



Trans*
school



Antwoorden op je eerste vragen over transgender leerlingen.

COLOFON

Redactie: Kaj Poelman, Els Verbeelen, Anaïs Bambust, Steffie De Baerdemaeker

Eindredactie: Louise Volckaert

Vormgeving: Marian Coppieters, Virginie Soetaert

Foto's: Alexander Grey (Pexels), The Gender Spectrum Collection, iStock

Dit is een uitgave van çavaria vzw

T 09 223 69 29

info@cavaria.be , www.cavaria.be

Copyright çavaria vzw, tweede druk december 2023

Deze publicatie mag niet verkocht worden.

Verantwoordelijk uitgever: Y. Aerts, çavaria vzw, Kammerstraat 22, 9000 Gent



INTRO

Sinds een paar jaar stijgt het aantal kinderen en jongeren dat hun gendervariante gevoelens uit. Hierdoor komen steeds meer scholen in aanraking met trans leerlingen. Dat zorgt voor nieuwe uitdagingen voor leerkrachten, maar ook voor zorgcoördinatoren, leerlingenbegeleiders en CLB-medewerkers. Vaak gaat het om heel praktische vragen over het leven op school. Dit boekje biedt antwoorden op veel van de eerste vragen die scholen zich stellen over de begeleiding van een trans leerling.

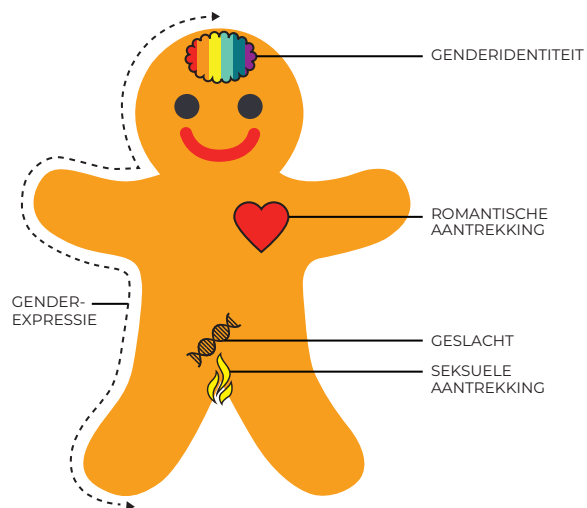
Elke leerling is anders en dat geldt evengoed voor elke trans leerling. Deze publicatie geeft een antwoord op vaak gestelde vragen, maar kan onmogelijk volledig zijn. Daarom biedt çavaria, ook vormingen aan voor leerkrachten over dit onderwerp. Die kunnen voor enkele leerkrachten of een heel schoolteam gegeven worden, op uw school. De vormingen worden steeds op maat van de school gemaakt.

Voor meer informatie surf naar www.cavaria.be of stuur een mailtje naar onderwijs@cavaria.be

TRANS: EEN INTRODUCTIE

+ DE GENDERKOEK

Het geboortegeslacht van een kind gaat vaak gepaard met bepaalde verwachtingen. Voor wie als meisje geboren is, wordt vaak verwacht dat je je ook zo voelt. Dat je je kleren, je gedrag, je houding en zelfs je taal daaraan aanpast. Vaak is er ook de verwachting dat je een jongen als partner zult kiezen. Zelfs mensen die we niet kennen, delen we bliksemsnel in bij 'vrouw' of 'man'. Op basis van waar we ze indelen, voorstellen en beoordelen we hun verschijning, gedrag en gevoelens. De realiteit is echter een stuk complexer. Hoe vrouwelijk of mannelijk je je voelt, je eruitziet of je uit, en welke partner je verkiest, staan niet altijd op één lijn met elkaar.



+ ENKELE TERMEN UITGELEGD

GESLACHT

Het geslacht van iemand wordt bepaald bij de geboorte. Het is enkel en alleen gebaseerd op wat de artsen visueel waarnemen bij de geboorte, en wordt als zodanig vastgelegd op de geboorteakte. Hierbij hanteren artsen normen over hoe een lichaam er uit moet zien om het als jongen of meisje te registreren.

Geslacht of sekse wordt dus bepaald op basis van uiterlijke lichamelijke kenmerken, zonder rekening te houden met geslachtskenmerken die niet onmiddellijk zichtbaar zijn, zoals chromosomen, hormonen, enzovoort. Er bestaan echter nog veel meer lichaamsvarianties die niet binair zijn. We spreken dan van een intersekse variatie.

Wil je meer informatie over intersekse? Neem dan een kijkje op www.interseksevlaanderen.be

GENDER

Gender is een sociale constructie die de positie van personen binnen de samenleving mee bepaalt. In onze maatschappij zien we vaak een binaire opdeling van gender, de tweedeling man en vrouw. Hieraan worden bepaalde verwachtingen en rollen gekoppeld. Je kan het bekijken als de sociale en culturele invulling van vrouwelijkheid en mannelijkheid.

