand met voornamelijk 'vrouwelijke' lichaamskenmerken gaat vaak iets vroeger in de puberteit ( $\pm$  8-12 jaar) dan iemand met voornamelijk 'mannelijke' lichaamskenmerken ( $\pm$  9-13 jaar). Gedurende deze periode produceert het lichaam geslachtshormonen, en verschijnen er secundaire geslachtskenmerken.

Jongeren ervaren vaker stemmingswisselingen en voelen zich onzeker over hun lichaam en rol binnen de vriendengroep. De meeste jongeren ervaren ook een sterkere drang naar autonomie. Ze willen zelf beslissingen nemen, los van de inmenging van opvoedingsfiguren. De invloed van de vriendengroep wordt groter en de eerste echte verliefdheden duiken op.

Voor de meeste jongeren zijn deze lichamelijke, emotionele en sociale veranderingen lastig en verwarrend. Zeker voor LGBT+ jongeren kan dat zo aanvoelen.

Voor vele gendervariante jongeren is de puberteit een kantelmoment. Sommigen onder hen drukken hardop uit dat hun veranderend lichaam niet past bij hoe ze zich voelen, anderen verwerken het in stilte. Elk kind is hierin uniek, en zal dit op eigen tempo leren benoemen.

Sommige jongeren lijken weinig last te ondervinden van hun gendervariantie of hun aantrekking ten opzichte van bepaalde leeftijdsgenoten tijdens de puberteit. Voor anderen voelt het wel ronduit problematisch aan. Hun lichaam gaat namelijk een richting uit waarin ze zich niet herkennen of ze voelen dat hun seksuele of romantische oriëntatie niet binnen de heteronorm valt.





## 1. Waarom neemt mijn kind me nu pas in vertrouwen?

Praat jezelf geen schuldgevoel aan. Je bent geen slechte ouder omdat je kind pas later over hun genderidentiteit of seksuele oriëntatie begint te praten.

Er kunnen verschillende redenen zijn waarom je kind je nu pas in vertrouwen neemt:



### Taalontwikkeling en zelfexpressie

Jonge kinderen zijn nog bezig met het ontwikkelen van de taalvaardigheden die nodig zijn om hun emoties en gedachten helder uit te drukken. Het kan zijn dat je kind eerst moest leren hoe die gevoelens en ervaringen onder woorden te brengen, voordat het in staat was om gedachten met je te delen.



### Zelfontdekking en zekerheid

Je kind had tijd nodig om de eigen gevoelens en identiteit beter te begrijpen en te verkennen. Het proces van zelfontdekking kan enige tijd duren. Mogelijks heeft je kind nu pas meer zekerheid over de eigen gevoelens en identiteit.



### Invloed van de peergroep

Naarmate kinderen ouder worden, wordt hun peergroep steeds belangrijker. Je kind kan zelfvertrouwen putten uit gesprekken met vrienden of uit ervaringen in hun sociale kring, om zo openhartiger met jou te praten over gevoelens en identiteit.



## Openheid binnen het gezin

Eerdere uitspraken of reacties binnen het gezin kunnen invloed hebben op het moment waarop je kind zich op hun gemak voelt om te praten. Als je kind het gevoel had dat eerdere gesprekken niet goed werden ontvangen of dat er weinig ruimte was voor openhartige gesprekken, kan dit een invloed hebben op hun bereidheid om nu zaken te delen.



## Verlies van schuldgevoel

Soms kunnen kinderen zich schuldig voelen of bezorgd zijn dat ze hun ouders kwetsen door hun gevoelens of identiteit te delen. Het kan zijn dat je kind dat schuldgevoel of die bezorgdheid nu pas kan loslaten.

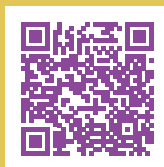


## Vrees voor verwachtingen en reacties

Je kind kan zich zorgen maken over hoe je zou reageren of over wat je zou kunnen verwachten. Het kan even duren voor je kind zelfzeker genoeg is om die zorgen een plaats te geven.

**TIP**

Wissel je graag ervaringen uit met andere ouders van LGBT+ kinderen? Dat kan bij de **TransParent werking van het Transgender Infopunt**, een werking door en voor ouders van gendervariante kinderen, of bij **Trotse ouders**, een werking door en voor ouders van LGBT+ kinderen.



2.

