

Handreiking sekse, gender & seksuele diversiteit



Inhoud

Introductie	<u>3</u>
Waarom is aandacht voor sekse, gender en seksuele diversiteit belangrijk?	<u>4</u>
Wat is sekse, gender en seksuele diversiteit?	<u>7</u>
• Sekse	<u>7</u>
• Gender	<u>9</u>
• Seksuele diversiteit	<u>11</u>
De ontwikkeling van sekse, gender en seksuele diversiteit	<u>16</u>
Feiten en cijfers	<u>18</u>
Vragen van leerkrachten, ouders en leerlingen	<u>19</u>
Tips en tools	<u>22</u>
Meer informatie, websites en hulp	<u>25</u>

Handreiking sekse, gender & seksuele diversiteit

We willen allemaal dat kinderen zo lang mogelijk onbezorgd kunnen opgroeien en zich gezond, gelukkig en veilig ontwikkelen. Door kinderen thuis én via school van eerlijke en betrouwbare informatie te voorzien, ontwikkelen ze een positiever zelfbeeld en leren ze op een gezonde manier om te gaan met hun lichaam, emoties en relaties. Het is essentieel dat basisscholen hierin ook aandacht hebben voor relevante sociale vaardigheden en sekse, gender en seksuele diversiteit. Door aandacht voor deze onderwerpen voelen alle leerlingen zich erkend en veilig in de klas en leren zij respectvol om te gaan met elkaar.

Bovendien zijn deze onderwerpen onderdeel van de Kerndoel 38 voor het basisonderwijs. Scholen zijn dus wettelijk verplicht deze te behandelen. Ze zijn daarin wel vrij om zelf een manier te kiezen waarop ze hier aandacht aan besteden.

In deze handreiking worden de begrippen sekse, gender en seksuele diversiteit uitgelegd. Er wordt achtergrondinformatie gegeven over LHBTI+ (lesbisch, homo, bi+, transgender en intersekse) thema's, en er worden tips gegeven over je hoe hier in de klas aandacht aan kunt besteden. Verder geeft de handreiking antwoord op vragen die voor kinderen of ouders belangrijk kunnen zijn. Tot slot wordt verwezen naar lesmethodes over relationele en seksuele voorlichting en worden online bronnen genoemd voor meer informatie of hulp voor leerkrachten, leerlingen en ouders.

Waarom is aandacht voor sekse, gender en seksuele diversiteit belangrijk?

Aandacht voor sekse, gender en seksuele diversiteit past binnen het bredere plaatje van relationele en seksuele vorming in het onderwijs. Door kinderen thuis én op school van eerlijke en betrouwbare informatie te voorzien, wordt een positiever zelfbeeld ontwikkeld en leren kinderen op een gezonde manier om te gaan met hun lichaam, emoties en relaties. Het gaat over leren hoe je – ongeacht onderlinge verschillen – op een fijne manier met anderen omgaat, zodat ieder kind zichzelf kan zijn. Dit is een gedeelde verantwoordelijkheid van ouders en verzorgers en de school. Ouders en verzorgers spelen een essentiële rol in het bijbrengen van normen en waarden, liefde en respect en het gevoel van eigenwaarde. Op deze manier beschermen ouders en leerkrachten samen de veiligheid van álle kinderen, ongeacht wie ze zijn en waar ze vandaan komen.

- Relationele en seksuele voorlichting biedt kinderen de kennis en vaardigheden die hen in staat stellen om gelukkige en veilige relaties aan te gaan, nu en later. Door kinderen structureel relationele en seksuele voorlichting te geven:
 - ...krijgen ze een positief zelf- en lichaamsbeeld.
 - ...krijgen ze meer zelfvertrouwen, waardoor ze beter voor zichzelf op kunnen komen.
 - ...leren ze hun wensen en grenzen aan te geven, en deze bij anderen te herkennen en te respecteren.
 - ...worden ze weerbaarder tegen (seksueel) grensoverschrijdend gedrag.
 - ...leren ze respect te hebben voor diversiteit, zodat elk kind zichzelf kan zijn.

Daarnaast draagt het bij aan een sociaal veilig klimaat op school. Als kinderen zich op school veilig voelen, zitten ze beter in hun vel. Dit zorgt er ook voor dat kinderen beter kunnen leren en presteren op school.

- Kinderen gaan al op jonge leeftijd relaties aan, ontwikkelen vriendschappen en worden verliefd. Ze ontdekken hun eigen lichaam, overeenkomsten en verschillen tussen jongens en meisjes. Respectvol aandacht besteden aan sekse, gender en seksuele diversiteit in het basisonderwijs, ondersteunt kinderen bij het accepteren van eigen gevoelens en het respecteren van die van anderen. Zo leren ze om respect te hebben voor diversiteit, zodat ieder kind zichzelf kan zijn. Zo draagt deze aandacht bij aan een veilig en prettig

schoolklimaat. Kinderen en leerkrachten worden gerespecteerd in hun seksuele oriëntatie, genderidentiteit en -expressie en zijn zich bewust van de variëteit hierin. Daardoor ontstaat een veilige omgeving met ruimte voor respectvolle gesprekken, waarin diverse opvattingen kunnen worden gedeeld over relaties, seksuele- en genderdiversiteit.

- Kinderen zien om zich heen grote diversiteit, zowel in de klas als daarbuiten. Bijvoorbeeld in gesprekken met klasgenoten die vanuit huis andere voorbeelden, normen en waarden meekrijgen. Denk daarnaast ook aan de media, of als ze spelen bij andere kinderen thuis in gezinnen met een andere samenstelling. Als leerkracht kun je vragen krijgen van leerlingen die daarover meer willen weten of hoor je in de klas opmerkingen uit onbegrip of afkeuring. Dat zijn goede aanleidingen voor een klassengesprek over sekse, gender of seksuele diversiteit. Het is belangrijk dat je hier als leerkracht op voorbereid bent zodat je deze onderwerpen kunt bespreken op een veilige, positieve manier, passend bij de leeftijd en ontwikkeling van de leerlingen. Ze leren respect te hebben voor onderlinge verschillen, en het bevordert hun welzijn, seksuele gezondheid en zelfredzaamheid in een diverse samenleving.
- Kinderen kunnen al vanaf jonge leeftijd ervaren dat ze niet zo meiden- of jongensachtig zijn als sommige leeftijdsgenoten. Misschien voelen ze zich zelfs überhaupt niet duidelijk een jongen of een meid. Het is belangrijk dat kinderen leren dat gevoelens op verschillende manieren kunnen worden ervaren en dat hierin veel diversiteit bestaat, dat hun gevoelens en die van anderen gerespecteerd worden en dat leerkrachten hen hierin ondersteunen als dat nodig is.

