

# Onderwijs

## Tips

### **Ik/ik niet-spel**

**Doel:** Op verschillende niveaus ervaren wat het betekent deel uit te maken van een meerderheid of minderheid. Overeenkomsten en verschillen ontdekken.

**Methode:** Maak een lijst met 'wie'-vragen. Bijvoorbeeld: Wie heeft minstens één keer gerookt in zijn of haar leven? Wie heeft er wel eens zwartgereden in de bus of tram? Wie heeft er wel eens een meisje of vrouw gezoend? Wie heeft er wel eens een jongen of man gezoend? Wie kent een lesbisch meisje of een homoseksuele jongen? Wie zou naar een café voor homoseksuele mannen gaan? Wie zou naar een disco voor homoseksuele mannen gaan? Er zijn veel andere vragen over liefde, relaties en seksualiteit mogelijk.

De deelnemers lopen door de ruimte terwijl u deze vragen stelt. Op de muur hangt een vel papier met het antwoord 'IK', op de muur ertegenover hangt het antwoord "IK NIET". Een ander antwoord is niet mogelijk. Tijdens de oefening moeten de deelnemers bij elke vraag aan één kant gaan staan, ook al is dat soms moeilijk. Ze mogen niet praten en geen opmerkingen tijdens de oefening maken.

Waar het om gaat, is dat de deelnemers zien wat het gevolg is van hun keuze en hoe de mensen over de ruimte verdeeld raken. Bij elke vraag wordt de groep in tweeën gesplitst: aan de ene kant degenen die 'Ik' antwoorden, en ertegenover degenen die 'Ik niet' antwoorden. Iedere deelnemer observeert hoe de verdeling is, wie er aan de andere kant staat en wie er naast hem/haar staat en let goed op wat hij/zij hierbij voelt. Dan gaat iedereen weer rondlopen tot de volgende vraag wordt gesteld.

Belangrijk: de deelnemers mogen liegen. Niemand wordt gedwongen eerlijk te zijn bij het beantwoorden van de vragen. Daarom luidt de laatste vraag: 'Wie heeft minimaal één keer gelogen?' Na afloop bespreekt u met de groep wat de deelnemers voelden tijdens de oefening, of ze iets is opgevallen en of ze ergens door verrast zijn.

**Let op:** Tijdens dit spel kunnen leerlingen de situatie ervaren van homoseksuelen die een belangrijk deel van hun leven verbergen. Het is belangrijk dat de docent meespeelt en zoals alle anderen ook op de vragen antwoordt door bij de antwoorden te gaan staan. De spelleider moet als hij of zij het vragenspel eindigt met de vraag: 'Wie heeft minimaal één keer gelogen?', zelf bij 'Ik' gaan staan. Anders zullen de meeste leerlingen niet durven toegeven dat zij zelf misschien een of twee keer gelogen hebben.

### **VIP-percentages**

**Doel:** Uitvinden waarom mensen in de seksuele voorkeur van anderen geïnteresseerd zijn.

**Methode:** De leerlingen moeten VIP's noemen (Very Important Persons: rocksterren, acteurs, politici, enzovoorts) waarvan zij weten of geloven dat deze homoseksueel, lesbisch of biseksueel zijn. Vragen die men daarbij kan stellen, zijn: Waar halen zij hun informatie vandaan? Kan men de informatie geloven? Heeft de carrière van de VIP eronder geleden nadat zijn/haar seksuele voorkeur bekend werd? Was het de eigen beslissing van de VIP's om er openlijk voor uit te komen? Waarom interesseren leerlingen zich daarvoor?

**Let op:** De docent hoeft niet te weten of de door de leerlingen genoemde VIP werkelijk homo-seksueel/lesbisch is of niet. Deze oefening gaat er meer om hoe iemand weet (of denkt te weten) dat een VIP bijvoorbeeld lesbisch is, en waarom dat door anderen als interessant beschouwd wordt. Er moet op gewezen worden dat VIP's met deze methode niet 'ge-out' mogen worden.

## **'Stel je voor'**

Doel: Begrijpen waarom het coming out proces voor homoseksuele mannen, homoseksuele mannen en biseksuelen moeilijk kan zijn.

Methode: De leerlingen worden in kleine groepen van jongens of meisjes onderverdeeld. In deze groepen moeten zij zich het volgende voorstellen: wat zou zich in hun leven veranderen als zij homoseksueel of lesbisch waren? Geef de kleine groepen de tijd om daarover na te denken. Hoe zouden zij daarmee omgaan? Hoe zouden hun vrienden reageren? Heeft men daar een positief of negatief beeld van? Waarom? Waarom niet?

Let op: Deze methode kan zeer gênant zijn voor homoseksuele of lesbische leerlingen, vooral als zij er nog niet zo duidelijk over zijn. Daarom moet deze methode voorzichtig worden toegepast. Als iemand het moeilijk vindt om zich voor te stellen dat hij/zij homoseksueel is, vertel die persoon dan dat hij/zij zich moet voorstellen dat de meerderheid homoseksueel is en dat maar weinig mensen heteroseksueel zijn. Wat zou dit voor de heteroseksuele minderheid betekenen?

Alternatief: Laat leerlingen een passage voorlezen uit een autobiografie van een homoseksuele of lesbische auteur en vertellen over hun beleving van het fragment.

# Onderwijs

## Tips

### **Lovestory**

**Doel:** De beeldvorming van homoseksuele of lesbische relaties in de media onderzoeken en leerlingen de invloed van de media op de openbare opinie duidelijk te maken.

**Methode:** Zoek een voorbeeld van een homoseksueel of lesbisch liefdesverhaal in een tijdschrift. U kunt ook aan de leerlingen vragen een verhaal mee te nemen; roddelbladen hebben geregeld zulke items. Leerlingen kunnen eventueel ook reclamefoto's van mannen- of vrouwenstellen meenemen.

Onderzoek de inhoud van het verhaal of het beeld kritisch en bespreek het in de klas. Wat is de algemene functie van een liefdesverhaal? Welk beeld geeft men van homoseksuele en lesbische relaties? Welke feitelijke informatie geven de media over lesbische, homoseksuele en biseksuele relaties? Welke stereotypen komen naar voren?

**Let op:** Deze oefening is geschikt voor leerlingen vanaf 14 jaar. De oefening kan het best in een langere reeks van lessen over de media worden meegenomen. Analyseer de journalistiek kritisch naar functie en vorm: wie schrijft bijdragen voor tijdschriften? Hoe? Waar komt de informatie vandaan? Wat is 'goede' journalistiek?

Als de jongeren het verhaal of beelden te traditioneel vinden of als het volgens hen stereotype beeldvorming bevordert, dan kunt u hen een eigen verhaal met eigen foto's laten ontwikkelen.

### **Hetero, homo, bi: pro, contra en stereotypen**

**Doel:** Herkennen van stereotypen en verschillende vormen van relaties vergelijken.

**Methode:** Deel de jongeren in kleine groepen in en verdeel een blad dat is ingedeeld in de volgende categorieën: man/vrouw relaties, relaties tussen mannen en relaties tussen vrouwen. De jongeren moeten in kleine groepen de voor- en nadelen en algemeen bekende stereotypen voor elke relatievorm benoemen. De resultaten worden op het blad geschreven en in de groep besproken.

**Let op:** Deze oefening is geschikt voor jongeren vanaf 14 jaar (zij moeten al eens een relatie achter de rug hebben of minstens ervaringen van anderen meegekregen hebben). De docent kan op de antwoorden van de jongeren doorvragen met: 'Waar hebben jullie voorbeelden daarvan gezien?' Ze moeten stereotypen kritisch bekijken en nagaan hoe en wanneer mensen zaken beperkt bekijken.

## Familie Jansen, Pieterse en Karelse

Doel: Erkennen dat er verschillende vormen van families bestaan.

Methode: De docent bedenkt verschillende families met ongeveer gelijklopende namen (Bijvoorbeeld Jansen, Pieterse en Karelse). Iedere familie krijgt hetzelfde aantal familieleden (vader, moeder, zoon, dochter). Iedere leerling krijgt een kaart met een identiteit (vader Jansen, dochter Pieterse, et cetera); zij moeten 'hun' identiteit onthouden en geven de kaarten terug.

