

Bekender met gender

ALLES OVER GENDERVRAGEN

VOOR PROFESSIONALS IN ZORG EN ONDERWIJS

CARL BUIJS & THOMAS WORMGOOR

Bekender met gender

ALLES OVER GENDERVVRAGEN

Voor professionals in zorg en onderwijs

Carl Buijs & Thomas Wormgoor

ISBN 978 90 8560 403 7

NUR 740 / 760

THEMA JMG / MB

BISAC PSY062000 / JNF053300

© 2026 Uitgeverij SWP Amsterdam

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd bestand, of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Tekst- en datamining van (delen van) deze uitgave is uitdrukkelijk niet toegestaan.

All rights are reserved, including those for text and data mining, AI training and similar technologies.

Inhoudsopgave

HOOFDSTUK 1

Inleiding en basisbegrippen	7
1.1 Introductie	7
1.2 Gender en taal	9
1.3 Begrippen die in dit boek gebruikt worden	11

HOOFDSTUK 2

Genderdiversiteit in Nederland; een korte geschiedenis en antwoorden op veelgestelde vragen	17
2.1 De geschiedenis van genderdiversiteit en genderzorg in Nederland	17
2.2 Veelgestelde vragen	22

HOOFDSTUK 3

Een leven lang gender	37
3.1 De zoektocht en de coming-out	37
3.1.1 Jonge kinderen: opgroeien met genderstress	40
<i>Interview met Pauline IJlst en Frank Dekkers</i>	46
<i>'Als je iemand ondersteunt in diens zoektocht, dan kun je eigenlijk geen fouten maken'</i>	
3.1.2 Pubers en adolescenten: ontdekken en experimenteren	52
3.1.3 Volwassenen: eindelijk mijzelf worden	55
3.2 De transitiefase: genderbevestiging	57
3.3 Na de transitie	64
3.3.1 Stress en coping na transitie	67
3.3.2 Veerkracht en gendereuforie	69
3.3.3 Levenslang zorg?	69

HOOFDSTUK 4

Het zorglandschap	73
4.1 Inleiding	73
4.2 Huisartsenzorg	75
4.3 Informele zorg	77
<i>Interview met Rudy Tan-A-Kiam</i>	80
<i>'Blijf nieuwsgierig'</i>	
4.4 Psychische zorg	86
4.5 Somatische genderbevestiging	95
4.6 Paramedische zorg	109
<i>Interview met Mariëlle Dortmans-de Groot</i>	114
<i>'Als je dingen loslaat, gaat het soms beter stromen'</i>	

HOOFDSTUK 5

Capita selecta	119
5.1 Gender- en neurodiversiteit	119
<i>Interview met Johan Boone</i>	124
<i>'Ik ben maar een mens met mijn eigen mening en mijn eigen waarheid'</i>	
5.2 Gender en LVB	129
5.3 Zorgen van en voor de naasten	132
5.4 Juridische aspecten	137
5.5 Levensbeschouwing	142
5.6 Seksualiteit en relaties	150

Over de auteurs	156
-----------------	-----

Dankwoord	157
-----------	-----

BIJLAGE 1

Bronnen	158
----------------	------------

BIJLAGE 2

Belangrijke adressen en websites	162
---	------------

BIJLAGE 3

Praktische informatie voor de genderzoektocht	169
--	------------



Inleiding en basisbegrippen

1.1 Introductie

Een onderhoudend boek maken voor iedereen die beroepsmatig te maken heeft met gendervragen, dat wilden we. Een praktijkgericht boek met veel kennis en informatie, gebaseerd op wetenschap en praktijk. Wij hebben de nodige ervaring in de genderzorg en zijn beiden opgegroeid met eigen gendervragen. Sinds een aantal jaar geven we voorlichting en scholing aan professionals over ‘gender’, meestal aan groepen of teams op de werkvloer. Daardoor weten we welke vragen er zoal leven bij diegenen die geen specifieke kennis of ervaring hebben op dit gebied. Een paar voorbeelden:

Onderwijs

‘Moet je een kind steunen in diens wens om met een andere naam en andere persoonlijke voornaamwoorden aangesproken te worden, als het kind nog niet in behandeling is?’