GENDERNORMEN

Gendernormen zijn de sociale afspraken en verwachtingen die een samenleving verbindt aan een geslacht of genderidentiteit. Wanneer iemand niet in dat gendernormatieve plaatje past, kan dat voor conflict zorgen. Zowel een innerlijk conflict, als onbegrip en discriminatie van de buitenwereld.

GENDERIDENTITEIT

Genderidentiteit is het innerlijke gendergevoel dat mensen ervaren. Bij de meeste mensen valt dit samen met hun geslacht. Dat noemen we cisgender. We kunnen genderidentiteit bekijken als een spectrum. Er bestaan dus niet enkel mannelijke en vrouwelijke genderidentiteiten, maar ook variaties van beide of van geen van beide. Mensen gebruiken verschillende termen om hun genderidentiteit te benoemen, zoals non-binair, queer, demigender, enzovoort. We verwijzen je voor de terminologie graag naar: www.cavaria.be/woordenlijst

GENDEREXPRESSIE

Als genderidentiteit gaat over een innerlijk gevoel, gaat genderexpressie over de manier waarop iemand zich uit naar de buitenwereld. Dit kan in de vorm van kleding en make-up, maar ook door een bepaalde lichaamshouding, spraak of manier van bewegen.

Genderexpressie kan per cultuur anders ingevuld worden. Wat in één cultuur of context als mannelijk wordt beschouwd, kan in een andere net heel vrouwelijk lijken. Slechts weinig mensen drukken zich enkel vrouwelijk of mannelijk uit.

SEKSUELE ORIËNTATIE OF VOORKEUR

Seksuele oriëntatie gaat over seksuele aantreking en opwinding. Tot welke personen voel je seksuele aantreking? Van wie word je opgewonden, met wie wil je seks hebben? Seksuele oriëntatie kan veranderen doorheen de tijd en in intensiteit. Als dat gebeurt, spreken we van seksuele fluïditeit. Seksuele oriëntatie staat los van je genderidentiteit.

Er kan een onderscheid gemaakt worden tussen twee soorten aantreking: seksuele en romantische. Romantische en seksuele aantreking kunnen samenvallen, maar dat is niet voor iedereen zo.

+ **WAT BETEKEN'T TRANS?**

Trans is een verkorte vorm van transgender. Bij personen gebruik je trans als een bijvoeglijk naamwoord om duidelijk te maken dat de persoon meer is dan transgender. Zeg dus 'trans(gender) persoon' en niet 'een transgender' of 'een trans(gender)persoon'.

GENDERIDENTITEIT BIJ TRANS PERSONEN

Bij trans personen stemmen de genderidentiteit en het toegewezen geboortegeslacht niet (volledig) met elkaar overeen. Je wordt bijvoorbeeld geboren met een penis, maar voelt je later een meisje/vrouw: dat noemen we een trans meisje/vrouw. Of je wordt geboren met een vulva en baarmoeder, maar je voelt je later een jongen/man: dat noemen we een trans jongen/man. Het is echter belangrijk om te weten dat dit geen afwijking of ziekte is, maar een normale beleving van het mens-zijn.

De term 'transgender' dekt een diverse populatie die bestaat uit mensen met een binaire genderidentiteit, waaronder trans mannen en trans vrouwen, alsook mensen met een niet-binaire genderidentiteit, waaronder non-binaire personen.

GENDERIDENTITEIT BIJ NON-BINAIRE PERSONEN

Non-binaire identiteiten zijn genderidentiteiten die niet (enkel of helemaal) man of vrouw zijn en buiten de binaire gendercategorieën vallen. Een non-binair persoon is dus iemand die zich niet thuis voelt in de binaire gendercategorieën man of vrouw en zich beter voelt bij een andere, niet-binaire, genderidentiteit.

Belangrijk om te weten is dat we steeds vertrekken vanuit zelfidentificatie: dit wil zeggen dat de persoon zelf bepaalt hoe die hun genderidentiteit omschrijft.

+ **DE MOGELIJKE IMPACT OP LEVEN EN WELBEVINDEN**

Trans zijn kan een grote impact hebben op het leven en welbevinden van jongeren. Een positieve omgeving en een veilig schoolklimaat kunnen ervoor zorgen dat deze impact minder negatief is. In sommige gevallen zien we trans leerlingen tijdelijk opvallend gedrag vertonen. Het is als school dan erg belangrijk om in contact te blijven met de leerling. Enkele voorbeelden:

► INTROVERT GEDRAG

De leerling kan tijdelijk helemaal in zichzelf verdwijnen. Schaamte en moeite met zelfacceptatie kunnen ervoor zorgen dat de leerling steeds introverter wordt en sociale contacten mijdt.

