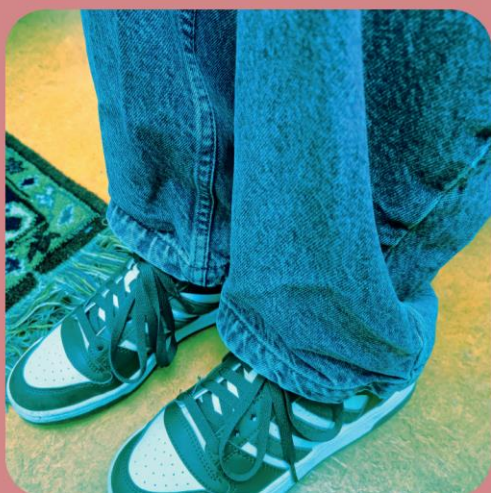


KUNNEN ZIJN WIE IK BEN

ervaringen, uitdagingen en behoeften van
12 LHBTIQ+ -jongeren in Haarlem

kwalitatief onderzoek



 Discriminatie.nl

Kennemerland

19 februari 2025

Discriminatie.nl Kennemerland is het antidiscriminatiebureau van regio Kennemerland. Het zet zich in voor gelijke behandeling en tegen discriminatie. Alle inwoners van Kennemerland kunnen bij ons terecht voor ondersteuning bij het ervaren van discriminatie en voor informatie. De deskundige medewerkers van het bureau staan klaar om jouw verhaal te horen en je te ondersteunen en te adviseren bij het nemen van stappen om discriminatie en uitsluiting tegen te gaan.

We geven ook voorlichting, bijvoorbeeld op scholen, of trainingen aan professionals, we organiseren projecten, doen onderzoek en geven advies.

Discriminatie.nl Kennemerland
t: 023 5315842
e: kennemerland@discriminatie.nl
w: discriminatie.nl/kennemerland



discriminatie_kennemerland

Auteur en onderzoeker
Marjolein van Haaften

Foto's
Marjolein van Haaften

Met bronvermelding is overname van de inhoud van deze uitgave toegestaan.

0. Introductie	3
1. Vrienden en Vrije tijd	6
1.1 Vrijtijdsbesteding	
1.2 Avondactiviteiten en uitgaan	
1.3 Vrienden en vriendschappen	
1.4 Sociale media	
1.5 Samenvatting	
2. School	23
2.1 (On)veilige school	
2.2 De Gender & Sexuality Alliance (GSA)	
2.3 Samenvatting	
3. Ouders	32
3.1 De rol van de ouders	
3.2 Samenvatting	
4. Hulpverlening	35
4.1 Rol van hulpverleningsorganisaties	
4.2 Samenvatting	
5. Aanbevelingen	38
Nawoord	42
Bijlage: Websites en sociale media	43

0. Introductie

Discriminatie.nl Kennemerland (het antidiscriminatiebureau) heeft een kwalitatief onderzoek uitgevoerd onder LHBTIQ+-jongeren.

Met dit onderzoek brengen we door middel van hun eigen verhalen de ervaringen van jongeren in beeld op het gebied van: hun sociale netwerk (vrienden, ouders, scholen) professionele ondersteuners, sociale veiligheid en acceptatie, vrijetijdsbesteding en hun behoeften aan sociale interactie en ontmoeting met leeftijdsgenoten. In deze rapportage komen LHBTIQ+-jongeren aan het woord. Hun ervaringen staan centraal, zij zijn tenslotte de experts op het gebied van hun eigen leefsituatie.

We wilden graag meer kwalitatieve kennis over wat er speelt bij LHBTIQ+-jongeren. Dit als aanvulling op het kwantitatieve Pink Panel onderzoek naar sociale en fysieke veiligheid, acceptatie en discriminatie onder 15-90 jarige LHBTIQ+-ers.

Kwalitatief onderzoek geeft een beschrijving van een bepaald verschijnsel of bepaalde ervaringen vanuit de beleving van de respondenten. Kwalitatief onderzoek zegt niets over de schaal (= de mate waarin) waarop dit verschijnsel voorkomt. We dienen voorzichtig te zijn met generaliseerbare conclusies maar de interviews leidden nog steeds tot waardevolle inzichten en thema's.

Discriminatie.nl Kennemerland is een expertisebureau op het gebied van discriminatie en gelijke behandeling en heeft veel kennis van LHBTIQ+ op verschillende terreinen (op werk, op school) en een breed netwerk van GSA-docenten. Een ervaren onderzoeker heeft het onderzoek uitgevoerd.

Voor dit onderzoek zijn individuele diepte-interviews afgenomen met 12 LHBTIQ+-jongeren die in Haarlem op school zitten. Daarbij is gebruik gemaakt van een half gestructureerde vragenlijst. Dit bood ruimte voor hun verhaal: hun ervaringen, perspectieven en gevoelens. De jongeren zitten op Het Schoter, het Mendelcollege, Lyceum Sancta Maria, Haarlem College, Rudolf Steiner en het ECL. Ze zijn tussen de 14 en 19 jaar. Het is een diverse groep jongeren met verschillende achtergronden. Er zit variatie in hun seksuele gerichtheid en gender, hun gezinssituatie, hun opleidingsniveau en herkomst. Enkele jongeren hebben Surinaamse / Hindoestaanse / Engelse / Zuid-Afrikaanse *roots*.

We hebben de jongeren bereid gevonden om deel te nemen aan het onderzoek via de GSA¹-docenten op de middelbare scholen, die hen hebben gevraagd, of wij hebben de jongeren soms zelf aangesproken tijdens GSA-activiteiten. De gesprekken vonden plaats in afgesloten kamers op hun school of in een dichte ruimte bij het antidiscriminatiebureau en duurden een half uur tot soms anderhalf uur. De gesprekken zijn opgenomen en letterlijk uitgetypt.

Voorafgaand aan het gesprek heeft de onderzoeker hen op hun gemak gesteld, aangegeven dat ze niet overal antwoord op hoefden te geven, ze konden stoppen als ze dat wilden en zij hebben een kaartje meegekregen met nazorg-adressen².

De context

In Nederland is er momenteel veel aandacht voor jongeren, vooral als het gaat om hun mentale welzijn en toekomstperspectief. Dit is mede versterkt door de gevolgen van de coronapandemie, die een grote impact heeft gehad op de mentale gezondheid van jongeren.

Ze voelen prestatiedruk omdat ze aan veel eisen moeten voldoen en hebben tegelijkertijd veel keuzevrijheid wat weer leidt tot keuzestress en *fear of missing out*. Daarbij verhogen sociale media de druk om te voldoen aan perfectie en worstelen ze met hun identiteit, zoals jongeren altijd hebben gedaan in die leeftijdsfase. De jongeren van Generatie Z zijn redelijk gelukkig maar

1 Gender en Sexuality Alliance > een groep leerlingen en docenten die zich sterk maakt voor een veilige (LHBTIQ+) schoolomgeving.

2 COC-kennemerland, Haarlem Town Queers, Discriminatie.nl Kennemerland en jongerenhulponline.nl

wel minder gelukkig dan generaties voor hen³. In het algemeen hebben jongeren een goede verhouding met hun ouders: ze praten makkelijk met hen als ze ergens mee zitten,⁴ maar hun mentale gezondheid verslechtert.

In diezelfde context dienen we de verhalen van de LHBTIQ+-jongeren te plaatsen. Met als kanttekening dat LHBTIQ+-jongeren meer worstelen met hun identiteit omdat zij zich vaak een uitzondering voelen ten opzichte van hun leeftijdsgenoten. Feitelijk is dat ook zo, ze zijn in de minderheid en begeven zich in een heteronormatieve cisgender omgeving. Daarnaast hebben zij meer te maken met pesterijen en discriminatie dan hun hetero cis-leeftijdsgenoten en is het slechter gesteld met de mentale gezondheid van LHBTIQ+-jongeren. Ze hebben meer psychische klachten en vaker suïcidale gedachten dan hun niet-LHBTIQ+-leeftijdsgenoten.

We willen niet dat de geïnterviewde jongeren herkenbaar zijn in tekst of in beeld. Hun namen blijven achterwege met het oog op hun privacy. We gebruiken een naam die ze zelf hebben uitgekozen (*nickname*). Ook specificeren we niet op welke school de jongeren zitten en zijn heel herkenbare details of verhalen over hun leven weggelaten.

De meeste jongeren vertelden heel open en uitgebreid over hun thuissituatie, over ouders die niet altijd ondersteunend of acceptierend zijn, of juist wel. Vanwege de privacy van de ouders zijn we terughoudend in het delen van persoonlijke details.

ik beschouw mezelf als	nickname	leeftijd
meisje, biseksuele gerichtheid	Xi	15 jaar
meisje, lesbisch	Yo	14 jaar
meisje, biseksuele gerichtheid, zegt zelf homoseksueel want <i>het is een brede term en maakt duidelijk waar ik bij hoor</i>	Eva	16 jaar
jongen, zegt zelf gay i.p.v. homoseksueel omdat homo als scheldwoord wordt gebruikt	Watze	16 jaar
meisje, lesbisch	Mieke	16 jaar
jongen, transgender	Bart	18 jaar
meisje, biseksuele gerichtheid	Lexie	14 jaar
meisje, lesbisch	Billie	15 jaar
genderfluïde, zij/die	Explosieve Schildpad (ES)	17 jaar
non binair, (demigirl ⁵), lesbisch, sapphic ⁶ , asexueel, aromantisch	Deni	19 jaar
jongen, homoseksueel	Jayjay	15 jaar
queer en lesbisch, zegt zelf gay	Flow	18 jaar

Voor wie is deze rapportage?

In deze rapportage geven we een uitgebreid beeld van de LHBTIQ+-jongeren die in Haarlem op de middelbare school zitten en hun vrije tijd grotendeels doorbrengen in Haarlem en omgeving. De verhalen van deze jongeren bieden waardevolle inzichten in hun leefwereld en laten zien op welke gebieden zij nog extra steun kunnen gebruiken. Uiteraard zijn het hun ervaringen en dienen we voorzichtig te zijn met generalisaties. Wat zij ons vertellen is ons inziens echter zeer leerzaam voor schooldirecties, (GSA-) docenten, ondersteunend personeel, de gemeente Haarlem (met name op het gebied van jeugd, onderwijs en regenboogbeleid), LHBTIQ+-belangenorganisaties en hulpverlenende en welzijnsinstanties zoals de GGD, Buurts en het CJG.

3 Internationaal onderzoek: <https://www.waltonfamilyfoundation.org/sense-of-purpose-in-school-and-work-drives-gen-z-happiness-new-gallup-survey-finds>

4 <https://www.scp.nl/actueel/nieuws/2024/06/25/jongeren-in-nederland-blijven-koplopers-in-sociale-relaties>

5 Een demigirl is iemand die zich gedeeltelijk, maar niet helemaal, identificeert als vrouw.

6 Sapphic betekent een vrouw, of die identificeert als vrouw, die zich voelt aangetrokken tot vrouwen. Het is een paraplueterm voor lesbische, biseksuele, panseksuele en queer vrouwen.

Ouders en LHBTIQ+-jongeren zijn eveneens van harte uitgenodigd om kennis te nemen van deze rapportage.

1. Vrienden en Vrije tijd

1.1 Vrijtijdsbesteding

Om een eerste beeld te krijgen van de jongeren, hebben we gevraagd naar hun vrije tijd. Wat doen ze zoal? Is het plezier maken, creatief bezig zijn, werken, sporten? Doen ze veel samen met anderen? Met wie dan? (er is een apart hoofdstuk gewijd aan vrienden en het belang daarvan) Of doen ze veel alleen?

De jongeren ondernemen veel individuele bezigheden zoals series kijken, muziek luisteren, podcasts luisteren en gamen, maar ook creatieve bezigheden als tekenen, muziek maken, fotografie, haken en lezen. Daarnaast doen ze veel samen met hun vrienden en dan gaat het om skaten, praten, naar de bioscoop, naar de 'stad', theedrinken, bakken, gamen, spelletjes doen, chillen, blowen (1x genoemd) en zingen in een zanggroepje.

Ze onderhouden veel relaties, zowel in groepen als in individueel verband. Ze appen of telefoneren, gamen of zitten op sociale media.

Ze bewegen zich in groepen en verenigingen bijvoorbeeld in de Gender & Sexuality Alliances (GSA's) op school, bij theatergroepen (via school), zingen of dansen bij een vereniging of naar de kerk. Soms gaan ze op kamp (antroposofisch, of HOJO).

De meeste jongeren beoefenen een sport. Dat kan individueel zijn: schaatsen, skeeleren, fietsen (naar andere gemeente om vrienden te bezoeken). Of samen met anderen: sportschool, klimmen, dansen (ballet, *urban*, paaldansen, cheerleader). Of ze zijn gestopt met sporten en willen wel weer beginnen.

Ongeveer de helft van de jongeren heeft een bijbaantje, sommigen zijn hiermee tijdelijk gestopt vanwege examens. Ze werken in de supermarkt, bij een fastfoodketen of bij een restaurant.

Wat is het belang van die activiteiten? Welke behoeften worden vervuld? Wat werkt drempelverhogend of drempelverlagend? Hoe veilig en geaccepteerd voelen ze zich bij deze activiteiten? Gaan ze naar specifieke LHBTIQ+-activiteiten zoals Jong & Out? Waarom wel, waarom niet?

○ Belang van hobby's: vrienden maken

Hobby's kunnen helpen bij het ontmoeten van andere jongeren en het maken van vrienden. Met vrienden meekomen naar een hobby werkt drempelverlagend. Er ontstaat een omgeving met een prettige, accepterende sfeer.

Billie: Door het dansen heb ik echt een paar vrienden gemaakt. Mijn vriendin danst ook. Zij is een vriendin van mijn beste vriendin. Zo ken ik haar. En ik kwam met haar in de klas. Ik heb haar naar het dansen gehaald. Zij hield ook heel erg van dansen en het klikte heel goed met mijn dansdocent.

Flow geeft aan dat ze rondom de hobby nog meer contact met de mensen wil met wie ze de hobby beoefent. Dus dit is een goede manier om vrienden te maken of mensen beter te leren kennen.

Flow: Ik zit bij een zanggroepje. Soms spreken we af om samen te eten voordat we gaan zingen. Met de juf erbij.

- **Belang van hobby's en creativiteit: plezier en zelfexpressie**

Creativiteit is voor veel jongeren een bron van plezier en zelfexpressie en daarom belangrijk voor hun welzijn. Soms willen ze meer dan mogelijk is. Dan is het bijvoorbeeld (te) duur of praktisch lastig te organiseren omdat ze bijvoorbeeld een aparte ruimte nodig hebben.

Flow: Als dat kunstwerkgroepje (in het museum) stopt dan zou ik willen kijken of je ergens samen creatieve dingen kunt doen: gedichten schrijven of tekenen. Dan hoeft je niet per se samen te praten maar je bent wel samen iets aan het doen. Haarlem Town Queers doen nu iets met tekenen, maar dat is 10 euro per keer. Ik heb niet zoveel geld. Als je zelf materialen meeneemt kan het goedkoper.

ES: Ik hou van piano spelen (dit kan thuis). Ik heb drie nummers gecomponeerd. Ik zit op privé pianoles, ik speel wat ik zelf wil spelen en speel dagelijks. Ik heb een geweldige lerares, haar heb ik via een oude vriend gevonden. Ik wil wel muziek maken samen met mijn vrienden maar dat is duur. Je kunt instrumenten slecht verplaatsen, je moet een versterker hebben etc. Het is praktisch lastig.

- **Belang van plekken om samen te zijn**

Jongeren hebben het nodig om te ontspannen of tijd door te brengen met vrienden zonder een specifieke activiteit. Dit *chillen* is belangrijk in hun drukke bestaan, ze vinden het belangrijk om veel samen te zijn met vrienden en daarvoor zoeken ze soms overdekte plekken of huisjes bij school of in een park. Weinig doen, relaxen, praten, soms muziek luisteren of gewoon hangen. En dan het liefst op plekken die beschut zijn, overdekt, in een park. Of in een veilige binnenruimte waar je niets hoeft.

ES: En ik kom vooral bij vrienden thuis eigenlijk. Of gewoon buiten ergens. In parkjes. Maar er zijn heel weinig overdekte plekken in Haarlem. Iets overdekt, een hangplek, zodat je niet in de regen hoeft te staan. En graag prullenbakken, die geleegd worden.

Jayjay: ik chill soms met mijn vrienden. Soms zitten we bij elkaar, dat noemen ze het IJzerhuisje. Het is niet echt een plek maar gewoon een klein huis. En dat is bij park in de buurt en dan zitten we daar gezellig.

Flow: Een plek binnen zou fijn zijn, soms is het slecht weer. We kunnen niet altijd bij iemand thuis zitten. Ergens overdekt waar je rustig kunt zitten, Waar je niets hoeft, ook niet per se een activiteit. Maar gewoon bij elkaar zijn.

