



## Actieonderzoek Gendernormen

Alliantie Genderdiversiteit

# Colofon

2

G&N  
DE  
R

Auteurs:

Marianne Cense (Rutgers), Michelle Emmen (Movisie) en  
Sylvia Holla (Atria)

Datum:

1 juni 2017

Uitgave:

Alliantie Genderdiversiteit 2017



Ministerie van Onderwijs, Cultuur en  
Wetenschap

Dit rapport is mede tot stand gekomen met subsidie van het  
ministerie van Onderwijs Cultuur en Wetenschappen.

G&N  
DE  
R

Het is geschreven in het kader van het samenwerkingsproject  
'Alliantie Genderdiversiteit' met Atria, COC Nederland, Doetank  
Peer, Emancipator, Movisie, Nederlands Jeugdinstituut, NNID,  
School & Veiligheid, Transgender Netwerk Nederland, Rutgers  
en Universiteit van Amsterdam.

# Inhoud

<b>1</b>	<b>Inleiding</b>	<b>4</b>
<b>2</b>	<b>Onderzoeksopzet</b>	<b>5</b>
2.1	Onderzoeksvragen	5
2.2	Methode	5
2.3	Onderzoeksgroep	5
2.4	Werkwijze	6
2.5	Analyse	6
2.6	Warming-up oefeningen	6
<b>3</b>	<b>Ervaren gendernormen</b>	<b>10</b>
3.1	Gender categorieën en hokjes als beperking of houvast	10
3.2	Aanvaardbaar gedrag en gevoelens	10
3.3	Taakverdeling	11
3.4	Gevolgen van gendernormen voor sociaaleconomische posities m/v	11
3.5	Gender en identiteit: de dwang om jezelf te definiëren	12
<b>4</b>	<b>Individuele strategieën om met gendernormen om te gaan</b>	<b>13</b>
4.1	Actief sociaal verzet	13
4.2	Eigen ruimte claimen	14
4.3	Spelen met gender	14
4.4	Navigeren door gendernormen	14
4.5	Aanpassen om veilig te zijn	15
<b>5</b>	<b>Op weg naar een ideale(re) wereld</b>	<b>16</b>
5.1	Diversiteit en vloeibaarheid van gender en seksualiteit, zonder normering	16
5.2	Een inclusieve wereld betekent vrijheid en verbinding	17
5.3	Kunnen zijn wie je bent en dat start bij kinderen ruimte geven	17
5.4	Acties die ons dichterbij die ideale wereld brengen	17
<b>6</b>	<b>Conclusies</b>	<b>20</b>
6.1	Gender = complex, intersectioneel en hiërarchisch	20
6.2	Individuele strategieën gericht op sociale verandering en persoonlijke expressieruimte	20
6.3	Dromen en oplossingsrichtingen voor een idealere wereld zonder exclusie	21
<b>Bijlage</b>	<b>Draiboek Actieonderzoek</b>	<b>22</b>

# 1 Inleiding

Gendernormen zijn sociale normen over hoe mannen, vrouwen, jongens en meisjes zich zouden moeten gedragen. Veel mensen zien deze normen als vanzelfsprekend en staan er weinig bij stil. Maar strikte gendernormen kunnen maatschappelijke problemen veroorzaken, daar aan bij dragen of ze in stand houden. Bijvoorbeeld: pesten en geweld tegen ‘mannelijke’ meisjes en ‘vrouwelijke’ jongens, een dubbele moraal die seksueel grensoverschrijdend gedrag in de hand werkt, ongelijke verdeling van arbeid en zorg en homo-, bi- en transfobie.

De Alliantie Genderdiversiteit wil verandering brengen in gendernormen door samenwerking in agenderen, onderzoek en inzet op transformatie. De alliantie streeft naar een samenleving met meer flexibiliteit en diversiteit in gender. De hoofddoelstelling is het beïnvloeden van de huidige rigide gendernormen en het creëren van meer ruimte, meer flexibiliteit en diversiteit in gender. Op deze manier wil de Alliantie een belangrijke bijdrage leveren aan zowel de vrouwen- én mannenemancipatie, als de emancipatie van lesbische vrouwen, homomannen, biseksuelen, transgenders en intersekse (LHBTI) in Nederland. Hiermee verbindt de alliantie deze terreinen aan elkaar. De Alliantie Genderdiversiteit bestaat uit 11 organisaties.

In 2017 ontwikkelt de Alliantie Genderdiversiteit de *Theory of Change*. Deze ‘verandertheorie’ is een uitgebreide beschrijving van hoe en waarom een gewenste verandering in een bepaalde context wordt verwacht. Onze *Theory of Change* toont dus het hoe en waarom van het veranderen van gendernormen, gericht op:

- Het versterken van flexibiliteit en diversiteit in gender.
- Het afzwakken van gendernormen die gender vernauwen tot genderstereotypen.
- Het rigide toepassen van deze gendernormen.

Dit rapport is een van de vier rapporten die als basis dienen voor deze *Theory of Change*:

1. Literatuurstudie.
2. Actieonderzoek.
3. Werkzame elementen van interventies.
4. Leren van internationale interventies.

## 2 Onderzoeksopzet

De Alliantie Genderdiversiteit wil meer inzicht krijgen in de huidige stand van zaken in Nederland op het vlak van gendernormen. Naast literatuuronderzoek heeft de alliantie ook actieonderzoek verricht, om met mensen in gesprek te raken en de stand van zaken rond gendernormen uit te diepen. Daarnaast diende het actieonderzoek ook om mensen te activeren om problemen die ze ervaren met gendernormen aan te pakken.

### 2.1 Onderzoeksvragen

- Op welke wijze hebben mensen (in alle diversiteit, zie 2.3 Onderzoeksgroep) last van gendernormen?
- Welke gevolgen ervaren mensen door restrictieve gendernormen? Bijvoorbeeld op het terrein van arbeid- en zorgverdeling, relaties en seksualiteit, welzijn en gezondheid?
- Wat voor oplossingen/strategieën hebben mensen om met restrictieve gendernormen om te gaan?
- Wat zouden mensen een idealere wereld vinden?
- Welke ideeën hebben mensen om die idealere wereld een stap dichterbij te brengen?

### 2.2 Methode

Actieonderzoek is een onderzoeksmethode binnen sociaalwetenschappelijk onderzoek waarbij sociale systemen niet alleen onderzocht worden, maar ook wordt gezocht naar oplossingen van problemen om te komen tot sociale verandering. Met actieonderzoek gaan we dus tijdens het uitvoeren al werken aan het verbeteren van de situatie. Actieonderzoek onderscheidt zich daarmee van andere onderzoeksbenaderingen door het doel: niet alleen het beschrijven van de werkelijkheid staat centraal maar ook het veranderen ervan (Migchelbrink, 2010).

Omdat we aanvankelijk verwachtten dat er verschillende belevingen zouden zijn van gendernormen gedurende verschillende levensfasen, waren we van plan een 30+ en een 30- bijeenkomst te organiseren. De eerste bijeenkomst vond plaats in Amsterdam bij Atria, de tweede in Nijmegen bij het Roze Huis. De deelnemers kozen echter voor een datum en plaats die hen het beste uitkwam, waardoor er steeds een mix van leeftijden was.

### 2.3 Onderzoeksgroep

Actieonderzoek vraagt om betrokken deelnemers, die zich willen inzetten voor sociale verandering en daar zelf iets bij te winnen hebben. Dit type onderzoek heeft met andere woorden een participatief karakter. Dat betekent dat we op zoek gingen naar mensen die last hebben van de huidige situatie. Door via verschillende kanalen en organisaties te werven – via Atria en Emancipator onder hun feministische achterban en via COC en TNN onder hun LHBTI-achterban – verkregen we een zeer diverse groep mensen die met elkaar deelden dat zij allemaal last hadden van gendernormen. Soms was dat dicht op de eigen huid, als het gaat om genderidentiteit of -expressie of in relaties, soms vanuit meer afstand, in de structuren en culturen van onderwijs, werk of elders, die bepaald gedrag van mannen en vrouwen voorschrijven.