Als de groepen het startsignaal krijgen, zoeken de leden van dezelfde familie elkaar op. Als ze elkaar gevonden hebben, stellen ze zich op voor een familiefoto. Iedere familie poseert voor de andere families. De leerlingen buiten de poserende familie kunnen proberen te raden wie in deze familie welke rol heeft.

Dan wordt er een tweede ronde gehouden. Dit keer worden er een paar kaarten veranderd zonder dat de leerlingen het merken. Sommige families hebben nu andere vormen: in de ene familie zijn er twee moeders of twee vaders, bij anderen zijn families met één ouder, in weer een andere familie kan de vroegere partner van een familielid opgenomen zijn.

Mogelijke vragen voor de groepsdiscussie zijn: Wat was je reactie toen je merkte dat er twee moeders of twee vaders in je groep waren? Ken je iemand die met twee moeders of twee vaders woont? Wat is een familie? Wat is in een familie voor jou belangrijk? Wat voor verschillende vormen ken je? Wat is voor jou belangrijk om je 'thuis' te voelen. Hoe zou je later zelf willen leven?

Let op: Deze oefening is geschikt voor leerlingen vanaf 11 jaar. Het is erg belangrijk dat de jongeren niet merken dat de identiteiten op de kaarten in de tweede ronde zijn veranderd. Om daarvan zeker te kunnen zijn, kunt u voor de tweede rond het best een compleet nieuwe set kaarten gebruiken. Tijdens de tweede ronde kunnen jongeren in de war raken en misschien denken dat u bij het schrijven van de kaarten een fout heeft gemaakt (bijvoorbeeld 'U hebt teveel moeders in één groep gezet!'). Deze fase van irritatie mag een ogenblik duren voordat u kunt zeggen dat dit opzettelijk gedaan was.

# Onderwijs

## Tips

### Normaliteit definiëren

**Doel:** De relativiteit van de begrippen ‘normaal’ en ‘abnormaal’, ‘in-group’ en ‘out-group’ duidelijk maken, en de gevaren bespreken van het iemand behandelen als ‘buitenstaander’.

**Methode:** Verzamel een reeks van afbeeldingen van verschillende mannen en vrouwen. Vraag aan de leerlingen de beelden in een volgorde van ‘normaal’ tot ‘anders’ te leggen. Bespreek waar de grens tussen normaal en abnormaal ligt (in de regel legt iedereen deze grens op een andere plaats). Bespreek waarom de grens voor iedereen op een andere plaats ligt. Leid de discussie van de jongeren in de richting van een definitie van ‘normaal’, ‘abnormaal’ en ‘anders’.

Leg de begrippen ‘in-group’, ‘out-group’, ‘insider’ en ‘outsider’ uit. Deze termen zijn allemaal subjectief. Als wij discussiëren wie ‘insider’ is en wie tot de ‘in-group’ hoort, sluiten wij automatisch anderen uit. Bespreek de werking van de uitsluiting en hoe we respectvol met verschillen kunnen omgaan, met inbegrip van verschillen in seksuele voorkeur.

**Let op:** Deze oefening is geschikt voor jongeren die in staat zijn hun eigen standpunt te relativiseren en voor jongeren die gewend zijn om vanuit een individueel standpunt te argumenteren. Jongeren die in ‘collectivistische’ culturen opgegroeid zijn, zullen moeite hebben met deze oefening en om de reactie van anderen te observeren. Om dit tegen te gaan, kunt u de discussie beter op verschillende groepen of culturele meningen richten.

### Integratie van diversiteit

**Doel:** Lesbische, homo- en biseksuele thema's in reguliere vakken integreren.

**Methode:** Probeer binnen uw vak (wiskunde, geschiedenis, aardrijkskunde, talen, maatschappijleer, seksuele en gezondheidsvoorlichting) voorbeelden van lesbische, homo- en biseksuele leefstijlen in de normale lessen te integreren. In een wiskundeoefening kunt u het voorbeeld van twee vrouwen gebruiken die samenleven en die het aantal tegels moeten berekenen die ze nodig hebben om hun badkamer op te knappen. Vermeld, voor zover mogelijk, homoseksuele figuren uit de geschiedenis of culturele voorbeelden van lesbische, homo- en biseksuele leefstijlen (zie ook de routekaart ‘Geschiedenis en cultuur’).

In gezondheidskunde kunt u op positieve en negatieve aspecten van de ontwikkeling van de identiteit en het gevoel voor zelfwaarde ingaan en als voorbeeld bespreken hoe lesbische meisjes en homoseksuele jongens zich met vragen over coming out bezighouden.

**Let op:** Deze vorm van integratie is slechts mogelijk als uw school homoseksualiteit – in zekere mate – al accepteert. Anders zal het in de klas tot onrust leiden als u dergelijke voorbeelden aanhaalt. Er is dan eerst een specifieke discussie nodig. In de regel moeten de grootste vooroordelen eerst uit de weg geruimd worden, voordat u homoseksualiteit als ‘alledaags’ voorbeeld kunt gebruiken.

## Oefening met etiketten

**Doel:** De werking van stereotypen onderzoeken en aan de weet komen hoe etikettering stereotype gedrag versterkt.

**Methode:** Plak een etiket met een gegeneraliseerde beschrijving (bijvoorbeeld 'lui', 'gevoelig', 'slim', 'eigenwijs') op de rug van elke deelnemer. De dragers van het etiket mogen niet weten wat er op het etiket staat. De jongeren kunnen de etiketten van de andere personen zien, maar mogen hen niet vertellen wat er staat. Alle deelnemers moeten nu in tweetallen een eenvoudige gemeenschappelijke taak uitvoeren (bijvoorbeeld een recept kiezen en een maaltijd koken. Ze moeten beslissen wie de aankopen doet, wie moet koken, wie moet afwassen, enzovoorts). Tijdens deze oefening moeten ze op elkaar reageren alsof ze 'zijn' zoals het etiket op hun rug, zonder dat ze elkaar vertellen wat op de rug staat. Beëindig de oefening na een paar minuten en bespreek wat er gebeurde en wat men voelde. Doorgaans zijn de deelnemers zeer gefrustreerd. In de loop van de samenwerking gaan velen zich onwillekeurig in overeenstemming met hun etiket te gedragen, vooral als de ander hen consequent zo benadert. Zo functioneren stereotypen. Breid de discussie uit naar de etiketten lesbisch, homo- en biseksueel.

**Let op:** Deze oefening functioneert het beste bij wat oudere groepen waar de jongeren elkaar kennen en vertrouwen. Bij nieuwe groepen bestaat het risico op respectloosheid of ongewilde beledigingen. Plak geen negatieve stereotypen op jongeren die al relatief buitengesloten zijn.

### **Over normaliteit spreken (groepsoefening)**

**Doel:** Het doel van deze oefening is om het begrip 'normaal' te onderzoeken en om aan te tonen dat het begrip van de normaliteit een relatief en een historisch concept is. Een nevendoelestelling is de jongeren erop te wijzen dat homoseksualiteit vroeger als ziekte werd beschouwd en dat men dit in verschillende culturen nog altijd gelooft. Door homoseksualiteit een ziekte te noemen, beïnvloeden deze culturen de gezondheid van mensen met homoseksuele gevoelens negatief.

**Methode:** Iedere jongen en ieder meisje moet een formulier invullen waarop bepaalde gedragswijzen of situaties staan geschreven. Denk aan masturbatie, huwelijken tussen homoseksuele stellen, het niet eten van varkensvlees, zorgen voor zieken, vanzelfsprekend omgaan met handicaps, respect voor ouderen, en dergelijke. Ze moeten aangeven of deze gedragswijzen en situaties 'normaal' zijn of niet.

**Let op:** Het gaat hierbij om een inleidende oefening.

### **Brainstormen over het thema gezondheid (groepsoefening)**

**Doel:** Met behulp van deze techniek vraagt u de groep zich met het thema gezondheid en zijn betekenis bezig te houden. Maak duidelijk dat 'gezondheid' niet alleen betrekking heeft op de lichamelijke gezondheid, maar ook op psychische en sociale gezondheid (de kwaliteit van de relatie van een individu met de sociale omgeving en hoe het individu met problemen omgaat). Stigma's kunnen iemands zelfvertrouwen ondermijnen en kunnen zo invloed hebben op de gezondheid. Gestigmatiseerde groepen hebben minder sociale mogelijkheden om met deze problemen om te gaan.