- **Belang van sociale veiligheid: helpt bij ontwikkeling**

Een gevoel van sociale veiligheid wordt bepaald door hoe de mensen om je heen jou zien en behandelen. Als mensen laten merken dat je oké bent of anderen ook openlijk gay zijn, zorgt dit voor een sfeer waar positieve relaties ontstaan. Hierdoor kunnen mensen zichzelf zijn, beter leren en hun talenten ontwikkelen. Watze benoemt dit.

Watze: Meestal voel ik mij goed op mijn werk. Ik heb veel mensen die ik aardig vind. Ik ben er open over dat ik gay ben. Ik heb gekleurde armbandjes om en soms vragen mensen daar naar en dan leg ik dat uit. Ik hoor nooit iets slechts terug. Ik kan het goed vinden met mijn managers, een van hen is gay dus dat is wel fijn.

Als je omgeving onaardig is, onttrek je je liever aan hen. Dit is het geval bij ES. Mogelijk sporten jongeren hierdoor minder in teamverband⁷ terwijl ze dat wel zouden willen. Daarom is het is

⁷ Pink Panel 2024: 4% van de respondenten is gestopt met een sport vanwege de negatieve sfeer jegens LHBTIQ+-personen.

belangrijk dat er bij sportverenigingen en werkgevers (sporten, bijbaantjes of hobby's) aandacht is voor sociale veiligheid⁸.

ES: Ik deed volleybal, maar mijn team was verschrikkelijk. Ze deden niet zo lief tegen me. Toen ben ik gestopt. En nu fiets ik overal heen, en dat is ook sport.

- **Belang van alternatieve evenementen: spelletjesmiddagen of -avonden**

Er zijn jongeren die houden van spelletjes doen. Dit doen ze veel in hun vrije tijd, met vrienden of thuis. Ze zouden het leuk vinden als er laagdrempelige plekken zijn waar ze spelletjes kunnen doen.

ES: Ik heb een hele groep waar we spelletjesavonden mee organiseren. Vind ik leuk om te doen.

Flow: Ik hoef niet echt uit te gaan met drinken en feesten, maar zou wel meer Jong & Out-achtige activiteiten willen bezoeken, bijvoorbeeld waar je ook spelletjes kunt doen.

- **Jong & Out van belang voor jongeren?**

Jong & Out is een specifieke LHBTIQ+-jongeren ontmoetingslocatie bij Flyntis in Haarlem, maar ook een landelijk netwerk, opgericht in 2007 door COC Nederland.

Een deel van de geïnterviewde jongeren, vooral de iets oudere jongeren, kennen Jong & Out. Voor Flow blijkt dat een vaste dag en 1x per maand niet altijd handig is, want 'als je niet kunt moet je weer een maand wachten'.

Flow: Ik heb wel behoefte aan meer Jong & Out activiteiten. Mijn vrienden kunnen vaak niet en dan ga ik wel alleen. Ik ben er 3 keer geweest, maar het is op een bepaalde dag, meestal zaterdag, 1x per maand, en als je dan niet kunt dan gaan er zo weer een paar maanden voorbij dat je niet geweest bent. Daar komen wel leuke mensen, heb ze nog maar een paar keer gezien. Ik zit wel in de groeps app. Zaterdag is op zich prima, maar ik kan alleen vaak niet omdat ik iets met mijn ouders doe.

Soms is het voor jongeren die zich sociaal snel ongemakkelijk voelen niet altijd makkelijk om naar ontmoetingsplekken toe te gaan. Of ze kennen er niemand, dus dan hebben ze geen reden om er heen te gaan, want 'ze hebben al genoeg vrienden'.

ES: Mijn vriendin ging weleens naar Jong & Out en nam mij weleens mee. Maar nèèeh. Het hoeft niet. Ik ben wel sociaal, alleen ben ik niet heel goed in het eerste contact leggen. Dan sta ik daar maar een beetje. Over het algemeen vind ik de mensen wel leuk. Een duwtje om contact te leggen zou ik wel leuk vinden. Ik ben daar twee keer geweest. De eerste keer waren er niet veel mensen, en tweede keer weet ik niet meer.

Bart: Ik ken Jong & Out. Ik ken daar niet zoveel mensen, dus ga ik er niet heen. Het is ook dat ik er niet over nadenk. Het is dat ik met vrienden ben of dat je hoort dat je vrienden ergens zijn, dan ga je daar heen. Je doet het meer spontaan en Jong & Out moet je meer van te voren plannen. En ik hoef niet per se naar Jong & Out, want ik maak mijn leven wel druk genoeg voor mijzelf. Dus ik hoef geen extra dingen. Maar sommige mensen misschien wel.

⁸ Beschermd zijn en je beschermd voelen: afspraken over omgangsvormen, gedragscodes, vertrouwenspersonen etc

Een online gespreksvorm in de vorm van een app zou voor jongeren die fysiek afspreken spannend vinden, zoals Watze, goed kunnen werken.

Watze: Ik ken wel Jong & Out. Via een jongen bij Hojokamp, dat is voor LHBTI-jongeren. En daar was een jongen en die zat bij Jong & Out apps en die had het erover. Je hebt online community's, bijvoorbeeld Haarlem of Brabant. Daarbinnen kon je praten. Ik vond het een beetje moeilijk om te gebruiken. Ik snapte het niet en heb het weer verwijderd. Ik wist niet dat je naar een fysieke plek kon. Ik weet niet of daar heen durf, ik vind dat dus wel heel spannend. Ik weet niet of het echt iets voor mij is.

○ **Zijn jongeren bekend met ontmoetingsaanbod voor LHBTIQ+-jongeren in Haarlem?**

We hebben aan de jongeren gevraagd of zij de LHBTIQ+-organisaties in Haarlem die regelmatig activiteiten organiseren voor jongeren kennen. De aanbieders zijn COC Kennemerland, Haarlem Town Queers, Jong & Out, Queer café en Haarlemmerqueer (Haarlemmermeer)⁹. Met uitzondering van Jong & Out zijn deze ontmoetingsmogelijkheden bij de geïnterviewde jongeren (vrijwel) niet bekend.

Als we het aanbod langslopen en bespreken met de jongeren, geven ze aan verschillende redenen te hebben om er geen gebruik van te maken.

Sommigen jongeren voelen geen behoefte om actief deel te nemen aan specifieke LHBTIQ+-ontmoetingsactiviteiten in de stad. Vaak noemen ze de GSA als plek waar ze al genoeg contacten hebben met andere LHBTIQ+-ers.

Lexie: 'Ik verdiep mijzelf niet echt in ontmoeting... Ik heb daar niet echt behoefte aan.'

Bart: 'Ik vind mijn leven druk genoeg dus ik hoef geen extra dingen'.

Watze: 'Ik weet niet of ik meer LHBTIQ+-ers wil ontmoeten. Het kan nu best makkelijk online of door school. Ik heb er zelf niet zo'n behoefte aan'..

Mieke: Ik vind het wel leuk om andere LHBTIQ+-jongeren te treffen. Maar op school kan dat, bij de GSA, daar zit ik in. Ik heb verder geen behoefte aan ondersteuning ofzo.

ES vertelt dat die meestal spontaan naar dingen toegaat, als diens vrienden er zijn of als die er naar toe willen. Hen plant niet echt en kijkt niet actief op sociale media.

ES: En ik heb gehoord van Haarlem Town Queers (HTQ), toen ik bij die GSA-activiteit in het Frans Hals Museum was. Maar ik volg de activiteiten van HTQ niet omdat ik bezig ben met mijn eigen leven. Op zich zou ik het wel leuk vinden, maar ik ben niet zo goed in het volgen van dingen op sociale media. Meestal word ik gevraagd door mijn vrienden.

Niet alle ouders vinden het een goed idee dat hun kind naar specifieke LHBTIQ+-activiteiten gaat. Jay vertelt dat hij het soms lastig vindt om het bespreekbaar te maken dat hij daar graag heen zou willen.

⁹ Lavender, het Regenbooghuis en uitgaanslocatie in Haarlem is pas geopend nadat de interviews al waren afgerond.

Jayjay: Mijn moeder heeft moeite met het idee dat ik naar LHBTIQ+-bijeenkomsten ga. Zij accepteert mij wel, maar als ze weet dat ik naar een groep ga met allemaal queer mensen, dan vindt ze dat niet zo fijn.

- **Rekening houden met > niet anders willen zijn**

Jongeren zoals Eva en Billie komen liever op plekken waar alles en iedereen samenkomt dan op specifieke *queer friendly* plekken, want anders voelen ze zich juist anders. Ze willen niet opvallen, ze willen mengen, en ze hebben geen behoefte om in contact te komen met andere LHBTIQ+-ers.

Eva: In het centrum is een tentje waar je gewoon lekker kan zitten met een kopje chocomelk. Ik zou zelf niet snel een tentje uitzoeken dat LHBTI-vriendelijk is, want wat is dat? Maar voor andere mensen is dat natuurlijk wel fijn, denk ik. Ik heb er zelf geen behoefte aan. Ik ken er op zich wel genoeg (LHBTIQ+-ers). Ik heb geen behoefte om specifiek die groep te zoeken. Ik vind iedereen wel prima.

Billie: Ik hoef niet per se meer LHBTIQ+-jongeren te ontmoeten. Ik sta er wel altijd voor open. Als ik ze ontmoet dan heb ik er geen probleem mee. Het is niet meteen dat ik zeg: besties 4 life. Gayfriendly cafeetjes in de stad? Voor mij is het juist dat ik mij daar minder snel thuis voel. Voor mij is het belangrijk dat alles samen gaat. Anders voel ik mij juist anders.

- **Rekening houden met > druk druk druk**

Jongeren hebben het vaak druk. Ze moeten veel voor school, sporten houdt hen gezond en daarnaast willen ze hun vrienden zien of gewoon bijkomen van alles wat ze doen. Sommige jongeren voelen dat ze echt weinig tijd hebben en komen daardoor bijvoorbeeld niet toe aan sporten of een relatie, terwijl ze dat wel zouden willen. Aan de andere kant kunnen jongeren hun leven juist zelf helemaal vol stoppen met werk, vrienden, relatie en sport, naast een drukke schooltijd.

Eva: Ik sport niet. Ik heb gewoon geen vrije tijd. Niet genoeg tenminste. Ik zou wel een relatie willen. Daar heb ik geen tijd voor.

Mieke: Ik ben vooral op school, thuis maak ik huiswerk of ben ik aan het chillen. En ik probeer drie keer per week naar de sportschool te gaan, vaak met vrienden. In het weekend ben ik samen met mijn vriendin en ik werk één of twee keer per week in de bediening in een restaurant. De dagen op school zijn lang. Ze noemen het ook wel een 40-urige werkweek. Dus ik pak mijn rust wanneer het kan.

- **Rekening houden met > sociale angsten van jongeren**

Sommige jongeren, zoals Watze, hebben bepaalde angsten of zijn snel overprikkeld. Dit kan er soms toe leiden dat ze stoppen met een sport of een activiteit.

Watze: Ik sportte met een groep mensen, cross fit. Wel leuk, maar je wordt de hele tijd bekeken. Ik vind sporten in een groep daarom minder prettig. Het was ook een beetje mijn eigen gevoel. Ik heb namelijk sociale angst. Dus dan voel ik me een beetje gejudged door andere mensen. Ook al is dat het niet, maar dan ben ik een beetje teveel aan het doordenken.

1.2 Avondactiviteiten en uitgaan

Wat doen de jongeren 's avonds? Gaan ze weleens uit? Wat betekent uitgaan voor hen? Mensen ontmoeten, drinken? Wat doen jongeren onder de 18 jaar? Zijn speciale plekken voor LHBTIQ+-ers belangrijk voor hen? Waarom wel of niet? In dit hoofdstuk plaats ik bij hun naam ook hun leeftijd omdat het over uitgaan gaat en leeftijd hierbij bepalend is waar je heen kunt.

De jongeren zijn tussen de 14-19 jaar. Dat betekent dat ze onder de 18 jaar nog niet echt kunnen uitgaan of soms 's avonds niet naar buiten mogen. Watze doet 's avonds niets omdat hij geen vriendengroep heeft (wel losse vrienden en hij communiceert veel via whats app). Sommigen gaan samen met vrienden of broers en zussen naar een skatepark, naar Flyntis of Slachthuis (voor muziek en sfeer), naar huisfeestjes bij vrienden thuis of naar schoolfeestjes. Fris feestjes zijn niet echt aantrekkelijk voor oudere tieners.

Alleen Bart, Flow en Deni zijn 18 jaar en ouder. Bart en Flow gaan naar concerten. Ze bezoeken schoolfeesten, barretjes, gaan naar de film, soms gaan ze eerst samen eten voor het uitgaan. Bart vindt het soms lastig als er verschillende leeftijden in één vriendengroep zitten want dan splitst de groep zich op als de ouderen echt willen uitgaan. Deni gaat weleens naar de bioscoop, maar heeft geen enkele behoefte om uit te gaan, los van het feit of er wel of geen queer uitgaansmogelijkheden zijn.

○ Uitgaansgelegenheden van belang voor ontmoeting

Locaties als het Slachthuis en Flintys waar jongeren onder de 18 terecht kunnen, worden veel bezocht door een deel van de jongeren. Ze vinden het leuk vanwege de verschillende muziekstijlen, om vrienden te ontmoeten en om nieuwe vrienden te maken. De alternatieve scene is voor sommigen leuk, zoals ES en Bart, zij voelen zich daar veilig en kunnen zichzelf zijn. Ze hebben behoefte aan meer uitgaansplekken en evenementen waar LHBTIQ+-ers zoals zij zich 'thuis' voelen.

ES 17 jaar: Er zijn niet heel veel dingen waar ik heen kan. Ik ging veel naar het Slachthuis, daar kwamen mensen waar ik mee klikte. En daar heb ik nieuwe connecties leren kennen. En dat was dus uitgaan en met elkaar hangen. Ondertussen, moet je betalen voor entree. En de mensen zijn ook een beetje nàh geworden. Het is een beetje dood.

Ik kan niet echt uitgaan, want ik ben 17. Ik zou het wel willen. Zonder alcohol zou ook goed zijn. Er is nog Flyntis. En ik heb gehoord van Haarlem Town Queers (HTQ), toen ik bij die GSA-activiteit in het Frans Hals Museum was. Maar ik volg de activiteiten van HTQ niet omdat ik bezig ben met mijn eigen leven. Op zich zou ik het wel leuk vinden, maar ik ben niet zo goed in het volgen van dingen op sociale media. Meestal word ik gevraagd door mijn vrienden en via hen kan ik weer nieuwe mensen leren kennen. Dus het ontmoeten gebeurt altijd via via. Dat is vaak gewoon buiten. Ik vind het niet per se nodig om nieuwe mensen te ontmoeten, maar ik zou het wel leuk vinden.

Bart 18 jaar: Een deel van mijn vrienden heb ik ontmoet op alternatieve plekken. Zoals Slachthuis. En daar ontmoet ik via hun weer mensen. Die zaten op een andere middelbare school waar ik ook mensen kende.

Mieke en Eva geven aan de alternatieve scene niet leuk te vinden. Een andere keuze voor uitgaan zijn thuisfeestjes.

Mieke 16 jaar: En je had dan het Slachthuis, maar dat schijnt inmiddels weer uitgestorven te zijn. Ik ben daar niet geweest maar vrienden van mij wel. Die vonden het eerst wel heel

leuk maar het is nu echt dramatisch. Dat komt ook door het type muziek, het is iets alternatiever.

Eva 16 jaar: Mijn zus geeft meestal feestjes dus dan drink ik daar wat. Ik kom niet in kroegjes of zo, ik ben minderjarig. Dus dat durf ik niet echt.

- **Speciale uitgaansplekken van belang voor LHBTIQ+-ers**

De LHBTIQ+-jongeren zijn niet bekend met het Queer café¹⁰ en verder hebben ze niet het idee dat er veel mogelijkheden zijn om uit te gaan in LHBTIQ+-gelegenheden in Haarlem. Dit missen sommigen, vooral vanwege het aspect veiligheid en of zij zichzelf kunnen zijn.

Flow 18 jaar: Ik ging in mijn eentje naar een concert in Utrecht, waar allemaal queer mensen waren. Daar voelde ik me wel veilig.

Bart 18 jaar: Er is wel echt behoefte aan meer uitgaansplekken. Niet alleen voor LHBTIQ+-ers, maar ook voor mensen onder de 18 jaar. Gewoon wat meer evenementen.

- **Sociale veiligheid speelt een rol bij keuze voor uitgaanslocatie**

Sociale veiligheid heeft alles te maken met het uitgaanspubliek en hoe die zich gedragen. Veel mannen, jongens en een machocultuur voelt niet altijd even sociaal veilig en speelt een rol bij de keuze van de uitgaanslocatie. Tussen de queers of tussen eigen goede vrienden voelen LHBTIQ+-jongeren zich vaak wel veilig. Uit de rapportage Jongeren van het Pink Panel onderzoek blijkt dat 32% het afgelopen jaar tijdens het uitgaan intolerantie of discriminatie heeft ervaren (t.o.v. 18% allen). Veel van hen passen zich aan door zich anders te kleden of te gedragen, of alleen naar queer gelegenheden te gaan.