Voor elke meeting werden tussen de 20 en 40 deelnemers geworven. In totaal hadden zich 57 mensen aangemeld voor de twee bijeenkomsten: 39 op de eerste bijeenkomst; 17 op de tweede en 1 die door omstandigheden telefonisch deelnam. Uiteindelijk zijn er 40 mensen betrokken, waarvan 39 op de bijeenkomsten en één telefonisch. Op de eerste bijeenkomst waren 26 mensen aanwezig en op de tweede 13. De onderzoeksgroep was zeer divers in leeftijd, genderidentiteit en -expressie. De leeftijd van de deelnemers varieerde van 16 tot 76 jaar oud, met een spreiding over de hele breedte. De groep bestond uit transgenders en cisgenders: vrouwen, mannen en genderqueer/fluide personen. Er was een rijkdom aan mensen die zich niet genderconform uiten. Dit werd goed

zichtbaar in de warming-up oefeningen (zie hieronder). De etnische diversiteit was minder rijk: op de eerste bijeenkomst waren zes deelnemers met een bi-culturele achtergrond, op de tweede maar één.

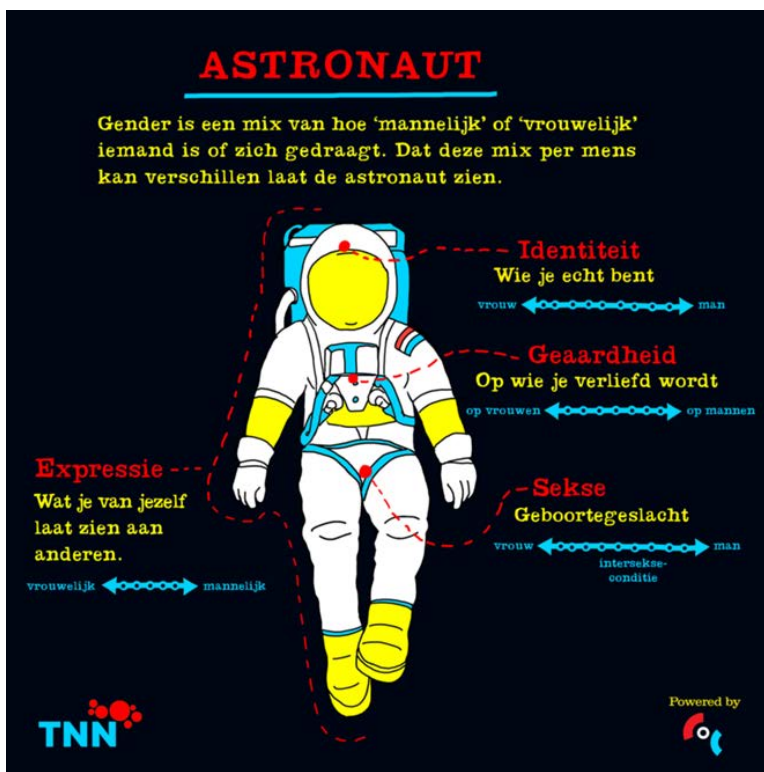
## 2.4 Werkwijze

Om te exploreren waar mensen last van hebben, is een veilige niet-oordelende sfeer nodig, zodat deelnemers hun verhalen durven delen. De facilitators van Rutgers, Movisie, Atria en Emancipator hadden daarin een belangrijke rol. Om de bijeenkomst goed te starten, hebben we een speelse introductie gehouden. Daarna hebben we met verschillende gesprekstafels gewerkt, waar telkens in kleine groepen verschillende onderzoeksvragen behandeld werden. Elke gespreksronde werd op een andere wijze gestart, zodat deelnemers geboeid bleven. Ook werd iedere ronde de samenstelling van de subgroepen aan de verschillende tafels gewisseld. De facilitator per tafel was verantwoordelijk voor procesbegeleiding en rapportage van de bevindingen. De facilitator stelde uitnodigende vragen, vatte samen wat er gezegd werd en nodigde iedereen uit om actief deel te nemen en naar elkaar te luisteren. Na deelname aan vier gespreksrondes, werden plenair de belangrijkste conclusies besproken en werd ook besproken hoe deelnemers konden aanhaken bij de alliantie.

## 2.5 Analyse

De facilitators hebben verslag gedaan van de gesprekken in de subgroepen. Dit leverde voor de eerste bijeenkomst vier verslagen en voor de tweede bijeenkomst twee verslagen op. Daarnaast waren alle post-its uit de eerste gespreksronde en de tekeningen en mindmaps uit de derde ronde als ruwe data beschikbaar. Vervolgens hebben drie onderzoekers hier elk een analyse van gemaakt en deze besproken. De weergave van deze analyse vormt deze rapportage.

## 2.6 Warming-up oefeningen



Omdat de onderzoeksvragen vrij abstract zijn, en niet bij voorbaat aangenomen kan worden dat deelnemers een begrip als 'gendernormen' kennen, hebben we een korte introductie gegeven van het begrip en twee warming-up oefeningen gedaan. We hebben de Astronaut<sup>1</sup> (ontwikkeld door TNN & COC) getoond om visueel te maken dat er verschillende aspecten in de beleving van gender en seksuele oriëntatie zijn.

Vervolgens hebben we met de aanwezigen een oefening gedaan, waarin de variatie in beleving zichtbaar werd in de groep. Deze oefening wordt ook wel de *genderbread*-oefening genoemd en wordt ingezet in trainingen van

onder andere Rutgers. Aangezien deze oefening alleen diende als warming-up hebben we ons

<sup>1</sup> De Astronaut is een variatie op de genderbread en de unicorn.

beperkt tot twee dimensies waarop we enige mate van variatie verwachtten en waarop weinig introductie nodig was: genderidentiteit en genderexpressie.

Alle aanwezigen kregen een strookje. Daarop stond als eerste 'Ik ervaar mijn genderexpressie als...' en als tweede 'Ik ervaar mijn genderidentiteit als...' met daaronder een balkje met zeven categorieën oplopend van genderconform (1) tot gendernon-conform (7).

#### Ik ervaar mijn gender expressie als...

Gender conform

Gender non-conform



#### Ik ervaar mijn gender identiteit als...

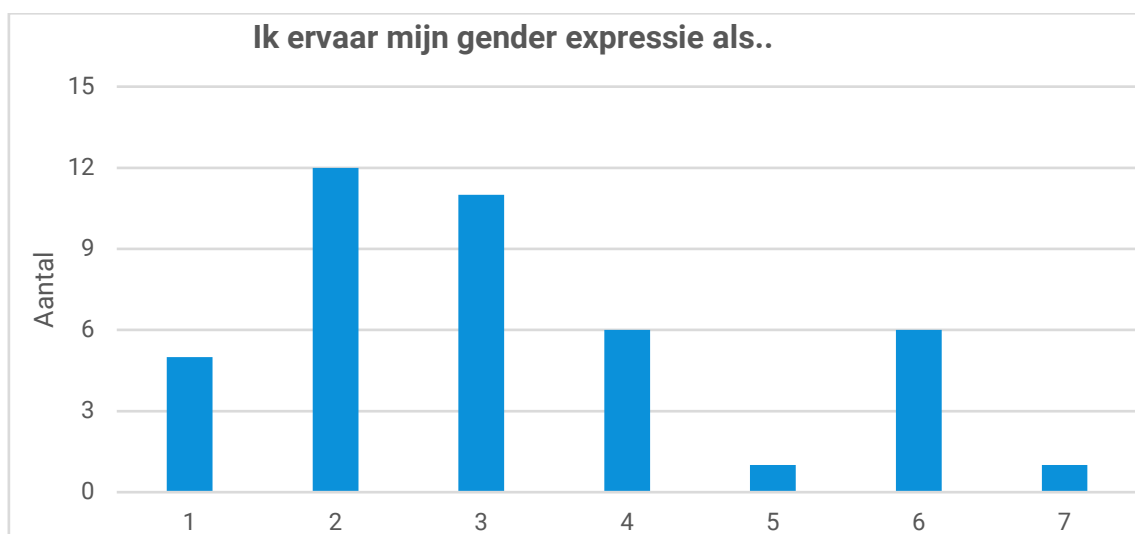
Vrouwelijk

Mannelijk



De deelnemers werd gevraagd om voor zichzelf en niet zichtbaar voor anderen aan te geven wat het dichtst bij hun eigen beleving kwam. Er werd bij vermeld dat ze ook buiten de balk een kruisje konden zetten. De kleurschakering van wit via oranje naar zwart werd gebruikt om te laten zien dat er sprake is van een continuüm. We hebben de kleuren roze en blauw vermeden, omdat dit *gegenderde* kleuren zijn. Nadat iedereen de strookjes had ingevuld, werden alle strookjes verzameld, door elkaar geschud en kreeg iedereen een willekeurig strookje terug. Vervolgens werd aan de groep een imaginaire lijn voorgesteld van 1 tot en met 7 en werd iedereen gevraagd om op de ingevulde antwoordcategorie op het ontvangen strookje te gaan staan. Dit werd daarna voor de tweede vraag herhaald. Deze werkwijze garandeerde dat de eigen beleving van deelnemers voor anderen onbekend bleef, terwijl de variatie binnen de groep wel zichtbaar werd.