## Kan het dat mijn kind beïnvloed werd door vrienden of (sociale) media?

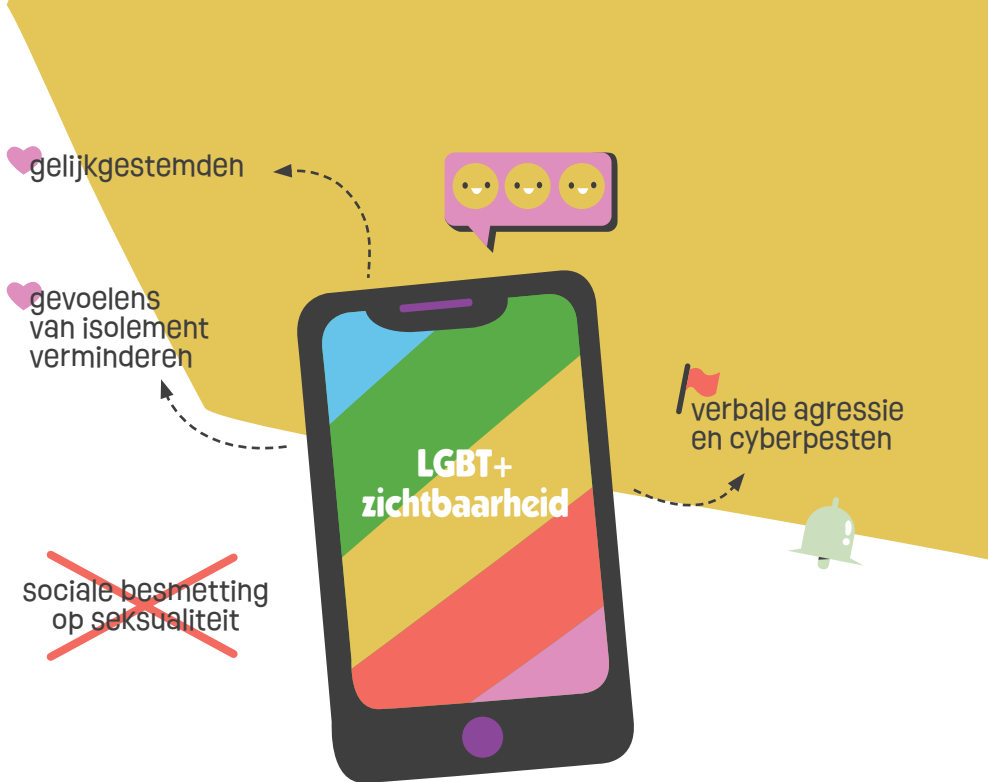


Maak je je zorgen of je kind in de zoektocht naar hun genderidentiteit of seksuele oriëntatie wordt beïnvloed door vrienden of media? Dat is niet ongewoon, gezien het LGBT+ thema de laatste jaren steeds meer aanwezig is in het publieke debat. Beïnvloeding, of sociale besmetting, is mogelijk, maar het is belangrijk om deze vraag met nuance te benaderen.

Sociale media zijn een snel veranderend communicatiemiddel dat breed toegankelijk is voor jongerenjongeren. En net zoals volwassenen worden zij beïnvloed door wat ze online tegenkomen. Jongeren hebben online gemakkelijk toegang tot anderen die met soortgelijke vragen worstelen als zijzelf. Op platforms zoals Facebook, Instagram, TikTok en op televisie zien we steeds vaker verhalen en informatie over het LGBT+ thema.

Het kan lijken alsof je kind plotseling bezig is met het thema en veel LGBT+ vrienden heeft. Hoewel jongeren inderdaad beïnvloedbaar zijn, kan het ook zo zijn dat je kind bewust op zoek gaat naar gelijkgestemde vrienden. Het is mogelijk dat je als ouder pas later merkt dat je kind al lange tijd met gender- en seksualiteitsgerelateerde vragen worstelt. Jongeren hebben vaak jaren nodig om hun gevoelens te delen met hun ouder(s). Het is belangrijk om het verhaal van je kind te respecteren en serieus te nemen. Geef je kind de ruimte en tijd om te ontdekken wat het werkelijk wil.

Sommige opvoedingsfiguren vragen zich af of de toename aan LGBT+ verhalen in de mediajongeren aanzet tot een transitie of een bepaalde relatievorm. Dit fenomeen wordt soms aangeduid als 'sociale besmetting', waarbij jongeren beïnvloed zouden worden door de informatie die ze online of via vrienden krijgen.



De theorie van sociale besmetting wordt ook wel toegepast op andere onderwerpen, zoals seksualiteit in het algemeen. Zo wordt soms beweerd dat een grotere zichtbaarheid en bespreekbaarheid van seksualiteit op sociale media en in televisieprogramma's kan leiden tot meer seksueel actieve minderjarigen. Recent onderzoek<sup>12</sup> in Vlaanderen heeft echter aangetoond dat de leeftijd waarop jongeren voor het eerst seks hebben stabiel blijft of zelfs stijgt. Dit suggereert dat voor seksualiteit de theorie van sociale besmetting niet wordt ondersteund door onderzoek.

Studies tonen dat de zichtbaarheid van trans jongeren op sociale media juist kan helpen door het bieden van sociale steun en toegang tot waardevolle informatie en ervaringen. Dit maakt het makkelijker om gelijkgestemden te vinden en kan gevoelens van isolement verminderen. Helaas zijn sociale media ook een plek waar LGBT+ jongeren te maken kunnen krijgen met verbale agressie en cyberpesten. Dat kan hen ontmoedigen om hun genderidentiteit of seksuele oriëntatie te verkennen of om hulp te vragen. Het is om die redenen goed om als ouder zowel de offline als online contacten van je kind in de gaten te houden.

<sup>12</sup> Schrijvers, K., Dierckens, M. & Deforche B. (2023). Studie Jongeren en Gezondheid, Deel 4: gezondheidsgedrag – Seksuele gezondheid en relaties [Factsheet]. Raadpleeg hier: [https://www.jongeren-en-gezondheid.ugent.be/wordpress/wp-content/uploads/2019/09/HBSC201718\\_Factsheet\\_seksualiteit.pdf](https://www.jongeren-en-gezondheid.ugent.be/wordpress/wp-content/uploads/2019/09/HBSC201718_Factsheet_seksualiteit.pdf)



3.

### Mijn kind is trans. Kan ik te snel meegaan in een transitie wens?

Experts actief binnen genderzorg voor minderjarigen in België raden aan om niet te snel over te gaan tot een volledige rolverandering. Voor het einde van de lagerschooltijd plak je best geen identiteitslabels zoals transgender of holebi op je kind. De ontwikkeling die je kind nog zal doormaken is onvoorspelbaar. Laat je daarom begeleiden door een interdisciplinair genderteam of een gespecialiseerde kinderpsycholoog voor je volledig meestapt in de transitiewens van je kind.

Helaas zijn er lange wachttijden binnen de genderzorg voor minderjarigen. Je kan je leven echter niet “on hold” zetten. Zeker wanneer je kind sterk lijdt onder de gendervariante gevoelens, kan het toch beter zijn om al voor de puberteit een rolverandering door te voeren binnen de dichte omgeving. Zo voorkom je eventuele trauma's op latere leeftijd. Het is dan wel belangrijk dat je kind al lange tijd volhardt in diens gedrag en transitiewens.

Als opvoedingsfiguur ken je je kind het best, en ben je het best geplaatst om compromissen te zoeken die voor iedereen min of meer aanvaardbaar zijn. Die compromissen moeten gemaakt worden tussen jezelf en je kind. Maar ook met eventuele andere opvoedingsfiguren, scholen, sportclubs ... Betrek wel steeds, indien mogelijk je kind in deze gesprekken. Dit kan je doen door op voorhand met hen afspraken te maken of door hen (als de context het toelaat) mee te nemen naar gesprekken. Denk op voorhand goed na over je eigen grenzen, die van eventuele partners of andere kinderen.