Bart 18 jaar: Met mijn niet-hetero vrienden ga ik naar Slachthuis, dat is wat alternatiever. En ik heb ook vrienden die ik alleen bij het Slachthuis zie. Daar is live muziek. Vrijdag en zaterdagavond ga je naar binnen, weer naar buiten, muziekje luisteren, met mensen kletsen. Slachthuis is een stuk alternatiever dus daar voel ik mij sowieso veiliger bij. Eerder dan bij Stiels. Daar voel ik mij een stuk minder mezelf. Dan heb ik soms het gevoel dat ik mij wat mannelijker moet gaan gedragen. Dus het is niet per se onveiligheid, maar het zit meer gewoon in mezelf, dat ik niet helemaal mezelf kan zijn. Dat komt niet per se door de sfeer eerder door de mensen om me heen, dat ik mij anders moet gedragen, zodat zij mij zien zoals ik mezelf zie.

Flow 18 jaar: Ik ga wel weleens uit, naar een schoolfeest en een paar keer een concert. Meestal vind ik het wel leuk, maar het moeten wel een beetje mensen zijn waarbij het soort van veilig voelt. Heel vaak hebben mijn vrienden het erg druk en dan ga ik in mijn eentje. En dan is het toch spannend als het in de avond is. Laatst was ik alleen naar een concert in Utrecht. Daar waren allemaal queer mensen, dus daar voel ik me wel veilig.

ES 17 jaar: Bij Flintys komen van die adolescenten met een machocultuur. Dat zijn 'Drillertjes'. Zulke mensen. Noemen ons een Emo!. Alleen schreeuwen wij niet in hun gezicht. Wij laten hen in hun waarde. Want als wij hen niet in hun waarde laten zijn, dan zijn we niet beter dan hen.

- **Rekening houden met > spontaniteit en kijken wat anderen doen**

¹⁰ Het Queer café organiseert activiteiten in het Badhuis of in het Patronaat. Lavender, het Regenbooghuis en uitgaanslocatie in Haarlem is pas geopend nadat de interviews met de jongeren al waren afgerond.

Bart merkt op dat de communicatie naar jongeren beter kan om hen te informeren over evenementen en activiteiten. Al geven ze zelf aan dat ze weinig volgen op sociale media en ze vaak spontaan plekken of activiteiten bezoeken, vooral als hun vrienden daar heen gaan of al zijn. Naast sociale media, kan directe communicatie werken, zoals het frequenter informeren van de GSA's op scholen en jongerencentra.

Bart 18 jaar: En als er wel iets voor de LHBTIQ+ gebeurt, dat dat gedeeld wordt. Niet iedereen kijkt op de instagram van de gemeente Haarlem.

ES 17 jaar: Ik heb gehoord van Haarlem Town Queers (HTQ), toen ik bij die GSA-activiteit in het Frans Hals Museum was. Maar ik volg de activiteiten van HTQ niet omdat ik bezig ben met mijn eigen leven. Op zich zou ik het wel leuk vinden, maar ik ben niet zo goed in het volgen van dingen op sociale media. Meestal word ik gevraagd door mijn vrienden.

1.3 Vrienden en vriendschappen

Vriendschap is voor de jongeren een essentiële bron van emotionele en sociale steun en acceptatie. Hoe maken jongeren vrienden? Wat vinden zij belangrijk in vriendschappen? Hoe belangrijk is het om LHBTIQ+-vrienden te hebben? Wat is de rol van de GSA voor vriendschappen? Kunnen jongeren alleen zijn?

Vriendschap is belangrijk voor jongeren, het is belangrijk voor identiteitsvorming en goed tegen gevoelens van eenzaamheid. Steun van en interacties met vrienden zijn cruciaal voor hun welzijn. De vriendschappen variëren in hun samenstelling en de mate van steun die zij bieden. Vriendschappen kunnen een mix zijn van zowel queer als heterovrienden, het kan gaan om groepen of men heeft een paar goede vrienden. De meesten zien de meerwaarde van LHBTIQ+-vrienden want daarbij kunnen ze ervaringen en gevoelens uitwisselen, ze begrijpen beter van elkaar wat ze door maken, voelen zich daardoor begrepen. Ze voelen vaak dieper begrip en empathie bij queervrienden.

- **Hoe maken jongeren (nieuwe) vrienden?**

Ze kennen hun vrienden via school, via hobby's of via andere vrienden. De GSA's spelen een belangrijke rol als het gaat om het vinden van gelijkgestemde LHBTIQ+-vrienden. Bij veel jongeren hebben ze tot leuke en goede vriendschappen geleid. Ook hobby's en activiteiten, zoals dansen of kunstprojecten leiden tot vriendschappen. Bij het uitgaan worden er via eigen vrienden weer nieuwe vrienden gemaakt.

- **Wat vinden jongeren belangrijk in vriendschappen?**

We hebben de jongeren zes kaartjes voorgelegd met thema's die een rol kunnen spelen in een vriendschap. Wat vinden zij belangrijk? De jongeren konden kiezen uit Echt helpen; Helpen bij beslissingen nemen; Lief en Leed delen; Emotionele steun; Over problemen praten, voorleven/rolmodellen; vaardigheden aanleren/hoe contact leggen.

Veel jongeren benadrukken het belang van vrienden voor emotionele steun en de mogelijkheid om persoonlijke problemen te bespreken. Enkele jongeren hebben veel problemen gehad, en sommigen ervaren nog steeds lastige situaties.

ES: Emotionele steun en emotioneel helpen is heel belangrijk. Zeker omdat we met z'n allen best wel getraumatiseerd zijn. Nou, niet iedereen. Er zijn veel mensen (andere LHBTIQ+-ers) met een trauma, daarom begrijpen we elkaar goed. Dat ik dingen kan bespreken waar ik met anderen niet over kan praten. Dat ze je echt helpen. Ook nog dat je door een ander leert om op een sociale manier om te gaan met anderen.

Jayjay: Emotionele steun is belangrijk. Ik heb zelf veel problemen gehad, met zelfmoord neigingen en zo. En dat kon ik goed met mijn beste (hetero)vriendin delen, en met wat andere vrienden. Ik heb daar niet echt andere hulp bij gehad.

Flow: Emotionele steun. Ja. Als ik met vrienden ben en iemand voelt zich niet zo goed, dan krijgt ie veel aandacht. Dat wordt wel echt gezien, ook als je ergens heel blij over bent, of verdrietig. Ik geef emotionele steun, maar laat zelf mijn emoties minder zien. Dus mensen kunnen mij minder ondersteunen. Eigenlijk zou ik wel willen dat dat anders is maar weet niet hoe. Want ik ben bij mijn ouders altijd een beetje voorzichtig. Geen emoties laten zien, behalve vrolijk. Bij mijn vrienden waar ik meer mee heb is dat nog moeilijker. Dat komt wel vanuit vroeger, als ik liet zien dat ik verdrietig was dan werd mijn moeder nog bozer omdat ik haar verdrietig had gemaakt. En ik had vroeger vriendinnen die eigenlijk niet echt vriendinnen waren. Die me in de steek lieten bij het spelen ofzo.

Echt helpen is bij vrienden belangrijk. Ook omdat ze met hun leeftijdsgenoten soms beter kunnen praten dan met hun ouders.

Mieke: Mijn vrienden helpen mij soms beter dan mijn ouders. Vrienden kiezen vaker jouw kant van het verhaal aan dan je ouders. Je ouders willen je vaak gewoon wat leren.

Yo: Ik ben een therapeut: ik voel me comfortabel in het helpen van ander. Het is 'satisfying' (bevredigend). Helpen voelt goed.

Flow: Echt helpen en over problemen praten is wat ik zou willen in een vriendschap en dat gebeurt nu te weinig. Je wordt wel gezien maar er wordt eigenlijk niet echt over gepraat. Je kunt wel je verhaal delen maar er wordt niet op terug geantwoord. Dan voel je toch dat je minder gehoord wordt dan dat je er over gaat praten en oplossingen gaat bedenken en steun kunt geven. Bij het groepje van Haarlem Town Queers gebeurde dat wat meer, ik weet niet zo goed waar dat door komt, en waarom dat niet zo is bij onze vriendengroep. We hebben een dikke band maar met dat soort dingen niet.

Jongeren merken dat ze van elkaar kunnen leren: sociale vaardigheden, hoe zij contact leggen met anderen. Soms denken zij dat vrienden grotendeels bepalen hoe zij zich ontwikkelen. Vrienden kunnen ook slechte rolmodellen zijn, zoals vrienden die teveel met alcohol bezig zijn.

Mieke: Ik denk dat vrienden, welke je vrienden ook maakt, een groot deel zijn van hoe jij je ontwikkelt. Ik zie vrienden niet als rolmodel omdat mijn vrienden bizar slechte rolmodellen kunnen zijn. Een aantal van mijn vrienden gaat namelijk echt wel de alcoholische kant op.

○ **Gemengde vriendschappen of alleen bevriend met LHBTIQ+-ers?**

Xi heeft veel vrienden in verschillende groepen, waaronder queer en niet-queer vrienden. Ze voelt zich comfortabel en kan zichzelf zijn in al deze groepen. Ook voor Billie maakt queer of hetero echt niks uit. Ze kan met al haar vrienden over alles praten. Zij kijken haar niet raar aan. Het is gewoon allemaal fijn.

Bij Eva zijn al haar hechte vrienden LHBTIQ+, met wie ze open kan praten over haar geaardheid. Ze heeft ook heterovrienden, maar ervaart minder diepe verbindingen met hen. ES geeft aan dat diens vrienden vooral op het LHBTIQ+-spectrum zitten. Hen heeft een sterke behoefte aan sociaal contact en vindt het belangrijk om vrienden te hebben die hen begrijpt, vooral vanwege gedeelde trauma's en ervaringen. Hen weet niet waar die zou zijn zonder diens vrienden. Lexie vindt dat zij en haar LHBTIQ+-vrienden elkaar echt gevonden hebben. Als zij bijvoorbeeld een meisje heel knap vindt, dan hoeft ze dat niet geheim te houden. Ze kan het gewoon uiten en dat voelt heel fijn.

○ Het belang van LHBTIQ+-vrienden

De meeste jongeren zijn blij met hun LHBTIQ+-vrienden. Ze zijn heel belangrijk voor hen. De gespreksonderwerpen zijn anders dan bij heterovrienden, ze kunnen vaak goed met elkaar praten over gevoelens of problemen. Ze voelen zich begrepen omdat ze dezelfde dingen meemaken, bijvoorbeeld dat ze zich soms onveilig voelen. Ze kunnen zichzelf zijn. Ze voelen weinig sociale eenzaamheid.

Watze: Mijn beste vriendin is bi. Bij haar kan ik echt mezelf zijn. Over dingen praten waarmee je met je heterovrienden niet echt over kan praten want die zouden het niet snappen. Bijvoorbeeld dat ik het vervelend vindt dat mensen me homo noemen. Mijn beste vriendin begrijpt dat want zij heeft daar ook last van.

Flow: Ik heb een grote vriendengroep die ik ken via de GSA op school. Bij hen kan ik mezelf zijn. Ik heb onlangs andere queer mensen (van Haarlem Town Queers) ontmoet via een kunstproject, met hen kan ik echt goed doorpraten over problemen.

ES: Mijn vrienden zijn over het algemeen niet hetero cisgender. En de meeste zijn ook autistisch en of ADHD'er, ze zijn neurodivergent¹¹. Met mijn vrienden kunnen we het over alles hebben. Ook over echte gevoelens. Bij hen ben ik meestal mezelf, ik weet niet waar ik ben zonder mijn vrienden. En ik heb een vriendin. Ik ben van mening: je accepteert me zoals ik ben. Als je dat niet doet, zonder werkelijk goede reden, kan je echt de tyfus krijgen.

Eva: Twee van mijn beste vriendinnen zijn biseksueel en mijn beste vriend is homo. Al mijn close vrienden zijn eigenlijk allemaal wel LHBTI. Ik ken genoeg gelijkgestemden, ik heb geen behoefte om specifiek die groep op te zoeken. Ik hoef niet meer LHBTIQ+-ers te leren kennen. Ik ben niet zo close met mijn hetero vrienden omdat die een andere manier van leven hebben, vind ik. Die snappen het niet altijd. Als ik het dan heb over mijn gevoelens bijvoorbeeld, dan kunnen ze niet echt begrijpen waarom ik me onveilig of onprettig voel. Want die hebben dat zelf niet natuurlijk.

Ook al kunnen jongeren veel vrienden hebben en kunnen ze goed met hen praten, soms voelen ze zich toch alleen. Zoals Bart, die moet zelf met bepaalde zaken omgaan die emotioneel ingewikkeld zijn, zoals weten dat je trans bent. Er is dan sprake van emotionele eenzaamheid.

Bart: Ik voel me in bepaalde situaties alleen, ik moet het toch zelf oplossen dat ik trans ben. Ik heb wel wat queervrienden. Een van mijn beste vrienden is net als ik trans. Als ik echt ergens mee zit, om ergens over te praten met betrekking tot trans zijn, dan is hij het. Dat is dus wel fijn. Hij weet precies waar ik het over heb, dus ik kan het altijd met hem hebben over bepaalde dingen. Je hebt meerdere kanten van je persoonlijkheid en ik denk dat ik meer trans dingen deel met mijn transvriend. Het is een deel van mijn persoonlijkheid die ik alleen aan hem kan uitleggen. Ik denk dat ik met hem diepere gesprekken voer. Hij weet precies waar ik het over heb, dus ik kan het altijd met hem hierover hebben.

De jongeren geven allemaal aan dat ze één of meerdere queervrienden hebben. Een paar jongeren geven aan dat ze geen verschil zien tussen hetero of queer vrienden. Een deel geeft aan dat ze wel genoeg queervrienden hebben en dat ze niet specifiek in die groep op zoek zijn naar meer vrienden. Sommigen zouden best meer queermensen willen ontmoeten.

¹¹ In tegenstelling tot wat vaak wordt gedacht, wordt de term neurodivergent niet alleen gebruikt voor mensen met een autismespectrumstoornis (ASS). Ook onder andere ADHD, dyslexie, dyscalculie, dysnomie, dyspraxie, hoogsensitiviteit en hoogbegaafdheid vallen onder deze term. Neurodivergentie is geen beperking of afwijking. Bij neurodivergente personen werkt het brein anders dan we gewend zijn bij neurotypische mensen (meest voorkomend).

Billie: Queer of hetero maakt mij echt niks uit. Ik kan echt met al mijn vrienden over alles praten. Zij kijken mij niet raar aan als ik gek doe. En ik heb een vriendin. Eerst mochten wij elkaar niet, maar toen was er toch een klik.

Deni: Ik heb veel vrienden via de GSA op school. Mijn beste vriendin is bi, toen we vrienden werden dacht ze nog dat ze hetero was. Ik zie geen verschil tussen queer of heterovrienden. Ik heb er in ieder geval nooit op gelet. Misschien merk ik een beetje een verschil maar dat komt omdat de queer jongeren, mijn klasgenoten, met wie ik omga vaak jonger zijn dan ik ben. Of dat ik met mijn queer vrienden meer over media praat die we allemaal leuk vinden. Ik hoef niet meer queer mensen te ontmoeten.

Jayjay: Ik heb een paar queer vrienden op school, maar mijn beste vriendin is hetero. Ik zou wel meer queer mensen willen ontmoeten.

Met heterovrienden kunnen LHBTIQ+-jongeren niet over alles praten, want ze snappen niet alles en ze hebben een andere manier van leven en andere interesses (feestjes en heteroverliefdheden). De gesprekken zijn niet vaak diepgaand. Ze hebben het niet vaak over gevoelens.

Watze: Met heterovrienden kan ik niet over alles praten want die zouden het niet snappen. Bijvoorbeeld dat ik het vervelend vindt dat mensen me homo noemen. Mijn beste vriendin begrijpt dat want zij heeft daar ook last van. Maar een heterovriend zou zeggen: ah dat is niet zo is want homoseksualiteit wordt heel erg geaccepteerd. En verder zijn er in mijn omgeving niet heel veel mensen die open uit de kast zijn.

ES: Op school is men vooral cis hetero en weinig neurodivergent. Waardoor ik me op school niet zo thuis voel. Ik word wel geaccepteerd, maar ik word niet begrepen. Al is dat niet echt het probleem. Maar het is meer de manier hoe er dan naar me gekeken wordt, dat is matig. Ik voel me er niet zo fijn bij.

Al zijn er uitzonderingen, zoals de heterovriendin van JayJay bij wie hij echt zichzelf kan zijn.

JayJay: Mijn beste vriendin, zij is hetero, die springt er zo tussen als er gedoe is met anderen. Bij haar kan ik echt mezelf zijn. Gewoon leuk, energie, gezellig. Praten en dingen doen. Ik kan mijn problemen goed met haar delen. Spontaan afspreken, een uur van te voren. En dan gezellig wat doen. Zij komt niet echt bij mij thuis, ik kom wel bij haar.