► EXTRAVERT GEDRAG

Sommige trans leerlingen hebben net de omgekeerde respons. Zij lijken zonder reden te gaan rebelleren. Deze jongeren wordt al te vaak verweten 'enkel aandacht te zoeken', zonder naar de dieperliggende oorzaak van hun gedrag te zoeken.

► ONDERPRESTEREN

Trans zijn kan in bepaalde levensfasen zo veel energie van de jongeren eisen dat er niet veel energie meer over is voor schoolwerk en andere zaken. Ondermaatse resultaten op school kunnen hiervan het gevolg zijn.

► GEPEST WORDEN

Vooral bij pubers en adolescenten is er een belangrijke groep jongeren die moeite heeft met leeftijdsgenoten die zich niet gedragen volgens

de normen van hun geslacht. 'Te jongensachtige' meisjes en 'te meisjesachtige' jongens worden vaker het slachtoffer van pestgedrag.

Gendergerelateerd pestgedrag raakt veel meer leerlingen dan enkel leerlingen die zich identificeren als trans.

Voor meer informatie over pesten kan je terecht op www.allesoverpesten.be





TRANS OP SCHOOL

PRAKTISCHE VRAGEN

+ **TRANSITIE:**

Trans en non-binaire personen die bewust veranderingen maken in hun leven om als hun werkelijke genderidentiteit te kunnen leven, noemen dit veranderingsproces een transitie. De reden voor deze veranderingen is de wens zich te kunnen uitdrukken zoals ze zijn, en zich goed en zichzelf te kunnen voelen, zowel mentaal als fysiek. Een transitie is dus niet enkel medisch maar ook sociaal. Niet alle trans jongeren wil een medische transitie of ondernemen dezelfde stappen: het is een individueel traject dat er voor iedereen anders uit ziet.

WAT KAN EEN TRANSITIE INHOUDEN VOOR DE PUBERTEIT?

Voor de puberteit worden er geen medische interventies gedaan. Er wordt wel psychologische begeleiding geboden aan zowel kinderen als hun ouder(s). Het is voor het kind belangrijk dat het kan zoeken naar een identiteit en expressie die bij hun past.

“Het kinder- en jongeren genderteam (UZ Gent) pleit voor een geleidelijke en evenwichtige aanpak om het kind rustig te laten evolueren. Kinderen zijn nog volop in ontwikkeling en hun persoonlijkheid en genderexpressie kunnen dus nog sterk veranderen. Psychologische begeleiding is dan ook niet gericht op het voorstellen of de gender non-conforme gevoelens en het gedrag zullen verdwijnen of niet. Het doel is de genderidentiteit exploreren, een evenwicht vinden tussen voorkeuren, expressies en identiteit. Het verhoogt de weerbaarheid om te kunnen omgaan met mogelijke stressfactoren uit de omgeving.” (TIP)

Het is belangrijk dat de school het kind ondersteunt in deze zoektocht naar een eigen identiteit.

HOE KAN EEN TRANSITIE ERUITZIEN AAN HET BEGIN VAN DE PUBERTEIT?

Vanaf het begin van de puberteit kan in sommige gevallen een eerste keer medische hulp geboden worden met puberteitsremmers. Puberteitsremmers leggen de puberteit stil. Op die manier ontwikkelen de secundaire geslachtskenmerken (zoals lichaamsbouw, haargroei...) zich niet verder. Ze geven de jongere langer de kans om hun eigen genderidentiteit te exploreren. Het nemen van puberteitsremmers is een volledig omkeerbare ingreep. Wanneer het gebruik van de remmers wordt stopgezet, doorloopt de jongere toch nog de puberteit van het toegewezen geboortegeslacht. De kinderendocrinoloog onderzoekt in welke ontwikkelingsfase of Tanner stadium (fase van de lichamelijke ontwikkeling op basis van geslachtskenmerken) een kind/jongere zich bevindt en welke behandeling het meest gepast is.

Vanaf ongeveer 16 jaar zijn genderbevestigende hormonen een mogelijkheid. Door het toedienen van deze hormonen, doorloopt een jongere de puberteit van het geslacht dat overeenkomt met de genderidentiteit. Genderbevestigende hormonen kunnen stemmingswisselingen en erg emotionele reacties veroorzaken. In sommige gevallen zijn bepaalde ingrepen al mogelijk voor het 18e levensjaar, vooral om het welbevinden van de jongere niet in de weg te staan. Maar over het algemeen is pas vanaf 18 jaar genderbevestigende chirurgie een mogelijkheid.

AFSPRAKEN

WAT ALS DE LEERLING MET EEN NIEUWE NAAM WIL AANGESPROKEN WORDEN?