Een kind steunen is wat leerkrachten en schoolbegeleiders graag willen, maar wat kan, mag en moet er? Moet je alle uitingen van genderincongruentie serieus nemen? En wat als de ouders van niets weten of erop tegen zijn dat hun kind hierin wordt gesteund?

Psychische zorg

‘Mag ik de diagnose “genderdysforie” stellen of moet dat per se gebeuren in een gespecialiseerd academisch centrum?’

Steeds meer jeugdigen en volwassenen zoeken hulp binnen de psychische hulpverlening. Soms in de hoop eindelijk duidelijkheid te krijgen over hun gender, soms omdat er sprake is van psychische of psychiatrische problematiek, soms in de verwachting dat men dan eerder toegang zal krijgen tot somatische behandeling, et cetera. Zeker voor degene die werkt in een praktijk of instelling die niet op genderzorg is

toegesneden, is het belangrijk om te onderzoeken welke zorg er geboden kan worden en wanneer iemand beter verwezen kan worden.

Huisartsenzorg

‘Wat kan ik nog meer doen dan mijn patiënt op een jarenlange wachtlijst voor behandeling plaatsen?’

Deze vraag hoeft geen toelichting. Huisartsen worstelen hier vaak mee. Zij kunnen een praktijkondersteuner inzetten of verwijzen naar wél toegankelijke gespecialiseerde zorgverleners. Welke interventies kan en mag een huisarts daarnaast zelf doen? Welke keuze is de beste en wat kan een praktijkondersteuner hierin betekenen?

Tijdens voorlichtingen en trainingen merken wij dat er naast een ervaren tekort aan feitenkennis ook sprake is van koudwatervrees: angst voor het onbekende en daaraan gekoppeld angst om het (uit onwetendheid) niet goed te doen. Met dit boek willen wij zowel de nodige feitenkennis aandragen als de angst voor het onbekende – en dus de handelingsverlegenheid – wegnemen.

In de eerste hoofdstukken introduceren we belangrijke begrippen en geven we antwoord op veelgestelde vragen. In hoofdstuk 3 van dit boek volgen we de levens van drie gendervariante personen. Zij vormen steeds de introductie van de paragrafen die gaan over respectievelijk ‘leven van conceptie tot coming-out’, ‘de fase van transitie en eventuele behandeling’ en ‘de fase na de transitie’. In hoofdstuk 4 wordt het hele zorglandschap beschreven: de informele, de somatische en de psychische transgenderzorg. In hoofdstuk 5 wordt een aantal belangrijke onderwerpen verder uitgediept. De drie bijlagen dienen praktische doelen: in bijlage 1 zijn alle bronnen opgenomen waarnaar in het boek wordt verwezen, te vinden op naam van de auteur van de publicatie. In bijlage 2 geven wij praktische informatie over een breed scala aan bijeenkomsten, winkels, organisaties et cetera die voor gendervariante personen van belang kunnen zijn, op thema gerangschikt. In bijlage 3 ten slotte richten wij ons tot ondersteuners en hulpverleners met een overzicht van beschikbare tools.

Disclaimer: wij realiseren ons daarbij overigens dat genderzorg bij uitstek een terrein in ontwikkeling is en dat wij veel, maar lang niet alles, weten.

1.2 Gender en taal

Filosofisch kunnen we de vraag opwerpen of het zo is dat de mensheid de taal ontwikkelt of dat de taal de mensheid ontwikkelt. Beide stellingen zijn te verdedigen en ze zijn ook beide waar. Het zijn gewoon geen tegenstellingen. We gebruiken taal om onze gedachten over te brengen op andere mensen. Dat kan natuurlijk ook via tekeningen en dergelijke, maar taal is een snelle manier en kan bovendien ook over zaken gaan die we maar moeilijk kunnen tekenen, zoals gevoelens. We gaan woorden zoeken voor zaken die we willen vertellen, maar waar nog geen taal voor is en we gaan op elkaars verwoorde gedachten reageren met nieuwe gedachten, die we uitdrukken in taal. Dit klinkt misschien te simpel voor woorden. Het wordt echter spannender als je je afvraagt hoe ‘denken’ gaat zonder taal. Denken gaat via en door middel van taal.