○ **Het belang van de GSA voor het maken van vrienden**

De GSA is belangrijk voor jongeren omdat zij op een veilige manier zichzelf kunnen zijn en gelijkgestemden kunnen ontmoeten. De GSA helpt LHBTIQ+-jongeren bij het maken van goede vrienden, die soms blijvend zijn na de middelbare school. Vriendschap is belangrijk voor jongeren, het is belangrijk voor identiteitsvorming en goed tegen gevoelens van eenzaamheid.

Deni: Ik heb veel vrienden via de GSA op school. Mijn beste vriendin is bi, toen we vrienden werden dacht zij nog dat ze hetero was. Veel queer jongeren zijn ook mijn klasgenoten.

Flow: Ik heb een grote vriendengroep die ik ken via de GSA op school. Bij hen kan ik mezelf zijn. Ik heb best een grote vriendengroep, ongeveer zeven mensen. Een paar zitten nog op school, de rest doet al iets anders, dus we zien elkaar een stuk minder. Op school was dat elke dag. We spreken nog wel regelmatig af, op verjaardagen en zo. Dus dat is leuk.

Jayjay: Ja, daar heb ik veel queer jongeren ontmoet. Alleen zitten er heel veel in examenjaar, en die gaan weg. Ik ben een van de weinigen die overblijft.

- **Rekening houden met > alleen zijn en eenzaamheid**

De antwoorden zijn wisselend als het gaat over alleen zijn. Watze vindt het prima om regelmatig alleen te zijn, dan kan hij de sociale batterij opladen na een drukke dag op school.

Watze: Na een dag school is mijn sociale batterij op, dus dan vind ik het fijn om lekker alleen te zijn.

Jayjay: Ik ben wel vaak alleen. Dan kan ik spelletje spelen of even met vrienden bellen. Als mijn ouders de hele dag werken is het de eerste paar uur het wel fijn om alleen te zijn maar niet te lang, dan word ik wel gek. Dan ga ik serie kijken ofzo. Dan begint het wel saai te worden. Dan ga ik met vrienden bellen of gamen.

Anderen willen helemaal niet alleen zijn omdat zij juist door druk te zijn en veel met vrienden op te trekken rust krijgen in hun hoofd. Op school alleen zitten, vindt men onprettig, daar zoeken ze toch wel graag gezelschap.

Yo: Ik haal dat gevoel van alleen zijn weg door veel met vrienden te zijn. Om me niet alleen te voelen moet ik met mensen zijn.

Billie: Ik ben weleens alleen, dat is oké. Op school zoek ik wel iemand. Ik vind het niet fijn om in de pauze alleen te zitten. Maar ik kan wel goed alleen zijn. Ik ben enig kind, mijn ouders werken veel dus dat kan wel.

Xi: Ik ben dagelijks alleen, maar ik hou niet van alleen zijn. Wil altijd met vrienden zijn. Druk zijn met hen geeft rust in mijn hoofd. Heb last van 'depression' (depressie). Somber. Een black spirit neemt het over. Ook weleens eenzaam ja, dan voel ik me niet gehoord.

Alleen zijn en eenzaamheid zijn twee verschillende dingen. Eenzaamheid kwam een enkele keer, kort, ter sprake. Dankzij het ruime netwerk van vrienden en het GSA-netwerk op school dat de meesten van de geïnterviewden hebben, valt het met de sociale eenzaamheid van deze jongeren mee. Al speelt emotionele eenzaamheid wel af en toe een rol. LHBTIQ+-jongeren die minder vrienden hebben of niet openlijk durven praten over hun seksuele gerichtheid of gender hebben ongetwijfeld veel meer last van eenzaamheidsgevoelens¹².

1.4 Sociale media

Sociale media spelen een belangrijke rol in het leven van jongeren, ze brengen er veel uren door. Ze gebruiken sociale media om contact te onderhouden met vrienden en leeftijdsgenoten. Daarbij bieden sociale media jongeren toegang tot een schat aan informatie, ideeën en trends. Ze kunnen hun interesses volgen, inspiratie opdoen voor hobby's of schoolprojecten, en op de hoogte blijven van maatschappelijke issues. Voor veel jongeren zijn sociale media een plek waar ze hun creativiteit kunnen uiten, bijvoorbeeld door video's of foto's te delen. Sociale media kunnen ook negatieve effecten hebben op de mentale gezondheid van jongeren. De constante vergelijking met anderen, druk om "likes" te krijgen, en online pesten (cyberpesten) zijn zaken waar jongeren mee te maken kunnen krijgen. Jongeren zitten vooral op Instagram, TikTok, Snapchat en You Tube.

¹² GGD onderzoek 2023: mentaal welzijn LHBTQ-jongvolwassenen. Sociale eenzaamheid: LHBTQ+: 31% sterk eenzaam, Niet-LHBTQ+: 20% sterk eenzaam.

In de interviews vertellen de jongeren over hoe zij sociale media en het internet gebruiken om zichzelf te leren kennen en verbinding te maken met anderen, terwijl ze ook bewust zijn van de potentiële negatieve effecten van deze platforms. We zien daarnaast hoe deze platforms hun begrip en ervaringen rond seksualiteit en genderidentiteit hebben beïnvloed.

- **Platformgebruik en voorkeuren**

Op Instagram, TikTok en You Tube posten de jongeren vooral foto's en video's, en volgen ze accounts die hen interesseren. Snapchat of What's app gebruiken ze voor het onderhouden van bestaande contacten, vooral vrienden.

Lexie:: Op Insta post ik soms foto's met mijn vrienden. Op TikTok post ik soms video's, maar dat gaat echt helemaal nergens over. Ik scroll vooral.

Xi: Ik zit op Instagram, niet op TikTok dat is te verslavend.

Deni: Ik zit soms op TikTok en kijk op You Tube filmpjes over media analysis, mensen die praten over verschillende soorten media, boeken, films, series. En filmpjes over urban planning en sociale vraagstukken.

Watze: 'Ik spreek niet zo vaak af met vrienden. Meestal app ik gewoon of bel ik'.

Andere platforms zoals Tumblr en Reddit worden genoemd voor specifieke interesses, zoals fandoms en queer gemeenschappen.

Deni: En ik gebruik Tumblr. Een social media site, veel anoniem, het is bekend dat iedereen daar op queer is. En ik zat in een fandom op Tumblr en werd gepraat over karakters die queer waren. Daar raakte ik in geïnteresseerd en leerde ik er veel over en toen kwam ik voor het eerst bij de GSA, als een ally (bondgenoot).

Platforms zoals TikTok en Tumblr worden ook gebruikt om gemeenschappen te vinden die hetzelfde ervaren. De algoritmes van sociale media helpt jongeren om relevante content te vinden en gemeenschappen te vormen.

Mieke: Op TikTok is het heel makkelijk om een hele grote gemeenschap te vinden die dezelfde doelen heeft als jij. TikTok weet snel wat je wel en niet leuk vind. Ik volgde lesbische artiesten die ik leuk vond en dan komen er op een gegeven moment alleen maar lesbische dingen langs.

- **Belang van goede informatie**

Veel jongeren gebruiken internet om meer te weten te komen over hun eigen seksualiteit en/of genderidentiteit. Jongeren zoeken vaak via zoekmachine Google, al weten ze meestal niet (meer) hoe ze precies zoeken. Ze lezen artikelen. Ze zijn nieuwsgierig naar hun gevoelens, maar willen er niet over praten. Dus gaan ze zoeken op internet. Ze doen een test of ze doen mee aan een quiz. Ze zoeken geen droge theorie, maar podcasts of short films op You Tube. Op school, vaak op Paarse Vrijdag, ligt er soms hard copy materiaal over seksuele diversiteit. Bijvoorbeeld een vlaggenboekje of stripboek.

Flow: Ik zoek dan op 'short film queer'. En dan kijken wat leuk is. Het zijn mensen die ervaringen delen, zoals in podcasts en filmpjes met mensen die erover praten. Gewoon, willekeurige mensen. en ik heb veel geluisterd naar 'Pride Praat', een Podcast.

Flow: Het vlaggenboekje¹³ geeft overzicht, het is niet heel dik maar wel duidelijk. Je kunt een beetje kijken waar jij je in herkent en waarin niet. En je leert over andere mensen. Er zijn soms queergroepen met een bepaalde vlag en dan weet ik niet wat die vlag betekent, dan zoek ik het op en dat is dan wel fijn om te weten.

Billie: Ik heb van die testen gedaan of ik lesbisch was en echt op meisjes viel. Daarna heb ik het laten gaan en heb ik het door de tijd heen wel geleerd. Ik luister ook podcasts. Daar leer ik dan weer dingen van. Voor mijn profielwerkstuk (PWS) die over LHBTIQ+ ging, heb ik veel moeten opzoeken.

Watze: Als ik iets interessant vind over seksualiteit of genderexpressie dan zoek ik dat op. Of op TikTok zoek ik filmpjes zodat ik er meer over weet.

ES: Toen ik er achter kwam dat ik echt geen jongen ben, ben ik een beetje gaan kijken naar welke genders er bestaan. En vroeg ik mij af: Kan ik mijzelf daarbij plaatsen? Kan ik mijn gevoelens hiernaar vertalen. Maar dat is het.

- **Rekening houden met > sociale media kunnen niet altijd op tegen echte mensen**

Ondanks dat alle informatie voorhanden is op het internet zien ze zelf het belang van andere LHBTIQ-ers of familieleden waar ze goed mee kunnen praten.

Eva: Ik zit voornamelijk op TikTok of Instagram en dan kijk ik wel naar accounts die daar informatie over posten. Vroeger tenminste, toen ik het nog niet zo goed snapte. Het meeste heb ik geleerd van vrienden die homo zijn.

JayJay: Ik heb veel gezocht op internet toen ik merkte dat ik op jongens val, maar dat is lang geleden. Ik weet niet meer hoe en waar ik toen gezocht heb. Ja, via Google. Ik heb er niet echt veel aan gehad, kon niet veel vinden. Ik ben er gewoon zelf een beetje achter gekomen. Door veel met mijn oudere zus te praten.

- **Rekening houden met: jongeren doen aan zelfreflectie**

Jongeren zijn zich bewust van de hoeveelheid tijd die ze op sociale media doorbrengen en proberen soms limieten te stellen of hun gedrag te reguleren.

Lexie: Maar laatst kwam ik erachter dat ik een beetje veel tijd besteed aan scrollen. Ik heb voor mezelf een limiet ingesteld.

Bart: Af en toe kijk ik dan op reels insta of op TikTok. Dan voel ik me weer schuldig en dan verwijder ik het."

ES: Ik doe spelletjes (in mijn eentje) of zit op TikTok. Of ik snapchat. Als ik echt veel tijd heb kan ik wel paar uur op mijn telefoon zitten. Tot ik het zat ben, dan ga ik piano spelen.

Flow: TikTok vermijd ik want anders zit ik er heel lang op. In brugklas en tweede deed ik veel digitale spelletjes, maar dat werd minder want ik vond andere dingen leuker om te doen.

- **Rekening houden met > weinig kennis van specifieke LHBTIQ+-websites**

De website Gendi.nl is een initiatief van School & Veiligheid. De website voorziet onderwijsprofessionals uit het onderwijs van inspiratie, kennis, tips en (les)materialen om ruimte

¹³ Seeing Things Queerly een uitgave van Discriminatie.nl Kennemerland en Maikel Bongaerts

te geven aan gender- en seksuele diversiteit in de klas, op school en in het team. Met als doel dat de school een veilige plek is waar iedereen zich zelf kan zijn.

In de pdf *Informatie voor LHBTIQ+-jongeren* van Gendi.nl staan allerlei websites weergegeven waar LHBTIQ+-jongeren terecht kunnen voor informatie. Wij hebben dit overzicht getoond aan de jongeren in het onderzoek en hen gevraagd of ze weleens hebben gezocht naar informatie over hun gender of seksuele gerichtheid en welke websites ze herkennen en/of hebben bezocht.

Het komt er op neer dat veel jongeren veel op sociale media zitten en regelmatig *googlen* maar niet weten of onthouden welke plekken of websites ze bezoeken. Sommigen herkennen helemaal geen namen van websites. Jong & Out en de Rutgers Stichting werden wel herkend.

1.5 Samenvatting

In dit hoofdstuk beschrijven we het vrije tijds- en sociale leven van de LHBTIQ+-jongeren, met nadruk op hun interesses, hobby's, en sociale interacties. Zij besteden hun vrije tijd vaak individueel, bijvoorbeeld met gamen, muziek luisteren en creatieve activiteiten zoals tekenen en muziek maken. En ze vinden het belangrijk om met vrienden af te spreken voor activiteiten zoals skaten, naar de bioscoop gaan, spelletjes spelen en samen chillen. Sociale contacten zijn voor hen essentieel, en zij onderhouden relaties zowel fysiek als digitaal. Sporten is eveneens populair, hoewel sommigen gestopt zijn door drukte of gebrek aan interesse in teamsport.

Het belang van hobby's en creativiteit, (hang)plekken sociale veiligheid, alternatieve evenementen (< 18 jaar), het belang van LHBTIQ+-vrienden voor welzijn, het belang van de GSA voor het maken van vrienden, aandacht voor eenzaamheid

Hobby's vervullen belangrijke functies: ze helpen jongeren vrienden te maken en hun creativiteit en zelfexpressie te stimuleren, wat bijdraagt aan hun welzijn. Sommige jongeren ervaren echter drempels om aan bepaalde creatieve activiteiten deel te nemen, bijvoorbeeld vanwege kosten of gebrek aan geschikte ruimtes. Ontmoetingsplekken zoals Jong & Out spelen een rol voor LHBTIQ+-jongeren, maar worden wisselend bezocht; sommigen voelen zich hier welkom, terwijl anderen vooral aansluiting vinden bij andere jongeren die in de Gender & Sexuality Alliances (GSA) op school zitten.

Uitgaansgelegenheden van belang voor ontmoeting, het belang van sociaal veilige uitgaansgelegenheden, spontaniteit en kijken wat vrienden doen

Jongeren ontmoeten graag hun vrienden tijdens het uitgaan en maken daarbij vaak weer nieuwe vrienden. Ze missen soms speciale LHBTIQ+-uitgaansgelegenheden, ook voor 18-min. Sociale veiligheid en 'jezelf kunnen zijn' speelt een rol bij de keuze voor een uitgaanslocatie.

Druk, druk, druk, niet anders willen zijn, sociale angsten van jongeren

Veel jongeren ervaren tijdsdruk door school en andere verplichtingen, wat soms leidt tot minder tijd voor sport of sociale activiteiten. Voor anderen is sociale angst een obstakel bij groepsactiviteiten. Ook kiezen sommige jongeren bewust voor gemengde plekken boven specifieke LHBTIQ+-ruimtes, omdat ze liever niet anders willen overkomen of al genoeg LHBTIQ+-contacten hebben. Dus lang niet alle LHBTIQ+-jongeren voelen zich verbonden met de 'LHBTIQ+-community' en willen liever samen 'met alles en iedereen'.

Het belang van goede informatie, jongeren doen aan zelfreflectie bij sociale media, weinig kennis van specifieke LHBTIQ+-websites

Veel jongeren gebruiken internet om meer te weten te komen over hun eigen seksualiteit en/of genderidentiteit. Jongeren zoeken vaak via zoekmachine Google, al weten ze meestal niet (meer) hoe ze precies zoeken. Ze zijn nieuwsgierig naar hun gevoelens, maar willen er niet over praten. Dus gaan ze zoeken op internet. Scholen, ouders en hulp en belangenorganisatie kunnen deze informatiebehoefte ondersteunen. Jongeren hebben soms meer aan belangrijke gesprekspartners in het 'echte' leven dan aan informatie op internet. Ze weten vaak goed wanneer ze te veel tijd op sociale media doorbrengen.

2. School

2.1 (On)veiligheid op school

Naast vrienden en ouders speelt ook de middelbare school een grote rol in het leven van jongeren. Zij brengen daar een groot deel van de week door. Sociale veiligheid op school zorgt ervoor dat leerlingen zich geaccepteerd en gerespecteerd voelen, wat cruciaal is voor hun welzijn en ontwikkeling. Een veilige schoolomgeving vermindert stress, wat helpt bij betere concentratie en leerprestaties. Helaas zijn sociale acceptatie en sociale veiligheid op de middelbare school niet voor alle leerlingen vanzelfsprekend en dit kan een enorme impact hebben op hun identiteitsvorming.

Uit de verhalen van de LHBTIQ+-jongeren in Haarlem blijkt dat een deel van hen zich zeer onveilig voelt op hun school. Alle middelbare scholen van de geïnterviewde jongeren hebben een GSA, ze zijn bijna allemaal betrokken (geweest) bij de GSA op hun school, toch heeft dit lang niet altijd het gewenste effect: een veilige(re) school voor iedereen.

We hebben niet uitgebreid gevraagd naar het waarom van het zich veilig of onveilig voelen op school, maar uit de verhalen komt naar voren dat onveiligheid vooral voorkomt op grote scholen en op brede scholengemeenschappen (verschillende onderwijstypen op één locatie). Als de docenten heel openlijk zijn over hun seksuele gerichtheid of genderidentiteit, draagt dit vaak bij aan een veilige sfeer voor leerlingen.