In sommige gevallen kiest een leerling een nieuwe naam die meer aansluit bij de genderidentiteit. In dat geval is een gesprek over de redenen, verwachtingen, noden en behoeften met de jongere en hun ouder(s) aangewezen. Eens beslist wordt een nieuwe naam te gebruiken, is het belangrijk dat iedereen op school (leerlingen, leerkrachten, ander schoolpersoneel...) deze naam hanteert en gebruik maakt van de voornaamwoorden die de leerling verkiest (hij/hem, zij/haar of die/hun). Hoor je iemand toch de oude naam gebruiken, spreek die persoon daar dan zeker op aan, ook wanneer de leerling zelf niet in de buurt is.

WELKE NAAM GEBRUIK JE OP TOETSEN, RAPPORTEN, OFFICIËLE DOCUMENTEN ENZOVOORT?

Wanneer in onderling overleg beslist wordt om een nieuwe voornaam te gebruiken, zonder dat deze gewijzigd is op de identiteitskaart van de leerling, dan kan de nieuwe naam gebruikt worden op alle documenten die niet naar de overheid gaan. Het gaat hier bijvoorbeeld om klassenlijsten, toetsen, schoolpas, rapporten, e-mailadres, interne administratie, smart-school, enz.

Op documenten die naar de overheid gaan, moet de naam van de identiteitskaart worden gebruikt. Dit geldt bijvoorbeeld voor diploma's en het doorgeven van aanwezigheden. Pas wanneer de voornaam van de leerling ook officieel (op de identiteitskaart) gewijzigd is, kan deze naam gebruikt worden op documenten die naar de overheid gaan. Een reeds afgestudeerde leerling die van naam verandert, kan vragen om een diploma, getuigschrift of studiebewijs met de nieuwe naam. De hiervoor te volgen procedure is te vinden op de website www.transgenderinfo.be.

TIP:

Als de naamswijziging nog niet officieel is, maar de leerling wel al met de nieuwe naam wordt aangesproken wanneer die afstudeert, kan de school voor een 'informeel' diploma zorgen tijdens de diploma-uitreiking. Zo vermijd je ongemakkelijke situaties.

NAAR WELKE TOILETTEN GAAT DE LEERLING?

De binaire man-vrouw opdeling van sanitaire faciliteiten stamt uit een tijd dat vrouwen ongewenst waren op de werkvloer en hun kuisheid diende beschermd te worden. Veel trans jongeren voelen zich onveilig en mijden deze plekken.

Bijna een kwart (24,2 %) van de LGBTI+ leerlingen probeert niet naar het toilet te gaan op school omdat ze er zich onveilig voelen (schoolklimaat enquête cavaria.)

Juridisch gezien hoeven er geen gescheiden toiletten te zijn op school. Toch volgen veel scholen deze norm. Wil je duurzaam werken aan de veiligheid, het welzijn en de gezondheid van LGBTI+ personen? Maak duidelijk dat iedereen het recht heeft om voorzieningen te gebruiken die men wenst, ongeacht geslacht, genderidentiteit of genderexpressie. Zorg voor genderinclusieve faciliteiten waar mogelijk. Stel bij nieuwbouwprojecten voorwaarden/richtlijnen op i.v.m. inclusieve faciliteiten bij het toekennen van aanbestedingscontracten met partners.

Meer informatie kan je vinden via: www.cavaria.be/genderinclusieve-toiletten

WAAR KLEEDT DE LEERLING ZICH OM VOOR DE TURN- OF ZWEMLES?

Kleedkamer en douches

Heel wat mensen, zowel cis als trans personen, zijn gesteld op hun privacy of voelen zich er niet zo prettig bij om hun lichaam te tonen. Probeer daarom als school aparte kleed- en douche-hokjes te voorzien. Wanneer je het belangrijk vindt om het groepsgevoel te stimuleren of de samenhang te bevorderen, kunnen die

hokjes worden geïntegreerd in een gemeenschappelijke ruimte. Wanneer het financieel of praktisch niet haalbaar is, ga in gesprek met de leerling(en) om een oplossing te zoeken.

Comfortabel bij het zwemmen

Voor de zwemlessen is het belangrijk om te beseffen dat veel trans jongeren naast de primaire ook de secundaire geslachtskenmerken hebben waar ze zich niet comfortabel bij voelen. Een trans jongen heeft vaak nog borsten of een trans meisje wil geen zwemshort aan doen. Probeer een oplossing (badpak, t-shirt...) te vinden waarbij alle betrokken partijen zich goed voelen. Als de leerling zich zo slecht voelt in hun lichaam dat die niet meer wil gaan zwemmen, dan zoek je best professionele hulp. Als beslist wordt dat de leerling er tijdelijk baat bij heeft om niet deel te nemen aan de zwemles, dan moet de school zich daaraan te houden.

WAT DOE JE MET MEERDAAGSE SCHOOLUITSTAPPEN?