## Je kind wil niet langer als Leon aangesproken worden en verkiest de naam Lea.

Zeg liever niet

Dat vind ik onnozel, dat doen we niet.

Consequent de naam Leon blijven gebruiken zowel thuis als in het openbaar.

Andere mensen in huis verbieden de naam Lea te gebruiken.

Zeg liever wel

Starten met enkel thuis de naam Lea te gebruiken. Je kan je kind rustig uitleggen dat je liever in het openbaar nog even Leon gebruikt. Doe dit wel altijd in overleg en leg uit waarom je het moeilijk vindt. Geef je kind wel een tijdlijn mee indien mogelijk.

Ik vind dit lastig, maar ik wil wel mijn best doen.

Bespreek samen met iedereen in je gezin de vraag van Leon. Doe dit met toestemming van je kind.

Vaak wordt er eerst thuis, in een veilige omgeving, gestart. Zo kan iedereen binnen het gezin al wat wennen aan de veranderingen. Daarna kan het langzaam uitgebreid worden naar andere contexten zoals de school, familie of sportclub. Probeer dit steeds te bespreken met een psycholoog (bijvoorbeeld vanop de zorgkaart van het Transgender Infopunt).

Hoe maak je als opvoedingsfiguur het verschil?



## Begeleid 'EERSTE KEER' gebeurtenissen

Jonge tieners maken tijdens de puberteit een reeks spannende lichamelijke, geestelijke, en relationele veranderingen door. Denk hierbij aan het begin van de menstruatie, de eerste zaadlozing, baard- en snorgroei, de groeisput, stemverandering, het passen van de eerste bh, de eerste verliefdheid, en de eerste seksuele ervaringen.

Het kan verwarrend zijn wanneer je lichaam ineens veranderingen doormaakt waar je geen controle over hebt. Zeker wanneer je kind het gevoel heeft dat de fysieke veranderingen niet (volledig) overeenkomen met hun interne genderbeleving. Daarom is het belangrijk om je kind te informeren over de fysieke en emotionele veranderingen die ze kunnen verwachten. Geef voldoende aandacht aan deze transities, maar houd ook rekening met het feit dat niet elk kind behoefte heeft aan speciale aandacht hiervoor.

Vraag je kind wat prettig aanvoelt en let op hun non-verbale signalen.

### een voorbeeld

Als je kind zich onzeker voelt en ineenkrimpt tijdens het passen van een bh, of opstandig gedrag vertoont in de winkel, vraag dan rustig naar hun gedachten en gevoelens zonder iets te forceren. Misschien is je kind er nog niet klaar voor, verkiest het een binder of sportbh, of voelt het zich ongemakkelijk over de veranderingen in hun lichaam. Durf door te vragen zonder te oordelen.

Als ouder is het goed om mijlpalen positief te benaderen, zodat je kind leert dat deze veranderingen normaal zijn en bij het opgroeien horen. Voor sommige kinderen kunnen deze veranderingen echter onaangenaam of zelfs traumatisch zijn, vooral als ze voelen dat hun lichaam zich in een richting ontwikkelt die niet goed aanvoelt. Reageer met begrip op hun zorgen en zoek naar een compromis.

Wanneer je gesprekken voert over deze mijlpalen, probeer dan feitelijk te blijven en regelmatig naar de gevoelens en gedachten van je kind te peilen. Probeer daarbij ook los te komen van heteronormatieve en genderstereotiepe aannames, zodat je kind zich vrij voelt om zichzelf te zijn.



Zeg liever niet

Je eerste menstruatie. Welkom in de echte vrouwenwereld.

Nu je een baard in de keel krijgt, word je een echte jongeman. Je zal wel blij zijn!

Heb je al een vriendje?

Zeg liever wel

Je eerste menstruatie. Hoe voelt dit voor jou?

Wat vind je ervan dat je stem zwaarder wordt?

Heb je al eens een liefje gehad of was je al eens verliefd op iemand?

Je hoeft niet alles in één gesprek te bespreken. Het is vaak beter om de onderwerpen over meerdere gesprekken te verdelen. Normaliseer praten over thema's zoals menstruatie, seks tussen twee jongens, natte dromen, baardgroei enzovoort. Hierdoor wordt het makkelijker voor je kind om er zelf over te beginnen wanneer het vragen heeft.

Je kan alles zelf uitleggen, maar misschien vind je het handiger om gebruik te maken van een boekje of een filmpje. Op YouTube en in de bibliotheek vind je veel materiaal dat je hierbij kan helpen. Daarnaast kan je ook altijd advies en ondersteuning vragen aan een (zorg)leerkracht, Kind & Gezin, het CLB of de Opvoedingswinkel. Voor LGBT+ specifieke informatie kan je terecht bij Lumi.be.




**Ga samen met je kind naar een PRIDE of zoek samen naar een plek waar je kind ANDERE LGBT+ JONGEREN kan ontmoeten**




Het bijwonen van een pride-evenement of het zoeken naar ontmoetingsplekken voor LGBT+ jongeren, kan een waardevolle ervaring zijn voor je kind. Naast een 'coming-out' – het proces waarbij iemand zich openlijk uitspreekt over hun seksuele oriëntatie of genderidentiteit – bestaat er ook een 'coming-in': de kennismaking van een LGBT+ persoon met de LGBT+ wereld. Mensen ontmoeten waarmee je een deel van je identiteit deelt of die gelijkaardige ervaringen meemaakten, kan je een gevoel van erkenning of 'thuiskomen' geven. Als ouder kan je een belangrijke rol spelen door je kind aan te moedigen om contact te zoeken met andere LGBT+ jongeren. In Vlaanderen zijn er bijvoorbeeld jeugdorganisaties zoals Wel Jong, die speciaal zijn opgericht om LGBT+ jongeren te ondersteunen en hen met elkaar te verbinden. Niet iedereen heeft echter nood aan een coming-in. Merk je dat je kind geen interesse heeft of zelfs weerstand voelt, dring dan niet aan.