**Methode:** Vraag de klas naar de betekenis van het woord 'gezondheid'. Verzamel alle antwoorden, bespreek ze in subgroepen en dan in de hele groep.

**Let op:** De jongens en meisjes moeten de concepten 'stigma' en 'discriminatie' al kennen.

### **Socio-affectieve pedagogiek: 'Hebben wij een strijdcultuur?' (groepsoefening)**

**Doel:** Jongeren bijbrengen hun eigen gevoelens te uiten en de omgang met anderen oefenen, vooral met personen die 'anders' zijn. Veel psychische en psychologische gezondheid hangt af van hoe wij met andere mensen omgaan.

**Methode:** Om ons zelf goed te voelen en ook een goed gevoel voor de omgang met andere mensen te kunnen ontwikkelen, moeten wij leren hoe we ons correct gedragen als we ruzie met iemand hebben. Dat moeten we kunnen zonder de ander te beledigen of te minachten.

De leraar vraagt de klas of het mogelijk is 'vreedzaam te discussiëren'. Als dit het geval is – in welke vorm is dat dan mogelijk? Een belangrijk punt in de discussie kan het gebruik van het woordje 'ik' in plaats van het woordje 'jij' in een discussie zijn. Daardoor worden de eigen gevoelens als uitgangspunt genomen waardoor de andere persoon zich minder snel aangeval- len voelt. Een andere mogelijkheid is om minder direct woordgebruik te hanteren. Het is belangrijk dat iedereen vrij kan spreken, zonder dat mensen zich geremd of veroordeeld voelen.

**Let op:** Het gaat hierbij om een inleidende oefening.

## **Groepsdiscussie: De uitwerking van oordelen over de persoon op het eigen welzijn**

Doel: Deze oefening houdt zich bezig met de werking van sociale oordelen en beoordelingen.

Methode: Lees uit het boek *The Bluest Eye* van Toni Morrison de passage waarin de hoofdpersoon, een meisje van Afrikaanse afkomst, blauwe ogen wil hebben. Vraag de groep waarom het meisje blauwe ogen wil. Zijn blauwe ogen beter dan bruine ogen? Waar heeft het meisje geleerd dat blauwe ogen mooier of beter zijn? Welke deuren openen we met blauwe ogen? Welke voordelen zijn aan blauwe ogen verbonden?

Let op: Het is nog beter als de jongeren het hele boek kunnen lezen. Het verhaal kan ook hardop worden voorgelezen zodat de docent het boek daarna met de leerlingen kan bespreken.

### Etnische stereotypen

**Doel:** De deelnemers laten zien dat ethnocentrisme een rol speelt bij stereotypen en dat mensen de neiging vertonen om positieve trekken aan de eigen groep en negatieve trekken aan de andere groepen toe te schrijven.

**Methode:** Neem twee stukken karton, knip ze in een vorm en vraag aan de deelnemers op de vormen de volgende zinnen aan te vullen: 'Het is algemeen bekend, dat Marokkanen ... zijn.' ('...', dat Italianen .... zijn', '...', dat de Nederlanders .... zijn'). Bespreek de antwoorden in de groep. In hoeverre zijn deze uitspraken stereotypen? Wat is de functie van stereotypen? Berusten stereotypen deels op de waarheid? In de discussie kunnen ook stereotypen over lesbische vrouwen en homoseksuele mannen worden behandeld.

**Let op:** Benadruk dat dit slechts stereotypen zijn en dat ze kwetsend kunnen zijn (dit is niet altijd vanzelfsprekend). Als er in de klas een persoon is die bij één van de vermelde groepen hoort – met andere woorden, als zich bijvoorbeeld iemand uit Marokko in de groep bevindt – dan mag men niet 'de Marokkanen' als een van de voorbeelden nemen.

### Lidmaatschap van een groep

**Doel:** Verduidelijken dat we allemaal bij verschillende groepen horen waarvan sommige soms worden gestigmatiseerd. Wat betekent het om, op emotioneel vlak, tot een gestigmatiseerde groep te horen?

**Methode:** Vraag de leerlingen erover na te denken bij welke verschillende groepen zij horen (bijvoorbeeld mannen, Turken, voetballers, padvindsters, broers). Geef de jongeren drie stukjes papier en vraag hun de volgende vragen op te schrijven: 'Bij welke groepen ben ik er trots op lid te zijn?' 'Bij welke groepen wil ik niet horen?' 'Bij welke groepen schaam ik me ervoor lid te zijn?' De anoniem ingevulde pagina's moeten op het bord worden gehangen en dan wordt erover gediscussieerd.

**Let op:** Deze oefening is niet geschikt voor kleine groepen of andere groepen waarbij mensen snel worden herkend. Voor de docent is het erg belangrijk dat hij of zij een veilige en respectvolle atmosfeer creëert voordat men deze oefening uitvoert, omdat veel jongeren een probleem kunnen hebben met de vraag 'Bij welke groep schaam ik mij ervoor lid te zijn?'

### Hoe word ik begroet?

**Doel:** Dit spelletje maakt het de deelnemers mogelijk typische gevoelens en gedragwijzen te beleven die optreden als mensen uit verschillende culturele kringen en met verschillende identiteiten elkaar ontmoeten. Denk aan een ontmoeting tussen migranten en de autochtone bevolking, een ontmoeting tussen heteroseksuelen en homoseksuelen.

**Methode:** De deelnemers zitten bij deze oefening in een kring, waarbij een vrijwilliger de kamer moet verlaten. Als de persoon terugkeert, moeten de mensen in de kring deze persoon op een manier begroeten zoals dit door de groepsleider in de vorm van een codewoord van tevoren vastgelegd werd (interesse, onverschilligheid, agressiviteit, openheid ...). Verschillende deelnemers kunnen daarbij de rol van de 'nieuwkomer' spelen.

**Let op:** Bij de keuze van de jongeren die de 'nieuweling' spelen, moet rekening worden gehouden dat niemand wordt gekozen die in de klas gestigmatiseerd is of moeilijkheden heeft met integratie in de groep.

# Onderwijs

## Tips

Idealiter wordt seksuele opvoeding niet tot biologische factoren beperkt, maar wordt ook de invloed van emoties behandeld. Probeer samen met een collega van de andere sekse les te geven en scheidt de jongens en meisjes van elkaar om te voorkomen dat de leerlingen er niet open met elkaar over durven te praten. Nadat u een bepaalde tijd gescheiden van elkaar hebt gewerkt, kunt u de twee groepen weer bij elkaar brengen en kunt u de leerlingen laten vertellen waarover zij hebben gesproken, en vragen wat ze aan het gescheiden werken opgevallen is.

Bij de discussie over seksualiteit is het belangrijk altijd over heteroseksualiteit en homoseksualiteit mee te denken en het ene niet boven het andere te plaatsen. Aangezien leerlingen zich onzeker voelen over seksualiteit, praten zij vaak op provocerende wijze over dit thema. Als u dit thema behandelt, verwijst dan naar concrete voorbeelden en naar ervaringen die de jongeren tot nu toe hebben opgedaan. Ook het nadenken over eigen interesses en voorliefdes, evenals daarmee verbonden angsten, zijn onderdeel van de seksuele ervaringen. Bijna iedereen beschikt over ervaringen en niet alleen diegenen die al een seksuele relatie hebben gehad.

Het kan nuttig zijn om lesbische en homoseksuele gastsprekers uit te nodigen, bijvoorbeeld vertegenwoordigers van lokale COC afdelingen, die voorlichtingsgroepen voor het onderwijs hebben (zie het laatste deel met de adressen). Zorg er in elk geval voor dat u het thema homoseksualiteit niet volledig in de handen van een externe legt. De leerlingen zouden dit als een signaal kunnen zien dat u het thema homoseksualiteit vermijdt.