Voor genderexpressie hadden alle 39 deelnemers een antwoord ingevuld, waarbij één deelnemer aangaf dat de vraag niet van toepassing was, en drie mensen dat ze zich genderfluïde uitten. De andere 35 deelnemers hebben soms meerdere categorieën naast elkaar aangekruist om te laten zien dat het per context verschilt. De verdeling ziet er als volgt uit:



1 = Gender conform

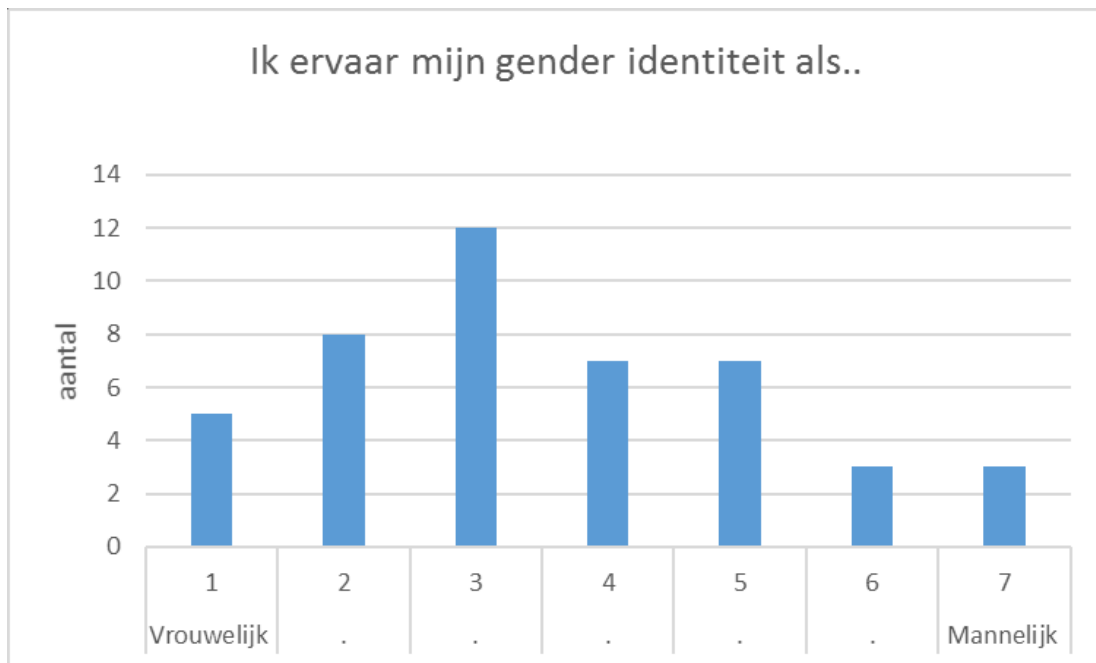
7 = Gender non-conform

Opvallend is dat de categorieën 2, 3 en 6 veel gebruikt worden. De uiterste randen, 1 en 7 zijn minder gekozen. Deze verdeling geeft aan dat een groot deel van de aanwezigen de eigen gender expressie niet als totaal genderconform of totaal gender non-conform ervaart. Het merendeel van de groep kiest voor 2 en 3, maar ook een aanzienlijke groep voor 4 en 6.



*Op de eerste bijeenkomst staan deelnemers op een lijn, die zichtbaar maakt dat de verdeling de hele lijn van 1 tot 7 bestrijkt en overal ongeveer evenveel mensen staan. Het strookje op de voorgrond is van iemand die de vraag 'niet van toepassing' vindt. NB: De deelnemers staan dus niet voor zichzelf, maar voor een ander op die plek.*

Ook voor genderidentiteit hadden alle 39 mensen een antwoord ingevuld, waarbij drie deelnemers aangaven dat de vraag niet op hen van toepassing was, en twee mensen dat ze zich fluïde voelen. De andere 34 deelnemers hebben soms meerdere categorieën aangekruist.



Ook de verdeling hoe de aanwezigen hun genderidentiteit ervaren laat opvallend weinig scores op de uiterste randen zien; er zijn dus relatief weinig aanwezigen die zich identificeren met helemaal mannelijk of helemaal vrouwelijk. Deze curve heeft een iets andere verdeling dan de vorige, met meer nadruk op het midden: deelnemers die zich zowel mannelijk als vrouwelijk voelen, of net zo min vrouwelijk als mannelijk.





*De tweede groep staat voor de tweede vraag op een lijn van 1 tot 7 waardoor zichtbaar wordt dat de meeste deelnemers zich in het midden bevinden. En ook hier staan de deelnemers dus voor een ander op die plek.*

De oefening zorgde ervoor dat de deelnemers zagen dat er veel variëteit was in de groep. Dit versterkte het gevoel dat genderexpressie en genderidentiteit in deze groep niet in vaste hokjes ingedeeld werd en dat veel mensen zichzelf buiten de m/v-dichotomie plaatsten. Er ontstond ook een ontspannen sfeer door, waardoor de gesprekken daarna geanimeerd verliepen.

## 3 Ervaren gendernormen

In de eerste onderzoeksrunde vroegen wij de deelnemers om in te gaan op de vraag: welke gendernormen zijn er, en hoe ervaren je die? Op deze open vraag kwamen antwoorden met grote overeenkomsten. Om hier overzicht in te scheppen, werd de deelnemers verzocht om elke norm die zij onder de aandacht wilden brengen op een afzonderlijke post-it te schrijven. Alle post-its werden vervolgens op een groot flip-over vel geplakt. Vervolgens brachten de deelnemers, in overleg met elkaar, een ordening aan.

Tijdens die ordening kwamen groepsdiscussies op gang, waarin werd ‘onderhandeld’ over wat nu de juiste plek voor welke norm is. Wat is nu eigenlijk mannelijk, wat is vrouwelijk, en welke normen gelden voor iedereen? Zijn er ook normen alleen voor homomannen die niet voor heteromannen gelden? En als een norm begrenzend is voor de één, maar het leven juist comfortabel maakt voor een ander, hoe waardeer je zo’n norm dan? Plak je de normen alleen vanuit je eigen standpuntpositie, of moet je juist kijken wat een gendernorm bijdraagt of juist afbreekt aan de gehele maatschappij?

De gendernormen die ter sprake kwamen, hadden betrekking op vijf thema’s:

- Gendercategorieën en hokjes als beperking of houvast.
- Aanvaardbaar gedrag en gevoelens.
- De taakverdeling.
- Gevolgen van gendernormen voor de sociaaleconomische posities van m/v.
- En gender en identiteit: de dwang om jezelf te definiëren.

### 3.1 Gender categorieën en hokjes als beperking of houvast

De gendernormen die ter sprake kwamen, werden vooral als begrenzend en belemmerend ervaren door de deelnemers. Met name de binariteit van m/v wordt als een belemmering gezien voor iedereen, maar in het bijzonder voor kinderen. Het biologische denken is in opmars, stellen de deelnemers. Hierin worden verschillen tussen jongens en meisjes gezien als essentieel en biologisch, worden die verschillen ook voortdurend benadrukt in de activiteiten van en voor kinderen (in spel, op school, in lesboeken: steeds meer roze/blauw, lief/stoer). Wie daarvan afwijkt, wordt veroordeeld: ‘een man in een jurk, of met make-up, is raar, vies, ziek, pervers, lelijk, walgelijk. En die mag je daarom ook uitschelden’. Het idee van ‘mannen komen van mars, vrouwen komen van venus’ zorgt ervoor dat vrouwen en mannen als twee aparte categorieën worden gezien, die alleen onderling homogeen zouden zijn en overeenkomsten zouden vertonen. Dit is volgens de deelnemers een zeer onjuiste aanname. Toch komt ook ter sprake dat traditionele gendernormen houvast kunnen bieden en dat het best mogelijk is je er prettig bij te voelen.