Kinderen groeien op in een samenleving waar het heteronormatieve gezin en een cisgender identiteit nog steeds de norm zijn. Het bijwonen van een pride-evenement kan je kind helpen beseffen dat er vele gezinsvormen en uitingen van gender bestaan. Het biedt een kans om je trots over je kind en jullie gezin te tonen, en tegelijkertijd je kind te laten voelen dat het niet alleen staat. Het laat zien dat je ondersteunend bent en dat het oké is om zichtbaar LGBT+ te zijn. Dit versterkt de samenhang binnen het gezin.



Anderen ontmoeten die ook LGBT+ zijn en die op een positieve manier met hun identiteit omgaan, helpt je kind begrijpen dat het zich niet hoeft te schamen voor wie het is. Rolmodellen en LGBT+ vrienden kunnen inspireren en een toekomstperspectief bieden. Zonder deze aansluiting kan je kind zich eenzaam voelen, vooral als het weinig positieve voorbeelden of steun vindt in de omgeving. Actief deelnemen aan evenementen van groepen die hun identiteit omarmen, kan zelfacceptatie en een gemeenschapsgevoel versterken.

Er zijn ook heel wat LGBT+ verenigingen die werken rond verschillende identiteitskenmerken zoals religie, cultuur, handicap, armoede enzovoort. Je kan hen vinden op de website van çavaria/verenigingen.





## Bevorder OPEN EN RESPECTVOLLE COMMUNICATIE OVER LGBT+ thema's binnen het gezin

Om later trauma te voorkomen, is het belangrijk om op een open en respectvolle manier over LGBT+ thema's te praten binnen je gezin. Zo creëer je een veilige en ondersteunende omgeving voor je kind om over gevoelens en identiteit te praten.



Gebruik bijvoorbeeld de gesprekstoel van De Gezinsbond om het gesprek te structureren en te vergemakkelijken.

Deze tool kan helpen om belangrijke onderwerpen op een begrijpelijke en ondersteunende manier te verkennen en is specifiek bedoeld voor jongeren en hun ouders.

Het is cruciaal om je kind de tijd en ruimte te geven om de eigen gevoelens en identiteit te ontdekken. Je kind hoeft niet meteen een duidelijk antwoord te hebben op vragen over genderidentiteit of seksuele oriëntatie, ook al komen er vragen uit de omgeving.




Veel jongeren vinden het moeilijk om met hun ouders over hun gevoelens te praten, uit angst voor afwijzing of teleurstelling. Daarom is het belangrijk om een open en uitnodigende sfeer te creëren. Communiceer naar je kind dat het volkomen normaal is om te worstelen met identiteit of seksualiteit. Bespreek gendervariantie als iets vanzelfsprekends en normaals. Door openheid en acceptatie te bevorderen, help je je kind om zich geaccepteerd en ondersteund te voelen, wat bijdraagt aan hun welzijn en trauma voorkomt.




## **GA ACTIEF OP ZOEK NAAR INFORMATIE en vermijd dat je kind het gevoel krijgt dat het jou alles moet uitleggen**

Het is belangrijk om actief op zoek te gaan naar informatie over gender en seksuele diversiteit. Zo voelt je kind zich niet verantwoordelijk om jou alles te moeten uitleggen. Veel LGBT+ kinderen ervaren druk om hun ouders te onderwijzen over onderwerpen waarvan zij zelf nog niet alles afweten. Dit kan extra stress met zich meebrengen, wat hun eigen proces van zelfontdekking bemoeilijkt.



Voor specifieke informatie en begeleiding kan je terecht bij het Transgender Infopunt of Lumi. Deze organisaties bieden uitgebreide informatie en ondersteuning over genderdiversiteit en seksuele oriëntatie. Hun websites bevatten waardevolle bronnen en artikelen die je kunnen helpen om een dieper begrip te krijgen. Transgender Infopunt focust op het thema trans & gender, bij Lumi kan je voor al je vragen over gender & seksuele voorkeur.

Door zelf informatie te verzamelen, geef je je kind de ruimte om de eigen ervaringen en gevoelens te delen zonder dat het zich verplicht voelt om jou op te leiden. Dit bevordert een gelijkwaardige en respectvolle communicatie binnen het gezin, waarin je kind zich gesteund voelt zonder extra belasting. Door zelf initiatief te nemen om bij te leren, toon je dat je betrokken bent en dat je het welzijn van je kind serieus neemt.



Als ouder kan je deze druk verminderen door zelf proactief informatie te zoeken en te leren over de onderwerpen die voor je kind belangrijk zijn. Er zijn diverse bronnen beschikbaar die je kunnen helpen om je beter te informeren. Durf tijdens een gesprek ook aan te geven als je iets nog niet begrijpt. Maar geef aan dat je deze informatie zeker zelf kan en wil verzamelen.

## 7. Zorg voor het gezin

De seksualiteits- of genderzoektocht van je kind kan voor het hele gezin een periode van aanpassing zijn. Niet alleen je (mogelijk) LGBT+ kind, maar ook jij als ouder, je eventuele (ex)partner(s) en andere kinderen worden geconfronteerd met veranderingen. Elk gezinslid gaat hier op een eigen manier en tempo mee om.

Als ouder kan het moeilijk zijn om over LGBT+ gerelateerde onderwerpen of gevoelens te praten binnen het gezin. Niet elk gezin praat gemakkelijk over gevoelens met elkaar. Misschien wil je ook andere gezinsleden beschermen voor wat er speelt met je LGBT+ kind. Toch voelen zij vaak aan dat er iets aan de hand is. Het is daarom verstandig om het onderwerp toch bespreekbaar te maken. Doe dit wel in samenspraak met je LGBT+ kind.

Open met je gezin kunnen praten over de seksualiteits- of genderzoektocht van je kind is belangrijk, maar het is niet nodig om het er dagelijks over te hebben. Vergeet niet dat je LGBT+ kind ook gewoon een kind is en dat er binnen jullie gezin nog andere dingen gebeuren. Verlies die zaken niet uit het oog. Doe daarom ook regelmatig iets leuks als gezin dat helemaal losstaat van het LGBT+ thema.