### **Carrouselspel**

**Doel:** De schaamte overwinnen en leerlingen aanmoedigen over seksualiteit te praten.

**Methode:** Schrijf 25 vragen over seksualiteit op kaarten. Maak zoveel kaartensets als er leerlingen in de klas zijn. De vragen moeten verschillend zijn. Sommige moeten feitelijk zijn, andere vragen naar meningen die van gemakkelijk tot relatief moeilijk gaan en van objectief tot persoonlijk. Zorg ervoor dat er ook een reeks vragen over het thema homoseksualiteit is. Plaats uw leerlingen in stoelen tegenover elkaar, in paren. De stoelen zelf moeten in een cirkel of in een rij staan.

Leg de leerlingen het spel uit. Instructie: "Jullie krijgen allemaal een stapel met 25 vragen over relaties en seksualiteit. Lees de vraag eerst alleen voordat je hem aan de persoon tegenover je stelt. Beslis samen of jullie de vraag willen beantwoorden. Zo niet, leg de kaart dan terug op de stapel en neem de volgende vraag. Als je de vraag wilt beantwoorden, lees die dan voor en bediscussieer het antwoord. Als jullie een vraag voldoende besproken hebben, wisselen jullie de rollen. Nu zoekt de tweede persoon een vraag uit en de eerste persoon kan passen of antwoorden. Dat gaat zolang door tot ik 'wisselen!' zeg. Dat is om de vijf minuten. Dan gaat iedereen uit de binnenkring (of uit de binnenste rij) een stoel naar rechts. Na een half uur of na vijf wissels wordt het spel gestopt".

Dit spel gaat vaak met hilariteit gepaard. Vraag de leerlingen wat ze van dit spel hebben gevonden. Was het plezierig, moeilijk of beide? Kunnen ze iets zeggen over waarom ze bepaalde vragen niet hebben beantwoord? Wees voorzichtig en respecteer alle mogelijke redenen die jongeren hebben om vragen niet te beantwoorden.

**Let op:** Let er tijdens het spel op dat de hilariteit niet de overhand krijgt. Dit om te voorkomen dat leerlingen hun persoonlijke grenzen overschrijden. In groepen, waarin culturele normen het moeilijk voor vrouwen maakt open over seksualiteit met mannen te praten, moet u erover nadenken of u dit spel kunt spelen. Een aanpassing kan zijn de meisjes aan de jongens vragen te laten stellen en omgekeerd. Een vertegenwoordigster van de meisjes leest dan de vragen aan de jongens voor. De jongens hebben tijd om na te denken en beantwoorden de vragen als groep. Daarna moet een van hen het antwoord van de groep voorlezen. Op deze manier wordt minder aandacht aan het individu besteed om daarmee bepaalde schaamtegevoelens te omzeilen, waarbij de leerlingen altijd nog hun nieuwsgierigheid kunnen bevredigen hoe de andere sekse over belangrijke vragen denkt.

## Seksuele opvoeding en homoseksualiteit

Doel: Een discussie over homoseksualiteit stimuleren; leerlingen voor deelname aan een schoolbreed programma motiveren.

Methode: Deze oefening bestaat uit drie fasen. Leg de leerlingen uit dat u hun tips nodig heeft om betere lessen over seksualiteit te kunnen geven. De eerste stap is de jongeren te vragen waar hun actuele kennis, hun informatie en hun meningen over seksualiteit vandaan komen. Wanneer u als antwoord alleen feiten krijgt (bijvoorbeeld dat ze een condoom moeten gebruiken), dan legt u er de nadruk op dat u ook wilt weten wie bij hen bij het vormen van hun mening en hun gevoelens over seksuele thema's belangrijke derden zijn.

De tweede stap is aandacht te schenken aan hun behoeften aan seksuele opvoeding in de klas. Wees daarbij voorzichtig dat de leerlingen hun behoeften niet alleen tot 'neutrale' feiten beperken.

De derde stap is te vragen hoe de school met aspecten van de seksuele opvoeding moet omgaan. Als de leerlingen deze vraag niet begrijpen, geef dan voorbeelden uit de multiculturele context (verschillende behoeften en normen voor meisjes en jongens, normverschillen tussen culturen) en over seksuele minderheden (lesbiennes, homo-, bi- en transseksuelen). Als de leerlingen vinden dat speciale aandacht voor multiculturele aspecten belangrijk is, maar de vraag over seksuele minderheden negeren, vraag dan waarom en waar leerlingen anders informatie kunnen krijgen als de school daar niet voor zorgt.

Let op: Deze oefening geeft het beste resultaat in scholen het sociale leren stimuleren. Als de school vooral op cognitief leren is gericht, dan zal het moeilijk zijn de discussie verder dan de feiten te laten komen. Probeer dan toch of de laatste stap naar het vormen van een eigen mening kan worden genomen. Probeer, samen met collega's, manieren te vinden voor de integratie van de resultaten van deze discussies om de seksuele vorming in de school te verbeteren. Daarmee toont u dat u de input van de leerlingen serieus neemt.

## Van discriminatie tot seksualiteit

Doel: Een discussie over homoseksualiteit stimuleren, zonder daarbij de focus op seks te leggen.

Methode: Deze oefening bestaat uit drie stappen. De eerste stap is de jongeren te vragen of ze een paar voorbeelden van discriminatie kunnen geven.

De tweede stap is de discussie in de richting van sekse/gender te sturen. Vragen kunnen zijn: 'Jullie hebben voorbeelden van discriminatie gegeven over personen die elkaar niet goed kennen. Is er ook discriminatie onder mensen die elkaar wel goed kennen, zoals in relaties?' Deze vraag kan leiden tot een discussie over huiselijk geweld in relaties en de verschillende verwachtingen van mannen en vrouwen.

De derde stap is de discussie in de richting van diversiteit te sturen. U kunt de leerlingen bijvoorbeeld vragen: 'Kunnen dergelijke problemen worden opgelost als de partners de relatie opnieuw organiseren?' en 'Kennen jullie voorbeelden van andere soorten relaties? Hoe denken jullie dat dergelijke problemen in een lesbische of homoseksuele relatie worden opgelost?'

Let op: Deze oefening vereist ervaring met het leiden van discussies. U moet goed luisteren naar de leerlingen, en de discussie aan hun behoeften aanpassen en tegelijkertijd de discussie onopvallend naar een andere richting sturen. Aangezien dit proces niet goed kan worden gepland, is er mogelijk meer tijd nodig. Plan minstens een uur.

# Onderwijs

## Tips

### Feiten en vooroordelenpatroon

Doel: Feiten en vooroordelen onderzoeken rondom de subcultuur.

Methode: Vraag de leerlingen waaraan ze denken als ze het begrip ‘homo en lesbo subcultuur’ horen. Schrijf de commentaren op het bord in een ‘woordenweb’ en verbind de woorden met associatielijnen. Schrijf de negatieve opmerkingen in een andere kleur dan de positieve opmerkingen (bijvoorbeeld negatief = rood en positief = groen). Vraag waarom er meer rode commentaren dan groene zijn (of andersom) en onderzoek welke van rode commentaren feiten en welke stereotypen zijn. Vraag verder welke persoonlijke meningen en gevoelens de leerlingen hebben. Controleer welke feiten over de subcultuur bekend zijn en hoe de leerlingen dat weten. Geef vervolgens uitleg over de plaatselijke subcultuur. Sluit het lesuur af met de vraag of de meningen van de leerlingen zijn veranderd.

Let op: U moet zich zo goed voorbereiden dat u adequate informatie over de plaatselijke subcultuur kunt geven. U kunt overwegen sprekers van een plaatselijke organisatie van lesbische vrouwen, homoseksuele mannen of biseksuelen uit te nodigen om de leerlingen ‘inside’ informatie over plaatselijke activiteiten te geven. Dat kan in Nederland o. a. via een aantal lokale COC verenigingen. Bereid u voor op vragen van leerlingen over separatisme in de subcultuur of over verschillende uitingsvormen van homoseksualiteit. Door de meer algemene insteek van integratie kunt u multiculturele groepen geïnteresseerd krijgen. De meeste (seksuele, etnische of culturele) minderheden vinden het belangrijk dat ze ontmoetingsplaatsen hebben waar ze zich veilig voelen.