Soms nemen scholen onvoldoende effectieve maatregelen of zijn docenten te weinig alert op onderhuids gepest en gescheld.

○ Onveilig op school: schelden, pesten en vijandigheid

Er zijn jongeren, zoals Xi en Yo, die dagelijks veel gepest, gescheld en vijandigheid ervaren. Een van de jongeren geeft aan dat het gebruik van "homo" als scheldwoord zo vaak voorkomt dat het volgens hem nauwelijks nog emoties oproept. Al doet 'beledigend schelden' vaak meer pijn dan mensen denken omdat het over identiteit gaat en het gaat over wie je bent.

Xi en Yo: 'Dagelijks, non-stop, met opmerkingen als 'Kill yourself' en 'je belandt in de hel', ik vermoord je straks. Vandaag zei een jongen uit de klas op de gang: 'lesbische kankerhoer'. Er wordt ook wel gezegd: 'kankerhoeren gaan naar de hel'. Er zijn dus jongeren die het niet snappen en dan met rare namen of opmerkingen komen, of met doodsb bedreigingen.'

Watze: Leeftijdsgenoten maken vervelende opmerkingen over mijn seksualiteit. Met een rare toon HOMO! zeggen. Ik gebruik zelf het woord gay, dat vind ik fijner omdat dus heel veel mensen homo als scheldwoord gebruiken. Na een tijdje voel je daar dan niet echt meer een emotie bij. Soms is het gewoon irritant. Je kan ook iets anders zeggen.

Sommige LHBTIQ+-jongeren missen vertrouwen en ondersteuning op school. De school treedt te weinig daadkrachtig op. Een docent zegt wel eens iets tegen degenen die schelden maar dan houdt het schelden toch niet op. Het gebeurt meestal niet in de eigen klas, maar vaak op de gang en in de pauzes. De opmerkingen worden vluchtig gemaakt, docenten horen dit meestal niet. De jongeren zelf denken niet dat optreden van docenten helpt, dan wordt het vaak alleen maar erger. Daarnaast denkt men dat de opvoeding thuis van deze pestende jongeren moeilijk om te buigen is. De Regenboogvlag die uithangt bij een school voelt soms alleen als symboliek die verder niet bijdraagt aan een veiliger gevoel, als een school verder niet genoeg doet om de sociale veiligheid van LHBTIQ+-jongeren te bewaken.

Yo: Ik mis vertrouwen op school. Ik zoek comfort (engels: behagelijkheid, troost). De woorden die anderen zeggen dat raakt me in mijn hart, aan het einde van de dag is dat

vaak erg veel. 'Je gaat naar de hel, ik hoop dat je van een gebouw afvalt, steek jezelf neer'. Je hebt demonen. Je bent satan'.

Watze: Het (schelden) gebeurt meestal niet in de klas maar in de pauze of zo. En als het in de klas gezegd wordt dan zegt een docent vaak niets, of die hoort het niet omdat het zachtjes wordt gezegd. Ik heb niet tegen docenten gezegd dat dit gebeurt, want ik trek me er meestal niet echt veel van aan. Dus ik vind het niet nodig dat ik het tegen een docent zou zeggen. Ik denk namelijk niet echt dat ze er iets aan kunnen doen.

Billie: De leerlingen op school maken nog wel vaak vervelende opmerkingen. Of een GSA docent daar iets aan kan doen? Dat is wel moeilijk. Als iemand thuis is opgevoed met een bepaalde mening, dan is dat moeilijk. Ik zou niet weten hoe dat te veranderen.

Jayjay deelt zijn zorgen over zijn veiligheid: Ik voel me nu niet heel erg veilig want als ik op school loop word ik vaak uitgescholden: Vieze kanker homo! homo! Verschillende scheldwoorden naar mijn hoofd gekregen, vanwege mijn seksuele geaardheid. Ik ga met moeite naar school. Ik zit nu in de derde klas. Dit speelt allemaal buiten mijn klas. In mijn klas doet iedereen gewoon.

Hij wijst erop dat de school weinig actie onderneemt, ondanks zijn meldingen: Het is de verantwoordelijkheid van de school om te zorgen dat het pesten en lastigvallen stopt. "De politie zegt het ligt bij school, school zegt nee want het gebeurt buiten het hek." De jongen die mij heeft aangevallen zit hier ook op school. Ik heb school hier meerdere keren over gesproken. School kijkt alleen of ik ideeën heb om het te laten stoppen. Maar ik wil gewoon dat het stopt, maakt niet uit hoe. Ik neem aan dat school een gesprek heeft gehad met de jongen (vermeende dader). Dat is mij verteld en hij zegt nu niet veel meer. Af en toe nog wel een paar keer schelden, maar dat is het. Er hangt een regenboogvlag buiten, maar die kunnen ze net zo goed weghalen want deze school is allesbehalve LHBTIQ+-vriendelijk. Want als ik op een dagelijks basis word uitgescholden en in elkaar geslagen door mensen van deze school... Als er eieren naar mijn hoofd gegooid worden. Ja dat was toen een examenstunt. Op een gegeven moment waren er mensen met eieren en die werden allemaal naar mijn hoofd gegooid. Als dat allemaal gebeurt...ik wil gewoon dat het stopt. Ik ben uiterlijk uit de kast. Ik verberg het niet. Ik ben er trots op maar sommige mensen accepteren het blijkbaar niet.

De jongeren geven aan dat er vooral gepest en gescholden wordt door jonge jongens die stoer willen doen uit mavo en vmbo klassen. Het pesten kan er in sommige gevallen toe leiden dat jongeren van school af gaan. Eva benadrukt de anti-homocultuur op 'lagere' niveaus, waar "stoer doen" leidt tot pesten en uitsluiting. Zij geeft aan dat een vriend die gepest werd een gezin heeft waar homoseksualiteit taboe is, dus dat maakte de situatie voor deze jongen, die homoseksueel is, extra lastig.

Watze: Meestal zijn het jongens. Bij sommigen denk ik dat het gevoelens zijn die later in het leven nog wel naar boven zullen komen. En soms denk ik dat ze stoer proberen te zijn of denken dat het mij iets doet, maar dat doet het niet. Ik ga niet zeggen: 'Ik ben niet gay.'. Want ik ben het wel. Het is natuurlijk wel fijn als ze er gewoon mee zouden stoppen.

Eva: Bij ons op school is er best wel een anti-homocultuur. Dus het zou mij niet verbazen als er meer jongens rondlopen die op jongens vallen maar dat niet durven te zeggen. Ik ken ze zelf niet. Het is niet discriminerend bedoeld maar het is vooral op het mavo, op de wat lagere niveaus. Daar willen zij allemaal stoer doen dus dat iemand wat anders is dan de anderen, dan wordt het duidelijk gemaakt. Als je homo bent dan worden er grapjes gemaakt en opmerkingen. Een vriend van mij is van school gegaan... want het werd gewoon teveel voor hem. Hij ging naar de vavo maar daar is hij ook mee gestopt. Het gaat niet goed met hem. Hij is drugsverslaafd. Ik heb niet heel veel contact meer met hem

want ik voel mij daar niet zo fijn bij. Hij is homoseksueel en heeft Marokkaanse roots. Het is voor hem erg moeilijk. Die hele familie is moslim, die accepteren het niet zo snel.

- **Veilig op school: elkaar goed kennen, respect, openheid docenten**

Degenen die zich wel veilig voelen op school geven aan dat ze jarenlang in dezelfde klas hebben gezeten en waar iedereen elkaar goed kent. Het is prettig als men elkaar minimaal respecteert, ook al begrijpen jongeren elkaar niet. Als er veel leerlingen en docenten openlijk queer zijn, beperkt dat de vijandigheid jegens LHBTIQ+-ers op scholen.

Bart: Op school kan ik wel mezelf zijn. Mijn hele jaarlaag kent mij, ze weten wie ik ben. Sommigen zijn het er vast mee oneens (Bart is trans) of die vermijden mij. Ik word niet gepest of zo en ik voel mij niet bedreigd. Docenten zijn open. Allemaal best wel fijn.

Lexie: Onze school is heel open en vrij. Een docent gaf dit aan in de eerste klas. Volgens mij is een groot deel van de docenten zelf queer. Ook best veel leerlingen. Er is geen haat richting LHBTIQ+-ers op onze school. Er was een GSA- docent die vertelde dat ze zelf panseksueel was en je kon met vragen bij haar terecht. Bij mij op school staan veel docenten open voor een gesprek.

Mieke: Ik heb van een meisje hier op school gehoord dat zij het echt niet accepteert, maar dat ze blij is dat ik er blij mee ben. Zij accepteert mij, maar als ze zelf kinderen zou krijgen die het zijn, dan zou ze die de deur uitgooien. Mensen gaan gewoon met mij om, zij ook. Het is niet dat mensen het niet begrijpen, ze vragen hoe het gaat met mijn vriendin, er wordt heel open over gedaan.

- **Belang van docenten en mentoren om mee te praten**

Op school kunnen LHBTIQ+-jongeren soms goed praten met mentoren, GSA-docenten of specifieke vakdocenten, bijvoorbeeld een theaterdocent die zelf homoseksueel is en daar open over is. Die reageren begripvol. Zij kunnen een belangrijke rol spelen voor jongeren als gesprekspartner, zeker als het niet lekker loopt met de ouders en als jongeren veel problemen en zorgen hebben omtrent hun seksualiteit of gender.

ES: Bepaalde ouders van vrienden begrijpen mij, en de mentor op school ook. Als ik steun zoek en er naar vraag, kan ik dat bij hen verwachten. Zeker weten. Praten, of brainstormen over dingen die zouden kunnen helpen. Ik kan sowieso ben hen terecht. Dat is heel fijn. Ik spreek mijn mentor niet heel veel, maar genoeg. Ik heb af en toe even een mentorgesprekje.

Jayjay: Op dit moment heb ik wel wat steun van mijn theaterdocent, die is zelf homoseksueel. Als ik theater heb, dan praat ik even met hem. We hadden al af en toe een praatje en dat is goed samengekomen.

Billie: Mijn favoriete docent, mijn praatdocent, zit in de GSA. Dat is fijn. Stel, er is iets, dan kan ik naar haar toe. Mijn vriendin begon ooit met haar te praten en die vond het altijd wel een fijne docent. Toen ging het op een gegeven moment over hetzelfde onderwerp, dus toen dacht ik: ik kan ook wel naar haar toe. Zo is het een beetje ontstaan. Als er iets niet fijn is, dan kan ik naar haar toe gaan. Docenten die in de GSA zitten, staan wel echt klaar voor je als er iets is gebeurd.

- **Rekening houden met > gender en neurodiversiteit**

Sommige jongeren, zoals ES, voelen zich niet begrepen op school, niet door de docenten en niet door de medeleerlingen. Dit heeft te maken met onbegrip over gender en neurodiversiteit.

ES: Bij genderdiversiteit, als mensen zich niet comfortabel voelen in hun lichaam, resulteert dat vaak in trauma. Als ik naar mezelf kijk dan zie ik dat op de basisschool altijd de verdeling jongen-meisje gold. Dat is de norm. Dat is nog steeds zo, en dat is slecht. Voor mij heeft dat erin geresulteerd dat ik zo'n dertien jaar heb onderdrukt wie ik werkelijk was. En toen kwam ik erachter, en wist ik ineens niet wie ik werkelijk was. Dat is traumatiserend.

Ik ken mensen die hiermee hebben gestruggeld. Mijn vrienden, en die zijn over het algemeen niet hetero cisgender. De meesten zijn autistisch en/of ADHD'er, ze zijn neurodivergent. En op school ken ik niet zoveel dat soort mensen, waardoor ik me op school niet zo thuis voel. Ik word wel geaccepteerd, maar ik word niet begrepen. En dat is ook niet echt het probleem. Maar het is meer de manier hoe er dan naar me gekeken wordt, dat is wel een matige. Ik voel me er niet zo fijn bij. Ik klik niet met anderen en ik ben gepest.

- **Rekening houden met > er 'anders' uitzien maakt kwetsbaar**

Jongeren geven aan dat je er lesbisch of homoseksueel uit kunt zien door je kapsel, kleding of hoe je je gedraagt. Als je er minder 'zo' uit ziet, heb je minder last van opmerkingen of pestgedrag. Deze manier van denken beperkt LHBTIQ+-jongeren om echt zichzelf te durven zijn, ze willen zoveel mogelijk voldoen aan de norm, en bij voorkeur aan de heteronorm en de binaire norm (jongens gedragen en kleden zich 'masculien', meisjes zijn 'feminien'). Degenen die zich niet aanpassen, 'anders zijn' of opvallen zijn sneller doelwit van pesterijen.

Mieke: Ik word niet direct als lesbisch gezien, omdat ik er niet lesbisch uitzie. Iedereen weet wel dat ik relatie met een meisje heb. Ook op sociale media ben ik daar open over. Ik merk dat andere mensen, waarbij je wel heel duidelijk kan zien dat ze gay zijn, het lastiger hebben. Die krijgen sneller opmerkingen. Bij mij wordt het redelijk geaccepteerd omdat ik er 'normaal' uitzie. Zelf met mijn vriendin erbij want die uit zich niet erg stereotyperend gay.

2.2 De Gender en Sexuality Alliances (GSA)

Wat is een GSA en wat doen de jongeren met de GSA op school? Wat betekent de GSA voor de jongeren? Wat gebeurt er met Paarse Vrijdag? Welke uitdagingen liggen er voor de leerlingen en de scholen? En hoe belangrijk is de GSA voor jongeren om 'gelijkgestemden' te ontmoeten en daarmee eenzaamheid te voorkomen? Wat kan er beter? Helpt de GSA bij een veiliger schoolklimaat?

- **Het belang van GSA's**

Contact met gelijkgestemden in de GSA's is voor jongeren heel belangrijk. In een onveilige omgeving kunnen ze daar vrienden maken, zichzelf zijn en leidt dit minder snel tot isolement van jongeren. De jongeren die wij hebben gesproken hebben vrienden, docenten of een thuissituatie die ondersteunend is, maar dit geldt zeker niet voor alle LHBTIQ+-jongeren. Voor hen kan de middelbare school of de directe omgeving zeer onveilig of eenzaam voelen.

Een GSA biedt jongeren een veilige plek om met anderen te praten over gender en seksualiteit. Dit gebeurt meestal op vaste momenten (pauzes of na school) en plekken (lokalen) op school. Sommige GSA's komen elke twee weken een keer samen, andere scholen een paar keer per jaar, en op één school zitten GSA-ers elke pauze bij de GSA-docent.

Lexie: Het is met leuke mensen, leuke dingen doen. Picknicken. Of gewoon film kijken. En dingen leren. Een tijdje geleden ging het over 'consent' (wederzijdse toestemming / instemming). Leren hoe je nee zegt of hoe je juist aangeeft dat je iets fijn vindt.

Met de GSA bereiden scholieren en docenten evenementen voor zoals Paarse Vrijdag en ze organiseren activiteiten zoals filmavonden of bowlen en wordt ondersteuning geboden. Ze geven vaak op Paarse Vrijdag voorlichtingen of presentaties in de brugklassen om te vertellen over LHBTIQ+, over waar Paarse Vrijdag voor staat en over de GSA, hoe je daar bij kunt en waarom het belangrijk is.

Ze zitten vaak met elkaar in een groeps-app, doen leuke dingen met elkaar en de GSA-docent(en) sturen interessante zaken, voorstellen of ideeën rond. Soms zijn er Meet Up's met andere GSA's of bezoeken ze met andere GSA's een theatervoorstelling (de Schuur in Haarlem heeft veel LHBTIQ+-aanbod) of een expositie (zoals The Art of Drag in het Frans Hals Museum).

Bart: We praten soms over problemen op school, zoals genderneutrale wc's.

De jongeren vertellen dat zij door de GSA bepaalde onderwerpen of zaken kunnen agenderen op school. Bijvoorbeeld het creëren van genderneutrale toiletten en het verstrekken van voorlichting over LHBTIQ+-kwesties. Op één school staat er nu een spreuk op de muur *ik ben wie ik ben en jij mag zijn wie je wilt zijn*.

○ **Wat betekent de GSA voor de jongeren?**

Voor veel jongeren biedt de GSA een gevoel van sociale veiligheid en erkenning. Het biedt een plek waar ze samen kunnen zijn, in het bijzijn van ondersteunende docenten, en zich kunnen uiten zonder oordeel, wat vooral belangrijk is voor degenen die zich alleen of uitgesloten voelen op school.

Billie: De docenten in de GSA staan wel echt voor je klaar als er iets gebeurt. En het voelt toch wel veilig, omdat ik daar wat vertelde over mijn seksuele voorkeur toen mijn ouders het nog niet wisten. Niemand doet daar iets mee, ze mailden niet naar mijn ouders ofzo. Mijn favoriete docent, mijn praat docent, zit in de GSA. Dus dat is fijn. Stel dat er iets is, dan kan ik naar haar toe.