Om te voorkomen dat alle aandacht binnen je gezin naar je LGBT+ kind gaat, kan je het gesprek breder trekken. Een handige tool hiervoor is de 'open het gesprek' gesprekstoel van De Gezinsbond. Doordat iedereen vragen beantwoordt vanuit de eigen ervaring of beleving, begrijp je elkaar beter en creëer je verbinding. Goede communicatie versterkt warme relaties, wat bijdraagt aan het welzijn en de persoonlijke ontwikkeling van iedereen.

Naast steun voor het gezin, is het ook essentieel dat het gezin zelf ondersteuning biedt. Een gebrek aan steun en erkenning, gecombineerd met mogelijke ervaringen van geweld en uitsluiting binnen het gezin, kan leiden tot trauma bij een LGBT+ kind. Zorg daarom voor duidelijke afspraken, sta geen grappen of kwetsende opmerkingen toe, en treed op tegen geweld en uitsluiting binnen je gezin.





Is er iemand binnen je gezin die nood heeft aan visualisatie of een vereenvoudigde uitleg? Deze toegankelijke gids over transgender zijn met illustraties en korte tekstblokkjes kan je op weg helpen.



Om het gesprek aan te gaan met een jonge kinderen, kan je gebruik maken van boeken en andere multimedia. Check hiervoor de mediatheek van het Transgender Infopunt.

## Zorg voor brussen

---

Geef voldoende aandacht aan eventuele broers en zussen (brussen) en check regelmatig hoe zij zich voelen bij de veranderingen thuis en op school. Zeker als je kind in transitie gaat, is het belangrijk om ook hen hierbij te betrekken. Probeer een open sfeer te creëren waarin alle kinderen altijd bij je terecht kunnen met hun vragen of zorgen.



Hoe comfortabeler je zelf bent met het (mogelijks) LGBT+ zijn van je kind, hoe gemakkelijker het voor de brussen zal zijn om vragen te stellen. En om aan te geven wanneer ze ondersteuning nodig hebben.

Soms kunnen broers en zussen zich achtergesteld voelen qua aandacht, of durven ze hun eigen zorgen niet te uiten omdat ze denken dat er al genoeg speelt binnen het gezin. Verlies hen dus niet uit het oog en plan regelmatig een-op-eenmomenten in met elk gezinslid. Zo geef je aan dat hun ervaringen en gevoelens net zo belangrijk zijn, en help je hen om zich gesteund en gewaardeerd te voelen binnen het gezin.

Brussen moeten vaak ook aan anderen vertellen dat ze een LGBT+ brus hebben. Bespreek met je kinderen hoe en aan wie ze dit willen vertellen. Oefen samen wat ze kunnen zeggen om hun zelfvertrouwen te vergroten. Vraag wat hen eventueel problemen geeft. Vaak is het niet zozeer het hebben van een LGBT+ brus dat moeilijk is, maar kunnen ze op school gepest worden of proberen ze hun brus te beschermen tegen pesten. Betrek ook zeker het LGBT+ kind in dit gesprek.

Sommige brussen ervaren associatief stigma. Ze worden scheef bekeken omdat ze verbonden zijn met iemand die gestigmatiseerd wordt. Het stigma dat op de LGBT+ brus rust, overslaat op degenen die met hen geassocieerd worden, simpelweg door hun relatie of betrokkenheid. Associatief stigma komt vooral voor wanneer een brus samen met hun LGBT+ brus op school, in de jeugdbeweging of sportclub zit, en het LGBT+ kind daar wordt gepest of buitengesloten. Associatief stigma kan leiden tot gevoelens van schaamte, isolatie en stress, en kan de sociale relaties tussen je LGBT+ kind en andere kinderen negatief beïnvloeden.

Als brussen verward of verdrietig zijn over wat er met hun LGBT+ brus gebeurt, willen ze misschien met iemand buiten het gezin praten over hun gevoelens. Dit kan een ondersteunende volwassene zijn, een zorgleerkracht of een therapeut.

## Zorg voor jezelf als ouder(s)

Als ouder van een LGBT+ kind kan je verschillende uitdagingen tegenkomen. Je kan het bijvoorbeeld moeilijk hebben met de partnerkeuze, gendervariante gedragingen of de transitie van je kind. Als ouder ervaar je een breed scala aan emoties wanneer je kind zich anders ontwikkelt dan je had verwacht, zoals verdriet, schaamte, angst en zelfs rouw. Misschien veroorzaakte de coming-out van je kind aanvankelijk zelfs een schok bij jou.



Het is belangrijk om je bezorgdheden en gevoelens op een rustige en respectvolle manier te delen, zonder je kind een schuldgevoel aan te praten of te kwetsen. Stel je kwetsbaar op en communiceer open. Zo nodig je je kind uit om ook hun eigen onzekerheden en gedachten met jou te delen. Kwetsbaarheid kan een brug vormen en jullie verbondenheid verdiepen.

Zeg bijvoorbeeld

Ik vind het nog wat lastig en heb wat tijd nodig om aan de situatie te wennen, maar benadruk tegelijkertijd dat dit niet betekent dat je je kind niet wilt steunen.

Je kind heeft tijd genomen om zichzelf te ontdekken, en als ouder mag je ook de tijd nemen om je aan de situatie aan te passen.

Blijf onthouden dat je kind meer is dan LGBT+ alleen. Zoals elk kind heeft het heel wat kwaliteiten en interesses. Als ouder kan je je hierop focussen:

Wat doet mijn kind graag? Wat kan het goed?  
Hoe wil mijn kind in het leven staan?

Deze zaken zijn meer bepalend voor de toekomst van je kind dan louter het LGBT+ zijn.



## Jij in relatie tot andere opvoedingsfiguren

Het is belangrijk om je gedachten en emoties te delen met andere opvoedingsfiguren. (Plus)ouders en andere opvoedingsfiguren hebben niet noodzakelijk dezelfde visie omtrent het omgaan met de seksuele oriëntatie of genderidentiteit van hun kind. Dat kan voor spanningen zorgen.