Om nu maar meteen een grote stap richting gender te maken: mensen die niet samenvallen met het geslacht dat hen is toebedeeld zijn er altijd geweest, maar de taal om dat grote ongemak te delen met anderen is een stuk jonger dan de taal voor ‘man’ en ‘vrouw’. Met alleen die twee woorden ter beschikking kun je hooguit aangeven wat je niet bent, maar niet wat je dan wel bent. Taal voor wat je nog meer kunt zijn dan ‘man’ of ‘vrouw’ maakt het mogelijk om ook anderen te laten weten wie je bent, maar belangrijker wellicht: deze taal maakt dat je hier voor jezelf woorden aan kunt geven. Voor heel veel gendervariante mensen is de ontdekking van alternatieven voor ‘man/vrouw’ via taal een levensveranderende gebeurtenis geweest. In levensverhalen van vrijwel alle mensen die zichzelf presenteren als gendervariant wordt dit beschreven als eureka-moment: ‘Ik hoorde iemand op de radio praten over transseksueel zijn’, ‘Ik zag een transvrouw bij Oprah Winfrey’, ‘Ik keek met mijn ouders naar ‘Hij is een Zij’ van Arie Boomsma et cetera. Zo’n eureka-moment is vaak een combinatie van ‘Zie je wel dat ik niet gek ben’, ‘O, dus zo heet het’, ‘Ik besta en er zijn er meer zoals ik’. Vaak vormt zo’n ontdekking het antwoord op vele vragen en de wegwijzer naar informatie, contact met anderen, coming-out en eventueel hulp.

De afgelopen vijftig jaar is er veel ‘gendertaal’ bij gekomen, wat een illustratie genoemd kan worden van de tweede stelling waar we mee begonnen: taal ontwikkelt ook de mensheid. Taal voor mensen die zichzelf ervaren als ‘het andere’ geslacht dan het geboortegeslacht heeft heel veel goeds met zich meegebracht, maar was geen oplossing voor de gendervariante mensen die niet (helemaal) het andere geslacht waren. ‘Non-binair’ is hiervoor als overkoepelende term in de wereld gekomen, maar dit is een term die benadrukt wat iemand níét is. Geen

wonder dat mensen blijven zoeken naar termen die (nog beter) aansluiten bij hun genderbewustzijn.

Kortom, het belang van taal kan niet overschat worden. Onze kennis over en begrip van variaties in gender en de betekenis daarvan is nog volop in beweging. Onvermijdelijk is ook de gendertaal voortdurend in beweging. Wij zijn ons dit terdege bewust en hebben de intentie zo zorgvuldig mogelijk te zijn bij het gebruik van termen, terwijl wij tegelijkertijd de lezer ook gendertaalvaardig willen maken.

Om een beeld te schetsen van onze afwegingen nemen wij u mee in het aller-eerste taaldilemma waar wij tegenaan liepen: welke term of taal gebruiken wij om mensen aan te duiden die zich ervan bewust zijn niet overeen te komen met het geslacht dat hen bij geboorte is toegekend? Termen uit de vorige eeuw (transgenderist of transseksueel) vallen af, daarover waren we het snel eens. Een transgender of transgender persoon of transpersoon? Dit zijn wel termen die gangbaar zijn, maar we ervaren ze langzamerhand toch als te onpersoonlijk en te onduidelijk: zullen alle gendervariante mensen zich erin herkennen? Bovendien zeggen ze niets over het gender van de betreffende persoon.