### 3.2 Aanvaardbaar gedrag en gevoelens

De deelnemers spreken met ergernis over ongeschreven culturele regels die betrekking hebben op gedrag en gevoelens, en die bovendien verschillen per gender: vrouwen die lief en aardig moeten zijn voor anderen, zich zorgend en relationeel opstellen, terwijl mannen zich moeten ‘vermannen’ door zich macho en stoer te gedragen en juist geen gevoelens te tonen. Waar van vrouwen zachtheid wordt verwacht, horen mannen zich autonoom en hard te gedragen: iets waar een aantal deelnemers die zich identificeert als man, helemaal niet mee uit de voeten kan. Zij vertellen dat zij juist emoties willen kunnen tonen, of over hun gevoelens willen kunnen praten.

Ook zijn er normen die als mannelijk worden gezien, maar waarbij een aantal vrouwen aangeeft zich er ook heel prettig bij te voelen: kennis van zaken hebben bijvoorbeeld en die kennis tonen in gesprekken en discussies. De deelnemers stellen vast dat vrouwen veelal worden afgerekend op assertiviteit, en het niet ‘beter mogen weten’ dan mannen. In plaats van gelijk te krijgen moeten vrouwen het belangrijker vinden om aardig gevonden te worden.

De dubbele moraal in normen ten aanzien van seksualiteit wordt aangehaald: ‘Als vrouwen meerdere bedpartners hebben dan wordt dat soms als slecht gedrag bestempeld. Bij mannen als

bewonderingswaardig' – en ook wat betreft het uiterlijk wordt de dubbele standaard uitgebreid besproken. Doordat het uiterlijk zwaarder weegt in de waardering en beoordeling van vrouwen, dan in de beoordeling van mannen, zijn vrouwen meer met hun uiterlijk bezig dan mannen. Vrouwenkleding wordt omschreven als koud – dunne bloesjes – en oncomfortabel – hoge hakken.

Het hebben van een vrouwenlichaam wordt ervaren als een constante worsteling, en bovendien een dunne lijn om op de balanceren: vrouwen moeten mooi en sexy zijn, maar niet sletterig of ijdel. Jong, slank, maar niet te dun. Mannenkleren worden daarentegen gezien als comfortabel: '[zij dragen] truien en ribbroeken'. De dubbele moraal in uiterlijk voor mannen en vrouwen wordt gezien als een belemmering, omdat het vrouwen afleidt van andere activiteiten die meer opleveren, zoals werk. Deelnemers vinden dit onrechtvaardig, omdat het zorgt voor ongelijkheid: 'Voor mannen maakt een bierbuik niet uit, hij wordt aangesproken op wat hij dóet.' De man is hierdoor beter in de gelegenheid om zich op inhoudelijke zaken te focussen.

In bepaalde kringen wordt het uiterlijk van vrouwen inmiddels gezien als triviaal. Bijvoorbeeld, zo stelt een deelnemer: 'als feminist word je niet geacht veel waarde te hechten aan het uiterlijk en vrouwelijke eigenschappen zoals zorgzaamheid.' Maar, als je je er als vrouw daadwerkelijk aan onttrekt, word je erop aangesproken, sociaal gesanctioneerd, en werkt het in je nadeel.

### 3.3 Taakverdeling

Het wordt in de groepsgesprekken duidelijk dat vrouwen en mannen status ontlenen aan verschillende activiteiten. Vrouwen ontlenen voornamelijk status aan zorgen en deeltijd werken, mannen aan werken. De scheve zorg-werk verhouding komt ter sprake. Pappadag wordt benoemd als onrechtvaardig: de waardering van die ene dag waarop vader zorgt, en de vanzelfsprekendheid van de overige dagen waarop moeder verantwoordelijk is voor de zorg, worden ervaren als oneerlijk. 'Een man op het schoolplein krijgt veel positieve reacties en waardering, de vrouw op het schoolplein krijgt nooit eens een schouderklopje.'

Zorgvaderschap zou volgens een aantal deelnemers de norm moeten zijn. De wens van de mannen die willen zorgen blijft vaak onuitgesproken, 'heimelijk', omdat ze bijvoorbeeld te maken hebben met werkgevers die parttime werken niet als vanzelfsprekend zien.

Ook vinden de deelnemers het onterecht dat vrouwen die minder zorgen en meer werken soms met scheve ogen worden aangekeken. Het idee heerst nog steeds dat vrouwen beter zijn in zorgen en in het huishouden en dat zij bijvoorbeeld geen talent hebben voor techniek of wiskunde, waardoor ze niet het zelfvertrouwen kweken om daar een baan in na te jagen. Volgens één van de deelnemers trekken vrouwen de zorg en huishoudelijke taken ook een beetje naar zich toe, want: 'zij vinden zelf eigenlijk ook dat ze het zelf beter doen'. In heterorelaties doen mannen weliswaar vaak minder in het huishouden, maar, zo vindt deze deelnemer, dat is niet altijd hun eigen schuld, want zij krijgen hier soms ook niet de ruimte voor van hun vrouw.

### 3.4 Gevolgen van gendernormen voor sociaaleconomische posities m/v

De gevolgen van deze scheve werk-zorg verhouding en de taakverdeling tussen mannen en vrouwen zijn ook onderwerp van gesprek. De onrechtvaardigheid van de ongelijke sociaaleconomische posities wordt, met name door een aantal vrouwelijke deelnemers, herhaaldelijk benadrukt, want: 'mannen werken niet alleen meer, maar verdienen ook meer dan vrouwen [voor hetzelfde werk]. Vrouwen moeten dus ook gewoon harder werken voor hun geld [dan mannen].' Doordat vrouwen meer zorgen en minder buitenshuis werken dan mannen, verdienen zij minder en zijn zij in veel gevallen niet economisch onafhankelijk. Volgens de deelnemers is economische zelfstandigheid van vrouwen belangrijk, maar is dit tegelijkertijd ook te veel een kapitalistisch ideaal: het zou minder moeten gaan om geld, en meer om zorgen voor elkaar, vindt een aantal deelnemers.

### 3.5 Gender en identiteit: de dwang om jezelf te definiëren

Tijdens de focusgroepen komt ter tafel dat er een sterke sociale druk is om jezelf te definiëren in termen van gender en seksuele geaardheid. De vraag 'ben je nou een jongen of een meisje' wordt als ergerlijk en soms als kwetsend ervaren, want een aantal deelnemers geeft aan niet te willen, of niet te kunnen kiezen. Andere deelnemers kiezen het liefst elke dag opnieuw. Genderidentiteit valt niet altijd samen met het lichaam en je sekse - 'ik ben niet mijn lichaam, ik ben niet mijn pik' - alhoewel de meeste mensen hier wel van uitgaan.

Een andere deelnemer geeft aan dat die man/vrouw binariteit – die heel concreet wordt in de m/v-scheiding in winkels, toiletten, speelgoed, kleedkamers etc. – en de dwang om te kiezen voor een hokje, haar in feite opzadelt met het probleem van een ander. Een probleem dat zij vervolgens geacht wordt op te lossen door te kiezen, want: 'mensen worden onzeker als ze je niet kunnen plaatsen.'

## 4 Individuele strategieën om met gendernormen om te gaan

Nadat deelnemers de gendernormen benoemd hadden die ze tegenkwamen, hebben we in dezelfde subgroepen doorgepraat hoe deelnemers omgaan met deze normen. Sommige deelnemers benadrukten dat ze er niet zozeer 'mee omgaan' maar er tegenin gaan. Anderen stellen dat ze er niet altijd tegenin gaan, omdat dat te bedreigend is, maar een sociale omgeving hebben gezocht waar ze zich veilig voelen om zichzelf te zijn. Een derde strategie is om bestaande gendernormen en genderstereotypen juist te gebruiken om iets voor elkaar te krijgen. Sommige deelnemers gaven ook aan dat genderhokjes voor hen ook houvast boden.

Mensen gebruiken verschillende strategieën, afhankelijk van de situatie. Ook is de context waarbinnen iemand leeft medebepalend voor de strategie die iemand kiest. In een stad als Amsterdam is er volgens de groep meer ruimte voor onafhankelijkheid en voor het niet voldoen aan de norm. Ook is er meer inspiratie op te doen om een originele invulling aan je leven te geven: de stad als emancipatiemachine. Het bewust bezig zijn met en denken over emancipatie kan helpen om vrijheid te ervaren ten opzichte van gendernormen.