Aandacht is verplicht voor scholen

Sinds 2012 is een van de kerndoelen van het onderwijs om te leren respectvol om te gaan met seksualiteit en met diversiteit binnen de samenleving, waaronder seksuele diversiteit. Primair, speciaal en voortgezet onderwijs zijn verplicht aandacht te besteden aan deze twee thema's. In kerndoel 38 voor het primair onderwijs en kerndoel 53 voor het speciaal onderwijs staat:

'De leerlingen leren hoofdzaken over geestelijke stromingen die in de Nederlandse multiculturele samenleving een belangrijke rol spelen, en ze leren respectvol om te gaan met seksualiteit en met diversiteit binnen de samenleving, waaronder seksuele diversiteit.'

- Aandacht voor sekse, gender en seksuele diversiteit is een onderdeel van de verplichting om te zorgen voor een sociaal veilig klimaat in en om de school. Het instellen van gedragsregels en protocollen, maatregelen voor LHBTI+-negatief gedrag en tijdig signaleren van onveilige situaties zijn belangrijke onderdelen van deze zorgplicht voor scholen.
- Aandacht voor sekse, gender en seksuele diversiteit raakt aan sociaal burgerschap. Scholen zijn verplicht om met leerlingen in gesprek te gaan over deze onderwerpen. Burgerschap verwijst naar de belangrijkste universele rechten en waarden van de mens. Voor seksualiteit en seksuele diversiteit gaat het om onder andere het recht op vrije partnerkeuze en recht op toegang tot informatie en voorzieningen.

Hoe de school relationele en seksuele voorlichting geeft, met aandacht voor seksuele diversiteit, daar is de school vrij in. Voor meer informatie over hoe scholen vorm kunnen geven aan relationele en seksuele voorlichting kun je het leerplankader Relaties en seksualiteit bekijken op slo.nl. Dit leerplankader is een voorbeeldmatige, niet-verplichte uitwerking die scholen kunnen gebruiken om hun onderwijs vorm te geven. Zoals voor alle vakken en thema's waarover scholen lesgeven, kiezen scholen zelf een methode of lespakket dat bij hun school en schoolvisie past. Er wordt geadviseerd om (erkend) lesmateriaal te kiezen dat aansluit bij de visie van de school. Voor meer informatie kijk op loketgezondleven.nl.

Kijk voor meer informatie over relationele en seksuele vorming, de kerndoelen en de maatregelen die de overheid neemt voor betere relationele en seksuele vorming op rijksoverheid.nl.

Wat is sekse, gender en seksuele diversiteit?

Seksediversiteit, genderdiversiteit en seksuele diversiteit hebben met elkaar te maken, maar betekenen iets anders. Sekse gaat over geslachtskenmerken. Gender gaat over genderidentiteit en genderexpressie over of iemand zich mannelijk, vrouwelijk, beiden of anders voelt en/of gedraagt. Seksuele oriëntatie gaat over romantische of seksuele aantrekking tot mensen van een bepaald geslacht of bepaalde gender(s). Hieronder volgt een uitleg van de belangrijkste begrippen die ermee te maken hebben.

SEKSE

Bij sekse gaat het over de biologische en fysieke geslachtskenmerken. Dit omvat chromosomen (XX of XY), geslachtsorganen (zoals penis of vulva) en secundaire geslachtskenmerken (zoals borstvorming of lichaamsbeharing). Er bestaan verschillende seksen. De sekse van iemand wordt doorgaans bij de geboorte vastgesteld. 'Sekse' en 'geslacht' zijn synoniemen en kunnen afwisselend worden gebruikt.

- **Geslachtskenmerken**

Bij geslachtskenmerken gaat het om lichamelijke kenmerken waarmee je wordt geboren of die je later ontwikkelt, bijvoorbeeld in de puberteit. Het zijn de uitwendige en inwendige geslachtsorganen, geslachtsklieren, chromosomen en hormonen (en de verwerking daarvan). Sommige lichamelijke kenmerken zijn zichtbaar, andere niet. Voorbeelden van geslachtskenmerken zijn genitalia, lichaamsvormen (lichaamsbouw, vetverdeling en borstklierontwikkeling), de baarmoeder en testosteron. Sommige van deze geslachtskenmerken associëren we met mannen en anderen met vrouwen.

- **Sekse toegewezen op basis van geslachtskenmerken**

Iedereen krijgt bij geboorte een sekse toegewezen op basis van de zichtbare geslachtskenmerken. Dit gaat uit van een idee dat er twee versies van sekse bestaan: man en vrouw. Over die versies bestaan verwachtingen wat betreft de bijbehorende geslachtskenmerken, over hoe de lichamen eruit behoren te zien of wat ze behoren te kunnen. In werkelijkheid bestaat er ontzettend veel variatie in genitalia, lichaamsvormen, hormonen en chromosomen. Iedereen heeft een eigen unieke set geslachtskenmerken.

- **Seksediversiteit**

Seksediversiteit houdt in dat de variaties in sekse groter zijn dan de hokjes 'man' en 'vrouw' doen vermoeden. Sommige personen zijn intersekse, en passen daarom niet in de bestaande ideeën over man of vrouw.

- **Intersekse**

Sommige kinderen worden intersekse geboren. Dit betekent dat hun lichaam niet helemaal in het hokje 'man' of 'vrouw' past. Dit komt door variaties in hormonen, chromosomen of geslachtskenmerken. Soms is vanaf de geboorte duidelijk dat een kind intersekse is, soms komen zij er in de puberteit, op latere leeftijd, of helemaal niet achter. 1 op de 90 personen in Nederland is intersekse, dat is ongeveer evenveel als er mensen met rood haar zijn. Er zijn heel veel verschillende vormen en variaties mogelijk. Iemand met XY-chromosomen kan bijvoorbeeld ongevoelig zijn voor testosteron en zich daardoor ontwikkelen als vrouw. Er is dus meer dan alleen 'man' óf 'vrouw', en dit is van meerdere factoren afhankelijk.

Variaties in geslachtskenmerken kunnen op verschillende manieren voorkomen. Een baby kan geboren worden met uitwendige geslachtsorganen die er anders uitzien dan bij de meeste pasgeborenen. Of de baby heeft direct lichamelijke problemen, waardoor artsen ontdekken dat het een intersekse variant heeft. Het kan ook voorkomen dat een meid niet gaat menstrueren in de puberteit. Of een jongen ontwikkelt geen puberteitskenmerken zoals andere jongens dat doen, zoals spierontwikkeling en lichaamsbeharing. Ook zijn er intersekse kinderen die al aan het begin van basisschoolperiode in de puberteit raken als gevolg van de activiteit van geslachtsklieren, hormoonproductie en -verwerking in hun lichaam. Kinderen met een intersekse variant voelen zich meestal jongen of meid, en de meesten van hen ontwikkelen een heteroseksuele oriëntatie.

Het hebben van een intersekse lichaam veroorzaakt geen pijn. Het is niet ongezond of iets dat moet worden genezen. Wat intersekse kenmerkt, is de ervaring dat de maatschappij niet accepteert dat hun lichaam niet in het hokje 'man' of 'vrouw' past. Dit kan leiden tot pesten, discriminatie en geweld.