Ook hierbij is het een goed idee om aan de leerling zelf te vragen met wie die graag op de kamer wil. Meestal zijn dit naaste vrienden. Het is belangrijk ook aan die leerlingen zelf te vragen of dat voor hen oké is. Wanneer een leerling al vergevorderd is in het transitieproces, is het meestal beter om hun bij een kamer met mensen van het gewenste gender in te delen.

WELKE AFSPRAKEN MAAK JE IN VERBAND MET KLEDIJ EN MAKE-UP?

Het is voor alle kinderen en jongeren belangrijk dat ze hun eigen identiteit en expressie kunnen ontwikkelen. Kleding en make-up zijn voor veel jongeren een belangrijke manier om hun identiteit zichtbaar te maken. Laat hen daarin zo vrij mogelijk. Geef als school de leerlingen vooral het gevoel dat ze mogen zijn wie ze zijn.



TIP:

Veel problemen i.v.m. kledij & uiterlijke normen kan je voorkomen door in de kledingvoorschriften van de school geen onderscheid te maken tussen jongens en meisjes.

WIE BETREK JE BIJ HET MAKEN VAN DE AFSPRAKEN?

Het is belangrijk dat je als school afspraken niet zomaar oplegt. Ga in gesprek met de leerling, de ouder(s)/voogd(en) en eventueel andere betrokkenen. Maak samen een lijst met duidelijke afspraken en zorg ervoor dat die voor het volledige schoolpersoneel permanent raadpleegbaar is (bv. op het digitale schoolplatform).

Verlies bij het maken van afspraken ook het welbevinden van de medeleerlingen niet uit het oog. Sommige afspraken vereisen maatwerk en dialoog. Je moet rekening houden met alle partijen, maar je moet ook durven communiceren over het antipest- en anti-discriminatiebeleid. Het zou bijvoorbeeld jammer zijn dat een trans leerling zich moet omkleden op een plaats waar die zich niet veilig of comfortabel voelt omdat een andere leerling of leerkracht zich onveilig of ongemakkelijk voelt bij de aanwezigheid van een trans leerling, maar zonder aanwijsbare reden.

WANNEER EN HOE VAAK MOET JE JE AFSPRAKEN HERZIEN?

Mensen en situaties evolueren en dat geldt evengoed voor trans jongeren. De gemaakte afspraken zullen dus wellicht een paar keer aangepast moeten worden. Een mogelijke reden hiervoor is de evolutie van een transitieproces. Als een trans jongere bijvoorbeeld genderbevestigende hormonen neemt, zullen de secundaire geslachtskenmerken van het gewenste geslacht steeds duidelijker worden en kan een eerder gemaakte afspraak niet meer wenselijk zijn.

Maar ook los daarvan kan het nuttig zijn om afspraken regelmatig te evalueren. Niet alle trans jongeren zijn immers in transitie. Wanneer de leerling in kwestie naar een volgend jaar overgaat, nieuwe leerkrachten krijgt of van school verandert, is het van groot belang te denken aan het doorgeven van de gemaakte afspraken. Dat geldt ook omgekeerd: als een trans leerling van een andere school komt, is het raadzaam de vorige school te contacteren en te vragen naar de afspraken die zij hanteerde. Doe dit altijd in overleg met de leerling. Anders zou je die kunnen outen zonder toestemming.



EEN LEERLING IN TRANSITIE: HOE PAK JE DAT AAN?

VOOR DE PUBERTEIT

Het is op deze leeftijd van groot belang het kind ruimte te geven om hun genderidentiteit en -expressie zo vrij mogelijk te ontdekken. Door hier als school een ondersteunende rol in te spelen, geef je het kind het gevoel dat het mag zijn wie het is. Experimenteren, van gedacht veranderen, zichzelf terugfluiten: het moet allemaal kunnen. Een kind afremmen of zelfs bestraffen kan een zeer negatieve impact hebben op het welbevinden.

VANAF DE PUBERTEIT

Het begin van de pubertijd kan een belangrijk moment zijn voor trans jongeren. In sommige gevallen kunnen de gendervariante gevoelens sterker op de voorgrond treden. Door hier als school een ondersteunde rol in te spelen, geef je de jongere het gevoel dat die mag zijn wie die wil.

Een aantal trans jongeren zal ervoor kiezen om in transitie (sociaal en/of medisch) te gaan. Begeleiding door een genderteam of andere specialisten is hierbij ten zeerste aangeraden. Wanneer een school als partner meegaat in dit transitieproces, heeft dat vaak heel positieve gevolgen voor het welbevinden van de leerling in kwestie. Wanneer een leerling professioneel begeleid wordt, kan een telefoontje ter afstemming met de begeleiders zeker nuttig zijn.

WAT MOET JE DOEN ALS DE OUDER(S) MOEITE HEBBEN MET DE ACCEPTATIE VAN HUN KIND?