Dit geldt ook voor de bredere maatschappelijke context. Momenteel is er veel aandacht in de media onder andere voor transgenders en gender non-conform (Denk aan televisieprogramma's als Hij is een zij en Geslacht en de discussie over genderneutrale toiletten in openbare gebouwen). Mensen ervaren steun vanuit rolmodellen in hun omgeving en in de media, waarin een andere leefstijl getoond worden. Tegelijkertijd roept dit ook bij mensen weerstand op als reactie. Gendernormen worden soms ook weer sterker bevestigd.

Hieronder worden de strategieën van de deelnemers weergegeven, zowel gericht op sociale verandering als op persoonlijke expressieruimte. De strategieën zijn te clusteren tot vijf categorieën:

- Actief sociaal verzet.
- Eigen ruimte claimen.
- Spelen met gender.
- Navigeren door gendernormen.
- En aanpassen om veilig te zijn.

### 4.1 Actief sociaal verzet

Er namen veel mensen aan de focusgroepen deel die uiting geven aan actief verzet tegen gendernormen, zowel in de politiek, in de LHBT-beweging, in hun werk als in hun sociale omgeving. Dat kan door te confronteren en de andere kant te laten zien als mensen heel genderconforme opmerkingen maken. Of door zelf een statement te maken: 'Ik kleed me divers op verrassende momenten, om mensen wakker te houden. Daar heb ik lol in. Het gaat mij makkelijk af en het kan tegenwoordig.' Ook meer subtielere vormen van actief verzet worden benoemd, zoals een vrouw vertelde: 'Bij hokjes vul ik altijd "man" in terwijl ik Femke heet. Als protest.'

In de werkomgeving gebruiken mensen ook de strategie om alternatieven zichtbaar te maken, bijvoorbeeld door een plaatje van andere gezinsvormen over een poster te plakken, te stickeren of een T-shirt te dragen met een inspirerend beeld of een prikkelende tekst. Docenten en trainers geven aan dat ze in lessen en begeleiding jongeren empathisch maken voor het non-binaire.

In de sociale omgeving werden ook voorbeelden genoemd over de opvoeding van kinderen: voor neefjes en nichtjes roldoorbrekende kadootjes kopen, weigeren om mee te praten in de normering zoals met uitspraken als, 'wat wordt het al een mannetje' of 'wat een stoer ventje' en bewust als opvoeder het gesprek aangaan over beeldvorming gendernormen en het internaliseren daarvan. Bijvoorbeeld met een puberzoon het gesprek aangaan over gedrag en gendernormen die vanuit media en videoclips worden neergezet.

Taalgebruik is ook een actievorm die veel genoemd werd. Genderneutrale woorden gebruiken, Xij, haam, zhaarm, genderqueer, mixter, sibbels, vriendinges, om zo het non-binaire te normaliseren en mainstream te maken (mits de omgeving veilig genoeg is om dat te doen).

Deze vormen van actief verzet vragen vaak wel een lange adem: 'Wanneer ik alleen met mijn voorletter en achternaam afsluit krijg ik een mail terug met "geachte heer...". Ik reageer dan met: "Weet u wel dat de helft van de mensheid vrouw is?" Mijn tactiek is om stug door te gaan.' Een andere deelnemer vertelt: 'Mijn partner is een man en dat zie je aan zijn naam en ik heb een niet-Hollandse naam, daardoor word ik door instanties als mevrouw aangesproken. Iedere keer mail ik netjes terug dat ik een man ben, ik houd vol.'

## 4.2 Eigen ruimte claimen

Deelnemers laten verschillende manieren horen waarop ze ruimte claimen om zichzelf te zijn. Eén van de manieren is door veel van je af te laten glijden en stoicijns te reageren: 'Ik ben gewoon ik'. Negatieve commentaren bij de ander leggen en reageren met 'wat is jouw probleem?'. Het is de kunst negativiteit niet te snel op jezelf te betrekken, stelt een deelnemer. Anderen zoeken de ontmoeting juist op om mensen in verwarring te brengen met hun genderexpressie bijvoorbeeld door zowel baardgroei als vrouwelijke kleding te tonen. De verwarring van de ander geeft ruimte en dat is prettig.

Mannen in de groep ervaren dat hen een mannelijke norm wordt opgelegd. Je moet de ruimte claimen om emoties te hebben of gevoelens te uiten, zo stelt één van hen. Van vrienden krijgen mannen bijvoorbeeld regelmatig te horen dat je je moet 'vermannen'. Er bestaat een sociale druk om te 'scoren' en seks te hebben, of 'seks te moeten willen hebben'. Alsof je geen echte man bent als je niet gericht bent op jagen en seks. De hele groep is het erover eens dat meerdere aspecten van mannelijkheid en vrouwelijkheid vooral naast elkaar moeten kunnen bestaan – in één persoon – zonder dat dit problematisch wordt gevonden. Gevoelig én stoer, én zorgzaam.

Eigen ruimte kan ook gevonden worden door mensen op te zoeken die dezelfde normen delen. 'Ik heb een externe bubbel opgezocht.', zegt een deelnemer. Dit is een bewuste keuze, je moet de 'wil' hebben om uit een bestaande setting te breken, stelt een deelnemer. Een ander geeft aan dat het werkt om eigen activiteiten of eigen groepen op te richten en aan te sluiten bij het COC of andere plekken waar je jezelf kan zijn en rolmodellen zoeken die bij jouw leefstijl aansluiten.

## 4.3 Spelen met gender

Er zijn ook deelnemers die aangeven dat ze spelen met genderidentiteiten, genderexpressie, verwachtingen en normen. 'Ik vind het fijn ermee te kunnen spelen. Androgynie, allebei de kanten op kunnen bewegen, draaien met mijn energie zodat ik interesse kan wekken en af kan weren, afstoten en aantrekken.'

Een andere deelnemer vertelt dat hij geen relatie wilde die voldeed aan alle normen van buitenaf. 'Je bent niet je lichaam, je hebt een lichaam.' Hij stelt dat het mogelijk moet kunnen zijn om niet te kiezen, of elke keer iets anders te kiezen, jezelf niet te stellig te 'definiëren'. Genderfluiditeit schept allerlei mogelijkheden, het is leuk als je daarmee kan spelen, zo meent een deelnemer.

## 4.4 Navigeren door gendernormen

Veel deelnemers geven aan dat ze steeds afwegen welke strategie ze inzetten. Want het vraagt veel energie en zelfvertrouwen om steeds actief verzet te tonen. 'Ik ben geen wandelend statement', stelt een deelnemer. Ze kiest ervoor zich op bepaalde vlakken te conformeren om daarmee ruimte te kunnen pakken om op andere vlakken af te wijken. Ze geeft als voorbeeld dat ze lang haar heeft waardoor mensen niet in verwarring raken over haar genderidentiteit, waardoor ze ruimte voelt om geen make-up te dragen en geen volgzzaamheid uit te stralen.

Het is steeds kiezen wat je laat zien, welke uitstraling, zo stelt een deelnemer. Humor is een belangrijke troef. Een andere deelnemer vertelt dat hij bewust een 'verhaal' presenteert dat wel of niet aansluit bij de norm. Bijvoorbeeld de norm over traditionele rolpatronen. Je kan een verhaal zo presenteren dat het aansluit bij de norm en daarmee de reactie erop beïnvloeden: als man starten over werk en daarna pas praten over zorgtaken voor je gezin of juist starten met vaderschap en zorg, dan krijg je een andere reactie.

Er zijn ook vrouwelijke deelnemers die vrouwelijkheid bewust gebruiken om iets gedaan te krijgen, dus genderconform gebruik maken van mogelijkheden. Een vrouwelijke deelnemer: 'Ik gebruik mijn "sensualiteit" om dingen gedaan te krijgen bij mannen. Dan vind ik mannen dom, als ze echt denken dat ik die taak niet kan... Ik vind het altijd ook stom dat het werkt.' Een andere vrouw merkt op: 'Dat kan ik echt niet.' Nog een andere vrouw vertelt: 'Toen ik me bedreigd voelde heb ik de norm gebruikt om me te verweren, ik riep: "als een vent sla jij meisjes!" om hulp te krijgen.' Een andere deelnemer vertelt over haar transitie. Volgens haar is het interessant om zowel man als vrouw te zijn (geweest). Het kan een soort ultieme empathie teweegbrengen omdat je je met allerlei rollen kan identificeren, en je dus kunt inleven in beide seksen. Dat is ook vermoeiend: je moet rekening houden met allerlei verwachtingen en projecties van anderen. Het kan volgens haar ook juist rust geven om te kiezen voor één genderrol, en om binnen een norm te vallen.