De meeste intersekse personen voelen zich man of vrouw. Een kleiner aantal van hen voelt zich tussen mannelijk en vrouwelijk in. Of geen van beiden. Net als andere mensen kunnen intersekse personen homo, lesbisch, hetero, bi-, pan- of asexueel zijn. Intersekse is dus geen aparte seksuele voorkeur.

Verskil tussen intersekse en transgender

Intersekse is niet hetzelfde als trans, transgender of transseksueel. Transgender personen zijn bijvoorbeeld als jongen geboren, maar voelen zich een meisje, of andersom. Andere transgender personen voelen zich beiden of allebei niet. Intersekse personen zijn geboren in een lichaam dat niet helemaal thuishoort in het hokje 'man' of 'vrouw', door hormonen, chromosomen of geslachtskenmerken. Toch voelen de meesten zich man of vrouw.

Sommige mensen zien intersekse als iets wat niet hoort. Ze willen dat het lichaam van een persoon met intersekse aangepast wordt, zodat het in het hokje 'man' of 'vrouw' past, bijvoorbeeld door operaties of hormoonbehandelingen. Intersekse is echter geen afwijking, het is een natuurlijke variatie in geslachtskenmerken. Dus is het logischer dat we ons binaire beeld van sekse aanpassen, in plaats van de lichamen aanpassen die niet voldoen aan dit beeld.

Soms is de term intersekse onbekend bij kinderen die een vorm van intersekse hebben, of bij hun ouders. Zij gebruiken medische benamingen zoals AOS, AGS, Klinefelter, Turner, MRHK of DSD. Dit zijn allemaal intersekse varianten (er zijn wel 40 verschillende varianten). In het laatste hoofdstuk staan websites waar medische uitleg aan bod komt.

GENDER

Gender is het geslacht waarmee iemand zich identificeert. Dit gaat over de verschillende manieren waarop mensen zichzelf zien (identiteit) en laten zien (expressie). Het gaat over wie je bent, wat je doet, hoe jij jezelf uit en hoe dit in jouw cultuur wordt gezien als mannelijk of vrouwelijk. Iedereen heeft een eigen manier om gender te ervaren. En iedereen heeft een eigen mix van mannelijke, vrouwelijke en non-binaire eigenschappen.

Gender gaat ook over hoe mensen anderen zien en welke persoonlijke en sociale verwachtingen zij daarbij hebben. Deze zijn gebaseerd op wat mensen hebben geleerd over de rollen voor mannen, vrouwen en andere genders in de samenleving. In iedere cultuur zijn er ideeën over wat mannelijk en vrouwelijk is in uiterlijk en gedrag. Gender staat niet vast, maar krijgt vorm door sociale en culturele gewoontes die kunnen variëren per tijd en per plaats. Gendernormen beschrijven wat een samenleving beschouwt als mannelijk en vrouwelijk in uiterlijk en gedrag.

Genderexpressie wordt ook wel genderrolgedrag genoemd. Het is cultureel bepaald welk gedrag, uiterlijkheden en interesses worden geïnterpreteerd als mannelijk, vrouwelijk of genderneutraal. Dit kan met de tijd en per plaats veranderen. Vroeger werden voetballen en broeken dragen bijvoorbeeld gezien als typisch mannelijk, maar dat is nu niet meer zo. In sommige landen wordt lang haar beschouwd als mannelijk, in veel landen juist als vrouwelijk.

Genderidentiteit en genderexpressie zeggen niets over de (latere) seksuele oriëntatie van een kind.

- **Genderdiversiteit**

Genderdiversiteit gaat over de verschillende soorten genders in een samenleving of kleinere gemeenschap. Het omvat de verschillende manieren waarop mensen hun gender ervaren en uiten. Ieder mens ervaart diens gender op een unieke manier, met een eigen mix van eigenschappen die als mannelijk, vrouwelijk of anders kunnen worden ervaren, geuit, of (door anderen) worden gezien.

- **Cisgender**

Mensen die het gevoel hebben dat hun identiteit overeenkomt met het geslacht wat is toegewezen bij de geboorte, zijn cisgender. Bijvoorbeeld: iemand krijgt bij de geboorte de sekse vrouw toegewezen en voelt zich later ook vrouw. Veruit de meeste mensen zijn cisgender.

- **Transgender**

Iemand die transgender is, identificeert zich niet met de sekse die bij de geboorte werd toegewezen. Bijvoorbeeld: iemand krijgt bij de geboorte de sekse vrouw toegewezen maar voelt zich een man. Transgender mensen kunnen ervaren dat hun sekse niet bij hen past of dat hun lichaam op een andere manier niet overeenkomt met wie zij werkelijk zijn. Ook kinderen kunnen transgendergevoelens ervaren. Transgender personen worden ook wel trans of trans kinderen/mensen genoemd.

- **Genderincongruentie/genderdysforie**

Het gevoel van onbehagen dat mensen hebben met het eigen geslacht. Dit is een term die in de medische en klinische wereld wordt gebruikt. Niet alle transgender mensen ervaren een onbehagen dat zo sterk is dat ze hun lichaam willen laten aanpassen via transitie.

- **Genderdiverse kinderen**

Kinderen die niet passen in de tweedeling jongen of meid. Denk daarnaast ook aan jongensachtige meiden of meidenachtige jongens die hun genderidentiteit en/of expressie aan het verkennen zijn.

- **Non-binair**

Iemand die zichzelf non-binair noemt, herkent zichzelf niet binnen de tweedeling 'man' en 'vrouw'. Die persoon voelt zich niet thuis in het 'hokje' man of vrouw maar ertussenin of juist in allebei, afwisselend of tegelijkertijd. Non-binaire mensen hebben met elkaar gemeen dat ze niet willen (of kunnen) voldoen aan de vaste, bestaande ideeën over 'man óf vrouw zijn'. Ook bij kinderen komt het voor dat zij zich geen jongen of meid voelen, maar een beetje van beide of juist géén van beide. Vaak zijn ze nog niet bekend met het begrip non-binair en geven ze allerlei andere woorden aan die gevoelens.

- **Genderfluïde**

Non-binaire mensen die ervaren dat hun genderidentiteit per periode verschilt, noemen zich genderfluïde. Sommige non-binaire personen hebben een zelfbenoemde identiteitsvariatie.

- **Genderstereotiep, gender non-conform en genderneutraal**

Wanneer uiterlijk, gedrag en interesses overeenkomen met de 'traditionele' mannelijke of vrouwelijke gendernormen, dan heet dit genderstereotype. Is dat niet het geval, dan wordt dit gender non-conform genoemd. De invulling van die normen is sterk maatschappelijk bepaald en verschilt dan ook per cultuur. Denk bijvoorbeeld aan kleding, houding, het gebruik van cosmetica en het laten groeien of weghalen van lichaamshaar. Als kinderen niet kunnen of willen voldoen aan heersende gendernormen, dan wil dat niet zeggen dat ze transgender zijn of zich non-binair voelen. Je kan je prima meid voelen terwijl je niks hebt met de breed gedeelde opvattingen over hoe meiden 'eruit horen te zien'.