Elke school streeft naar een goede samenwerking met de ouders. De begeleiding van een trans kind is één van de kwesties waarbij het belangrijk is dat ouders en school op één lijn zitten. In sommige gevallen weigeren ouders echter elke vorm van medewerking. Hier kunnen veel verschillende redenen voor zijn, zoals bijvoorbeeld culturele of sociale achtergrond, religieuze overtuiging, familiale omstandigheden, financiële kwesties... Het is in dat geval nog belangrijker om als school de trans leerling te blijven steunen. De school is mogelijk de enige plaats waar de leerling zich veilig en begrepen voelt en zichzelf kan zijn. Schakel in dit geval ook zeker het CLB in en blijf proberen om de ouders op een of andere manier mee te nemen in het verhaal.

**Twijfel je over de juiste aanpak?
Schakel dan de hulp van externen in.**



WELBEVINDEN

VERTROUWENSPERSOON?

Een vertrouwenspersoon op school kan voor een trans leerling een groot verschil maken. Dat moet niet per se de klastitularis of leerlingenbegeleider zijn. Belangrijk is dat de leerling zich bij de persoon in kwestie op hun gemak voelt en dat die een basiskennis heeft over het onderwerp. Zadel niet zomaar een willekeurige collega op met deze taak. Niet iedereen voelt zich immers in staat om een trans leerling te begeleiden, niet uit onwil, maar vanuit een gebrek aan kennis over het thema. In het ideale geval vindt de leerling zelf de weg naar een leerkracht waarbij die zich goed voelt.

Sommige scholen zorgen ook voor een ruimte (safe(r) space) waar de leerling zich kan terugtrekken als het hen even te veel wordt. Let er wel op dat dit geen ruimte wordt waar de leerling zich permanent terugtrekt en zich op die manier sociaal isoleert. Een dergelijke ruimte is zeker niet voor alle trans leerlingen nuttig. Ook hier geldt: zoek samen uit wat de leerling nodig heeft om zich goed te voelen op school.

WAT VRAAG JE BETER NIET?

Het antwoord op deze vraag verschilt uiteraard van jongere tot jongere. De ene jongere zal graag over hun genderidentiteit willen praten, de andere minder. Je vraagt beter niet naar

persoonlijke zaken zoals lichamelijke transitie, seksualiteit, etc.

► Heb je algemene vragen over het trans thema, dan zoek je misschien beter zelf het antwoord op de website van het Transgender Infopunt (www.transgenderinfo.be) of Lumi (www.lumi.be)

► Veel nieuwsgierige collega's? Dan kan het een goed idee zijn om een vorming over het onderwerp te organiseren tijdens een teamvergadering of studiedag (www.cavaria.be).

HEBBEN TRANS JONGEREN EEN GROTER RISICO OP EEN LAGER MENTAAL WELBEVINDEN?

Mentale gezondheidsproblemen bij trans jongeren zijn geen rechtstreeks gevolg van iemands genderidentiteit, maar een gevolg van de manier waarop onze maatschappij naar gendernormen kijkt. Trans jongeren krijgen sneller te maken met onder andere discriminatie, geweld, pestgedrag..., die op hun beurt kunnen leiden tot een lager mentaal welbevinden.

De maatschappelijke aanvaarding van trans personen stijgt geleidelijk aan, maar het

welbevinden stijgt niet evenredig mee. Trans personen hebben nog altijd een sterk verhoogd risico op een lager mentaal welbevinden dan de algemene bevolking. Dit uit zich bijvoorbeeld in hogere suïcidecijfers. Een Vlaamse studie toonde dat 65.2% van de holebi's en 80.3% van de transgenderpersonen rapporteerde ooit in hun leven aan zelfmoord gedacht te hebben. Daarnaast bleek uit deze studie dat ruim een kwart (26,5%) van de respondenten reeds één of meerdere zelfmoordpogingen in hun leven ondernam (Missiaen & Seynaeve, 2016).

Meer informatie op www.zelfmoord1813.be

IS HET NUTTIG OM LES TE GEVEN OVER HET TRANS THEMA? (BRENG JE DE LEERLING OP DE HOOGTE?)

Het is sowieso nuttig om les te geven over het trans thema, of er nu een trans leerling op school zit of niet. In scholen met een trans leerling die hiervoor ook uitkomt, is dit nog belangrijker. Hoe meer correcte informatie leerlingen over het trans thema krijgen, hoe minder problemen ze vaak hebben met het onderwerp of een trans klasgenoot. Ga je over het trans thema lesgeven, breng dan de leerling in kwestie op voorhand op de hoogte. Zo kan die zich er mentaal op voorbereiden en voelt die zich minder geïsoleerd. Mogelijk wil die een inbreng hebben in de les, andersom is het echter ook mogelijk dat de leerling helemaal niet als voorbeeld aangehaald wil worden in de les. Respecteer dit dan ook. Hou er rekening mee

dat er trans leerlingen in de klas kunnen zitten die niet uit de kast zijn. Een veilige lesomgeving is daarom extra belangrijk. Je voor kiezen om het thema op een impliciete manier aan bod te laten komen tijdens je lessen. Indien de school graag meer ondersteuning wenst over hoe je het thema best bespreekbaar maakt in een klas, dan kan dat via een vorming van *cavaria*.