Misschien kunnen we aansluiten bij de wetenschappelijke literatuur? De Angelsaksische wetenschap gebruikt bijvoorbeeld AFAB (*assigned female at birth*) en AMAB (*assigned male at birth*), oftewel mensen die bij geboorte respectievelijk het vrouwelijke of mannelijke geslacht toegewezen kregen. Tsja, in de eerste plaats schrijven wij in het Nederlands, ten tweede kan het nauwelijks onpersoonlijker dan dit en bovendien slaat de term, indien letterlijk genomen, op alle mensen op aarde.

In Nederland wordt vaak gesproken van transmannen (mannen die bij geboorte als vrouw werden aangegeven en een genderbevestigende behandeling hebben ondergaan) en transvrouwen (vrouwen die bij geboorte als man werden aangegeven en een genderbevestigende behandeling hebben ondergaan). Deze termen hebben als voordeel dat ze wel aanduiden dat het geen onpersoonlijke wetenschappelijke termen zijn en dat ze aangeven dat het hier gaat om mensen die van geslacht veranderd zijn. Ideaal zou je zeggen, maar waarom zou je iemand die inmiddels samenvalt met het ervaren geslacht de rest van diens leven moeten aanduiden als transpersoon, waarom niet 'gewoon' man respectievelijk vrouw? Of zouden we moeten kiezen voor 'mannen/vrouwen met een transgender geschiedenis'? Dat zal de leesbaarheid van dit boek waarschijnlijk niet ten goede komen. We hebben er uiteindelijk voor gekozen om de termen transman en transvrouw te gebruiken in de situaties waarin het weglaten van 'trans' onduidelijke taal op zou leveren. Waar we het hebben over de groep 'mensen wier gender niet samen-

valt met hun biologische kenmerken' gebruiken we over het algemeen de term 'gendervariant'.

Omdat dit geen taalkundig boek is, zullen we niet bij elke term uitleggen wat de voors of tegens ervan zijn, maar we hopen enig begrip te hebben aangebracht voor de emanciperende potentie van taal en daarmee het belang van zorgvuldig taalgebruik.

Om te onthouden: taal is erg belangrijk. Voor gendervariante mensen vormt taal soms het antwoord op innerlijke verwarring. Termen zijn daarom belangrijk, maar:

- Termen betekenen niet voor iedere persoon hetzelfde. Het is niet nodig om alle definities voor termen die we in dit boek gebruiken en uitleggen te onthouden. Het is belangrijker om aan de persoon tegenover je te vragen wat die bedoelt met termen die diegene gebruikt en om te vragen hoe die aangesproken en benoemd wil worden.
- De gevoelswaarde van termen kan in de loop van de tijd veranderen. Ze kunnen verouderen of hun zeggingskracht verliezen door voortschrijdend inzicht in de maatschappij.

1.3 Begrippen die in dit boek gebruikt worden

- **Sekse** wordt gebruikt als we het over lichamen hebben in de strikt fysieke, biologische zin. We definiëren een man daarbij als 'iemand met XY-chromosomen' en een vrouw als 'iemand met XX-chromosomen'. Bij geboorte wordt echter niet bepaald welke chromosomen de baby heeft, maar hoe het genitale gebied eruitziet. Wordt er een penis waargenomen dan is de kleine een jongetje, wordt er een vulva waargenomen dan noemen wij het kind meisje. Soms is het bij geboorte moeilijk te zien of het om een vulva of penis gaat en soms blijkt naderhand dat het kind zich lichamelijk niet in alle opzichten ontwikkelt zoals verwacht op grond van het toegewezen geslacht. In die gevallen spreken we van intersekse of (meer in de medische sfeer) van DSD (Disorders of Sex Development). In dit boek gaan we niet nader in op alle bekende seksevariaties. Van belang is te weten dat intersekse condities voorkomen bij ongeveer 2% van de bevolking, dat er sprake kan zijn van genderincongruentie (zie hieronder in de begrippenlijst) bij mensen met een intersekse conditie en dat er al enige tijd sprake is van groeiend zelfbewustzijn en emancipatie onder de mensen die het aangaat.