SEKSUELE DIVERSITEIT

Seksuele diversiteit gaat over diversiteit in seksuele oriëntaties. Het gaat niet alleen over of je je homo, lesbisch, bi of hetero noemt, maar ook over alle aspecten van seksuele oriëntatie: tot wie je je aangetrokken voelt, op wie je verliefd wordt en met wie je seks hebt of wilt hebben. Seksuele oriëntatie wordt soms nog seksuele voorkeur of seksuele geaardheid genoemd.

Diversiteit in seksuele oriëntatie gaat over 3 aspecten:

- Aantrekking: wat voel je?
- Gedrag: wat doe je?
- Zelfbenoeming: hoe noem je jezelf?

Zelfbenoeming, aantrekking en gedrag kunnen van elkaar verschillen en staan los van elkaar. Een jongen die seks heeft met jongens, maar zich ook seksueel aangetrokken voelt tot meiden, kan ervoor kiezen zichzelf homoseksueel te noemen. Terwijl anderen zichzelf in dat geval zich biseksueel noemen, ook als ze nog nooit seks hebben gehad met de andere sekse. Zo kan het gebeuren dat twee mensen met een vergelijkbare seksuele aantrekking en gedrag een andere omschrijving geven van hun seksuele oriëntatie. Het staat ieder dan ook vrij om diens seksueel oriëntatie naar eigen wens te benoemen.

Seksuele oriëntatie kan worden verdeeld in vier hoofdgroepen:

- **Heteroseksualiteit**, waarbij iemand zich fysiek en/of relationeel aangetrokken voelt tot mensen van een ander geslacht/gender. Dit wordt ook wel heteroseksualiteit genoemd.
- **Homoseksualiteit**, waarbij iemand zich fysiek en/of relationeel aangetrokken voelt tot mensen van hetzelfde geslacht/gender. Dit wordt ook wel homoseksualiteit genoemd.
- **Biseksualiteit**, waarbij iemand zich fysiek en/of relationeel aangetrokken voelt tot zowel mensen van een ander geslacht als mensen van hetzelfde geslacht/gender.
- **Aseksualiteit**, waarbij iemand weinig tot geen seksuele aantrekking voelt naar andere mensen of geen behoefte heeft aan seksueel contact. Aseksualiteit komt in diverse vormen voor.

Aantrekking

Aantrekking gaat over het gender van de personen tot wie je je aangetrokken voelt. Sommige mensen vallen op één gender. Deze mensen zijn monoseksueel (mono = één). Andere mensen voelen zich aangetrokken tot meerdere genders of vallen op mensen ongeacht hun gender. Deze mensen worden vaak aangeduid met bi of bi+.

Er bestaat een onderscheid tussen romantische en seksuele aantrekking.

Romantische aantrekking gaat over liefde, ofwel op wie je verliefd wordt. Seksuele aantrekking gaat over lust, ofwel van wie je seksueel opgewonden raakt. Soms komen liefde en lust overeen, maar niet altijd.

Mensen die asexueel zijn voelen beperkte of geen seksuele aantrekking naar andere mensen. Veel asexuele mensen kunnen wel verliefd worden op iemand. Soms veranderen seksuele en romantische aantrekking in de loop van het leven.

Gedrag

Seksueel gedrag gaat over wat je doet. Niet alle gevoelens van aantrekking leiden ook daadwerkelijk tot seksueel gedrag. Romantisch of seksueel gedrag hoeft niet altijd overeen te komen met de oriëntatie die je voelt. Om verschillende redenen kunnen of willen mensen niet altijd uiting geven aan hun seksuele gevoelens of verlangens.

Zelfbenoeming

Zelfbenoeming gaat over het benoemen van de eigen seksuele oriëntatie. Hoe iemand zichzelf noemt, hoeft niet overeen te komen met diens seksuele aantrekking of gedrag. Mensen kiezen vaak wat voor hen het beste past en maken ook onderscheid tussen privé en openbare benoeming.

Dit zijn de bekendste woorden die jongeren gebruiken voor zelfbenoeming, al zijn er veel meer:

- **Homo:** een jongen die (meestal) op jongens valt. Het woord 'homo' betekent letterlijk *hetzelfde*.
- **Lesbisch:** een meid die (meestal) op meiden valt.
- **Gay:** mensen die zich seksueel aangetrokken voelen tot anderen van hetzelfde gender. Er zijn meer jongens dan meiden die deze term gebruiken. 'Gay' betekent letterlijk *vrolijk*.
- **Bi/bi+:** iemand die op meer dan één gender valt. 'Bi' betekent letterlijk *twee*. Tegenwoordig wordt bi ook gebruikt als je valt op meer genders dan alleen man en vrouw.
- **Pan:** iemand die op mensen valt, ongeacht hun gender. 'Pan' betekent letterlijk *alle*.
- **Queer:** iemand die zichzelf niet vindt passen in de hokjes homo, hetero, bi, man of vrouw of die deze hokjes liever afwijst. Soms wordt queer gebruikt als paraplueterm voor alles wat niet heteroseksueel en/of cisgender is. 'Queer' betekent letterlijk *anders*.
- **Asexueel:** iemand die weinig tot geen seksuele aantrekking voelt naar andere mensen of geen behoefte heeft aan seksueel contact. Asexualiteit komt in diverse vormen voor. Zo kan een asexueel persoon wel seksuele prikkels ervaren, maar geen seksuele aantrekking voelen tot andere mensen.
- **Aromantisch:** iemand die niet verliefd wordt op andere mensen.

LHBTI+

LHBTI+ staat voor lesbisch, homo, bi+, transgender en intersekse. Het is een verzamelnaam voor iedereen die niet de sekse man of vrouw heeft, niet hetero of niet cisgender is. Transgender en intersekse zijn geen seksuele oriëntaties zoals lesbisch, homo en bi+ dat zijn. Toch wordt LHBTI+ gebruikt als paraplueterm, omdat iedereen die hieronder valt vergelijkbare ervaringen heeft met acceptatie door anderen en van zichzelf.

Tegenwoordig wordt de '+' steeds vaker toegevoegd aan LHBTI. Dit teken staat voor alle andere seksuele en genderminderheden, zoals asexuele of aromantische mensen, en mensen die queer of 'questioning' (iemand die nog niet weet op wie die seksueel of romantisch valt) zijn.

Coming-out

Het moment waarop iemand aan anderen laat weten wat diens seksuele oriëntatie en/of genderidentiteit en/of geslachtskenmerken zijn. Dit woord is synoniem voor 'uit de kast komen'.

Vaak wordt van iemand verondersteld dat ze hetero en cisgender zijn. Daarom is het voor heteroseksuele en cisgender mensen niet nodig om uit de kast te komen. LHBTI+ mensen doen dit vaak wel, omdat ze anders op een verkeerde manier gezien worden. Sommige mensen laten dit voorzichtig merken, terwijl anderen het heel direct vertellen. Niet iedereen wil of kiest voor een coming-out.