Meer informatie kan je terugvinden op www.cavaria.be

HOE GA JE OM MET PESTGEDRAG EN HOE KAN JE HET VOORKOMEN?

Het is zeer belangrijk om het pestgedrag niet weg te wuiven en de pesters op hun ongepast gedrag te wijzen. Pesten omwille van trans zijn is niet anders dan elke andere vorm van pesten en moet dan ook op dezelfde manier aangepakt worden. Een sterk antipestbeleid, een open schoolsfeer en lessen met correcte informatie over het trans thema kunnen al veel pestgedrag voorkomen, want veel pestgedrag ontstaat uit onbegrip.



COMING-OUT (UIT DE KAST KOMEN)

IS HET WENSELIJK DAT EEN TRANS LEERLING UIT DE KAST KOMT?

Soms wil een trans leerling uit de kast komen, maar kan die niet duidelijk uitleggen waarom. In dat geval is het belangrijk dat de leerling dit eerst voor zichzelf verder onderzoekt. Wat verwacht die precies dat er na de coming-out zal veranderen? Is dit realistisch? Een coming-out is sowieso spannend. Wanneer dit op voorhand goed is doordacht, is het vaak een heel positief, bekrachtigend moment voor de trans leerling. Het kan echter geen kwaad om op voorhand met hem/haar/hen ook even stil te staan bij mogelijk negatieve reacties. Die komen er vaker niet dan wel, maar zo is de leerling tenminste voorbereid. Pas hierbij echter wel op de leerling niet af te schrikken. Een coming-out ‘forceren’ is nooit een goed idee. Wanneer een leerling hier niet klaar voor is, kan dit een negatieve ervaring worden. Als enkel het personeel op de hoogte is, zorg er dan voor dat iedereen discreet blijft en de wens van de leerling om niet uit de kast te komen, te respecteren.

TIPS VOOR EEN VLOTTE COMING-OUT

Sommige coming-outs gebeuren spontaan, wanneer een leerling bijvoorbeeld zijn/haar/hun kans ziet tijdens een bepaalde les. Wanneer het moment van coming-out ‘gepland’ wordt, is het



belangrijk even stil te staan bij onderstaande elementen. Indien de trans leerling op school broer(s) of zus(sen) heeft, kan het raadzaam zijn ook hen te betrekken bij deze planning. De coming-out heeft immers mogelijk ook voor hen gevolgen, bijvoorbeeld omdat nieuwsgierige leerlingen hen vragen komen stellen. Peil ook hoe zij tegenover hun trans broer/zus of sibling staan. Staan ze sterk genoeg in hun schoenen om eventuele opmerkingen van anderen op te vangen?

Aan wie?

Op een school met 1500 leerlingen en 200 leerkrachten hoeft echt niet iedereen een volledig coming-outverhaal te horen. Als de leerling uit de kast wil komen is dat in eerste instantie relevant voor de mensen die sowieso in contact komen met de leerling in kwestie. Het is vaak een goed idee om te beginnen met het inlichten van het schoolpersoneel. We denken dan niet alleen aan de leerkrachten, maar o.a. ook de administratieve medewerkers of het refterpersoneel. Dat kan in een eenvoudige, korte mededeling, bijvoorbeeld op een personeelsvergadering. Zo is het personeel beter voorbereid om eventuele vragen op te vangen na de coming-out.

Hou er rekening mee dat veel mensen nog niet weten wat trans zijn precies is en dat ze er een fout beeld van kunnen hebben. Het kan in dat geval raadzaam zijn om voor of rond het moment van coming-out een vorming aan te bieden aan de mensen die dat wensen of aan het hele team. Voor meer informatie over vormingen kan je kijken op www.cavaria.be

Wat de leerlingen betreft, zijn het vooral de klasgenoten van de trans jongere die eerst dienen ingelicht te worden. Of ook aan leerlingen van andere klassen iets wordt verteld, is heel situatiegebonden. Datzelfde geldt ook voor de ouders van andere leerlingen. Betrek zeker niet té veel mensen. Een trans leerling is geen wereldnieuws.

Wat vertel je en hoeveel?

Het doel van een coming-out is onder andere dat een leerling zich vrijer kan bewegen op school en niet meer voortdurend met het gevoel moet leven iets te verbergen. Om dat doel te bereiken hoeft eigenlijk niemand het hele levensverhaal van de jongere te kennen. Pols even bij de trans leerling wat die precies wil vertellen aan de klasgenoten. Misschien wil de leerling aan hen wel een uitgebreid verhaal doen, maar hoeven de leerlingen van andere klassen maar weinig of niets te weten. Misschien kunnen die andere leerlingen wel eens les krijgen over het transthema – wat sowieso een goed idee is – maar hoeft daarbij de trans leerling niet als ‘voorbeeld’ te worden gebruikt.