### Gay Pride

Doel: Duidelijk maken waarom zichtbaarheid voor lesbische vrouwen en homoseksuele mannen belangrijk is.

Methode: Toon een foto van een Gay Pride en vraag de leerlingen of ze weten wat het is. Vraag om commentaar. U kunt negatieve opmerkingen van de leerlingen krijgen (voor sommigen is openbare expressie van homoseksuelen niet acceptabel). Spreek over de effecten van discriminatie op de identiteit en de zelfwaardering van een persoon (zie ook het hoofdstuk over ‘Geschiedenis en cultuur’). Vergelijk de trots van etnische groepen met de trots van homoseksuele groepen.

Let op: Sommigen zijn geschokt door de (soms extreme) uitingsvormen die bij Gay Pride evenementen getoond worden en die vaak door de media worden uitvergroot (half ontklede mannen of vrouwen op een boot bijvoorbeeld) Houd tijdens de discussie rekening met het vertekende beeld dat de media vaak geven en wijs op de grote verscheidenheid aan homoseksueel gedrag. Een goed voorbeeld is de discrepantie tussen de waardering van lichaamsexpressie tijdens Canal Parade in Amsterdam (verwerpelijk) en Braziliaans carnaval in Rotterdam (fantastisch).

## **We leven in een heterowereld**

**Doel:** De effecten van hetero-normativiteit onderzoeken en de plaats definiëren die de lesbische, homo- en biseksuele subcultuur daarin heeft.

**Methode:** Leg uit hoe iedereen wordt opgevoed heteroseksueel te zijn. Vertel de leerlingen dat dit een bijzondere situatie voor lesbische, homoseksuele jongeren creëert en dat het doel van deze oefening is om te onderzoeken hoe dat op ze inwerkt. Geef de leerlingen een ogenblik de tijd om over de volgende vraag na te denken: 'Als de wereld niet hetero zou zijn, maar juist lesbisch/homoseksueel, zouden jullie dan naar een 'heteroseksueel' restaurant gaan?' Als extra vraag is mogelijk: 'Wat zou de 'normale', dus de lesbische/homoseksuele bevolking daarvan denken?' De leerlingen moeten nu onderling nadenken en discussiëren over hun gedachten en vragen. Trek conclusies voor de huidige situatie: hoe zouden heteroseksuelen dus over lesbische, homo- en biseksuele instellingen en organisaties moeten of kunnen denken?

**Let op:** Deze oefening is alleen mogelijk binnen een relatie veilige groep of klas. U kunt deze oefening gebruiken in minder veilige groepen door de leerlingen te vragen hun gevoelens op te schrijven, te schilderen, of een opstel te schrijven. Deze geïndividualiseerde oefening vereist van de leerlingen wel taalkennis en artistieke vaardigheden.

### Oral history (mondelijke overlevering)

Doel: Jongeren bewust maken van de manier waarop in hun opvoeding met seksualiteit is omgegaan.

Methode: Alle leerlingen vertellen iets over hun opvoeding. Vraag de leerlingen wat en hoe ze geleerd hebben over hun gender identiteit, seksuele rol en seksualiteit. Vraag de leerlingen ook welke informatie ze hebben gemist en hoe ze dit hebben gecompenseerd. Een alternatief is de leerlingen te vragen hun ouders/verzorgers en hun grootouders te interviewen over hoe zij dit hebben geleerd. Laat ze ook bespreken welke boodschappen zij aan hun eigen kinderen wilden geven, wat zij daarbij moeilijk vonden en of zij zelf vinden dat ze de boodschappen succesvol hebben overgedragen.

In een tweede fase kunnen de leerlingen discussiëren over welke verschillen ze tussen de verhalen zien. Laat ze de conflicten bespreken die eventueel tussen ouders/verzorgers en kinderen kunnen ontstaan of tussen mensen van dezelfde generatie. Hoe werden die conflicten opgelost? Een vervolgstap kan zijn de leerlingen te vragen hoe ze hun eigen kinderen willen opvoeden. Wat zullen ze doen als hun kinderen andere meningen hebben dan zijzelf? Wat zou er gebeuren als het kind lesbische of homoseksuele gevoelens heeft?

Let op: Hou er rekening mee dat sommige leerlingen zich schamen om bepaalde zaken omtrent hun privé-leven of seksuele voorkeur te onthullen. Daarnaast kan het voor ouders en grootouders storend zijn of zelfs confronterend als zij over thema's als seksualiteit worden ondervraagd. Bereid de kinderen op tijd voor en zorg ervoor dat ze niet de persoonlijke grenzen van de volwassenen overschrijden. Deze oefening vereist gedegen voorbereiding.

### Helden

Doel: De betekenis onderzoeken van historische rolmodellen voor mensen met lesbische of homoseksuele gevoelens.

Methode: Vraag aan de leerlingen om bekende historische figuren op te noemen die ze als rolmodellen en voorbeelden zien. Exploreer waarom deze personen belangrijk zijn: als voorbeelden van creativiteit, onafhankelijkheid, kracht, eerlijkheid en dergelijke. Let erop welke voorbeelden leerlingen die tot een culturele of seksuele minderheid horen kiezen en onderzoek of dit verband heeft met hun positie. Leg dan aan de leerlingen uit dat het vooral voor minderheden belangrijk is om rolmodellen en voorbeelden te hebben. Vraag de leerlingen waarom dat zo is en help ze hun mening te formuleren (omdat minderheden vaak als zwak of slecht worden beschouwd, helpen positieve voorbeelden en rolmodellen het negatieve imago te verbeteren). Focus de discussie op homoseksualiteit en vraag welke rolmodellen belangrijk kunnen zijn voor lesbische vrouwen, homoseksuele mannen en biseksuelen. U kunt ook zelf historische figuren belichten die belangrijk zijn voor lesbische vrouwen, homoseksuele mannen en biseksuelen (zie veelgestelde vragen in het onderwijs). Als alternatief kunt u ook een foto van een niet-Europees rolmodel voor lesbische vrouwen, homoseksuele mannen en biseksuelen tonen, zoals Oum Khalsoum (Egyptische zangeres). Ook kunt u meer recente voorbeelden in Nederland nemen, zoals Jos Brink, Paul de Leeuw, Mathilde Santing, Claudia de Breij.

Let op: Afhankelijk van het niveau en de interesse van uw leerlingen kunt u ook in een iets persoonlijker discussie verder praten over moderne rolmodellen voor lesbische vrouwen, homoseksuele mannen en biseksuelen, zoals popsterren, of in een iets meer academische en historische discussie over de vraag waarom lesbische vrouwen, homoseksuele mannen en biseksuelen de behoefte hebben om iets over historische figuren te weten. Bijvoorbeeld: waarom is het zo belangrijk voor homo's en lesbo's om te vertellen dat homoseksualiteit bij de oude Grieken 'normaal' was?

Een andere krachtige mogelijkheid is om over beelden van lesbische vrouwen en homoseksuele mannen in de media of in films te praten (en bijvoorbeeld de documentaire 'The Celluloid Closet' te tonen).

# Onderwijs

## Tips

### Een brief aan Christina

**Doel:** Een discussie op gang brengen over de relatie tussen homoseksualiteit en kerk, en empathie voor de problemen van mensen stimuleren.

**Methode:** Vertel de leerlingen het volgende verhaal: Christina is katholiek en diep gelovig. Ze voelt zich zeer tot vrouwen aangetrokken. Onlangs is ze op Charlotte verliefd geworden en heeft ze geen twijfels meer over haar gevoelens. Maar ze vindt het heel moeilijk om deze gevoelens met haar religie te verenigen en ze is bang voor de reactie van haar ouders en van vriendinnen en vrienden. Ze schrijft anoniem naar de vraag- en antwoordrubriek van een tijdschrift dat over heel Nederland wordt verspreid: 'Mijn ouders en mijn eigen kerk veroordelen lesbische relaties. Maar ik heb gelezen dat in sommige protestante kerken lesbische partners kunnen trouwen. Wat moet ik doen?'

Laat de leerlingen een brief naar Christina schrijven waarin ze haar ideeën aanreiken. Praat vervolgens in de klas over de verschillende adviezen die zijn gegeven.