Jongeren die bij de GSA betrokken zijn, voelen vaak, maar niet altijd, een sterke gemeenschap met anderen die vergelijkbare ervaringen hebben. Het helpt hen om zich minder alleen te voelen en biedt een netwerk van steun

Mieke: Voor mij is de GSA niet per se belangrijk omdat ik wel aansluiting vind met andere mensen. Maar ik denk dat het voor sommige mensen, die zich heel alleen voelen, wel fijn kan zijn. Het is een hele grote school. Dus, als je er buiten valt dan val je er echt buiten. Ik denk dat eigenlijk iedereen hier op school eenzaam is. Ik vind het een hele nare school. Er is hier een soort afzeik cultuur.

Watse: Het is een plek voor LHBTIQ-ers waar je gewoon een beetje kan praten met elkaar en van alles kan vragen. Je voelt je gezien: dat je niet de enige bent. Voor de eersteklassers kan het eng lijken omdat je vaak de enige bent in je jaarlaag.

De GSA speelt een rol in het verhogen van het bewustzijn en educatie over LHBTIQ+-kwesties, zowel voor leden als voor de bredere schoolgemeenschap. Dit gebeurt via voorlichtingen of presentaties aan vooral brugklassen en activiteiten op Paarse Vrijdag.

De GSA-jongeren vinden het zelf heel belangrijk om met een voorlichtingsverhaal klassen langs te gaan met informatie over LHBTIQ+ en Paarse Vrijdag omdat medeleerlingen soms erg weinig weten. Ze zouden graag zien dat er meer over gesproken wordt. Het is spannend voor de GSA-jongeren om klassen langs te gaan, Het is dan voor de hele school duidelijk dat ze tot de LHBTIQ+-ers behoren en dat voelt op sommige scholen niet altijd even veilig. Zeker niet alle GSA-leerlingen willen de klassen langs met een voorlichtingsverhaal.

Watse: Meestal doen we de presentaties alleen voor de brugklassers. Het is belangrijk dat jk dat zij een voorlichting krijgen van GSA-mensen, zij weten nog weinig. Ik geef zelf

voorlichting, dat gaat over: Wat is de GSA, wat is LHBTIQ+ en waar staat Paarse Vrijdag voor? Docenten zijn supportieve en respectvol. Bij de voorlichting houden zij de klas stil. Ik vind dat er meer over gepraat mag worden, mensen weten er soms niets van, dat vind ik erg.

Watze: Ik vind dat er niet veel informatie wordt aangereikt via school. Wij gaan rond maar er wordt verder niet uitgebreid over gepraat. Wij hebben nooit gastlessen gehad. Maar dat lijkt mij wel belangrijk: mensen die het zelf niet weten of bang zijn. Door meer informatie kunnen ze bij zichzelf gaan kijken: Hoe voel ik mij daarbij? Klopt dat bij mij?

Mieke: Met Paarse Vrijdag zet ik me in voor het doel: meer acceptatie van LHBTIQ+. Ik zie mezelf niet als anders dan andere mensen. Ik geef voorlichting/gastlessen aan eersteklassen op Paarse Vrijdag. Maar soms zijn er suikerspinnen, smoothies. Als je paarse kleding draagt, krijg je dingen gratis. Dat vind ik forcerend naar andere mensen toe. Het is een hele gemixte school. En je hoeft het niet te vieren. Ik ken heel veel christelijke mensen, islamitische mensen. Ik ben zelf christelijk en ken mensen die het er helemaal niet mee eens zijn dat Paarse Vrijdag zo groot is. Het lag eind 2023 ook gevoelig: toen net de oorlog tussen Israël en Gaza uitbrak hadden wij Paarse Vrijdag. Een groot deel van de school dacht: 'Waarom besteden wij aandacht aan Paarse Vrijdag terwijl er mensen in grote getalen doodgaan.' Dat snap ik. Een feestje was niet echt nodig. Voorlichting/gastlessen wel. Om bijvoorbeeld te laten zien dat het als lesbisch stel met kinderen heel gevaarlijk kan zijn om naar sommige gebieden te reizen. Dat vind ik wel belangrijk om mee te geven.

In GSA's ontstaan veel vriendschappen omdat jongeren met gedeelde ervaringen, en soms interesses, elkaar in een veilige omgeving kunnen ontmoeten. Veelal voelen jongeren binnen de GSA's zich vrij om zichzelf te zijn, wat de basis legt voor oprechte connecties.

Jayjay: Ja, daar heb ik veel queer jongeren ontmoet. Alleen zitten er heel veel in examenjaar, en die gaan weg. Ik ben een van de weinigen die overblijft.

Flow: Ik heb best een grote vriendengroep, ongeveer zeven mensen, die ken ik allemaal van de GSA op school. Een paar zitten nog op school, de rest doet al iets anders, dus we zien elkaar een stuk minder. Eerst elke dag. We spreken nog wel regelmatig af, op verjaardagen en zo. Dus dat is leuk

- **Paarse Vrijdag: vieren of meer het gesprek aangaan?**

Paarse Vrijdag is een jaarlijkse actiedag in Nederland waarop mensen op scholen paars dragen om hun steun te betuigen aan LHBTIQ+-jongeren. Het doel van deze dag is om aandacht te vragen voor diversiteit en inclusie, en een statement te maken tegen discriminatie en pesten op basis van seksuele gerichtheid of genderidentiteit. De dag vindt elk jaar plaats op de tweede vrijdag van december en wordt vooral door leerlingen en studenten gevierd, en door docenten en schoolpersoneel.

Paarse Vrijdag betekent vaak: de klassen rond om voorlichting geven aan brugklassers, paarse bandjes uitdelen, taartverkoop voor goed doel, uitgeroosterd worden. Er wordt soms informatie uitgedeeld in de vorm van boekjes of flyers. Maar dat is beperkt.

Billie: Dit jaar hielp ik met paarse bandjes uitdelen. Dan hoor je wel de hele tijd dat mensen die echt niet willen. Maar ik zie het als een dag waar je lol hebt en waar dingen te doen zijn. Deze dag is eventjes leuk.

Watze: Je hebt altijd mensen die tegen Paarse Vrijdag zijn. Zij zeggen: 'Waarom is er dan geen dag voor hetero's of een dag voor zus of zo.' Tuurlijk, dat kan ook, maar vandaag is een dag voor ons.

Jayjay: Met Paarse Vrijdag krijgen we als GSA vrije uren om de aula goed te kunnen versieren. Ik help dan mee met de taartverkoop, de opbrengst gaat naar een goed doel. Er wordt wel gesproken over waarom Paarse Vrijdag belangrijk is, alleen zijn er weinig docenten die er echt wat mee doen. Veel docenten zeggen: het boeit me niet echt, ik doe gewoon m'n les.

Sommige GSA-leerlingen vinden het vooral een gezellige dag of zien het echt als een dag voor zichzelf. Terwijl andere GSA-ers het niet echt nodig vinden om Paarse Vrijdag te vieren, zij willen alleen voorlichting geven of het gesprek er over voeren. Het vieren lijkt bij schoolgenoten steeds meer op weerstand te stuiten. Niet alle docenten bieden tijdens hun lessen veel ruimte voor het thema, terwijl het bespreekbaar maken en normaliseren van seksuele en genderdiversiteit bij verschillende vakken juist belangrijk is.

○ **Hoe behoud je of krijg je actieve GSA?**

Het is niet altijd even gemakkelijk om een actieve, grote GSA te krijgen op school. Het kost moeite om nieuwe leden aan te trekken (vooral uit lagere klassen) of betrokken te houden. Enkele GSA's zijn leeggelopen door vertrek van ouderejaarsleerlingen. Bij werving van nieuwe GSA-leden helpt het om erbij te zetten (op posters) of erbij te vertellen dat iedereen welkom is. Dat het ook voor heteroleerlingen is of voor degenen die het (nog) niet precies weten. Niet iedere LHBTIQ+-leerling is geïnteresseerd in een GSA of men is bang om gepest te worden omdat anderen zien dat ze 'bij de GSA horen'. Daarbij lijkt de weerstand tegen LHBTIQ+-ers te groeien. Een goede werving, bijvoorbeeld door veel posters op te hangen, is belangrijk aangezien jongeren vertellen dat ze niet altijd weten hoe ze erbij kunnen komen en of ze er wel bij mogen als ze nog twijfelen over hun seksuele gerichtheid of genderidentiteit. Er kan beter nagedacht worden over de plek van het lokaal en het tijdstip. Soms voelt een GSA-bijeenkomst teveel *out in the open*.

Bart: Er was een brugklasser, die zou naar een meeting komen, en dan appt hij: sorry, mijn vrienden lachen mij uit omdat ik in de GSA zit, dus ik ga eruit. Dat is dus jammer want het is dan een taboe. En het idee dat in de GSA de weirdo's zitten. We zitten dan in een klaslokaal met allemaal glazen ramen en dan lachen de anderen vaak. GSA-jongeren hebben vaak gekleurd haar of een andere kledingstijl. Je sluit jezelf wel meer buiten als je er in zit. Het is een soort taboe-iets.

Misschien is er een nu nieuwe generatie die veel minder geïnteresseerd is in GSA's? Of het is de cultuur op onze school. Er is in ieder geval weinig aanwas van nieuwe leerlingen bij de GSA. Ik vind dat raar, en ik weet ook niet wat daar aan gedaan kan worden. Volgens mij is er nu een nieuwe lichting jongeren waarbij gays en transgenders weer vies zijn. Dat merk ik vooral bij jongere jongens die nog niet door de puberteit zijn. Naarmate ze ouder worden, worden ze weer een stuk opener. Het is de Andrew Tate-fase en op sociale media is er nu niet meer zo'n open blik.

Jayjay: We hebben het gehad over een nieuwe instroom voor de GSA, maar veel mensen zijn bang om gepest te worden als ze in de GSA zitten. Bij mij is dat niet gebeurd, in mijn klas wist men het wel daar ben ik nooit gepest.

Flow: Ik ben in de 4^e klas bij de GSA gegaan. Dat wist ik toen van een poster. Die hangen ze elk jaar op. In de brugklas wist ik nog niet precies of ik tot de groep behoorde. Later wilde ik wel, maar ik wilde niet zeggen in welke categorie ik dan viel. En dat dat bekend zou worden. Dat was een beetje eng. Als ik niet tot de LHBTIQ+-groep behoor, mag ik

dan wel komen? En toen stond er op meldingenbord: GSA picknick vandaag en er stond onder iedereen mag komen. Dus het maakte niet uit, toen ben ik voor het eerst gegaan.

Deni: Ik wilde al bij de GSA voordat ik wist dat ik queer was. Ik was toen nog een ally (bondgenoot). Ik wist toen niet echt hoe ik er bij moest komen, dat lukte heel lang niet. Toen dacht ik dat ik non binair was omdat ik me fijn voelde bij dat label en vrij snel daarna bedacht ik me. Dus de huidige termen over seksualiteit beschrijven mijn ervaring nu het best. Ik heb nu deze labels en als het verandert dan zien we het dan wel weer.

- **Draagt een GSA bij aan een veilige school?**

De GSA kan bijdragen aan een gevoel van sociale veiligheid door een vaste plek en tijd te bieden waar jongeren openlijk kunnen praten over hun ervaringen en vragen kunnen stellen zonder angst voor pesten, schelden en discriminatie. De GSA is een platform om zichtbaarheid en acceptatie te bevorderen, hoewel de effectiviteit hiervan kan variëren afhankelijk van de betrokkenheid van de school en de mate van acceptatie binnen de bredere schoolcultuur. Dit betekent niet dat de school door de aanwezigheid van een GSA altijd voelt als een veilige omgeving.

Xi: Ik ben er uit gegaan, ik wil niet dat iedereen mij beschouwt als gay of emo.

Yo: Ik zit niet bij de GSA, maar wel elke pauze bij de GSA-docent in haar lokaal, dat geeft een veilig gevoel en het is rustiger.

De jongeren hebben verschillende ervaringen met sociale veiligheid op school. Op sommige scholen is de sfeer uitermate vijandig richting LHBTIQ+-ers. De jongeren voelen zich dan lang niet altijd veilig om bij een GSA te gaan. Ze melden incidenten niet bij docenten 'omdat het toch niet helpt'.

Jongeren ervaren regelmatig stigmatisering van medeleerlingen. Ze worden als gay of lesbisch gelabeld en zijn dan een makkelijk doelwit. Sommigen zijn weer uit de GSA gestapt vanwege deze ervaringen.

2.3 Samenvatting

In dit hoofdstuk beschrijven we het de sociale veiligheid en onveiligheid op de middelbare school, het belang van docenten om mee te praten, stereotypering en het belang en de betekenis van de GSA's.

Onveilig voelen op school: schelden, pesten, vijandigheid

Veel LHBTIQ+-jongeren voelen zich onveilig op hun middelbare school, ondanks de aanwezigheid van een Gender and Sexuality Alliance (GSA). Sociale acceptatie en sociale veiligheid zijn cruciaal voor hun welzijn en identiteitsontwikkeling, maar komen niet vanzelfsprekend. Vooral op grote scholen en brede scholengemeenschappen ontstaat vaak een onveilige sfeer, versterkt door pesten en schelden, al dan niet gericht op identiteit. Schoolinterventies blijken vaak beperkt en de aanpak van docenten wordt door leerlingen als ineffectief ervaren; daarbij gebeurt pestgedrag vaak buiten het zicht van docenten.

Veilig voelen op school: elkaar goed kennen, respect, openheid docenten, belang van docenten om mee te

praten, rekening houden met gender en neurodiversiteit

LHBTIQ+-jongeren die wel sociale veiligheid ervaren, benoemen het belang van een open sfeer en respect, zowel bij medeleerlingen als docenten. Dit is vooral aanwezig op scholen waar veel leerlingen en docenten openlijk queer zijn en waar onderlinge steun en acceptatie centraal staan. Mentoren en docenten, vaak verbonden aan de GSA, spelen een belangrijke ondersteunende rol, zeker voor jongeren die thuis weinig acceptatie ervaren. Voor jongeren met gender- of neurodiverse identiteiten is er extra behoefte aan begrip, iets wat zij vaak missen in het onderwijs.

Rekening houden met stereotypering, 'er 'anders' uitzien'

Er is daarnaast een probleem met stereotypering. Sommige jongeren ervaren dat ze sneller doelwit zijn van pesterijen als ze er 'lesbisch' of 'homoseksueel' uitzien. Dit zorgt ervoor dat LHBTIQ+-jongeren soms het gevoel hebben dat ze zich moeten aanpassen om pesten te vermijden, waardoor hun eigen expressie wordt beperkt.

Het belang en de betekenis van GSA's, Paarse Vrijdag: minder vieren, meer gesprek?

De Gender en Sexuality Alliances (GSA) op scholen bieden een plek waar jongeren zich veilig voelen en kunnen praten over hun ervaringen of vragen die ze hebben, vaak in het bijzijn van betrokken docenten. Dit biedt jongeren, vooral degenen die zich vaak eenzaam voelen, een gevoel van sociale veiligheid en erkenning. GSA-leden organiseren activiteiten zoals Paarse Vrijdag, waarbij ze voorlichting geven over LHBTIQ+-kwesties aan jongere leerlingen. Paarse Vrijdag is bedoeld om diversiteit en inclusie te bevorderen, maar stuit soms op weerstand onder leerlingen en docenten, wat soms leidt tot discussie over de juiste invulling van de dag.

Hoe behoud of krijg je een actieve GSA? Draagt een GSA bij aan een veilige school?

Naast het organiseren van evenementen, fungeren GSA's als een ontmoetingsplek waar jongeren met soortgelijke ervaringen steun vinden en vriendschappen opbouwen. Hoewel de GSA voor velen een positieve invloed heeft op het schoolklimaat, zijn er uitdagingen, zoals het aantrekken van nieuwe leden en het omgaan met negatieve reacties en vooroordelen van andere leerlingen. Sommige jongeren ervaren stigmatisering of pesten, wat hen afschrikt om bij de GSA te horen.

Een ander obstakel lijkt de afnemende betrokkenheid van de jongere generatie, mede beïnvloed door culturele verschuivingen en minder open standpunten in de media. Heldere werving van nieuwe GSA-jongeren is belangrijk om een actieve GSA te behouden.

3. Ouders

3.1 De rol van de ouders

Ouders, vrienden en school spelen een grote rol in het leven van jongeren, en de mate van acceptatie hierbij kan een enorme impact hebben op hun identiteitsvorming. LHBTIQ+-ers worden soms geconfronteerd met afwijzing door of onbegrip van hun familie, wat het proces van identiteitsontdekking bemoeilijkt. Angst voor afwijzing kan hen ervan weerhouden om open te zijn over hun gevoelens en identiteiten. En dat kan weer leiden tot isolement en eenzaamheid. Een ondersteunende thuissituatie is heel belangrijk en als deze ontbreekt is het nog meer van belang dat er andere plekken zijn waar de LHBTIQ+-ers terecht kunnen met hun problemen en zorgen, zoals bij vrienden of op school bij ondersteunende docenten of de GSA.

