

# Bijlagen

## Script

Hallo hulpverlener!

Ik ben Lon. Ik ben laatstejaarsstudente SPH, Social Work, te hogeschool InHolland Alkmaar. En dit, is mijn visiestuk.

“Hulpverleners dienen meer aandacht te besteden aan het onderwerp LHBT+.”  
Dat is mijn visie. En hier wil ik het graag met jullie over hebben.

Tenzij je het antwoord al weet, is de volgende vraag waarschijnlijk al bij je opgekomen: “Wat is LHBT+?”. De afkorting zelf is simpel uit te leggen. De L staat voor lesbisch, dat zijn vrouwen die op vrouwen vallen. De H voor homo, dat zijn mannen die op mannen vallen, de B voor biseksueel, dat is iemand die op meerdere genders valt, en de T is voor transgender: iemand waarbij het gender niet congruent is met wat bij de geboorte is aangewezen. En de plus? Die staat voor ehh... dit. Niet schrikken, het is heel veel, maar je hoeft echt niet alles te weten. Daar kom ik later nog op terug. Onder de plus vallen dingen als intersekse (waarin iemand zowel mannelijke als vrouwelijke geslachtskenmerken heeft), aseksualiteit (iemand die geen seksuele gevoelens heeft) en non binaire personen (iemand die geen man en geen vrouw is, maar iets er tussenin).

In het kort, is LHBT+ alles wat te maken heeft met seksuele oriëntatie, genderexpressie en genderidentiteit (Beusekom & Kuyper, 2018).. Met uitzondering van heteroseksuelen (mannen die op vrouwen vallen, en vrouwen die op mannen vallen) en cisgender personen (mensen die niet transgender zijn) (Movisie, 2021).

Nu weet je dus wat LHBT+ is. “Oke, leuk, maar wat moet ik hier nu mee als hulpverlener? Ik heb geen tijd voor nutteloze informatie!”. Geen zorgen, er zit heus een punt aan mijn verhaal. Het lijkt nu misschien nog een beetje op appels met peren vergelijken, maar ik leg het je uit. Stel dat deze appel de hulpverlening is. Je ziet methodieken, theorieën, psychologische stromingen en al nog wat meer. We vergeten dit allemaal even, en gaan terug naar de kern van het sociaal werk. Communicatie is een groot deel van Sociaal Werk. Effectieve communicatie kunnen we opdelen in drie onderdelen. Empathie, een poging om je in te leven in de gevoelens en gedachten van de ander, om diegene beter te kunnen begrijpen. Authenticiteit: eerlijk zijn over je gevoelens en handelingen, voor een open communicatie. En bovendien, respect. De ander accepteren en waarderen, ongeacht wie ze zijn (Wilson, Ruch, Lymbery & Cooper, 2014). Laten we de peer erbij halen. Wederom, als je de hele peer neemt zie je het hele boek van wat de plus betekent, en nieuwe terminologie waar je niet bekend mee bent. Dit is overweldigend, dus we nemen een stapje terug, naar de kern. Een LHBT+ persoon wilt graag begrepen worden, omtrent diens seksuele oriëntatie en/of gender. Een communicatie waarin het persoon echt en eerlijk kan zijn over het LHBT+ zijn. En bovendien, wederom het belangrijkste, respect. Geaccepteerd worden voor wie die is, zonder oordeel. Als je er zo naar kijkt, is het zo gek allemaal niet. Als hulpverlener ken je al deze basisprincipes al, en als we ons hier aan houden gaat het al snel goed. Ook in de IFSW zien we weer enkele basisprincipes terug die belangrijk zijn om toe te passen bij de

LHBT+ gemeenschap, maar ook bij de mensen eromheen, zoals andere cliënten, collega's en andere betrokkenen. Zo dienen Sociaal Werkers sociale rechtvaardigheid te bevorderen door discriminatie te bestrijden, respect te hebben voor diversiteit, en solidariteit op te bouwen. Het kan gebeuren dat Tommy, een cliënt, tegen Pieter zegt "wat ben je toch een vieze homo". Dan is het aan jou als Sociaal Werker om Tommy terecht te wijzen. Of als de juf van Pieter zegt "Ik weet dat je nu Pieter genoemd wilt worden, maar ik vind dat je nog een meisje bent, dus ik noem je Petra". Dan dien je de juf erop te wijzen, om discriminatie tegen te gaan (IFSW, 2004). En het maakt niet uit met welke doelgroep je werkt. Seksualiteit is aanwezig bij alle leeftijden en doelgroepen, al uit het zich op verschillende wijzen (Heemelaar, 2013). De kans dat je in aanraking komt met een LHBT+ cliënt is ook sterk aanwezig. Ongeveer 15% van de Nederlandse bevolking valt namelijk onder deze doelgroep (Movisie, 2021). En, ook als Pieter geen homo is, dan mag Tommy hem nog steeds geen vieze homo noemen.