De kunst bestaat erin een evenwicht te vinden tussen het voldoende informeren van mensen enerzijds en het niet dramatiseren anderzijds. Belangrijk daarbij is dat de trans leerling zich goed voelt bij wat andere mensen over hem/haar/hen weten.

Wanneer

Om te zorgen dat alle betrokkenen een goed zicht hebben op wat er nu precies te gebeuren staat, kan het nuttig zijn een stappenplan te maken. Daarin staat vermeld wie op welk moment op de hoogte wordt gebracht. Wat betreft het moment dat de leerling zich out in de klas, willen sommige trans jongeren dit liefst



Hoe?

Elke trans leerling is anders. Sommigen zijn sterk en kunnen perfect hun verhaal in hun eentje brengen voor een hele klas. Anderen zullen daarbij hulp vragen van bijvoorbeeld een leerlingenbegeleider of vertrouwensleerkracht.

Wanneer een leerling heel onzeker is, kan die soms wensen niet bij de coming-out zelf aanwezig te zijn (“Vertel jij het maar aan de klas”). Dit is meestal een slecht idee. Een eerste coming-out is immers een belangrijke stap in het ontwikkelingsproces van de trans jongere. In de meeste gevallen is dit ook een positieve ervaring die veel kan bijdragen aan het zelfvertrouwen van de leerlingen.

op een vrijdagmiddag, zodat ze dan twee dagen niet geconfronteerd worden met hun klasgenoten. Meestal komt deze redenering vanuit een gevoel van angst en onzekerheid. Dit is echter zelden een goed idee. Door onder andere sociale media valt het klasleven immers niet echt stil in het weekend en is de kans op ‘achterklap’ een stuk groter. Een woensdag is hiervoor al een geschikter moment.

Op die manier heeft de leerling op woensdagmiddag een rustig moment buiten de school maar heb je voldoende tijd om donderdag en vrijdag nog eventuele vragen te beantwoorden.

VERDER VERKENNEN

WAAR KAN DE SCHOOL/LEERKRACHT/HULPVERLENER TERECHT?

► Transgender Infopunt

Het Transgender Infopunt geeft advies over het transthema, telefonisch (0800-96316) en via de website www.transgenderinfo.be. Het TIP is er ook voor wie geen medisch traject volgt en voor wie zelf niet trans is.

► çavaria

Çavaria heeft een advies- en vormingswerking. Je kan er terecht voor advies en vormingen en gratis e-learning over het trans thema op school. www.cavaria.be

► Rosa vzw

Wil je werken aan genderbewustzijn op school? Neem dan zeker een kijkje op: www.rosavzw.be

► De Zelfmoordlijn

Voor vragen over zelfdoding kan je terecht op www.zelfmoord1813.be of telefonisch via 1813

► Centra voor leerlingbegeleiding (CLB)

Het CLB kan ook helpen bij het begeleiden van trans leerlingen. De contactgegevens van alle CLB's kan je via de volgende link terugvinden: onderwijs.vlaanderen.be/nl/centra-voor-leerlingenbegeleiding

► Lumi

Lumi is de info- en luisterlijn van çavaria en is er voor al je vragen over gender en seksuele diversiteit. Je kan bellen, chatten of mailen. www.lumi.be

BIJ WIE KAN DE TRANS LEERLING TERECHT?

► T-jong

T-jong is een jeugdbeweging voor jonge trans personen.
www.t-jong.be

► Lumi

Lumi is de info- en luisterlijn van çavaria en is er voor al je vragen over gender en seksuele diversiteit. Je kan bellen, chatten of mailen.
www.lumi.be

► Transgender Infopunt

Het Transgender Infopunt geeft advies over het transthema, telefonisch (0800-96316) en via de website www.transgenderinfo.be.

Het TIP is er ook voor wie geen medisch traject volgt en voor wie zelf niet trans is.

► Wel Jong

Wel Jong is de nationale jeugdbeweging voor en door Vlaamse en Brusselse LGBTI+ jongeren met een actief forum op www.weljong.be

► Het interdisciplinair Genderteam van het UZ Gent

Het centrum voor seksuologie en genderproblematiek begeleidt de trans leerling. Je kan hen bereiken via het telefoonnummer 09 332 6032 of hen mailen op centrumsege@uzgent.be

► De Zelfmoordlijn

Voor vragen over zelfdoding kan je terecht op www.zelfmoord1813.be of telefonisch via 1813





CAVARIA
OPKOMEN VOOR GENDER- EN SEKSUELE DIVERSITEIT

 **Vlaanderen**
verbeelding werkt