Ook in werk en zorg navigeren deelnemers, doordat de structuur van de samenleving het lastig maakt om hun ambities waar te maken. Een vrouw vertelt: 'Ik heb hard gevochten voor financiële onafhankelijkheid, maar dat lukte niet. Dat voelt voor mij als een falen. Met mijn man ben ik een team. Hij ervaart het werken en om kostwinner te zijn ook als een druk. Dit is de enige manier waarop het ons lukt. Ik heb zorgtaken wel uitbesteed als ik naar mijn werk was. Werk je thuis dan wordt het lastig – zeker als vrouw: het kan niet allebei. De man heeft een ander offer: werk en stabiliteit. In die afweging kom je dus ongelijkwaardig uit, maar dat is niet zijn schuld, wel die van de samenleving.' Ze vervolgt: 'Als ik een man was, was ik al lang professor geweest, met deze kwaliteiten. Dan had ik wel wat gevonden. Ik identificeer me met mannelijke dingen, alleen fysiek ben ik dat niet.'

#### 4.5 Aanpassen om veilig te zijn

Mensen die zich gender non-conform, transgender of vrouwelijk identificeren, geven aan dat veiligheid een belangrijke afweging is bij hun strategie. Ze passen hun kleding en hun gedrag aan om agressie te voorkomen, zoals blijkt uit de volgende ervaringen.

*Een genderfluïde deelnemer: 'Het voelt tegenwoordig harder dan toen ik een kind was. Op straat pas ik me aan. Ik voel me minder veilig. Gender wordt meer commercieel uitgebuit. Ik ben een aantal keer in elkaar geslagen. Je ziet vertrutting op straat, ook al staat de wet meer achter ons.'*

*Een vrouwelijke deelnemer: 'Ik heb het gevoel dat ik me aan moet passen. Dat doe ik door mijn kleding en ik gedraag me meer ondergeschikt, verander mijn lichaamshouding, kijk mensen op straat minder aan.'*

*Een transgender: 'Ik ga niet in een jurk op de pont naar noord. Tot nu toe is er niets gebeurd, maar ik houd er rekening mee.'*

*Een vrouw: 'Ik ben met een transman. Langs groepen mensen lopen we niet arm in arm en we kussen elkaar niet.'*

*Een andere vrouw: 'Als ik als vrouw op de pont in noord of op straat mijn plek opeis hoor ik meteen pot of hoer of manwijf.'*



## 5 Op weg naar een ideale(re) wereld

16

C&N  
DE  
R



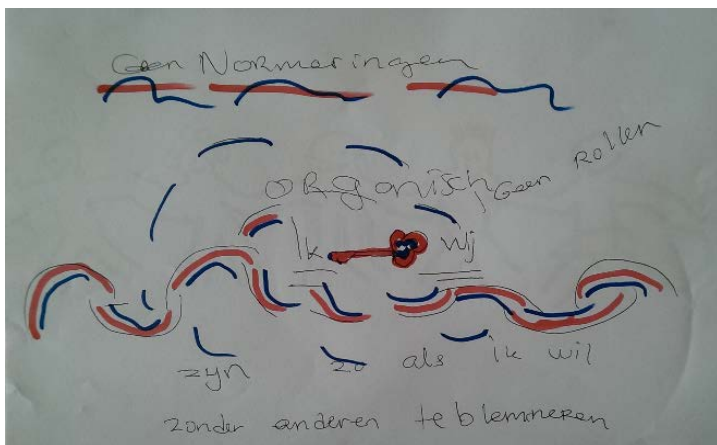
Alle deelnemers maakten een mindmap of een tekening van hun ideale wereld op het vlak van gendernormen. In subgroepen gaven ze vervolgens een toelichting op hun mindmap en samen zochten we naar overeenkomsten en ook verschillen door de groep heen. Het was opvallend hoeveel overeenkomsten er waren tussen de toekomstdromen van de deelnemers.

De verschillen die naar voren kwamen, komen van enkele mensen die het afschaffen van hokjes een slecht idee vinden omdat hokjes henzelf structuur bieden. Deze mensen pleiten ervoor dat er ook ruimte moet zijn voor een traditionele opvatting van gendernormen waarbij jij zelf wél in een hokje wil passen en jezelf wil labelen als man of vrouw met bepaalde stereotiepe uiterlijke kenmerken of gedrag.

Hierin vonden de groepen weer overeenstemming, want alle diversiteit mag. Het enige verbod zou exclusie moeten zijn. Deelnemers zijn universeel in hun verlangen naar vrijheid – iedereen mag zijn wie die is –, naar acceptatie – diversiteit is ‘superoké’ – en naar verbinding – een wereld van wij/wij in plaats van wij/zij. Hieronder werken we enkele veel omschreven idealen uit.

### 5.1 Diversiteit en vloeibaarheid van gender en seksualiteit, zonder normering

Veel deelnemers dromen van een wereld waarin diversiteit wel bestaat, maar zonder de statische normering. ‘In die wereld is uit de kast komen bullshit en mag alles: je mag jezelf wel of juist niet labelen zoals jij dat wil.’ Iedereen beslist dan zelf bij welke identiteit zij zich goed voelen en voelen zich daarin gesterkt door de omgeving. Zoals één van de deelnemers vertelt: ‘Morgen hoef ik niet uit de kast te komen, maar breng ik gewoon iemand mee naar huis. Kijkt er niemand raar op als ik ga shoppen of als ik naar de wc moet. Is er geen gaybar meer nodig, maar kan ik overal dansjes doen. Loop ik hand in hand met m’n vriendin zonder dat er iets wordt geroepen.’



Veel deelnemers hebben als ideaal de vloeibaarheid van gender, zonder normeringen. ‘Dat er ruimte is voor een organisch ik en een organisch wij, waarin ik ben zoals ik wil en de m/v-vraag achterwege blijft omdat iedereen primair mens is.’ Gender kan niet de voornaamste eigenschap van mensen zijn, want het is één van onze eigenschappen. ‘Los komen van de vaste kaders en aannames is ideaal. Met maatschappelijke omarming van alle expressies, identiteiten en intimiteiten die individuen kiezen.’

Eén deelnemer wilde de mindmap wit laten omdat de ideale wereld niet is ingedeeld en iedere lijn voelt als een scheidslijn. Toch tekende die deelnemer een zon: ‘want een zon is fijn en mooi en



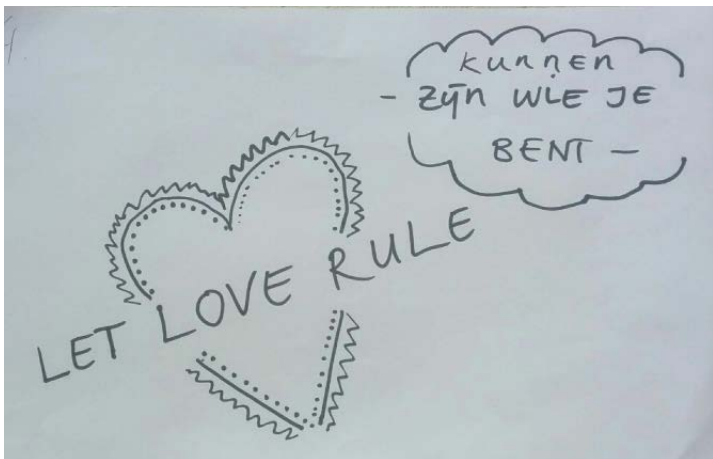
beweegt in alle richtingen. In mijn opvoeding was het toch heel duidelijk m/v ingedeeld, als dat niet zo was, was ik heel anders geweest. Ik had vanaf het begin zelf onderzoek kunnen doen naar mijn persoonlijkheid en kwaliteiten. Er zou in die wereld niet zo iets zijn als man of vrouw. We zijn allemaal kinderen onder de zon. Ik zou er anders uitzien op verschillende momenten. Ik zou veel meer wisselen tussen expressie. Mijn persoonlijkheid zou ik veel breder kunnen tonen en verder kunnen ontwikkelen.' Belangrijk is dat wél in een hokje passen en jezelf labelen als man/vrouw met bepaalde stereotiepe uiterlijke kenmerken of gedrag wel mag. Het enige verbod zou exclusie moeten zijn.