Het is helemaal niet ongewoon dat jullie als ouders niet meteen op één lijn zitten. Sommige mensen hebben meer tijd nodig dan anderen om de situatie te accepteren. Dit is volkomen normaal. Probeer je partner of de andere ouder van je kind zo goed mogelijk te informeren en blijf met elkaar communiceren, ook al verschillen jullie van mening. Als jullie er niet samen uitkomen, zoek dan ondersteuning.

Sommige ouders hebben voornamelijk nood aan correcte informatie, andere willen vooral hun emoties ventileren, en nog andere hebben nood aan advies en ondersteuning. Tracht te achterhalen waar de ander nood aan heeft en hoe je elkaar kan ondersteunen.

Soms is er een hele grote weerstand bij een van de ouders. Als je partner of de andere ouder genderzorg of ondersteuning bij de coming-out volledig weigert, betekent dit niet dat jij geen stappen kan ondernemen als je kind daar behoefte aan heeft. Je kan starten met psychologische begeleiding hoewel de psycholoog altijd zal proberen beide ouders erbij te betrekken. Als de andere ouder weigert om een medische behandeling, zoals hormoontherapie, te starten, kan in bepaalde gevallen (afhankelijk van leeftijd en andere voorwaarden) de uiteindelijke beslissing bij het kind liggen. Dit gebeurt echter alleen als het multidisciplinair team dat jullie begeleidt van mening is dat je kind voldoende inzicht heeft om een weloverwogen beslissing te nemen.



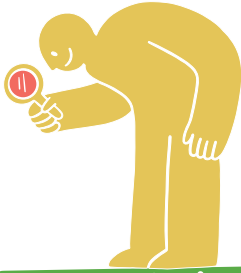
## Jij in relatie tot jezelf

Wanneer je merkt dat je kind in de knoop ligt met zichzelf, kan dit een golf van emoties bij je oproepen. Veel ouders voelen zich machteloos, wanhopig of angstig omdat ze niet precies begrijpen wat er in hun kind omgaat. Dit kan leiden tot frustratie en boosheid, die soms gericht zijn op hun kind of anderen. Zal ik mijn kind wel nog herkennen na een transitie? En wat dan met mijn grootouders? Ben ik een slechte ouder omdat ik niet weet wat er in mijn kind omgaat? Enzovoort.

Andere ouders maken zich vooral zorgen over de toekomst van hun kind. Zal mijn kind wel een partner vinden? Zal mijn kind kinderen kunnen krijgen? Zal mijn kind niet uitgesloten worden? Enzovoort.

Deze gevoelens en gedachten kunnen enorm uitputtend zijn en fysieke gevolgen hebben: je kan weinig energie hebben, last krijgen van spier- en hoofdpijn, of moeite hebben met slapen. In ernstige gevallen kunnen deze emoties leiden tot neerslachtigheid of depressieve gevoelens. Omdat je veel aandacht aan je kind en de rest van het gezin besteedt, zet je jezelf misschien op de tweede plaats, hetzij bewust, hetzij onbewust. Daarom is het belangrijk om ook tijd voor jezelf te nemen en grenzen te stellen. Je kan je veerkracht - dat is je vermogen om je aan te passen aan stressvolle en veranderende situaties - op verschillende manieren versterken.

Op de websites [www.gendervonk.be](http://www.gendervonk.be) en [www.lumi.be](http://www.lumi.be) vind je heel wat tips en handvaten.



## Jij in relatie tot de omgeving

Niet iedereen in onze samenleving kan begrip opbrengen voor gendervariant gedrag of LGBT+ zijn. Als ouder van een LGBT+ kind merk je misschien dat anderen soms een mening hebben over jouw kind. Dat kan frustrerend zijn, vooral als je zelf ook twijfelt of je de juiste keuzes voor je kind maakt. Het kan lastig zijn om voortdurend verantwoording af te leggen voor de steun die je biedt en de opvoedingskeuzes die je maakt.

Je kan nooit voor iedereen goed doen. Er zullen altijd mensen zijn die kritiek hebben. Kritiek van verre kennissen kan je negeren, maar kritiek van familie of mensen uit je directe omgeving kan moeilijker zijn om mee om te gaan. Ook mensen van een oudere generatie of heel religieuze mensen hebben soms meer tijd en uitleg nodig. Verwijs mensen met vragen door naar beschikbare informatie en diensten, zoals de website en brochures van het Transgender Infopunt, Lumi en çavaria.

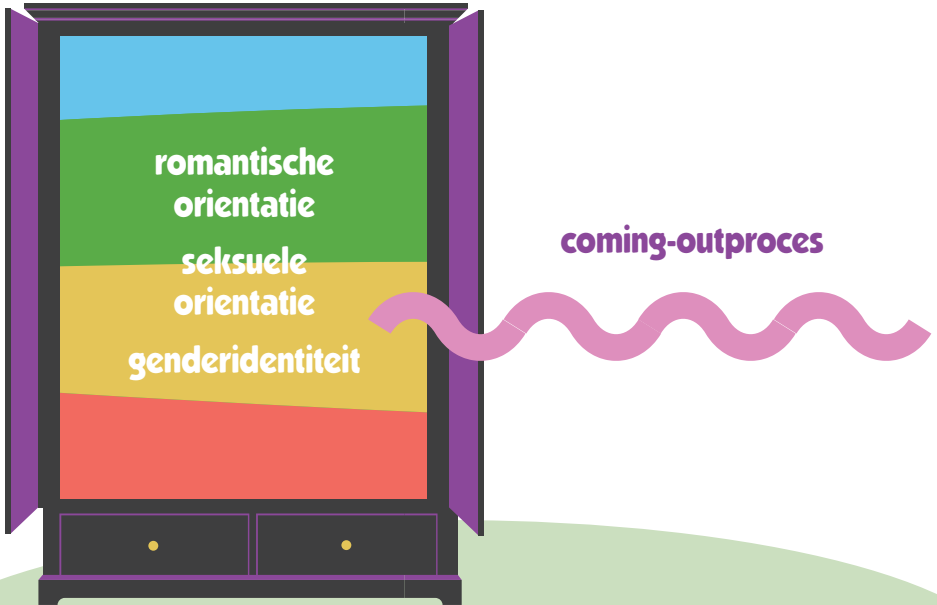
Moet je aan anderen uitleggen wat er speelt binnen je gezin? Nee, je hoeft niet direct informatie te delen met je omgeving. Je kan ervoor kiezen om dingen vaag te houden als je dit nog niet wilt bespreken. Zo kan je bijvoorbeeld “mijn kind” zeggen in plaats van “mijn dochter” of gewoon de naam van je kind gebruiken, als je het liever niet over hun genderidentiteit hebt.