Een coming-out is niet in één keer klaar. Bij iedere kennismaking, toevallige ontmoeting of andere sociale situaties staan LHBTI+ mensen steeds voor de keuze of ze dit met de ander willen delen of niet.

Negatieve of ouderwetse woorden

Het is als leerkracht goed om te weten welke woorden een negatieve lading hebben. Sommigen worden gebruikt als scheldwoord of zijn ouderwets, en kunnen door LHBTI+ mensen zelf als kwetsend worden ervaren.

- *Homofiel*: dit wordt in religieuze of conservatieve kringen gebruikt voor mensen die homoseksuele gevoelens hebben, maar hier niets mee doen. Voor LHB personen kan dit voelen als een afwijzing van wie zij werkelijk zijn.
- *Flikker, nicht, pot*: deze woorden worden meestal beschouwd als scheldwoord.
- *Transseksueel*: Transseksualiteit is een medische term voor mensen die een geslachtsoperatie hebben gehad of zullen ondergaan. Niet alle transgender personen willen dit. Transseksualiteit gaat om genderidentiteit, al wordt het

door deze benaming vaak onjuist geassocieerd met seksualiteit. Hoewel sommige mensen zichzelf transseksueel noemen, is transgender inmiddels de meest gebruikte term. Gebruik 'transseksueel' dus alleen wanneer iemand zichzelf zo noemt.

- *Hermafrodiet*: Vroeger werden intersekse personen 'hermafrodiet' genoemd. Hermaphroditus is de naam van een oud-Griekse god die borsten had en een penis. Deze term wordt als kwetsend ervaren en daarom nauwelijks nog gebruikt.
- *Interseksueel*: Interseksualiteit is een verouderd woord. Interseksualiteit gaat om geslachtskenmerken, al wordt het door deze benaming vaak en onjuist geassocieerd met seksualiteit. Hoewel sommige mensen zichzelf interseksueel kunnen noemen, is intersekse inmiddels de meest gebruikte term. Gebruik 'interseksueel' dus alleen wanneer iemand zichzelf zo noemt.

In niet-westerse culturen bestaan ook diverse woorden die refereren aan homoseksualiteit en die leerlingen gebruiken om mee te schelden. Soms veronderstellen deze een samenhang met transgender of pedoseksueel zijn.

Voorbeelden van zulke scheldwoorden zijn:

- *Marica* voor vrouwen en *maricón* voor mannen (Spaans)
- *Mariku* voor mannen, *machoro* voor vrouwen (Antilliaans)
- *Zemmel* voor mannen (Marokkaans)
- *Liwat*, *luti*, *ma-foel*, *shadh* voor mannen (Arabisch)
- *Schuurmeid* voor vrouwen, *boeler* voor mannen (Surinaams)
- *Ciota* en *pedať* voor mannen (Pools)
- *Kuni* voor mannen (Farsi)

De ontwikkeling van sekse, gender en seksuele diversiteit

Vanaf de **peutertijd** worden kinderen zich steeds meer bewust van hun eigen lichaam. Ze leren dat ze een jongen of een meisje zijn en zijn nieuwsgierig naar het lichaam van anderen.

Kleuters weten al meer over hun lichaam en de overeenkomsten en verschillen tussen jongens en meisjes. Toch zijn ze met spelletjes en vragen nog volop aan het ontdekken.

Ideeën over wat een jongetje en een meisje is en welk gedrag en uiterlijk daarbij horen, zijn voor heel jonge kinderen nog niet heel duidelijk. Vanaf ongeveer hun vierde jaar ontdekken kleuters meer over genderrollen. Dit doen ze door observatie in het dagelijks leven, maar ook door het spelen van (rollen)spelletjes, zoals doktertje of vaders- en moedertje. Daarbij ontdekken ze op een andere manier hun lichaam en het verschil tussen jongetjes en meisjes. Dit gedrag is normaal en past bij een gezonde ontwikkeling.

Als kleuters naar school gaan, krijgen ze te maken met verschillende klasgenoten die een rol kunnen spelen in het gedrag of de opvattingen van het kind. Als ze **5 of 6 jaar** zijn, krijgen ze meer duidelijke en vaak ook rigide ideeën over gender. Bijvoorbeeld: *“Meiden horen met poppen te spelen en jongens met auto’s”*. Ze kunnen dan soms negatief reageren als een kind zich niet gedraagt zoals passend wordt geacht bij zijn of haar geslacht. Toch hebben negatieve reacties op deze leeftijd nog weinig gevolgen voor het gevoel van eigenwaarde.

In de fase daarop nemen de genderstereotiepe ideeën weer wat af. Kinderen gaan beter begrijpen dat een jongen ook een jongen kan zijn ondanks dat hij zich niet gedraagt volgens de gendernorm. De voorkeur voor vrienden van hetzelfde geslacht wordt sterker in deze fase.

Tussen ongeveer hun **zesde en negende jaar** spelen kinderen bij voorkeur met kinderen van hetzelfde geslacht. Het andere geslacht wordt vaak als ‘stom’ en ‘kinderachtig’ gezien. Ze gaan zich meer gedragen naar hoe zij zien of denken dat kinderen van hun eigen geslacht zich gedragen. Vanaf een jaar of acht ontdekken kinderen steeds meer verschillende kanten van zichzelf en weten ze ook dat iemand andere gevoelens of kwaliteiten kan hebben. Ook worden ze zich steeds

bewuster van de mening van anderen en vergelijken ze zichzelf met anderen of met hoe ze zouden willen zijn. Dat kan soms zorgen voor onzekerheid.

Bij kinderen **vanaf 12 jaar** neemt de onderlinge sociale druk toe om aan gendernormen te voldoen. Ook al begrijpen ze inmiddels dat een jongen die zich 'meidachtig' gedraagt wel een jongen is, de norm blijft toch genderstereotiep gedrag. Zo vinden ze bijvoorbeeld dat jongens zich stoer moeten gedragen en dat interesse in mode iets voor meiden is. Wanneer deze genderspecifieke normen niet gevolgd worden, kan dit leiden tot negatieve reacties van leeftijdsgenoten of van volwassenen.

Op de basisschool kunnen leerlingen homo-, lesbische- of bi+ gevoelens hebben. Heel af en toe noemen kinderen zichzelf dan al hetero, homo, lesbisch, pan of bi. Kinderen kunnen dit vanzelfsprekend vinden en gemakkelijk met anderen praten over hun verliefdheden. Tussen de **10 en 12 jaar** beginnen kinderen te fantaseren over wie ze leuk vinden. Dat kunnen jongens of meiden zijn, of mensen van verschillende genders. Rond hun **15e** weten de meeste jongeren tot welk geslacht ze zich aangetrokken voelen.