- **Gender** gebruiken we als het over de beleving van (de eigen) sekse gaat, maar bijvoorbeeld ook als het over sociale aspecten van man, vrouw of anderszijn gaat; wat beschouwt een bepaalde maatschappij in een bepaalde tijd als passend voor en passend bij een man of een vrouw. We beoordelen gedrag dan vervolgens als genderconform of gender-nonconform¹. Dit zegt echter niets over gender in de betekenis van de beleving van het eigen gender. Wanneer iemands gevoel jongen of meisje te zijn overeenkomt met het bij geboorte vastgestelde geslacht spreken we van cisgender. Een man die bij de burgerlijke stand als meisje werd aangegeven en een vrouw die als jongen werd aangegeven noemen we gendervariant. Degene die zich noch (honderd procent) man noch (honderd procent) vrouw voelt, noemen we non-binair. (Maar zie de relativering in de vorige paragraaf.)
- **Genderdiversiteit** gebruiken we om aan te geven dat er een grotere variatie in genders is dan uitsluitend (trans)man en (trans)vrouw. Non-binair duidt alleen op wat iemand niet is. Het is heel belangrijk geweest dat er een woord kwam dat aangaf dat niet iedereen man óf vrouw is. Niet voor niets wordt gezegd dat taal de motor van onze verbeelding is. In een wereld waarin nooit sprake is van andere gendergevoelens dan (trans)man óf (trans)vrouw kun je jarenlang rondlopen met het gevoel dat het (nog steeds) niet klopt. Horen of lezen dat gender niet binair is kan dan een eerste stap zijn in het verder zoeken naar het passende eigen gender. Dat is de laatste jaren dan ook met verve gebeurd. Er bestaan lange lijsten met definities van non-binaire genders. Het is ondoenlijk een compleet overzicht van definities te geven. Belangrijk is wel dat het evenzoveel pogingen zijn om uiting te geven aan het persoonlijk beleefde gender. Sommige mensen worden zich ervan bewust dat zij geen gevoel van gender hebben. Hen noemen we agender.
- **Genderdysforie en genderincongruentie** zijn termen die gebruikt worden in de DSM-5 (genderdysforie) en de ICD-11 (genderincongruentie). Met genderdysforie wordt bedoeld het lijden onder de discrepantie tussen genderidentiteit en geboortegeslacht. Genderincongruentie verwijst naar het niet samenvallen van genderidentiteit en geboortegeslacht. De DSM (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, gemaakt door de organisatie van Amerikaanse psychiaters, APA) is het woordenboek van de psychische diagnoses. De ICD (International Classification of Diseases) wordt gemaakt onder de verantwoordelijk-

¹ De officiële schrijfwijze is 'gendernon-conform.' Voor de leesbaarheid hanteren wij in dit boek 'gender-nonconform'.

heid van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) en vormt in essentie de lijst van 'erkende' medische en psychische diagnoses. Beide gezaghebbende documenten geven een korte definitie van respectievelijk genderdysforie en genderincongruentie en een lijst met kenmerken. Voldoen aan het minimaal vereiste aantal van deze kenmerken is niet genoeg om als zodanig gediagnosticeerd te kunnen worden. Er moet sprake zijn van duurzaamheid van de gevoelens en van (enige) lijdensdruk. Beide documenten worden geregeld geactualiseerd en zijn via internet te raadplegen.