## 5.2 Een inclusieve wereld betekent vrijheid en verbinding



Alle deelnemers willen in een inclusieve wereld leven waarin mensen geaccepteerd worden, waar verbinding is tussen iedereen en erkenning van iedereen, naar zichzelf en naar anderen. 'Ik droom van de vrijheid om jezelf te zijn, zonder belemmering en druk, met ruimte voor verschillende perspectieven en dat we de ander met vrijheid zien, dat iedereen oké is en dat we gelijk zijn'. Verbinding is belangrijk omdat je in vrijheid ook veel eenzaamheid kunt kennen. De nadruk ligt op compassie en de ander echt zien zoals die is.

## 5.3 Kunnen zijn wie je bent en dat start bij kinderen ruimte geven



Liefde voorop! Dan kun je laten zien wie je bent. Dan respecteren we elkaar om wie we zijn, dan zijn er meer dan twee geslachten en genders en dat is heel erg oké. Geslacht, gender en genderexpressie zijn drie fluïde schalen en het is goed dat we allemaal ergens anders op die schaal zitten. Door een andere, roze, bril kijken helpt om beter te zien. Meer lezen, meer praten, meer verwoorden maakt 'U R beautiful' voor iedereen mogelijk. Eén van de deelnemers vertelde over het belang

van het doorbreken van stereotype patronen in gezinnen: 'Ik heb een stripverhaal getekend. Over een gezin. Want bij de geboorte zijn er al verwachtingen over jongens en meisjes, en vaak denkt men aan een standaard gezin. Daarom heb ik een gezin met drie ouders getekend en kinderen die de ruimte krijgen om te ontdekken wat ze leuk vinden, wat bij hen past. Ouders die dat gewoon accepteren.'

## 5.4 Acties die ons dichterbij die ideale wereld brengen

De deelnemers zien veel mogelijke oplossingsrichtingen en kijken vooral naar wie welke gendernormen opstelt, vanuit welke drijfveren, en hoe we daar verandering in kunnen brengen. Vooral de overheid, het onderwijs, ouders en gezinnen, media en *changemakers* zouden in actie moeten komen.

Centraal in bijna elke oplossingsrichting staat dat je zo vroeg mogelijk zou moeten starten: kinderen zijn open en we willen stimuleren dat die openheid behouden blijft. Hieronder zetten we op een rij wie er in actie moeten komen, en welke actie dan nodig is:

#### *Ouders en gezinnen*

Onze deelnemers zijn het erover eens dat genderneutraal opvoeden met gelijke kansen voor jongens en meisjes heel erg nodig is. Ouders moeten leren hoe ze de opvoeding niet in één richting sturen waarbij jongens bijvoorbeeld alleen met jongensspeelgoed spelen en meisjes vice versa. Zij moeten zich door onder meer training bewust worden van hun verwachtingen ten aanzien van hun zonen en dochters en zouden moeten leren om met hun eigen kinderen over gender en seksualiteit te praten. Er is genderneutraal speelgoed nodig, de papa-dag kan weg, en mannen én vrouwen zouden zich bewust moeten zijn van hun aandeel – niet alleen mannen dragen bij aan strakke gendernormen. Ook het positief normeren van diverse samenstellingen van gezinnen is belangrijk, want *'it takes a village to raise a child* en het vergroten en diverser maken van de ring van verzorgers en opvoeders, die betrokken zijn bij de opvoeding van kinderen is nodig.'

#### *Taal*

In het oprekken van gendernormen helpt het om op zoek te gaan naar nieuwe taal, waarbij zoekende taal gestimuleerd moet worden: vaste oplossingen hoeven echt niet. Praten over diversiteit als kracht zou veel helpen, net als ingeburgerde genderneutrale voornaamwoorden.

#### *Media*

Dat de media veel diverser moet, staat voor de deelnemers vast. In reclame, op televisie, in series en in films moet veel meer te zien zijn wat voor diversiteit aan mensen er is. Er zijn meer diverse rolmodellen nodig als middel om verandering te bewerkstelligen. Laten zien dat vrouwelijke jongens en mannelijke meisjes geaccepteerd worden is belangrijk, net als een genderneutrale zorgverdeling van huishouden en opvoeding van kinderen.

#### *Bottom-up veranderen*

Om gendernormen te veranderen heb je een beweging nodig die bestaat uit mensen die de normen willen veranderen. Zoals één van de deelnemers zegt: 'Sociale verandering begint bij een gemeenschappelijk belang. De meest stugge groepen bereiken heeft niet direct zo veel zin.' Actie van onderop is nodig, onder meer door vanuit je eigen invloedssfeer als rolmodel van diversiteit zichtbaar te zijn. Daarvoor heb je dan randvoorwaarden nodig zoals steun van anderen, een beweging die je met anderen verbindt en een toekomstbeeld dat jijzelf samen met anderen leeft en voorleeft. Je bent dan zelf als individu en als groep de verandering. In die nieuwe beweging betrek je idealiter mensen uit de kunst, gebruik je nieuwe woorden en laat je zien dat je zoekende bent. Tegen mensen die zeggen dat de emancipatie wel klaar is zeg je 'het begint net!' en in plaats van mannen te *bashen* maak je het oprekken van gendernormen iets positiefs.

#### *Onderwijs*

Genderlessen op scholen worden veel genoemd als oplossingsrichting. Eén deelnemer zegt: 'Ik zie een rol voor het onderwijs, daar moet de verandering starten. We moeten docenten bewust maken van verschillende gendernormen en het hokjesdenken naar leerlingen. Diversiteit van docenten voor de klas moet groter en dat betekent ook sturen vanuit personeelsbeleid van scholen.' Op basisscholen en middelbare scholen moet in alle vakken gender- en seksuele diversiteit terugkomen en daarvoor hebben docenten lesmateriaal nodig. De directie en samenstelling van het onderwijzend personeel kan ook een stuk diverser; het basisonderwijs heeft meer mannen nodig. Ten slotte moet ook in sociale studies op mbo, hbo en wo gender als vak worden opgenomen, omdat iedereen die met mensen werkt hierin opgeleid moet worden.

#### *Overheid*

Eén van de deelnemers: 'Opvoeding is ook niet alles, er is een wettelijk kader nodig, structuren die aangepast moeten worden.' De wettelijke kaders in Nederland zouden het oprekken van gendernormen moeten stimuleren. Denk aan maatregelen als vaderschapsverlof, duobanen die een gelijke verdeling van zorg en werk mogelijk maken, kinderen moeten meer dan twee geregistreerde ouders kunnen hebben, genderneutrale formulieren als de norm, meer invloedrijke vrouwen binnen de

overheid die als rolmodel dienen – een vrouwelijke premier is het ideaal –, quota om de economische zelfstandigheid van vrouwen te vergroten en salarisgelijkheid de norm te maken, en campagnes die genderneutrale toiletten en verschoonplekken voor kinderen op alle wc's als positieve norm stimuleren, maar ook campagnes waarin emancipatie weer hoog op de agenda staat.

## 6 Conclusies

### 6.1 Gender = complex, intersectioneel en hiërarchisch

De gendernormen die ter sprake kwamen in dit actieonderzoek, werden vooral als begrenzend en belemmerend ervaren door de deelnemers.

Gendernormen zijn op meerdere manieren complex: ze zijn niet eenduidig voor iedereen, en gelden ook niet in elke setting of situatie. Ze zijn veranderlijk en niet universeel, ook niet in hoe ze worden ervaren. Zo zijn er intersectionele verschillen, bijvoorbeeld als het gaat om etniciteit. Volgens de deelnemers zijn vrouwen van alle etnische achtergronden te weinig zichtbaar in het publieke domein, en ook mannen met een migrantenachtergrond. Witte mannen zijn dominant in de publieke ruimte. Maar ook leeftijd doorkruist gender: zo wordt van oudere vrouwen verwacht dat ze rustig en moederlijk zijn, dat zij een zachte stem hebben, asexueel en lief zijn. Terwijl van oudere mannen verwacht wordt dat ze slim zijn, autoriteit hebben, vaderlijk zijn en seksueel nog actief. Lang niet alle ouderen passen in dit normatieve keurslijf.