**Let op:** De leerlingen zullen vast en zeker Christina verschillende adviezen geven, die variëren van het afwijzen van haar gevoelens tot de acceptatie van deze gevoelens. Vestig de aandacht op de brieven van de leerlingen. Bespreek hun meningen over persoonlijke gevoelens en de verbinding tussen religie en culturele of sociale intolerantie. Deze oefening heeft het beste resultaat bij groepen met diverse religieuze achtergronden.

### Tolerantie

**Doel:** Wederzijds respect en tolerantie in een religieuze context stimuleren.

**Methode:** Begin met de leerlingen te vertellen dat "naasteliefde" in alle wereldreligies belangrijk is. Vraag eerst of ze het daarmee eens zijn. Als dit het geval is, probeer dan te bespreken hoe "naasteliefde" ook op lesbische vrouwen, homoseksuele mannen en biseksuelen betrekking zou moeten hebben.

**Let op:** Het is aan te raden om een lijstje te maken van de mogelijke voor- en tegenargumenten die leerlingen in de discussie kunnen gebruiken (bijvoorbeeld: 'heb u naaste lief' kan betekenen dat je hem/haar geen zonde laat begaan of de zorg voor naasten mag zijn/haar vrijheid niet aantasten). Laat niet toe dat de discussie zich tot religieuze teksten of regels beperkt. Richt de aandacht op de spirituele en de 'warme' aspecten van religie. Het is belangrijk leerlingen op gelijke voet te behandelen en geen 'tolerantie te prediken'. Accepteer negatieve gevoelens over homoseksualiteit en kijk hoe leerlingen met hun gevoelens omgaan, ook als ze de mening hebben dat respect en tolerantie in principe belangrijke eigenschappen zijn.

## **De genezing**

Doel: De mythe doorbreken dat homoseksualiteit kan worden ‘genezen’.

Methode: Begin met de leerlingen te vertellen dat sommige fundamentalistische christenen denken dat homoseksualiteit een geestelijke stoornis is die kan worden genezen. Vraag naar hun mening over dit idee. Laat de leerlingen dit standpunt op het internet opzoeken en laat ze naar informatie over zogenoemde ‘therapieën’ tegen homoseksualiteit zoeken, en geef ze vervolgens de opdracht hun resultaten op te schrijven (als u het Engelse zoekbegrip: ‘gay cure’ op het internet ingeeft dan zult u op recente debatten over dit thema stuiten).

Let op: Voer deze oefening alleen uit als het onderwerp ‘genezing’ al eens in de klas behandeld is of als u zeker weet dat bepaalde leerlingen geconfronteerd worden met fundamentalistische denkbeelden in hun woonomgeving. U wilt de leerlingen immers niet op de genezings gedachte attenderen.

# Hulpverlening

## Tips

### Een lesbische vrouw/een homoseksuele man is...

**Doel:** Het leren erkennen van geïnternaliseerde homofobie die lesbische vrouwen, homoseksuele mannen en biseksuelen ervan weerhoudt zich op hun gemak te voelen met hun eigen gevoel of identiteit.

**Methode:** Vraag de cliënt de volgende zin luid uit te spreken: ‘een lesbische vrouw/homo/biseksueel is ...’ en dit aan te vullen met alles wat hem of haar te binnen schiet. De cliënt herhaalt de zin een paar keer tot er een reeks van uitspraken is. Nu kunt u de stereotypen en vooroordelen bespreken die de cliënt heeft geïnternaliseerd. Zo zei een lesbische tiener tegen haar hulpverlener: ‘Een lesbische vrouw is niet vrouwelijk. Dat is walgelijk’.

**Let op:** Voordat u met deze oefening kunt beginnen moet u met de cliënt een verstandhouding hebben opgebouwd waarbij zij of hij zich goed voelt en open naar u durft te zijn. Het helpt om te zeggen dat u elke zin die de cliënt zal zeggen, accepteert.

### De twee stoelen

**Doel:** Met deze oefening kunt u de redenen onderzoeken waarom een persoon een keuze maakt voor of tegen een coming out. In deze oefening gaat het bovendien om de gevoelens die met deze redenen verband houden.

**Methode:** Plaats een stoel voor de cliënt en vraag hem of haar zich voor te stellen dat een deel van hem of haar daar zou zitten. Leg uit dat dit het deel van de cliënt is dat nog niet weet of hij of zij ervoor uit moet komen. De cliënt moet dan dit alter-ego aanspreken. Daarna gaat de cliënt op de andere stoel zitten en probeert uit te leggen hoe hij/zij zich nu voelt nadat hij/zij naar het andere deel van zichzelf geluisterd heeft.

**Let op:** Zorg ervoor dat de cliënt zowel de positieve als de negatieve kant van een coming out onder de loep neemt. Deze oefening is geschikt als u de cliënt al naar de cognitieve aspecten heeft gevraagd die met coming out verbonden zijn, maar als hij of zij nog altijd moeite heeft met de emotionele aspecten. De oefening is dan ook niet geschikt als beginoefening.

### Coming out in de familie

**Doel:** Het ondersteunen van acceptatie van coming out in de familie.

**Methode:** Een homoseksuele/lesbische cliënt moet zich voorstellen dat hij of zij naar de familie zal uitkomen. Hoe zou hij/zij dat doen? Wat zou hij/zij zeggen? Hoe stelt hij/zij zich de reactie van zijn/haar ouders voor? Hoe zou hij/zij zelf reageren? Hoe voelt hij/zij zich bij deze oefening?

**Let op:** Probeer niet de cliënt tot een coming out te overreden. Ook als een coming out voor hem/haar duidelijke voordelen zou opleveren, moet het toch de eigen beslissing van de cliënt zijn. Deze oefening beperkt zich tot cognitieve aspecten.

# Hulpverlening

## Tips

### Beoordeling van vragen

**Doel:** Deze vragen helpen de partners bij het begin van de sessie hun verwachtingen te formuleren. Deze oefening helpt de hulpverlener het bestaande ondersteunende netwerk van de partners te verkennen om het in de toekomst als ondersteuning te gebruiken.

**Methode:** Laat de twee partners onafhankelijk van elkaar een reeks van uitspraken beoordelen op een schaal van 1 tot 10 (1 is de laagste waarde, 10 is de hoogste waarde). Zij geven eerst hun eigen beoordeling en vervolgens wat hun partner volgens hen zal antwoorden. De hulpverlener kan de uitspraken voor de sessie op papier zetten. Een paar voorbeelden voor mogelijke uitspraken (formuleer ze voor de duidelijkheid in twee volledige zinnen – één zin voor elke uiterste mogelijkheid):

- de kans dat wij dit jaar nog altijd partners zijn, is zeer laag/zeer hoog;
- we hebben veel/weinig manieren om crisissen gemeenschappelijk op te lossen;
- na de gemeenschappelijke sessies wordt ons probleem groter/kleiner (de omgang met ons probleem wordt gemakkelijker/moeilijker);
- ik kan persoonlijk weinig/veel aan de oplossing van het probleem bijdragen;
- mijn partner kan persoonlijk veel/weinig aan de oplossing van het probleem bijdragen.

**Let op:** De vragen met verschillende perspectieven moet ertoe bijdragen dat de standpunten van elke partner duidelijk worden. Om de oefening effectief te laten zijn, moet de hulpverlener beide partners de vragen op dezelfde manier stellen. De antwoorden helpen u te bepalen in welke richting de hulpverlening verder kan gaan. Als de partners erg verschillende meningen geven, dan is het belangrijk u eerst te richten op hun gemeenschappelijke doelen. In een tweede stap kunnen veranderingen worden voorbereid door aan de partners te vragen wat er zou kunnen gebeuren als de beoordeling geleidelijk verandert. Als huiswerk tussen de sessies door zou u het paar kunnen vragen gedurende een of meer dagen zich te gedragen alsof de positieve veranderingen al hebben plaatsgevonden.

### Sociale omgeving als ondersteuning

**Doel:** De sociale omgeving van lesbische en homoseksuele stellen in kaart brengen. Helpen zoeken naar ondersteuning bij het oplossen van problemen.