Ouders hebben een significante invloed op het zelfbeeld en de sociale acceptatie van een individu. Ondersteunende ouders kunnen een gevoel van sociale veiligheid en zelfvertrouwen bevorderen. Het is van invloed op hoe jongeren hun identiteit kunnen uiten. Zussen en bredere familie kunnen fungeren als vertrouwelingen en steunpilaren, waardoor jongeren zich beter begrepen en geaccepteerd voelen.

Terwijl sommige gezinsleden, vaak moeders of zussen maar niet altijd, vaak een bron van steun zijn, kunnen andere familieleden, zoals vaders of bredere familie, voor spanning, onbegrip, of zelfs pijn zorgen. Dit leidt tot gevoelens van frustratie, terughoudendheid, en in sommige gevallen een bewust besluit om bepaalde aspecten van hun identiteit minder zichtbaar te maken. Toch vinden de meesten een manier om zichzelf te zijn binnen hun gezin. De meesten voelen zich daar thuis, al is dat niet altijd zonder uitdaging.

De jongeren vertellen hoe zij aankijken tegen het contact met hun ouders en in hoeverre zij dit als ondersteunend ervaren. Ouders denken zelf vaak dat zij het beste voor hebben met hun kind en dat zij hun kind het beste kennen, maar dit pakt niet altijd positief uit in situaties van coming-out en genderidentiteit. De jongeren kunnen feilloos de vinger op de zere plek leggen maar blijven vaak loyaal en begripvol richting hun ouders. Ze hebben in veel gevallen meer aan hun gelijkgestemde leeftijdsgenoten en zoeken daar vooral echte connectie en begrip.

○ Rollen en reacties van ouders

Zoals gezegd ervaren jongeren soms een mix van acceptatie en ongemak binnen hun families. We zien een gradatie van familieleden die volledig acceptierend en ondersteunend zijn tot ouders die veel onbegrip en afwijzing tonen, en alles daar tussenin.

1. Mix van frustratie en pijn, ongemakkelijk, geen volledige acceptatie, onbegrip, uitleggen hoe je je voelt leidt tot conflicten, mist emotionele steun, diep gekwetst, gebrek aan erkenning, emotionele afstand.
2. Gemengde gevoelens, kritische houding vader/zus zorgt voor ongemak, geaardheid mag niet domineren, wil niet te diep ingaan op emoties of problemen, ongemak en terughoudendheid, afstand, kan niet volledig zichzelf zijn, soms wat verwarring.
3. Zich thuis voelen, veilig, vertrouwen, acceptatie, zich begrepen voelen, bron van steun, tevreden, comfortabel, waardering ouders.

ES vertelt over diens ouders die moeite hebben met het accepteren van ES als genderfluide persoon. Hen ervaart een sterke emotionele afstand en een gevoel van onbegrip, wat de relatie met diens ouders moeilijk maakt. Ondanks hun inspanningen voelt ES zich niet volledig geaccepteerd, wat leidt tot pijn en conflict.

ES: In de jaren van mijn identiteitscrisis kon er niet met elkaar worden gepraat.

Bart's vader, die elders woont, heeft grote moeite met Bart's nieuwe genderidentiteit en naam en probeert dit onderwerp te vermijden.

Bart: Mijn vader wil niet toegeven dat ik Bart heet, want hij heeft (bij mijn geboorte) gewoon een mooie (meisjes)naam voor mij uitgekozen. Ik snap dat het lastig is, mijn moeder is ook van dochter naar zoon gegaan. Maar mijn vader heeft het niet eens geprobeerd. Hij verzint gewoon zijn eigen namen, om het een beetje grappig te houden. In plaats van te accepteren dat ik Bart wil heten. 'Mijn moeder ziet mij nu als jongen, dus dat is fijn. Zij heeft mij geholpen om bij de genderkliniek te komen.

Eva en Mieke vertellen over de gemengde signalen die ze thuis krijgen.

Eva: Mijn vader en zus hebben soms wat moeite met 'het homoseksuele gedoe'. Maar mijn moeder is ondersteunend en open en kijkt samen met mij naar specifieke LHBTIQ+-documentaires.

Mieke: Mijn ouders zijn redelijk acceptierend, maar ze willen niet dat mijn geaardheid mijn hele identiteit definieert. Mijn vriendin is wel goedgekeurd door mijn familie, ze vinden haar heel leuk.

Sommige jongeren zien dat hun ouders heel acceptierend en ondersteunend zijn omtrent hun seksuele gerichtheid of genderidentiteit:

Lexie: Tijdens het avondeten hadden we het over het huwelijk, en toen zei mijn vader: Als je later een man vindt, of een vrouw in jouw geval, dat maakt niet uit.

Deni: Mijn ouders proberen mijn wensen te respecteren, vooral met betrekking tot naam en aanspreekvormen. Mijn ouders zijn absoluut geweldig.

Watze: Toen ik uit de kast kwam, had mijn moeder een eenhoorntaart voor mij gekocht, dus dat is leuk.

○ **Rol van andere familieleden: zussen, nichten, neven**

De ouders van Billie weten dat ze lesbisch is en haar vriendin kan blijven eten, maar er wordt niet veel over gepraat. Billie mist soms de steun en voelt zich niet volledig vrij bij hen. Haar nichten en neven wisten eerder dat Billie lesbisch is dan haar ouders. Zij vroegen waarom zij het niet aan haar ouders vertelde. Wat aangeeft dat zij een ondersteunende rol speelden en wellicht als vertrouwenspersonen fungeerden.

Jayjay spreekt met zijn ouders niet veel over gevoelens. Zijn zus, die op zichzelf woont is daarentegen zeer ondersteunend en acceptierend, Jayjay voelt zich het meest begrepen door haar. Zij wist het al eerder dan hijzelf.

3.2 Samenvatting

Ouders, familie en vrienden spelen een cruciale rol in de identiteitsvorming van LHBTIQ+-jongeren. Acceptatie door de directe omgeving helpt hen zich zelfverzekerd en veilig te voelen. Een ondersteunende thuissituatie bevordert zelfvertrouwen en openheid, terwijl afwijzing kan leiden tot gevoelens van isolatie en eenzaamheid. Veel jongeren vinden uiteindelijk steun bij gelijkgestemde leeftijdsgenoten waar ze zonder oordeel zichzelf kunnen zijn.

Rollen en reacties van ouders, zussen, nichten en neven

Ouders reageren divers op de seksuele oriëntatie of genderidentiteit van hun kinderen, variërend van volledige acceptatie tot ongemak en zelfs afwijzing. Jongeren ervaren soms spanning binnen hun families, of een gevoel van afstand en onbegrip. Of zij voelen gemengde signalen van de verschillende gezinsleden.

Sommige jongeren vinden meer steun bij andere familieleden, zoals zussen of nichten. Terwijl sommige ouders actief betrokken zijn en respect tonen, ervaren anderen moeilijkheden of weten niet altijd hoe ze hun kind optimaal kunnen ondersteunen in diens identiteitsontdekking.

4. Hulpverlening

4.1 Rol van hulpverleningsorganisaties

Tijdens de gesprekken komt het onderwerp vanzelf zo nu en dan op hulpverlening. Enkele jongeren worstelen of hebben geworsteld met hun identiteit. De jongeren die ontdekken dat ze niet voldoen aan de traditionele normen van gender en seksualiteit, worstelen met zelfacceptatie. Ze worden vaak geconfronteerd met vragen zoals: "Wat betekent dit voor mij?" of "Zal ik geaccepteerd worden door mijn omgeving?". Deze interne conflicten kunnen leiden tot angst en verwarring, vooral als ze in een omgeving opgroeien die hun zoektocht naar identiteit niet begrijpt of ondersteunt.

Zoals eerder gezegd spelen ouders, vrienden en docenten een belangrijke rol in het leven van jongeren en de mate van acceptatie in deze kringen kan een enorme impact hebben op hun identiteitsvorming. Als er geen goed contact is met ouders en docenten en de jongere heeft weinig vrienden dan is het belangrijk dat er goede hulpverlening beschikbaar is, waar jongeren terecht kunnen met vragen en zorgen, en waar ze open kunnen zijn over hun gevoelens en/of identiteiten.

Drie jongeren hadden in het verleden zelfmoordgedachten, dat is nu verbeterd. Twee van hen voelen zich nu heel goed, ze zijn nu 17 en 19 jaar. Een jongen (nu 16 jaar) geeft aan dat het een stuk beter gaat sinds hij uit de kast is gekomen.

- **Psycholoog**

Verschillende jongeren hebben hulp van een psycholoog (gehad) of geven aan hier naar toe te willen. Blijkbaar is de nood hoog om met een persoon te praten die hen begrijpt en geen emotionele band met hen heeft. Het is belangrijk dat deze laagdrempelig te vinden is voor de jongeren.

Flow: Ik ben nu bezig met betaalde (psychologische) ondersteuning. Het is gerelateerd aan lesbisch zijn en aan gender, maar het gaat eveneens over andere dingen. Het is goed dat iemand mij kan helpen zonder emotionele band. Dat is beter want anders voelt het alsof ik iemand belast. De huisarts heeft mij adressen gegeven. Maar nu ik een praktijk heb gevonden, heb ik eerst weer een verwijfsbrief nodig. Het is een hele klus om hulpverlening te krijgen en het gaat langzaam.

- **Hulporganisatie X**

Soms verloopt het contact met hulpverleners moeizaam en is de manier waarop jongeren soms geadviseerd worden zorgelijk te noemen. In het geval van JayJay werd gezegd dat hij richting zijn ouders eerst uit de kast moest komen en hen moest vertellen over zijn zelfmoordneigingen, terwijl dat nu juist onderwerpen waren waarover hij niet met zijn ouders wilde praten.

Jayjay: Ik heb zelf veel problemen gehad, met zelfmoord neigingen en zo. En dat kon ik goed met mijn beste vriendin delen, en ook met wat andere vrienden. Zij konden me helpen, ik heb er niet echt andere hulp bij gehad. Nou ja, hulporganisatie X, ik had contact met hen via school. Maar dat hielp niet echt want die zeiden: we kunnen jou niet helpen, als je dat niet tegen je ouders verteld. Dus ik moest mijn ouders vertellen dat ik homoseksueel ben en dat ik zelfmoordneigingen had. Dat vond ik raar. Want mijn ouders hadden al toestemming gegeven dat ik met deze organisatie zou praten. Ik wilde dat niet met mijn ouders bespreken.

Jayjay vond een luisterend oor bij een goede vriendin en uiteindelijk is hij uit de kast gekomen. Hij voelt zich nu een stuk beter. Hij had wel gehoord van hulplijnen, maar daartoe was de afstand kennelijk te groot:

Jayjay: Het gaat nu beter. Sinds ik out ben, voelt het een stuk beter. Met die vriendin kan ik veel dingen bespreken als is het soms nog wel lastig om dingen te delen. Ik heb wel gehoord van hulplijnen, maar ik heb niets met mensen die ik persoonlijk niet ken. Dan kan ik niet diep over mijn problemen praten. Het is fijn dat ik die vriendin heb.

- **Informatie over transgender zijn**

Een van de transjongeren merkt op dat er niet zoveel informatie beschikbaar is voor transgenders. Het is een wat kleinere groep in de LHBTIQ+-groep, daardoor is er misschien minder informatie voorhanden. En hoe kom je erachter, als je zelf niet precies weet wat je voelt en hoe dat heet? Het thema transseksualiteit en gender zouden uitgebreider besproken mogen worden tijdens biologie of bij de seksuele voorlichting.

Bart: Het is lastig, want je moet er zelf tegenaan lopen, wil je erachter komen. Misschien begrijpen mensen het nog niet goed, en zit nog een taboe op. Het probleem was dat ik nog nooit had gehoord van transgenders. Ik had iets op tv gezien. Wel over homo's. Ik had nooit kinderboeken die over transgenders gingen. Ik ging niet naar trans googelen want ik was er van overtuigd dat ik gewoon lesbisch was. Van die masculiene, lesbische vrouwen maar ik voelde het net niet. Ik voelde me gewoon net niet vrouw. Ik weet alleen niet hoe ik er uiteindelijk achter kwam dat ik trans was. Ik weet wel nog dat ik naar een poster zat te kijken en toen zag ik woorden zoals non binair en daar had ik nog nooit van gehoord. Ik heb een tijdje gedacht dat ik non binair was, want ik voelde me gewoon geen meisje, dus het moest iets anders zijn. Nu ik ouder word, zie ik het steeds meer op sociale media.

De genderkliniek en erkenning zijn belangrijk en hebben hem goed geholpen, zegt Bart:

Bart: De genderkliniek¹⁴ heeft me heel erg geholpen. 'Ze zeggen dus niet dat je eigenlijk in een gekkenhuis hoort, maar dat je wel degelijk transgender bent'. En dat er geen onderliggende problemen zijn. Er zit daar een psycholoog voor transgenders. Veel transgenders hebben trauma (gehad) omdat ouders gevoelens negeerden of vanwege pesten. Dat trauma heeft dan niets te maken met het transgender zijn zelf. Ze onderzoeken of je echt transgender bent, je krijgt een psychologische behandeling, er wordt een soort analyse gemaakt. Je kunt zelf lang nadenken, en zij zien dat er niets onderliggends zit.

Je kunt niet zomaar aan de testosteron. Als je testosteron wilt, moet je via hen op de wachtlijst, je hebt hun toestemming nodig. Bij mij is het best wel snel gegaan. Ik had wel een paar twijfels over transgender zijn, maar dat was snel weg. Ik heb geen trauma's. Ik heb gewoon de normale hoeveelheid van een beetje pesten en plagen meegemaakt. Je een beetje stom voelen in de klas en geen vriendjes hebben.

Er was een lange wachtrij. Je krijgt een lijst, je mag pas iets afvinken als je punt daarvoor hebt kunnen afvinken. Maar dat is aan de andere kant wel weer goed. Want mensen moeten er goed over na te denken.

Het is niet alsof ik zelf naar die kliniek toeliep. Mijn moeder zei dat ik daarheen moest.

ES noemt zichzelf genderfluïde. Hen gebruikt ook het woord transgender: 'Ja als je niet cisgender bent, ben je transgender. ES heeft een nare zoektocht achter de rug waarin hen

¹⁴ Bezoekadressen genderklinieken in Haarlem en Santpoort. <https://check-in-genderzorg.nl/>

onderdrukte wie hen was. Voor diens informatie bezoekt die internationale online community's, die veel accurater zijn, er is veel meer te vinden in het Engels. ES heeft hulp, via gendertherapie. Dat heeft hen zelf geregeld. ES geeft aan dat hen nu niet echt meer steun nodig heeft.

- **Rekening houden met > dubbele zoektocht naar gender en seksualiteit**

Voor non binaire en transjongeren gaat het niet alleen om hun genderidentiteit, maar ook om hoe die zich verhoudt tot hun seksuele oriëntatie. Terwijl binaire genderidentiteiten vaak gekoppeld worden aan bepaalde verwachtingen omtrent seksualiteit, liggen deze verbanden minder vast voor non binaire mensen of transgenderpersonen. Dit kan het vinden van hun identiteit nog complexer maken. Ze moeten zichzelf niet alleen begrijpen binnen het kader van gender, maar ook hun seksuele aantrekkingskracht en oriëntatie daarin plaatsen, wat verwarring kan veroorzaken. Het is belangrijk dat er gespecialiseerde hulpverlening is en dat er informatie op dit terrein voorhanden is.

4.2 Samenvatting

In dit hoofdstuk bespraken we het belang van goede informatie en toegankelijke en laagdrempelige hulpverlening voor LHBTIQ+-jongeren.

Belang van laagdrempelige hulpverlening

Hulpverlening speelt een belangrijke rol voor LHBTIQ+-jongeren die worstelen met hun identiteit en zelfacceptatie. Interne conflicten over gender en seksualiteit kunnen leiden tot angst en isolatie, vooral als steun van ouders, vrienden of docenten ontbreekt. Verschillende jongeren gaven aan dat gesprekken met een psycholoog hen helpen om zonder emotionele belasting hun gevoelens te bespreken, al blijft het vinden van toegang soms moeizaam.

Belang van goede informatie voor transgender en genderfluïde identiteiten

Daarnaast merken jongeren dat informatie over transgender en genderfluïde identiteiten schaars is, wat zelfontdekking bemoeilijkt. De genderkliniek bood professionele begeleiding, wat bevestiging en begrip gaf.

Rekening houden met dubbele zoektocht gender en seksualiteit

Voor non binaire en transgender jongeren komt daar een dubbele zoektocht bij: zowel genderidentiteit als seksuele oriëntatie verkennen. Deze complexiteit vraagt om gespecialiseerde, toegankelijke hulpverlening en meer informatie in bijvoorbeeld het onderwijs, zodat jongeren in een vroeg stadium inzicht krijgen in diverse gender- en seksuele identiteiten.

5. Aanbevelingen

Gemeente Haarlem

Input voor beleid en regierol

Om een inclusieve en veilige omgeving voor LHBTIQ+-jongeren in Haarlem te bevorderen, wordt aanbevolen dat de gemeente Haarlem de uitkomsten van dit onderzoek ter harte neemt en gebruikt als input voor beleid (onderwijs, regenboog) en daarbij de regierol op zich neemt in de samenwerking met relevante uitvoerende organisaties, zoals scholen en hulpverleningsinstanties.