Sommige kinderen ervaren al op jonge leeftijd **transgender gevoelens**. Deze kunnen overgaan, maar dat is lang niet altijd zo. Het blijkt dat de helft van de volwassen transgender personen zich **voor hun tiende jaar** al niet kon identificeren met de toegewezen sekse.

Vanaf een jonge leeftijd zijn **intersekse kinderen**, net als hun leeftijdsgenoten, bezig met het ontdekken van hun lichaam en hun plaats in de wereld. Intersekse kinderen kunnen een verhoogde nieuwsgierigheid vertonen naar hun eigen lichaam en dat van andere kinderen, waarbij ze net zoals andere kinderen via spel en interactie leren over ontdekking en zelfidentificatie. Voor ouders, verzorgers en professionals is het essentieel om een ondersteunende en open omgeving te bieden waar intersekse kinderen zich veilig voelen om hun vragen en gevoelens te kunnen uiten.

Feiten & cijfers

Seksuele oriëntatie onder jongeren

Uit onderzoek Seks onder je 25e (2023) blijkt dat 82% van alle jongeren tussen 12 en 25 jaar zich hetero noemt. Van de jongens noemt 4% zich homo of gay en 3% noemt zich bi. Bij meiden ligt dit percentage iets hoger: 8% van de meiden noemt zich bi, 5% weet het nog niet. In een klas van 25 leerlingen zou dit betekenen dat de overige 18% (ongeveer 4 tot 5 leerlingen) zich identificeert als homo, lesbisch, bi, of dat sommigen het nog niet weten. 3% van de jongeren identificeert zich niet als jongen of meisje, zij noemen zich het vaakst queer (21%), bi (19%) of pan (13%).

Sekse- en genderdiversiteit onder jongeren

Ongeveer 1 op de 30 jongeren is transgender of genderdivers, een gemiddelde van ongeveer 1 per klas. Zij geven aan dat hun genderidentiteit niet of niet helemaal overeenkomt met het geslacht bij hun geboorte, of ze twijfelen erover. Ongeveer 3 op de 1000 jongeren zijn intersekse, er is dus gemiddeld één intersekse kind per basisschool.

Veranderende houding en acceptatie

De sociale acceptatie van seksuele en genderdiversiteit onder jongeren is de afgelopen jaren toegenomen. Het aantal jongeren dat uitingen van homoseksualiteit afkeurt, is flink gedaald. In 2023 keurde nog maar 24% van de jongens en 9% van de meiden het af als twee jongens elkaar zoenden op straat.

Welzijn en gezondheid

LHB+ jongeren voelen zich vaak minder goed dan hun heteroseksuele leeftijdsgenoten. Ze zijn minder tevreden over hun relaties en hebben een minder positief lichaamsbeeld. Ook transgender en genderdiverse jongeren ervaren vaker een lager welzijn dan jongeren die tevreden zijn met het geslacht waarmee ze zijn geboren. Ze hebben een minder positief lichaamsbeeld, minder positieve seksuele gevoelens en zijn minder tevreden over hun relaties.

Bron: Seks onder je 25e: Seksuele gezondheid van jongeren in Nederland anno 2023 (Soa Aids Nederland en Rutgers)

Vragen van leerkrachten, ouders en leerlingen

Hoe ontstaat een seksuele oriëntatie, zoals lesbisch, homo- of biseksualiteit?

Seksuele oriëntatie – of iemand zich aangetrokken voelt tot mannen, vrouwen of meerdere genders – is geen keuze en kun je niet aanleren of afleren. Iedereen wordt geboren met een aanleg voor een bepaalde oriëntatie, die zich in de loop van het leven verder kan ontwikkelen. Voor sommige mensen is hun seksuele oriëntatie al op jonge leeftijd duidelijk, terwijl anderen pas op latere leeftijd ontdekken dat ze (ook) gevoelens hebben voor personen van een ander gender dan ze eerder dachten.

Hoe wordt iemand transgender?

Transgender personen voelen zich niet of niet volledig thuis in het geslacht dat hen bij geboorte is toegewezen. Dit is geen keuze; transgender ben je, dat word je niet. Er is nog veel onderzoek gaande naar hoe genderidentiteit precies ontstaat. Wetenschappers denken dat biologische factoren, zoals hersenontwikkeling en erfelijkheid (DNA), daarbij een rol kunnen spelen. Waarom sommige mensen transgender zijn en anderen niet, is nog niet volledig bekend. Wat wél duidelijk is: genderidentiteit maakt een wezenlijk deel uit van wie iemand is.

Wat is het verschil tussen transgender en intersekse?

Transgender zijn heeft te maken met genderidentiteit: hoe iemand zich van binnen voelt en identificeert – bijvoorbeeld als man, vrouw, beide of geen van beide – en dat gevoel komt niet altijd overeen met het geslacht dat bij geboorte is toegewezen.

Intersekse verwijst naar mensen die geboren zijn met lichamelijke geslachtskenmerken (zoals chromosomen, geslachtsorganen of hormonen) die niet volledig passen binnen de gangbare definities van 'mannelijk' of 'vrouwelijk'. Dit staat los van hoe iemand zich van binnen voelt of identificeert.

Komt homoseksualiteit ook voor in andere culturen en tijden?

Homoseksualiteit is een universeel verschijnsel dat overal ter wereld voorkomt, ongeacht cultuur of geografische locatie. In elk land is er sprake van aantrekkingskracht en seksuele relaties tussen mensen van hetzelfde geslacht. Hoewel homoseksualiteit in sommige landen taboe of zelfs strafbaar is, betekent dit niet dat het daar niet voorkomt; het wordt vaak simpelweg niet openlijk besproken. Daarnaast is homoseksualiteit van alle tijden. Al in de oudheid, bijvoorbeeld in het oude Griekenland, waren er afbeeldingen en verhalen van

mannen en vrouwen die relaties hadden met mensen van hetzelfde geslacht. Ook in oude culturen in Azië en het Midden-Oosten zijn bewijzen gevonden van zulke relaties.

Kunnen homoseksuele, lesbische en transgender mensen ook kinderen krijgen?

Ja, ouderschap is voor iedereen mogelijk, ook voor homoseksuele, lesbische en transgender personen. Er zijn verschillende manieren waarop zij ouders kunnen worden. Twee vrouwen kunnen bijvoorbeeld een kind krijgen via kunstmatige inseminatie met sperma van een donor. Homoseksuele mannen kunnen een kind adopteren of gebruikmaken van een draagmoeder. Ook komt het voor dat homoseksuele mannen als co-ouders betrokken zijn bij de opvoeding van het kind van lesbische vrouwen. Soms ontstaan hierdoor grote gezinnen waarbij een kind vier ouders heeft, zoals twee vaders en twee moeders die samen zorgen voor het kind.

Let op: het is niet gepast om leerlingen met twee vaders of twee moeders te vragen wie de biologische ouder is, vooral als het gaat om samengestelde gezinnen. Respect voor ieders privéleven staat voorop.

Wat kun je doen voor een genderdiverse, transgender of interseks leerling?