**Methode:** In de eerste stap van deze oefening brengt u de sociale omgeving van het stel in kaart. U vraagt het stel een systeem te tekenen met verschillende gekleurde figuren of symbolen. De symbolen staan voor henzelf en voor hun sociale omgeving (leden van beide families, bepaalde personen, die voor één of voor beide partners belangrijk zijn, hun kinderen, vroegere partners, hulpverleners en anderen).

In de tweede stap laat u het systeem uitleggen. De partners benoemen de personen die zij in de schetsfase hebben getekend en lichten het systeem vanuit hun standpunt toe.

In de derde stap gaat u hierover analyserende vragen stellen. Bijvoorbeeld:

- Hoe statisch/dynamisch is het systeem?
- Waar liggen de grenzen tussen de personen in het systeem?
- Welke verbindingen bestaan er?
- Wie droeg in het verleden bij aan het stabiel houden of stabiliseren van de relatie?  
Hoe ging dat?
- Wie was betrokken bij het zoeken naar oplossingen voor problemen?
- Wie ondersteunt het feit dat het paar advies nodig heeft en hoe?
- Welke van de personen in het systeem weet het beste hoe de partners uit hun huidige crisis kunnen komen?

- Wie zal er het meest aan hebben als de relatie van de partners door het hulpverleningsproces wordt gestabiliseerd?

In de vierde stap bereidt u veranderingen voor. Verzoek de partners hun relatie uit te beelden door middel van figuren en symbolen en die te veranderen door ze op een andere plaats te leggen of te tekenen. Hoe kan dit in de werkelijkheid gebeuren?

Let op: Een lage zelfwaardering kan ertoe leiden dat lesbische vrouwen of homoseksuele mannen het moeilijk vinden om het systeem van hun eigen relatie van het systeem van hun familie of van hun sociale omgeving te scheiden. Deze oefening richt zich op het zichtbaar maken de beschikbare sociale steun voor het stel. De weergave van reële personen met bepaalde symbolen mag niet tot een specifieke interpretatie hun rollen leiden. Bekijk in de oefening steeds het systeem als een geheel.

# Hulpverlening

## Tips

We geven eerst wat aandachtspunten over de verscheidenheid van de leefstijlen van lesbische, homoseksuele en biseksuele jongeren waarmee de hulpverlener rekening moet houden:

- Het ontbreekt lesbische, homo- en biseksuele jongeren aan positieve rolmodellen. Daardoor voelen ze zich soms onzeker over homoseksuele leefstijlen.
- Het kan een positieve uitdaging zijn om als tiener lesbische, homo- of biseksuele gevoelens te hebben. Als jonge mensen niet aan de rolmodellen van een hetero-normativiteit beantwoorden, moeten zij hun leefstijl ter discussie stellen. Misschien merken zij dat lesbische of homoseksuele leefstijlen deels aantrekkelijk meer persoonlijke vrijheid bieden dan een voorgeschreven 'heteroseksueel' rolpatroon.
- Lesbische, homo- en biseksuele tieners zoeken vaak naar rolpatronen die bij ze passen. Dit kan ook tot (tijdelijk) stereotiep lesbisch of homoseksueel gedrag leiden.
- Laat uw cliënt merken dat er geen objectieve beoordeling van leefstijlen bestaat. Het is belangrijk dat u uw cliënt erop wijst dat hun eigen gevoel van geluk en tevredenheid het doorslaggevend criterium voor hun leefstijl moet zijn.
- Informeer naar lokale zelfhulpgroepen waar mensen met soortgelijke leefstijlen elkaar ontmoeten en ervaringen kunnen uitwisselen.
- Veel lesbische, homo- en biseksuele jongeren vrezen dat ze geen familie zullen hebben zoals heteroseksuelen. Dat gevoel is vaak met ontevredenheid over hun huidige leven verbonden. Velen veranderen van mening als ze ontdekken dat ze op hun manier met een 'eigen keuzefamilie' ook heel gelukkig kunnen worden.

### Twee stoelen

Doel: Interne behoeften en externe verwachtingen, en de spanningen tussen die twee onderzoeken.

Methode: Plaats twee stoelen tegenover elkaar. Eén stoel symboliseert de externe verwachtingen, de andere stoel staat voor de innerlijke behoeften. De cliënt zit eerst op de ene stoel en dan op de andere en hij/zij probeert alleen die gevoelens op te roepen die bij de desbetreffende stoel horen. Hoe voelt hij/zij zich op de verschillende stoelen? Wat zou hij/zij tegen de persoon op de andere stoel willen zeggen?

Let op: Of u zich goed voelt bij uw leefstijl hangt vaak van de verwachtingen van uw omgeving af en of u al dan niet probeert aan de verwachtingen te voldoen (dat geldt in het bijzonder voor lesbische, homo- of biseksuele tieners).

### De spiegel

Doel: Zelfbeelden onderzoeken.

Methode: De cliënt moet zijn/haar ogen sluiten en zich voorstellen dat hij/zij zichzelf in de spiegel ziet. Wat zou hij/zij aan de leefstijl van deze persoon bekritisieren? Wat zou hij/zij bewonderen?

Let op: Deze methode werkt op twee niveaus. Men kan zich concentreren op het fysieke uiterlijk van de cliënt (dat zullen de meeste jongeren eerst doen), of men kan naar eigenschappen, innerlijke gevoelens en het gedrag verwijzen die voor de omgang met het thema leefstijl van belang zijn. Deze methode werkt goed als u erop let dat de cliënt zichzelf als een tweede persoon bekijkt die tegenover hem/haar staat.

## **De goede fee**

Doel: Onbewuste of onderdrukte behoeften en toekomstfantasieën onderzoeken.

Methode: De cliënt moet zich voorstellen dat een goede fee naar hem/haar komt en hem/haar vraagt hoe hij/zij wenst te leven. Hoe voelt dat aan? Wat weerhoudt uw cliënt ervan om daadwerkelijk zo te leven?

Let op: Het is belangrijk te controleren of de angsten van uw cliënt met de realiteit overeenstemmen. Maar ook als dit niet het geval is, moet u de angsten serieus nemen, anders voelt uw cliënt zich niet begrepen.

# Hulpverlening

## Tips

In ons sociale klimaat, waarin men er automatisch vanuit gaat dat mensen heteroseksueel zijn, kan een coming out moeilijk zijn. Een hulpverlener kan het coming out proces vergemakkelijken door respectvol taalgebruik te hanteren. Neem niet zomaar dingen aan over het privé-leven van uw cliënt. Sociale hulpverleners moeten in elk geval open met seksualiteit omgaan. Als eerste stap kunt u opmerkingen over (hetero)seksualiteit normaliseren, dat kan de deur openen om een meer specifiek over homoseksualiteit en/of biseksualiteit te spreken. Als u het gevoel heeft dat de problemen van een cliënt met seksuele voorkeur te maken hebben, dan kunt u daarachter komen door bepaalde vragen te stellen. Stel deze vragen uiterst zorgvuldig en dwing de cliënt nooit 'bekentenissen' over zijn of haar seksualiteit af te leggen.

Als de cliënt een niet Nederlandse etnische of culturele achtergrond heeft, kunnen religieuze redenen of de invloed van de familie een belangrijke rol spelen in de problemen rond seksuele voorkeur. Zorg ervoor dat er genoeg tijd en ruimte is om te kunnen praten over enerzijds de familiale en religieuze belangen en anderzijds de belangen rond homo- en/of biseksualiteit.

Niet iedere lesbische vrouw, homoseksuele man of biseksueel heeft problemen met zijn of haar seksuele voorkeur. De kunst is een balans te vinden tussen het teveel negeren of juist teveel benadrukken van problemen.

### Werk aan zelfvertrouwen

Doel: De impact van innerlijke homofobie onderzoeken.

Methode: Geef de cliënt een vel papier en vraag de persoon om tien bijvoeglijke naamwoorden op te schrijven die op hem/haar slaan. Laat de persoon daarna tien bijvoeglijke naamwoorden opschrijven die beschrijven hoe hij/zij zou willen zijn. Vraag de cliënt nu om elk woord positief of negatief te beoordelen. Kijk naar de betekenis van de bijvoeglijke naamwoorden, vergelijk de lijsten en onderzoek of ze in verband staan met seksuele voorkeur.