Aangezien LHBTIQ+-jongeren unieke uitdagingen en behoeften hebben, verdient deze doelgroep specifieke aandacht binnen het gemeentelijk jeugd- en welzijnsbeleid. Het wordt aanbevolen om het beleid gericht op deze jongeren nadrukkelijk op te nemen en uit te werken in specifieke actiepunten in het Regenboogbeleid van de gemeente Haarlem.

Samenwerking stimuleren, kennis delen

De gemeente kan samenwerking stimuleren en kennis delen richting scholen, hulpverleners, jongeren, en andere belanghebbenden om zo constructief en regelmatig in gesprek te gaan over de behoeften van LHBTIQ+-jongeren. Door partijen samen te brengen en het gesprek met en over LHBTIQ+-jongeren te faciliteren, kan een breed gedragen aanpak ontwikkeld worden die aansluit bij de specifieke uitdagingen waarmee deze jongeren worden geconfronteerd.

Inclusief en veilig schoolklimaat aanjagen

Het is van belang dat de gemeente samenwerkt met scholen om een inclusief en veilig schoolklimaat voor LHBTIQ+-jongeren aan te jagen. Dit kan onder andere door in overleg met de scholen specifieke trainingen voor docenten te faciliteren en de GSA-ontmoetingsactiviteiten te versterken die gericht zijn op het vergroten van acceptatie en sociale veiligheid voor deze doelgroep.

Drempel richting zorg verlagen

Samenwerking met en deskundigheidsbevordering van bestaande hulpinstanties en hulpverleners in het omgaan met LHBTIQ+-specifieke vraagstukken kan bijdragen aan het verlagen van de drempel voor deze jongeren om ondersteuning of hulp te zoeken. Heb er oog voor dat deze drempel in het algemeen niet als laag wordt ervaren.

Middelbare scholen

Sociale en psychologische veiligheid beter bewaken

Uit de verhalen van de LHBTIQ+-jongeren komt naar voren dat velen zich niet sociaal veilig voelen op school. De schoolleiding denkt misschien dat ze de sociale veiligheid goed op orde hebben met een beleid tegen pesten en discriminatie en toegang tot schoolpsychologen en vertrouwenspersonen. Echter, de jongeren noemen geen enkele keer dat zij hier van profiteren of gebruik van maken. Sommigen ervaren veel pestgedrag en hebben weinig vertrouwen in het optreden van docenten. Ze melden het nergens. Sociale veiligheid van LHBTIQ+-jongeren zou vaker gespreksonderwerp moeten zijn, zowel tussen schoolleiding en docenten, als ook met de leerlingen, die hier over kunnen meedenken. Openheid hierover zegt vaak iets over hoe sociaal veilig de school is. Organiseer spiegelgesprekken over een *veilige school voor iedereen*: groepjes leerlingen praten met elkaar (o.l.v. ervaren gespreksleider), leraren en schoolleiding luisteren.

Visie op seksuele en genderdiversiteit

Begin als schoolleiding met een visie op seksuele en genderdiversiteit. Onderzoek hoe iedereen denkt over gender- en seksuele diversiteit op school. Stel vragen in teamvergaderingen, bij de

ouderraad en leerlingenraad en stel een visie op. Denk na over de invulling. En hoe breng je dit intern en extern naar buiten? En hoe zorg je dat deze visie breed (uit)gedragen wordt? In het gesprek met leerlingen en ouders kan het onderwerp seksuele en genderdiversiteit ingebed worden in het thema inclusieve school, veilige school voor iedereen. De LHBTIQ+-ers worden dan niet als aparte groep behandeld maar het kan dan gaan over discriminatie, uitsluiting en pesten in brede zin. Let wel op dat men niet vervalt in algemeenheden, de groep LHBTIQ+-ers dient zeker als groep, aandacht te krijgen. Als men hier het gesprek over aan gaat, kunnen alle jongeren samen met de docenten meedenken hoe ze een veiligere school voor iedereen kunnen creëren.

Normen stellen en handhaven

Er wordt veel gescholden op de scholen. Het is belangrijk dat er normen worden gesteld en dat deze worden gehandhaafd. Hiervoor is het belangrijk dat het gesprek hierover meer wordt aangegaan tussen schoolleiding, docenten en leerlingen. Hoe meer er ongestraft gescholden of beledigd kan worden des te normaler het wordt. Het draagt bij aan onveiligheidsgevoelens van LHBTIQ+-ers (en niet alleen bij hen). Homo is een van de meest gebruikte scheldwoorden op scholen en verwijst naar het gebruik van het woord "homo" op een negatieve of beledigende manier. Jongeren gebruiken dit woord soms als grap, maar altijd in een kleinerende of beledigende context. Soms zijn er sportdocenten die het woord mietje gebruiken als equivalent voor zwak. Wees hier alert op. Zorg ervoor dat er duidelijke gedragsregels zijn tegen pesten, racisme, seksisme, homofobie en transfobie. Handhaaf deze regels consequent en ondersteun leerlingen die hier slachtoffer van worden. Wees als leraar rolmodel (benoem consequent: *zo praten we niet met elkaar*).

Aandacht voor LHBTIQ+ en neurodivergentie

Er zijn volop aanwijzingen dat er een zekere overlap bestaat tussen LHBTIQ+ en neurodivergentie (zoals autisme, ADHD, dyslexie, en andere vormen van neurologische variatie). Sommige onderzoeken tonen aan dat autistische mensen vaker gender-nonconform zijn of zich identificeren als biseksueel, aseksueel of queer. Zowel neurodivergente als LHBTIQ+- personen hebben vaak baat bij een omgeving waarin ze zich geaccepteerd en ondersteund voelen.

Denk na over en bespreek de binaire norm

Hoe sterker de binaire norm op school hoe lastiger het is om 'anders' te zijn. Groepsdruk om je als meisje duidelijk feminien of als jongen masculien te kleden en te gedragen geldt voor alle jongeren in deze identiteitsvormende fase.

Scholen zouden meer alert kunnen zijn op de binaire norm van jongens en meisjes en wat dit betekent voor non binaire of queer jongeren. Die worden regelmatig geconfronteerd met afwijzing of onbegrip van hun naaste omgeving, wat het proces van identiteitsontdekking bemoeilijkt. Angst voor afwijzing kan hen ervan weerhouden om open te zijn over hun gevoelens en identiteiten. Door meer bewustzijn, acceptatie en ondersteuning kunnen we helpen deze identiteitsvormende jaren minder zwaar te maken, zodat ze zich meer op hun gemak voelen in wie ze zijn en zich veilig en vrij kunnen ontwikkelen. Denk hier als school over na en bespreek dit. Hoe gaat de school om met stereotypen (wordt dit benadrukt?), zorg voor roldoorbrekende voorbeelden: 2 vaders die hun kind opvoeden, normaliseer 'anders zijn', denk na over de lessen lichamelijk opvoeding, maar ook wat voor effect een sterke binaire norm voor effect heeft op loopbaankeuzes.

Zorg voor laagdrempelig contact over hoe het gaat

Hebben scholen voldoende in beeld als het niet goed gaat met jongeren? Is er voldoende tijd en ruimte voor laagdrempelige gesprekken met de jongeren? Wordt er gecheckt of de jongeren bij iemand (wie dan ook) terecht kunnen?

Bespreek respect hebben voor verschillen

Geef regelmatig lessen over onderwerpen als gender, seksuele diversiteit, cultuur en respect. Dit kan via lessen over burgerschap, voorlichtingsprogramma's of gastsprekers die jongeren leren over het belang van respect voor verschillen. Neem in de biologielessen meer op over seksuele en genderdiversiteit. Bespreek wat respect is en geef aan dat ruimte geven aan elkaar belangrijk is.

Middelbare scholen in relatie tot GSA's en Paarse Vrijdag

Ondersteunen en faciliteren

De GSA is een veilige plek voor LHBTIQ+-jongeren en belangrijk voor contact met gelijkgestemden. Het kan een rol spelen in het voorkomen van isolement en eenzaamheid. Het is belangrijk dat scholen de GSA's (en de begeleidende docenten) actief ondersteunen door regelmatig GSA-bijeenkomsten te faciliteren en het belang van dergelijke groepen te erkennen. Dit betekent dat er structurele ondersteuning moet zijn, zoals het beschikbaar stellen van ruimtes en middelen voor activiteiten. En op Paarse Vrijdag bijvoorbeeld vrije uren.

Structurele voorlichting

Jaarlijks voorlichting door middel van gastlessen van externe deskundigen of theatervoorstellingen over het thema kunnen helpen om het onderwerp dichterbij te brengen doordat jonge mensen uit de LHBTIQ+-gemeenschap zelf in gesprek gaan met de leerlingen. Dat bevordert het inlevingsvermogen en voorkomt onjuiste informatie. Op sociale media komen jongeren veel in aanraking met nepnieuws en het bewust verspreiden van verkeerde informatie. Wees alert op het gegeven dat LHBTIQ+-leerlingen de klassen rond gaan om voorlichting te geven over Paarse Vrijdag en/of LHBTIQ+. Dit kan heel sociaal onveilig zijn.

Niet alleen Paarse Vrijdag

Een school zou kunnen overwegen om naast Paarse Vrijdag een andere dag in te richten, bijvoorbeeld 21 maart (Internationale dag tegen racisme en discriminatie), waarbij diversiteit wordt gevierd en het gesprek gaat over uitsluiting, discriminatie, racisme en pesten omdat veel jongeren hiermee op enig moment mee te maken krijgen. Dit voorkomt weerstand omdat men vindt dat het thema Regenboog (seksuele en genderdiversiteit) te veel aandacht krijgt en andere 'minderheidsgroepen' niet aan bod komen.

Genderneutrale toiletten en kleedkamers bespreken

Het aanbieden van genderneutrale toiletten en/of kleedkamers op school om alle leerlingen een veilige en comfortabele plek te bieden is vaak een complex en gevoelig onderwerp. De positionering van de toiletten moet zorgvuldig worden overwogen om verkeerde percepties te vermijden. Vraag extern advies, overleg met scholen die hier al ervaring mee hebben. Laat GSA-leerlingen hier over meedenken en bedenk waar (on)veiligheidselementen in kunnen zitten en evalueer na een tijdje hoe het bevalt.

Tips voor GSA-docenten

- Zorg voor voldoende activiteiten in GSA-verband, dit activeert de jongeren en houdt hen betrokken. Sommige GSA's organiseren weinig activiteiten.
- Zorg voor een veilige plek en tijdstip voor het bijeenkomen. Dus niet in een klaslokaal met allemaal ramen, midden in de school tijdens de pauze.
- Laat weten dat iedereen welkom is (zet dat op de posters). Dat het ook voor hetero-leerlingen is of degenen die het niet precies weten. En zorg voor vaste momenten die met enige regelmaat plaatsvinden.
- Vraag naar informatiebehoeften, zoek er materialen bij.

Wees alert op het feit dat LHBTIQ+-jongeren regelmatig stigmatisering van medeleerlingen ervaren. Ze worden als gay of lesbisch gelabeld en zijn dan een makkelijk doelwit. Sommigen zijn weer uit de GSA gestapt vanwege deze ervaringen.

Houd er rekening mee dat niet alle LHBTIQ+-leerlingen even betrokken zijn bij de GSA's. Laat weten dat het laagdrempelig is en dat ze zelf niet per se veel hoeven te doen.

Organiserende belangenorganisaties

Verbeter communicatie over activiteiten

De jongeren geven aan veel aan het moment over te laten, spontaniteit en wat hun vrienden doen zijn belangrijk. Ze zit wel veel op sociale media, maar volgen niet actief of structureel welk queer aanbod er is of aankomt zodat ze daar op kunnen anticiperen. De communicatie richting de jongeren kan worden verbeterd. De GSA's zouden wel frequenter geïnformeerd kunnen worden met een overzicht van LHBTIQ+-aanbod en de organiserende belangenorganisaties zouden meer naar elkaar kunnen verwijzen. Op dit moment staan veel activiteiten op de website van het COC Kennemerland maar dit is niet bekend en wordt niet bekeken door de jongeren.

Heb aandacht voor sociale angsten en ongemak

Houd rekening met de sociale angsten en het ongemak dat LHBTIQ+-jongeren ervaren. Ze vinden het spannend om naar ontmoetingsplekken te gaan en zeker als ze er niemand kennen. Zorg dat er iemand is die de jongeren verwelkomt, een praatje met hen aanknoopt en hen kan voorstellen aan andere jongeren.

Zorg voor Informatie over transgender en genderfluïde identiteiten

Er is behoefte aan goede en betrouwbare informatie over transgender en genderfluïde identiteiten.

Zorg en welzijnsorganisaties

Deskundigheidsbevordering blijvend nodig

Deskundigheidsbevordering op het thema Seksuele en Genderdiversiteit blijft nodig voor zorg- en welzijnsorganisaties omdat lang niet alle organisaties hier voldoende kennis van hebben. E-learning, belangenorganisaties (Movisie, COC Kennemerland) en het antidiscriminatiebureau (Discriminatie.nl Kennemerland) kunnen hierbij ondersteuning bieden.

Nawoord

In deze rapportage heb ik, de onderzoeker, de persoonlijke verhalen van twaalf geïnterviewde LHBTIQ+-jongeren vastgelegd. Het valt op dat deze jongeren open zijn en bereid om hun ervaringen te delen, wat getuigt van moed en zelfvertrouwen. Hun openheid biedt ons, zoals te lezen is, een waardevolle inkijk in hun zoektocht naar identiteit en de uitdagingen die zij daarbij tegenkomen.

Tegelijkertijd was er de hoop dat deze groep jongeren wellicht een brug kon vormen naar andere jongeren die minder gemakkelijk over hun ervaringen praten of hun zoektocht naar seksuele of genderidentiteit nog in stilte doorlopen. En daarmee nog weer een andere belevingswereld kunnen laten zien. Aan het eind van elk interview heb ik daarom gevraagd of de geïnterviewden wellicht andere LHBTIQ+-jongeren kennen die mogelijk aan dit onderzoek willen deelnemen. Enkele jongeren gaven hierbij aan dat zij die jongeren in hun vriendenkring wel wilden vragen om mee te werken aan het onderzoek maar dat zij om uiteenlopende redenen, moeilijk te benaderen zijn.

De jongeren sommen op: *Nee, de één is te autistisch, en een ander spreekt onvoldoende Nederlands. Ze praten er liever niet over.* Ook wilde een geïnterviewde jongere een vriend vragen, maar wordt benadrukt dat die over het algemeen erg terughoudend is, vooral tegenover onbekenden. Of er wordt bij gezegd dat diegene nog niet open is over diens identiteit. Uiteindelijk meldt niemand van deze jongeren zich.

De concept rapportage is besproken met twee medewerkers van de organisatie School en Veiligheid. Zij vinden de rapportage zinvol omdat deze handvatten biedt voor hoe we met alle betrokkenen breder kunnen inzetten op de veiligheid en mentale gezondheid van LHBTIQ+-jongeren op de middelbare school. Veel van de onderwerpen en aandachtspunten over middelbare scholen zijn bekend bij hen. Het zijn vooral de citaten van de jongeren die de rapportage belangwekkend maken: er wordt taal aan gegeven.

Marjolein van Haaften, 19 februari 2025

Met dank aan

De dappere en openhartige jongeren

De gemeente Haarlem

School en Veiligheid

Websites en Sociale media

Gendi.nl	Website van School en Veiligheid. Verwijspagina met heel veel tips en materialen voor docenten. Ook over o.a. Paarse Vrijdag.
Wegwijzer van Gendi https://www.gendi.nl/inspiration/hulp-en-informatie-voor-lhbtj-jongeren/	Website met verwijzingen voor LHBTIQ+-jongeren.
Iedereenisanders.nl	Website voor LHBTIQ+-jongeren. Hulp bij ontdekkingstocht naar identiteit. Project van Movisie, COC Nederland en Stichting 113 in samenwerking met het ministerie van Volksgezondheid Welzijn en Sport.
Transgendernetwerk.nl	TNN zet zich in voor de mensenrechten van transgender en non binaire mensen, nu en in de toekomst
Genderpraatjes.nl	Website waar je met ervaren mensen kunt praten over vragen rondom gender en genderidentiteit.
Check-in-genderzorg.nl	Gesprekken over identiteit vraagstukken en behandeling voor kinderen en jongeren tot 18 jaar.
Coc-kennemerland.nl	Regionale organisatie (Kennemerland) die zich inzet voor de belangen van lesbiennes, homoseksuelen, biseksuelen, trans- en intersekse en queer personen. Agenda: https://coc-kennemerland.nl/agenda/
Jong & Out	Elke tweede zaterdag van de maand. Gedempte Oude Gracht 138, Haarlem  @jongenouthaarlem
Haarlem Town Queers	Community voor en door queer mensen  @htq_haarlem
Regenboogloket.nl	Laagdrempelige ondersteuning