Helaas brengt het LHBT+ zij veel negatieve extra's met zich mee. De leefstijl van de LHBT+'ers is gemiddeld slechter dan die van hetero personen. Zo uit dit zich in slechte gewoontes: LHBT+'ers roken meer, drinken meer alcohol, gebruiken vaker drugs, en hebben ook vaker overgewicht. Dit is al een kwestie om je als Sociaal Werker goed bewust van te zijn, maar wat vooral van toepassing is in de hulpverlening, is de mentale staat. LHBT+'ers leiden significant vaker aan depressies en angsten, resulterend in suïcidale gedachten, en soms zelfs zelfmoordpogingen. De LHBT+'ers maken dan ook vaker gebruik van de geestelijke gezondheidszorg. Veel van deze negatieve effecten kunnen verklaard worden vanuit de minderheidsstress die deze doelgroep ervaart. Zo zijn er veel negatieve stereotypen en vooroordelen waar de LHBT+'ers dagelijks mee in aanraking komen. Veel LHBT+'ers houden daarom hun geaardheid, deels of volledig, geheim. Men voelt een waakzaamheid: discriminatie geuit met blikken, woorden, of fysiek geweld kan ieder moment voorkomen. Het kan ook gebeuren dat men de negatieve uitspraken internaliseert. "Als iedereen zegt dat het slecht is wie ik ben, zal het wel zo zijn". Al deze dingen zorgen voor veel stress, en dit doet niet goed aan de mentale staat (Sociaal en cultureel planbureau, 2018). LHBT+'ers, met name biseksuele vrouwen, ervaren ook vaker seksuele grensoverschrijding. Zo heeft 52% van de biseksuele vrouwen dit ervaren, in tegenstelling tot 30% van de hetero vrouwen. Een zesde hiervan is hiermee in aanraking gekomen voor hun 16e levensjaar (Nikkelen, S., Tijdink, S., de Graaf, H., Bakker, B., 2019). Als hulpverlener is het belangrijk om bij deze doelgroep extra aandacht te besteden aan het onderwerp seksuele grensoverschrijding.

Nu je iets meer weet over de theorieën en achtergronden van LHBT+'ers in de hulpverlening, wil ik je aan iemand voorstellen. Dit is A. A is bij de geboorte geïdentificeerd als meisje, en ook als meisje opgevoed. Dit heeft voor A nooit echt goed gevoeld, maar ze wilt ook geen jongen zijn, dat is niet wie ze is. Maar wat dan wel? A. komt terecht in de hulpverlening. Met haar hulpverlener praat ze soms wel over haar gender, maar niet veel omdat ze het moeilijk vindt om erover te beginnen, en haar hulpverlener begrijpt niet goed hoe ze zich voelt. A. gaat zelf op ontdekkingsreis, en komt erachter dat non-binair zijn bestaat. Weet je nog? Geen man en geen vrouw, maar iets er tussenin? Dat dus. A. gebruikt ook niet meer zij/haar voornaamwoorden, maar die/hen. En de naam A was te vrouwelijk, dus die gebruikt nu de naam S. S voelt zich nu een stuk beter in diens gender, maar de ontdekkingsreis is nog niet voorbij. Er is nog veel te ontdekken, en er komen veel nieuwe gedachten en gevoelens bij het non-binair zijn. S. krijgt een nieuwe hulpverlener. Met deze

hulpverlener praat S wel over giens gender, maar de hulpverlener begrijpt de gevoelens van S. niet zo goed.

“Ik had graag samen met mijn hulpverlener mijn gender willen ontdekken, en meer begrip voor hoe ik me voel! Ik moet alles aan mijn hulpverlener uitleggen, het zou fijn zijn als ze zich zou inlezen nadat ik uit de kast was gekomen als non-binair, dan had ik me meer begrepen gevoeld”.