- **Gendereuforie.** Deze term is afgeleid van genderdysforie en ontstaat als commentaar daarop. Dysforie betekent 'slecht te verdragen'. Steeds meer gendervariante personen voelen deze term als negatief en stigmatiserend: waarom moet het altijd moeilijk en zwaar zijn als het over genderdiversiteit gaat? Gendereuforie staat voor de kracht en de veerkracht van genderdiverse mensen, voor de vreugde van jezelf mogen en kunnen zijn en voor de mooie en unieke ervaringen die het leven als gendervariant mens te bieden heeft.
- **Seksuele diversiteit** gaat als zodanig niet over gender of sekse, maar wel over homo- of heteroseksualiteit en alle andere vormen waarin seksualiteit wordt beleefd en ingedeeld. Doordat de definities van hetero- en homoseksualiteit gaan over het al dan niet gelijk zijn van de sekse/ het gender van beide partners is er toch een verband met het onderwerp van dit boek. Ook inhoudelijk overigens: een meisje dat op jongens valt en seksuele contacten met jongens aangaat, valt daardoor beslist niet op. Maar voor een 'meisje' dat zich geen meisje voelt, kan seksueel contact met jongens uiterst verwarrend zijn. En de jongen die op jongens valt, kan hierdoor zo in verwarring komen dat hij zich af kan vragen of hij misschien een meisje is.
- **Zelfsocialisatie:** soms wordt gender-nonconform gedrag kinderen hardhandig afgeleerd. Worden 'jongensachtige' meisjes op jonge leeftijd vaak nog wel stoer of grappig gevonden, tegen kinderen met het geboortegeslacht jongen wordt vaak zeer beslist opgetreden wanneer zij zich te meisjesachtig presenteren. Maar ook kinderen die niet expliciet bestraft worden of uitgelegd krijgen wat wel en wat geen acceptabel gedrag is, leren vaak al jong dat ze hun ware genderidentiteit maar beter niet kunnen tonen. Kinderen pikken voldoende signalen op van de mensen om hen heen – zowel leeftijdgenoten als opvoeders – om te leren welk gedrag van hen gevraagd wordt. Dit wordt zelfsocialisatie genoemd. Na een coming-out kan dit principe tot verbazing bij ouders

leiden, die zich afvragen waarom hun kind niet eerder verteld heeft waar het mee worstelde. Zij hebben hun kind toch helemaal niet met strenge gendernormen opgevoed?

- **Minderheidsstress:** mensen die behoren tot een groep die maatschappelijk ondergeschikt is (in grootte, representatie, of kansengelijkheid), ervaren daardoor doorgaans stress die niet ervaren wordt door mensen in de groep die de norm vormt in de maatschappij. Stress leidt tot mentale en fysieke gezondheidsklachten. Deze stress komt boven op de spanningen en moeilijkheden die ieder mens weleens ervaart. Kinderen die problemen ervaren op het gebied van gender en sekse, behoren daarmee ook direct tot een minderheid in onze maatschappij én binnen het eigen gezin, of ze zich daar al van bewust zijn of niet. Minderheidsstress is cumulatief: de stress van het behoren tot verschillende minderheden telt bij elkaar op. Dat geldt bijvoorbeeld voor gendervariante personen die van niet-Nederlandse afkomst zijn, een fysieke beperking hebben, behoren tot een religieuze minderheid enzovoort.

Bij de minderheidsstress die gendervariante mensen ervaren, speelt het volgende een belangrijke rol: negatieve reacties op henzelf of op gendervariantie in het algemeen, gebrek aan representatie, niet (h)erkend en niet begrepen worden, niet kunnen voldoen aan verwachtingen van de omgeving, negatieve verwachtingen voor de toekomst, geïnternaliseerde negativiteit ten opzichte van gendervariantie en het verbergen van de identiteit of achtergrond. Het minderheidsstress-model is gebaseerd op drie factoren die allen inwerken op de psychische gesteldheid van een persoon: **externe stressfactoren en interne stressfactoren** verhogen stress en verlagen psychisch welbevinden terwijl **veerkrachtfactoren** de negatieve invloed van de stressfactoren matigen. Dit minderheidsstressmodel is in 2003 ontwikkeld door Meyer en Frost om psychische en sociale stress bij etnische en culturele minderheden te verklaren en werd in 2013 door hen verder ontwikkeld voor toepassing op mensen die tot seksuele minderheden behoren. Het model heeft sindsdien veel verschillende invullingen en toepassingen gekregen, maar de basisfactoren zijn daarbij steeds aanwezig. Ook in 2013 publiceerden Bockting en anderen een onderzoek naar toepassing van het model op gendervariante en gender-nonconforme personen. Geïnspireerd door verschillende auteurs en verschillende modellen geven wij een eigen aanvulling, die recht doet aan het feit dat een gendervariant mens al vanaf de geboorte te maken krijgt met minder-