In principe hoef je hier niet extra aandacht aan te besteden, tenzij dat nodig is. Het is vooral belangrijk om goed in de gaten te houden of de leerling zich prettig voelt, aansluiting vindt bij klasgenoten en niet wordt gepest. Let erop of de leerling zich niet ineens terugtrekt of zich ongemakkelijk gaat gedragen.

Als je merkt dat een leerling het lastig vindt om mee te doen aan fysieke of lichamelijke activiteiten, zoals gym of zwemmen (bijvoorbeeld vanwege omkleden), kun je op een rustig moment met die leerling bespreken wat de leerling prettig vindt en wat zou kunnen helpen. Zo geef je de leerling ruimte om zich veilig en begrepen te voelen.

Wat kun je doen als een leerling twee moeders of twee vaders heeft?

In principe is er geen speciale aandacht nodig. Het is belangrijk om je bewust te zijn van de grote diversiteit aan gezinsvormen. Sommige kinderen wonen in samengestelde gezinnen, met twee moeders of twee vaders, of bij opa, oma of een andere opvoeder. Het is waardevol om deze diversiteit in de klas zichtbaar en bespreekbaar te maken.

Houd ook in gedachten dat je aan iemands gezinssituatie niet kunt aflezen wat iemands seksuele oriëntatie is. Mensen kunnen in een relatie zitten die lijkt op een homo-, lesbische of heterorelatie, terwijl ze eigenlijk biseksueel of panseksueel (bi+) zijn.

Wat kun je doen als een jongen met een jurk naar school wil?

Geef een leerling de ruimte om te experimenteren met genderuitingen, zeker als het daar zelf behoefte aan heeft. Dit kan verschillende betekenissen hebben: misschien is de jongen transgender, misschien is het een fase die weer overgaat, of misschien wil hij zich gewoon op een manier uiten die traditioneel als 'meisjesachtig' wordt gezien.

Het is belangrijk om hierover in gesprek te gaan met de ouders, en het kind vooral de ruimte te geven om zichzelf te ontdekken. Let er ook op dat de leerling niet gepest wordt om zijn keuze. Maak in de klas duidelijk dat iedereen op school zichzelf mag zijn en zich mag uiten zoals die wil.

Tips en tools

Zorg voor een veilig en open klimaat

- Het is belangrijk dat alle leerlingen weten dat ze zichzelf mogen zijn – ongeacht hun sekse, genderidentiteit of seksuele oriëntatie. Op school moet iedereen zich veilig, geaccepteerd en gerespecteerd voelen. Alleen in een veilige omgeving kunnen leerlingen zich optimaal ontwikkelen en gezond opgroeien.
- Sekse, gender en seksuele diversiteit gaat niet alleen over LHBTI+ leerlingen. Alle leerlingen hebben een sekse, een gender en een seksuele oriëntatie. Deze thema's zijn dus relevant voor álle leerlingen.
- Praten over LHBTI+ gaat in de meeste gevallen niet over seks en intimiteit, maar over mogen zijn wie je bent.
- Accepteer niet dat er gescholden wordt met homo, ook niet als grapje.
- Vermijd onnodige indelingen in oefeningen of werkvormen waar wordt uitgegaan van groepen jongens en meiden. Vraag je af hoe dit is voor intersekse, trans en genderdiverse kinderen die onzeker, twijfelend of anders zijn dan de meeste kinderen in hun geslachtskenmerken, veronderstelde genderidentiteit of verwachte genderexpressie. Als het echt nodig is om leerlingen in te delen in een jongensgroep en meidengroep, overweeg dan een derde groep toe te voegen met andere genders of geef leerlingen de vrijheid om zelf te kiezen in welke groep zij zich het prettigst voelen. Maak duidelijk dat het oké is om van groep te wisselen als iemand dat wil.
- Maak bij gymlessen eventueel afspraken over kleedkamers.

Meer informatie over een veilig schoolklimaat vind je op de website van [Stichting School & Veiligheid](#).

Geef specifiek aandacht aan sekse, gender en seksuele diversiteit

In taal

- Vermijd termen als 'wij' en 'zij' als het gaat over hetero's en niet-hetero's. Zulke tegenstellingen kunnen onbedoeld de afstand vergroten en het idee versterken dat niet-hetero zijn 'anders' of afwijkend is. Kies in plaats daarvan voor taal die iedereen insluit en gelijkwaardig benadert.

In gesprek

- Stel open vragen aan de leerlingen.

- Je hoeft niet alles te weten om een gesprek te beginnen – gewoon beginnen is vaak al genoeg.
- Wees je bewust van je eigen normen en waarden en luister met een open houding naar de verhalen en vragen van leerlingen.

In de les

- Zorg dat sekse, gender en seksuele diversiteit structureel aan bod komt in de lessen over relationele en seksuele vorming.
- Kijk voor lesmaterialen over dit thema op seksuelevorming.nl/lesmaterialen en op gendi.nl.
- Het [Gender-Doeboek](#) geeft tips en tools voor een genderinclusieve school
- Met het [Paarse Vrijdag](#) pakket kun je aandacht besteden aan jezelf zijn, met focus op sekse, gender en seksuele diversiteit. In de [onderwijsbieb](#) van het COC kun je alle Paarse Vrijdag materialen vinden.

Boeken

- Zorg dat er diversiteit is in de boeken die beschikbaar zijn.
- Lees de leerlingen voor uit een boek waarin een kind twee moeders heeft, of waarin iemand het gevoel heeft dat zijn lichaam niet goed past. Voor boekentips, zie de laatste pagina van deze handreiking.
- Zorg dat er een leeslijst in de klas ligt met boeken die over LHBTI+ kinderen/gezinnen gaan.
- Ga voor een boekenlijst naar [pagina 26](#).

Zichtbaarheid

- Hang een LHBTI+ poster of kunst op. Denk bijvoorbeeld aan de posters van Paarse Vrijdag of de [poster tegen homoschelden](#) van Stichting School & Veiligheid.
- Laat de leerlingen een regenboogtekening of knutselwerk maken, en leg uit dat de regenboog staat voor sekse, gender en seksuele diversiteit.
- Nodig LHBTI+ voorlichters uit die persoonlijke verhalen kunnen delen met de klas. Neem hiervoor een kijkje op [Voorlichting in de klas door het COC](#).

Media

- Maak gebruik van actualiteiten. Ga in gesprek wanneer de leerlingen praten over bekende LHBTI+ personen zoals NikkieTutorials of wanneer er een item is over LHBTI+ in het jeugdjournaal.
- Geef voorbeelden van bekende homo, lesbische, bi+, transgender en intersekse mensen in de media. Zorg daarbij voor een diversiteit in de rolmodellen, waarin niet alleen stereotypen bevestigd worden.