Je weet nu wat LHBT+ is, hoe het in verband staat met hulpverlening, wat LHBT+'ers “anders” maakt in de hulpverlening, en je hebt kennis gemaakt met S. Ik denk dat je nu vast wel wat concrete tips wilt horen over wat jij als Sociaal Werker kan doen.

Toon respect voor je LHBT+ cliënten, door niet te twijfelen aan hoe zij zeggen zich te voelen, en bijvoorbeeld de juiste voornaamwoorden te gebruiken. Heb je geen LHBT+ cliënten? Wees dan alsnog alert op de discriminatie van deze doelgroep. En weet je zeker dat je geen LHBT+ cliënten hebt? Niet iedereen durft het zelf te vertellen, maak het bespreekbaar. Hiervoor kun je bijvoorbeeld de maand Juni gebruiken: de officiële “Pride” maand, waarin het bestaan van de LHBT+ gemeenschap wordt gevierd. Wil je iets organiseren? Het hebben van rolmodellen helpt de zelfacceptatie van de LHBT+'ers, dus organiseer een bijeenkomst waar ze gelijken kunnen ontmoeten, of bekijk bekende LHBT+'ers op youtube (<https://youtube.com>), zoals Nikki Tutorials of Dodie Clark. Of bekijk leuke series zoals Anne+ op Netflix (<https://netflix.nl>). Doe onderzoek om basiskennis op te doen. Kom je een cliënt tegen zoals S.? Het internet op zich kan je al goed op weg helpen om het onderwerp beter te begrijpen.

Wil je basiskennis opdoen, maar weet je niet zo goed waar je moet beginnen? Kijk dan eens op deze websites: [www.iedereenisanders.nl](http://www.iedereenisanders.nl) (<https://iedereenisanders.nl>), [www.genderbread.org](http://www.genderbread.org) (<https://genderbread.org>), [www.gayandschool.nl](http://www.gayandschool.nl) (<https://gayandschool.nl>), of [www.gsanetwerk.nl](http://www.gsanetwerk.nl) (<https://gsanetwerk.nl>).

“Hulpverleners dienen meer aandacht te besteden aan het onderwerp LHBT+ in de hulpverlening”. Dat is mijn visie. En ik hoop dat je nu iets beter begrijpt waarom. Dag hulpverlener...

## Literatuurlijst

van Beusekom, G. & Kuyper, L. (2018). *LHBT-monitor 2018: De leefsituatie van lesbische, homoseksuele, biseksuele en transgender personen in Nederland*. Geraadpleegd van <https://www.scp.nl/publicaties/monitors/2018/11/21/lhbt-monitor-2018> op 9 juni 2021.

Heemelaar, M., (2013). *Seksualiteit, intimiteit en hulpverlening* (vierde, herziende druk) Bohn Stafleu van Loghum, Houten.

IFSW (2004). *Ethics in Social Work, Statement of Principles*. Geraadpleegd van <https://www.iassw-aiets.org/wp-content/uploads/2015/10/Ethics-in-Social-Work-Statement-IFSW-IASSW-2004.pdf> op 2 november 2021.

Movisie, (2021). *Handreiking LHBT Feiten Cijfers*. Geraadpleegd van <https://www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/2021-03/Handreiking-LHBTI-Feiten-Cijfers-2021.pdf> op 9 juni 2021

Nikkelen, S., Tijdink, S., de Graaf, H., Bakker, B. (2019). *Seksuele gezondheid van lesbische, homoseksuele en biseksuele personen in Nederland anno 2017*. Geraadpleegd van <https://rutgers.nl/wp-content/uploads/2021/09/Seksuele-gezondheid-LHB-personen-in-Nederland-2017-incl.-samenvatting.pdf> op 2 november 2021

Sociaal en Cultureel Planbureau (2018). *LHBT-monitor 2018, De leefsituatie van lesbische, homoseksuele, biseksuele en transgender personen in Nederland*. Geraadpleegd van <https://www.scp.nl/publicaties/monitors/2018/11/21/lhbt-monitor-2018> op 2 november 2021.

Wilson, K., Ruch, G., Lymbery, M. & Cooper, A. (2014). *Social Work een inleiding* (Tweede druk) Pearson Benelux, Amsterdam.