De verschillende gendernormatieve kaders zijn bovendien hiërarchisch geordend: Het 'mannelijke' wordt hoger gewaardeerd dan het 'vrouwelijke'. Vandaar de normen: 'Je mag homo zijn, maar je moet wel "gewoon normaal" doen' [normaal is dan als een heteroman], en: 'Bij jongens is feminien minder geaccepteerd dan masculien bij meisjes'. Deelnemers spreken van het mannelijke privilege: dit zijn de voordelen die kleven aan mannen, en aan de dingen die als mannelijk worden gezien.

Door een meer open houding ten opzichte van de verschillende smaken die er zijn, meer oog en waardering voor diversiteit, komt er meer gelijkheid en minder begrenzing in 'wie of wat je mag zijn'. Met name de gender-binariteit, maar ook de keuzedruk wat betreft seksuele geaardheid – 'ben je nou hé of hó?' en het taboe op bisexualiteit – zorgen ervoor dat er weinig ruimte is in de samenleving voor a-gender, queer, of personen die in een transitieproces zitten. Die komen binnen zo'n systeem niet goed tot hun recht. Dit kan leiden tot het gevoel er niet te mogen of kunnen zijn, en ook tot praktijken van stigmatisering en uitsluiting.

### 6.2 Individuele strategieën gericht op sociale verandering en persoonlijke expressieruimte

De beoogde veranderingen die naar voren komen tijdens dit onderzoek, zijn veelal gericht op het vergroten van mogelijkheden: meer openheid en acceptatie van anderen die anders zijn. Met andere woorden: acceptatie van verschil, zorgt voor meer gelijkheid. De individuele en persoonlijke strategieën voor verandering die deelnemers aandragen zijn opvallend positief geformuleerd: in plaats van de harde confrontatie, worden veranderstrategieën zoals het spelenderwijs omgaan met gender, of gender oprekken door middel van voorlichting en door in gesprek te gaan met anderen, breed gedragen.

Wat opvalt is dat de strategieën die deelnemers benoemen niet alleen te maken hebben met hun persoonlijkheid, maar ook sterk samenhangen met hun (gevoelde) genderidentiteit en expressie en de sociale positie die hen dat geeft. Mensen met een non-conforme of fluïde genderexpressie en transgenders worden vaak geconfronteerd met oordelen en labels van buitenaf, waartoe zij zich moeten verhouden, ook als ze die confrontatie niet zoeken. Mensen met een min of meer genderconforme genderexpressie hebben meer keuzeruimte om mee te gaan of tegen bestaande gendernormen in te gaan.

De context waarbinnen iemand leeft, is medebepalend voor de strategie die iemand kiest. In een omgeving waarin mensen steun ervaren en rolmodellen zien (in onder meer de media) voelen ze zich vrijer om een eigen leefstijl te tonen. Cisgenders en mensen met een genderconforme expressie kunnen natuurlijk evengoed last hebben van gendernormen, bijvoorbeeld van beperkingen in hoe je je

als man of vrouw moet gedragen, wat wel en niet 'kan'. Bovendien kunnen overtredingen van gendernormen voor iedereen onveiligheid opleveren (door de agressie die het bij anderen oproept).

### **6.3 Dromen en oplossingsrichtingen voor een idealere wereld zonder exclusie**

**21**

G&N  
DE  
R

In de toekomstdromen voor een idealere wereld zitten grote overeenkomsten. Deelnemers zijn universeel in hun verlangen naar vrijheid – iedereen mag zijn wie die is – en naar verbinding – een wereld van wij/wij in plaats van wij/zij. Diversiteit is in de idealere wereld super oké en het enige verbod is exclusie. Vloeibaarheid van gender, zonder statische en binaire normering wordt veelgenoemd.

Oplossingsrichtingen zijn er volop en de genoemde actoren zijn overheid – wettelijke kaders moeten ruimer, vaderschapsverlof en genderneutrale toiletten moeten er komen –, onderwijs – lesmateriaal waarin gender en seksuele diversiteit een structurele plek hebben –, ouders en gezinnen – ouders moeten leren hoe zij genderneutraal opvoeden en gelijke kansen geven –, media – die moet diverser – en *changemakers* – mensen die die normen willen veranderen voorop laten lopen. Al deze actoren zouden zich wat acties betreft zo vroeg mogelijk moeten inzetten: start bij kinderen want die zijn open en het is precies die openheid die behouden moet worden om uiteindelijk een idealere wereld zonder exclusie te krijgen.

# Bijlage Draaiboek Actieonderzoek

22

G&N  
DE  
R

Tijd	Wat	Wie	Nodig hierbij?
9.00-10.00	Vorbereiding: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zetten koffie en thee</li> <li>- Neerleggen koekjes</li> <li>- Ruimte inrichten: vier subgroepen rond tafels</li> </ul>	Atria secretariaat voor catering Ruimte inrichten met ieder aanwezig van alliantie	
10.00	Inloop, koffie/thee		
10.15	Start, welkom heten, uitleg doel en opzet van bijeenkomst, uitleg alliantie en thema; speelse kennismaking met onderwerp en elkaar; voorstellen van onderzoekers / facilitators.	Marianne	Laptop, internet, beamer, scherm
10.45	In vier subgroepen uiteen; Elke subgroep begeleid door onderzoeker vanuit alliantie  Start met eerste onderwerp: <b>Gendernormen: wat kom je tegen?</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vraag deelnemers op post-its te schrijven welke gendernormen ze tegenkomen. Eén norm per post-it. Verzamel ze en orden ze op flipover.</li> <li>- Praat met de deelnemers door van welke van deze normen ze last hebben en van welke ze profijt hebben / genieten / zich comfortabel bij voelen. Omcirkel de last met rode stiften, de andere met groen.</li> <li>- Hang de flap aan de muur zodat anderen deze straks kunnen zien.</li> </ul>	Sylvia; Michelle; Rikkert en Marianne	Flip over, post-its
11.15	Deelnemers lopen rond en lezen de flappen van de andere groepen. Plenair bespreken; wat valt op? Parallellen? Verschillen?	Marianne	
11.25	Tweede ronde. De groepen worden gemixt, zodat mensen met anderen in een groep zitten.  Tweede onderwerp: <b>Wat zijn gevolgen van gendernormen voor jou?</b> Heb je je aangepast, heb je je verzet, waarin is het voelbaar in je leven? Heb je 'oplossingen' gevonden? <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gesprek in tweetallen starten</li> <li>- Na 15 minuten als subgroep verder; wat kwam eruit?</li> <li>- Doorvragen naar elkaar; hoe werken gendernormen door?</li> <li>- Dit opschrijven op flap</li> </ul>	Sylvia; Michelle; Rikkert en Marianne	Flip overs stiften
12.10	Flappen ophangen.		
12.10	LUNCH	Atria secretariaat	
12.45	Plenaire start: introductie middagdeel: wrap up van ochtend en intro middag: we gaan kijken naar oplossingen	Marianne	

12.50	<p>Derde ronde. Opnieuw mix van groepen.</p> <p><b>Hoe zou jouw ideale wereld op vlak van gendernormen eruit zien?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vraag deelnemers een tekening te maken, of een mindmap (met woorden) van hun antwoord op deze vraag.</li> <li>- Leg de tekeningen en mindmaps in het midden en laat elke deelnemer even aan het woord voor een toelichting</li> <li>- Zoek samen naar overeenkomsten, waar wil de hele groep heen? En wat geldt voor een paar mensen? Schrijf die dingen op een flap</li> <li>- Praat dan met de hele groep door over de vraag: <b>Hoe komen we daar?</b></li> <li>- Schrijf mee op flap zodat we alle opbrengst samen kunnen voegen. Waar zien mensen oplossingsrichtingen? Wie moet in actie komen, wat voor actie, wat is nodig, wat kan werken?</li> </ul>	Sylvia; Michelle; Rikkert en Marianne	Flip overs Papier Stiften
13.45	Afronding; wrap up van opbrengsten. Hoe gaan we er als alliantie mee verder? Hoe kun je daarbij aanhaken?	Marianne	
14.00	Slot		