Laat je kind bij voorkeur zelf anderen informeren. Deel informatie alleen als je kind hiermee instemt. Probeer te voorkomen dat je kind door iemand anders geout wordt. Als je kind er klaar voor is, kunnen jullie samen de communicatie voorbereiden (zie verder ‘coming-out’).

# 8. Coming-out

## Wat is een coming-out?

Een coming-out of 'uit de kast komen' is iets persoonlijks publiek maken. Je kind kan over heel wat dingen uit de kast komen, maar meestal gaat het over de romantische oriëntatie, seksuele oriëntatie of genderidentiteit.



Vaak denken mensen dat een coming-out één groot moment is. Je kind vertelt één keer hoe het zit en daarna weet iedereen het. Meestal is dat niet het geval, en daarom spreken we beter over een coming-outproces. Doorheen het leven van je kind zal het in verschillende nieuwe situaties moeten kiezen om zich al dan niet te outen. Denk aan daten, een nieuwe klas, je eerste job enzovoort. Een coming-out mag nooit een verplichting zijn.

Ook de aanloop naar een coming-out kan een tijdje duren. Het vraagt immers tijd om jezelf te leren kennen en aanvaarden. Je kind moet ook afwegen of het wel uit de kast wil komen, en bij wie het dit veilig kan doen. Het is spannend om voor de eerste keer iemand te vertellen over je genderidentiteit of seksuele oriëntatie.

Je kind kan je ondersteuning dan ook best gebruiken. Non-binaire jongeren kunnen zich bovendien extra zorgen maken uit vrees dat anderen hun non-binariteit niet zullen snappen.

## Is een coming-out noodzakelijk?

---

Een coming-out hoeft helemaal niet opgeblazen te worden, maar de meeste kinderen vinden het wel fijn als er even echt aandacht voor is. Het kan belangrijk zijn voor je kind om zichtbaar en openlijk zichzelf te kunnen zijn. Ga echter nooit zonder goedkeuring of medeweten je kind zomaar outen. De regie en de keuze om al dan niet uit de kast te komen ligt altijd bij je kind.

Niet elk kind kiest echter om een coming-out te doen. Sommigen vinden het concept 'coming-out' achterhaald. Er is namelijk niets om "op te biechten", want iedereen heeft een genderidentiteit of seksuele oriëntatie. Toch wordt van hetero en cisgender personen niet verwacht dat zij een coming-out doen.

Wanneer je kind wel kiest voor een coming-out, is het belangrijk dat het vrij is om dit te doen op een manier en tijdstip die goed aanvoelen. Dat kan aan het begin van een seksualiteits- of genderzoektocht, maar evengoed tijdens of na een (sociale) transitie. Sommige trans personen kiezen ervoor om na hun transitie niet meer (openlijk) te spreken over hun trans-zijn.



## Hoe ondersteuning bieden bij een coming-out?

---

Helaas is er niet één aanpak die voor iedereen werkt. Dat maakt het er als ouder niet makkelijker op. Begin met jezelf deze vragen te stellen:

Hoe oud is mijn kind?  
Heeft mijn kind de  
nodige maturiteit?

Verwacht mijn kind  
steun of hulp van mij?

Hoe is mijn kind in het  
verleden omgegaan met  
negatieve reacties?

Hoe assertief  
of mondig is  
mijn kind?

Is het aangewezen om de hele omgeving  
gelijktijdig in te lichten? En over elk aspect?

Hoe kan ik ons  
wapenen tegen  
vervelende reacties?

Wat is de  
draagkracht van  
mijn kind?

## Neem ook deze adviezen ter harte:

Onthoud dat een eerste reactie niet per se een blijvende is en leg je kind uit dat mensen kunnen evolueren in hun ideeën.

Steek je kind een hart onder de riem (bv. lief kaartje, lievelingseten maken, knuffel ...).

Bied hulp aan om het op een creatieve en authentieke manier te brengen (geboortekaartje, brief, gesprek, filmpje ...).

Projecteer geen eigen angsten of bezorgdheden op je kind, maar breng ook realiteitszin bij (bv. oma van 85+ zal morgen niet perfect foutloos die/hen/hun en de nieuwe voornaam gebruiken).

Formuleer jullie eigen verwachtingen: "Wat heeft ons gemotiveerd om dit aan jullie te vertellen?" en "Wat hoop ik dat er gebeurt/hoe hoop ik dat er gereageerd wordt?"

Praat met je kind en laat het in de expertrol: hoe wil je kind het aanpakken? Wat betekent LGBT+ zijn voor je kind?

Ga na of je kind wil dat jullie de coming-out met leerkrachten, begeleiders of trainers bespreken voordat jullie de hele klas kinderopvang, jeugdbeweging, sport- of hobbyclub inlichten. Zo kunnen zij de coming-out mee voorbereiden en opvolgen. Indien je kind daar klaar voor is, kan je een overlegmoment aanvragen om de aanpak te bespreken. Neem echter geen beslissingen waar je kind zich niet goed bij voelt. Verder kunnen jullie samen ook zoeken naar een oplossing voor eventueel gender gescheiden toiletten, kleedruimtes, groepen enzovoort.

Zet familieleden aan tot reflectie, en stel anderen de vraag: “hoe zou jij willen dat er gereageerd wordt wanneer je iets spannends en belangrijks over jezelf deelt?”

Stel je kind gerust en kom op voor je kind bij negatieve of ongepaste reacties of vragen.

Reik emotiewoorden aan je kind.

Spreek goed door met je kind wat je wel en niet mag delen. Spreek niet vanuit hun naam of veronderstellingen.

Verwijs door naar LGBT+ organisaties en website/brochures.