Evenementen

- Zorg dat er aandacht is voor diversiteit gedurende het jaar. Valentijnsdag, de Week van de Lentekriebels, Coming-Outdag en Paarse Vrijdag zijn voorbeelden van momenten waarop standaard aandacht besteed kan worden aan diversiteit.
- Zorg dat Valentijnsdag, de Week van de Lentekriebels, Coming-Outdag en Paarse Vrijdag standaard op de jaarkalender van de school staan.

Integreren van het thema in reguliere lessen

- Houd rekening met diversiteit in hoe je mensen en groepen aanspreekt. Zeg bijvoorbeeld 'leerlingen', 'kinderen' en 'ouders', in plaats van 'jongens en meiden' of 'vaders en moeders'.
- Ben je toetsvragen aan het maken of een praktijkopdracht aan het verzinnen? Zorg dat er diversiteit zit in de vragen/opdrachten. Laat Sofia bijvoorbeeld naar de supermarkt gaan met haar twee vaders.
- Kies voor diversiteit in de boeken die je voorleest in de klas, zonder dat die diversiteit specifiek het thema is.

Sekse, gender en seksuele diversiteit als thema op school

- Zorg dat het thema op de agenda van de school komt, en daardoor steeds terugkomt.
- Bespreek diversiteit tijdens vergaderingen met collega's.
- Bespreek vraagstukken en problemen rondom diversiteit met collega's.
- Ontwikkel als school een visie op sekse, gender en seksuele diversiteit. De GGD kan hierbij ondersteunen.
- Ga er niet vanuit dat alle kinderen een vader en een moeder hebben. Er zijn veel variaties mogelijk.
- Laat kinderen die niet een vader en een moeder hebben, kiezen hoe ze Vader- en Moederdag willen vieren. Kinderen kunnen meerdere vaders en moeders hebben of juist geen vader of moeder. Dit geldt voor kinderen met LHBTI+ ouders, maar ook voor kinderen uit samengestelde gezinnen.
- Check of algemene tekstuele uitingen en beelden van de school en lesmateriaal niet onnodig of onbedoeld uitgaan van de indeling jongens en meiden. Vermijd bijvoorbeeld dat er jongens of meidenversies zijn of dat kinderen of ouders hun geslacht moeten aangeven in testjes, aanmeldingen, registraties. Als dit toch nodig is, zorg dan dat er ook een derde optie is. De [Toolkit onnodige seksregistratie](#) biedt hiervoor goede handvatten.

Meer informatie

Het is belangrijk om specifiek aandacht te geven aan sekse, gender en seksuele diversiteit in de klas. Daarnaast is het van belang dat deze thema's zoveel mogelijk in de reguliere lessen geïntegreerd worden. Er is veel informatie en materiaal beschikbaar om leerkrachten hierbij te ondersteunen. Gebruik het liefst een doorlopende leerlijn voor relationele en seksuele vorming, hierin zit het thema verweven. Kijk voor meer informatie op loketgezondleven.nl.

Daarnaast zijn er onderstaande bronnen voor informatie, advies en hulp.

Voor kinderen en jongeren

- Pubergids.nl is een website voor kinderen vanaf 10 jaar over de veranderingen in de puberteit, maar bevat ook informatie over LHBTI+.
- [Paarse Vrijdag](http://PaarseVrijdag.nl), een website waarop basisscholen een Paarse Vrijdag-pakket aan kunnen vragen. Je vindt hier ook andere lesmaterialen.
- [Iedereen is anders](http://Iedereenisanders.nl) is een website die jongeren op weg helpt tijdens de ontdekkingsstocht naar hun sekse, gender en seksuele oriëntatie. De website geeft ook informatie aan ouders, verzorgers en professionals.
- [Jong&Out](http://Jong&Out.nl) is een online community voor LHBTI+ jongeren tot 18 jaar.
- [Cyberpoli](http://Cyberpoli.nl) geeft kinderen en jongeren betrouwbare medische informatie met duidelijke uitleg en animaties, en filmpjes en interviews over intersekse/DSD.

Voor onderwijs- en andere professionals, ouders en andere opvoeders

- [Stichting School & Veiligheid](http://StichtingSchool&Veiligheid.nl) inspireert en adviseert scholen over respectvol omgaan met seksualiteit en seksuele diversiteit. Op de website vind je tips en [materialen](#) voor lessen voor het basisonderwijs.
- In de [onderwijsbieb](http://Onderwijsbieb.nl) van het COC kun je alle Paarse Vrijdag materialen vinden.
- [Toolkit gender in de kleuterklas](http://Toolkitgenderindekleuterklas.nl) is een website van RoSa, het Vlaams kenniscentrum dat werkt rond gender en feminisme. RoSa ontwikkelde ook de site [Genderklik](http://Genderklik.nl) met leestips en filmpjes over gender.
- Gendi.nl biedt inspiratie en materialen om ruimte te geven aan gender- en seksuele diversiteit in het onderwijs.
- [Regenboog Taaltips](http://RegenboogTaaltips.nl) is een hulpmiddel van de gemeente Amsterdam om op een respectvolle manier te praten en schrijven over sekse, gender en seksuele diversiteit in het onderwijs.
- De e-learning [Jong & Transgender](http://Jong&Transgender.nl) leert leerkrachten en andere professionals hoe zij gendervraagstukken vroeg kunnen signaleren en bespreekbaar kunnen maken.

- Goede informatie over transgender en genderdiversiteit staat op transgenderinfo.nl en transvisie.nl.
- Goede informatie over intersekse staat op seksediversiteit.nl.
- In de bundel '[Tot mijn kind zelf kan kiezen](#)' vertellen ouders van kinderen met een vorm van intersekse over hun ervaringen met de opvoeding.

Belangenorganisaties

Er zijn verschillende belangen-, netwerk- en patiëntenorganisaties die een specifieke groep binnen LHBTI+ vertegenwoordigen:

- [COC Nederland](#) is een community- en belangenorganisatie voor LHBTI+ mensen
- [Bi+ Nederland](#) is een community- en belangenorganisatie voor bi+ mensen
- [NNID](#) is de belangenorganisatie voor seksediversiteit.
- [Transvisie is](#) een organisatie voor transgender personen die ouders en kinderen informeert over transgender zijn.
- [Transgender Netwerk](#) is een site die antwoorden biedt op veelgestelde vragen, met een transgender wegwijzer en zorgpagina met chatfunctie.

Direct hulp

- [Veilig Thuis](#) is het advies- en meldpunt huiselijk geweld en kindermishandeling.
- [113 Zelfmoordpreventie](#) is de nationale organisatie ter preventie van zelfdoding.

Boekentips

Op onderstaande websites vind je boekenlijsten over diverse onderwerpen die kinderen interesseren en waarover zij mogelijk vragen hebben. Deze boeken zijn geschreven en geïllustreerd door mensen met verschillende expertises, achtergronden en perspectieven. Als leerkracht kun je inschatten welke van deze boeken wel of niet passen bij waar jij voor staat en wat jij kinderen mee wilt geven.

- [Boekenlijst seksuele vorming.nl](#)
- [Boekenlijst queerboeken.nl](#)