Geef aan dat mensen de tijd mogen nemen om te wennen en dat fouten maken mag, maar geef tegelijk de boodschap dat je wel hoopt dat zij moeite zullen doen in het kader van het welzijn en geluk van je kind.

Houd een nabespreking met je kind: wat ging (minder) goed? Hoe voelt het zich nu? Kunnen we iets ontspannends doen nadien?

Meer lezen? Check de coming-out webpagina's van het Transgengender Infopunt, de E-learning LGBTI+ in het jeugdwerk van WelJong en de info op de website van OutForTheWin.

**Bedankt!**



## Tot slot

Bedankt om deze brochure vast te nemen en uit te lezen.

Maar vooral bedankt om samen met je kind jullie pad te zoeken. Geen enkel pad is hetzelfde, er is geen 'juiste' formule om een LGBT+ kind op te voeden. Neem de tijd, neem de ruimte en ondersteun je kind terwijl zij de wereld en zichzelf ontdekken. We hopen dat de handvaten in deze brochure jullie verder op pad helpen.



## 10. Woordenlijst

### Colofon:

---

Brochure uitgegeven door çavaria & Transgender Infopunt

Verantwoordelijke uitgever: Yves Aerts (die/hun, hij/hem)

Redactie: Eline Vermeulen (zij/haar) & Olivia Wittock (zij/haar)

Eindredactie: Jeroen Borghs (hij/hem) & Eva Declerck (zij/haar)

Vormgeving: [www.wearestardust.be](http://www.wearestardust.be)

# Bronnen

Burgwal, A., van Wiele, Y., & Motmans, J. (2023). Genoeg Enough Assez: Onderzoek naar de ervaringen met geweld van LGBTI-personen in Vlaanderen. Vlaamse overheid. <https://publicaties.vlaanderen.be/view-file/54434>.

Callens, N. (2024). Idem Info. <https://www.ideminfo.be/>.

de Vries, A. L., Steensma, T. D., Cohen-Kettenis, P. T., VanderLaan, D. P., & Zucker, K. J. (2016). Poor peer relations predict parent-and self-reported behavioral and emotional problems of adolescents with gender dysphoria: a cross-national, cross-clinic comparative analysis. *European child & adolescent psychiatry*, 25, 579-588.

European Union Agency for Fundamental Rights. (2014). Being trans in the European Union. Comparative analysis of EU LGBT survey data. Retrieved from Luxembourg: FRA.

Fine, C. (2017). Testosteron Rex: Het einde van de gendermythe. Lannoo.

Grant, J. M., Mottet, L. A., Tanis, J., Harrison, J., Herman, J. L., & Keisling, M. (2011). Injustice at every turn. A Report of the National Transgender Discrimination Survey. Washington: National Gay and Lesbian Task Force and the National Center for Transgender Equality.

Motmans, J., Wyverkens, E., & Defreyne, J. (2017). Leven als transgender persoon in België. Tien jaar later. Brussel: Instituut voor de gelijkheid van vrouwen en mannen.

Puckett, J. A., Matsuno, E., Dyar, C., Mustanski, B., & Newcomb, M. E. (2019). Mental health and resilience in transgender individuals: What type of support makes a difference?. *Journal of Family Psychology*, 33(8), 954.

Schrijvers, K., Dierckens, M. & Deforche B. (2023). Studie Jongeren en Gezondheid, Seksuele gezondheid en relaties [Factsheet]. Opgehaald van: [https://www.jongeren-en-gezondheid.ugent.be/wordpress/wp-content/uploads/2023/08/4\\_Factsheet\\_SeksueleGezondheid.pdf](https://www.jongeren-en-gezondheid.ugent.be/wordpress/wp-content/uploads/2023/08/4_Factsheet_SeksueleGezondheid.pdf).

Solbes-Canales, I., Valverde-Montesino, S., Herranz-Hernandez, P. (2020). Socialization of gender stereotypes related to attributes and professions among young Spanish school-aged children. *Frontiers in Psychology*, 11, 169.

Tacikowski, P., Fust, J., & Ehrsson, H. H. (2020). Fluidity of gender identity induced by illusory body-sex change. *Scientific Reports*, 10, 14385.

Van Caenegem, E., Wierckx, K., Elaut, E., Buysse, A., Dewaele, A., Van Nieuwerburgh, F., De Cuyper, G. & T'Sjoen, G. (2015). Prevalence of Gender Nonconformity in Flanders, Belgium. *Archives of Sexual Behavior*, 44(5), 1281-1287.

Vantieghem, W., Van Maele, D., & Van Houtte, M. (2016). Een brede kijk op gender en waarom het van tel is in onderwijs. *Caleidoscoop* jg, 6-13.

Vale, M. T., & Bisconti, T. L. (2021). Age differences in sexual minority stress and the importance of friendship in later life. *Clinical Gerontologist*, 44(3), 235-248.

Watson, R. J., Grossman, A. H., & Russell, S. T. (2019). Sources of social support and mental health among LGB youth. *Youth & society*, 51(1), 30-48.

Zhang, Q., Goodman, M., Adams, N., Corneil, T., Hashemi, L., Kreukels, B., ... & Coleman, E. (2020). Epidemiological considerations in transgender health: a systematic review with focus on higher quality data. *International Journal of Transgender Health*, 21(2), 125-137.

## Verder kennen?

Waar kan ik als opvoedingsfiguur betrouwbare info vinden over LGBT+ thema's?

Nuttige organisaties met hun contactgegevens (Cavaria, Transgender Infopunt, Kinderrechtencommissariaat, WATWAT, Lumi, ouderproject, Wel Jong,...)

Tools, boekentips, webpagina's, artikels,...



Brochure 'binnenste buiten' voor ouders van kinderen met een variatie in de geslachtsontwikkeling



Project 'alle liefs voor m/v/x van De Gezinsbond



Brochure 'gender in de kleuterklas' van Rosa vzw



Gezinsgesprekstoel van De Gezinsbond



Brochure 'gender in de kleuterklas' van Rosa vzw



'de genderzoektocht' werkboek voor jongeren en jongvolwassenen



Gendervonk



Trotse Ouders



TransParent  
(ouderproject van TIP)