Let op: Met deze oefening kunt u onderzoeken hoe de cliënt zichzelf ziet. Dit houdt niet altijd in dat seksuele voorkeur een rol speelt. Onthoud dat niet iedere lesbische vrouw, homoseksuele man en biseksueel een probleem heeft met zijn of haar seksuele voorkeur. U moet voorkomen dat u het negeert wanneer er een homospecifiek probleem is, maar ook dat u een probleem benadrukt wanneer het nauwelijks een probleem is. Zoek een goede balans tussen problematiseren en de-problematiseren. Dit kan moeilijk zijn bij homojongeren die erg worstelen met hun eigen seksualiteit.

### Beeldvorming rond homoseksualiteit

Doel: De cliënt helpen erachter te komen wat de externe invloeden zijn op hoe hij/zij zichzelf ziet als homoseksueel.

Methode: Stel de cliënt de volgende vragen. Hoe werd, toen je opgroeide, tegen homoseksualiteit aangekeken? Werd het geaccepteerd of getolereerd? Werden lesbische vrouwen en homoseksuele mannen uitgesloten of veroordeeld? Weet je nog wat het eerste boek, het eerste tv-programma of de eerste film was waarin lesbische vrouwen en homoseksuele mannen voorkwamen? Wat was de toon in dit boek, dit programma of deze film? Op welke manier werd de lesbische vrouw en homoseksuele man neergezet? Als een positief of negatief figuur of rolmodel?

Let op: Dit kan zinvol zijn voor cliënten die een hoge mate van geïnternaliseerde homofobie vertonen en aan een stereotype beeldvorming rond homoseksualiteit vasthouden.

# Hulpverlening

## Tips

### Het zoeken naar de ‘waarom-vraag’ (seksuele identiteit)

**Doel:** De cliënt helpen bij zijn of haar zoektocht naar zelfdefiniëring. Maak onderscheid tussen seksuele voorkeur en seksuele identiteit. Zie de seksuele voorkeur van cliënt nooit als vaststaand gegeven.

**Methode:** Vraag uw cliënt hoe hij of zij zichzelf benoemt en welke betekenis hij of zij geeft aan deze ‘etiketten’? Bespreek welke ervaringen uw cliënt heeft met een gedrag dat conform traditionele sekserollen is. Maak een onderscheid tussen seksuele oriëntatie en verwachtingen in het verleden, heden of in de toekomst. Bespreek de rolmodellen en identiteiten met de cliënt. Behandel vooroordelen; ze kunnen een aanwijzing zijn voor geïnternaliseerde homofobie.

**Let op:** Richt de aandacht op de vraag hoe hij of zij gelooft door anderen te worden gezien. U kunt daarna doorvragen naar de betekenis daarvan en naar de angst om te worden afgewezen.

### Potenrammen

**Doel:** Het ondersteunen van slachtoffers van zogenoemd ‘potenrammen’ (geweld tegen homoseksuelen) en discriminatie.

**Methode:** Vraag de cliënt of hij of zij ooit het slachtoffer is geweest van lichamelijke, psychologische of verbale aanvallen. Zo ja, waren deze aanvallen direct of indirect? Werd bij deze aanvallen ook seksueel geweld gebruikt? Wanneer gebeurde het en wie was de aanvaller? Welke effecten hebben dergelijke ervaringen op het lesbische of homoseksuele gevoel, of op het gevoel ‘out’ te zijn, of buiten de groep te staan? Bespreek met de betrokken persoon de voor- en nadelen als geweld tegen homoseksuelen of lesbiennes bij de politie meldt.

**Let op:** Het is een voordeel als men vertrouwd is met specifieke technieken voor hulpverlening bij vroegere traumatische belevenissen en geweld. Homoseksuele mannen komen bij het cruisen (het lopen op plaatsen waar men seksueel contact met andere homoseksuelen kan vinden) vaak in aanraking met geweld. Als u aan een slachtoffer hulp wilt bieden om aangifte te doen, dan moet u zeker zijn dat de politie in uw gemeente met antihomoseksueel geweld kan omgaan. Zijn er bij de plaatselijke politie speciale hulpverleners en contactpersonen die gevoelig zijn voor en geschoold zijn in de omgang met deze vorm van geweld? Zijn deze personen mannelijk of vrouwelijk? Een lesbisch slachtoffer zal niet snel hulp aan een mannelijke politieagent vragen.

# Hulpverlening

## Tips

### Mijn lichaam

Doel: Een belangrijk deel van de identiteit van een man of van een vrouw is het beeld dat die persoon van zijn/haar lichaam heeft. Daarnaast is de perceptie van de tevredenheid met de eigen fysieke behoeften van belang. Het lichaam is de basis van de gevoelens van een persoon, zijn gedachten en zijn handelen. Tijdens de puberteit moeten seksuele aspecten in de identiteit worden geïntegreerd. De oefening maakt mensen gevoeliger voor hun eigen gevoelens en hun zelfbeeld.

Methode: Vragen voor zelfreflectie:

- Welke rol speelt kleding voor mij? Hoe voel ik me over het uittrekken van kleren of naakt zijn?
- Hoe reageer ik op beelden van mannen/vrouwen, lesbische vrouwen/homoseksuele mannen die ik in het openbaar zie?
- Welk deel van mijn lichaam vind ik het mooiste?
- Welke delen van mijn lichaam zijn voor mij extra belangrijk?
- Welke delen van mijn lichaam bevallen mij niet? Hoe verklaar ik dat voor mezelf? Hoe ga ik daarbij met mijn gevoelens om?
- Wat heb ik van mijn ouders/verzorgers geleerd over hoe ik tegenover m'n eigen lichaam sta? Wat heb ik van ze over naaktheid en seksualiteit geleerd?
- Hoe hebben mijn ouders/verzorgers op mijn uiterlijk gereageerd? Wat heeft mij geholpen toen ik volwassen werd? Wat heeft mijn ontwikkeling belemmerd?
- Welke delen van mijn lichaam verbind ik met lust/geluk/pijn? Hoe zorg ik voor deze lichaamsdelen, hoe behandel ik ze?
- Hoe heeft mijn relatie tot mijn lichaam zich ontwikkeld: in mijn kinderjaren, in de pubertijd, nu?

Let op: Deze oefening kan zowel door de cliënt als door de hulpverlener als middel voor zelfreflectie worden gebruikt. Het is handig deze methode tussen twee sessies in als een soort huiswerk op te geven. Tijdens het reflectieproces is het waarschijnlijk dat de cliënt geleidelijk aan herkent hoe het gedrag dat hij of zij in de familie geleerd heeft conflicteert met de eigen individuele waarden. Voor lesbische vrouwen en homoseksuele mannen is deze crisis om twee redenen moeilijk. In de eerste plaats omdat het ze aan positieve rolmodellen ontbreekt. En in de tweede plaats omdat het voor hen nodig is afstand te houden van de dominante heteroseksuele norm om een eigen identiteit te vormen. De heteronorm leidt voor een homoseksueel namelijk tot negatieve zelfidentificatie.

## Seksualiteit gisteren - vandaag - morgen

**Doel:** De cliënt hulp bieden bij het nadenken over het verleden om daarbij zijn of haar huidige persoonlijke waarde te herkennen en de wensen voor de toekomst te formuleren.

**Methode:** U heeft papier op posterformaat nodig, papier op A4 formaat, kleurstiften, een schaar en lijm.

De cliënt verdeelt het grote papier met verticale lijnen in drie delen. De eerste stap is over de volgende vragen na te denken:

1. Hoe heb ik mijn seksualiteit tijdens de pubertijd beschouwd?
2. Hoe zie ik mijn seksualiteit nu?
3. Hoe zou ik mijn seksualiteit graag in de toekomst willen zien?

Eén deel van het papier is telkens voor een van deze vragen bestemd. Laat de cliënt de antwoorden in eigen woorden opschrijven. Daarna knipt u het deel af waarop de wensen voor de toekomst staan. Plak vervolgens het A4'tje tussen het afgesneden stuk en het resterende deel van het grote blad (zo ontstaat een verbinding tussen het heden en de toekomst). Dan worden de antwoorden op de volgende vragen op het papier geschreven:

- Als ik over de toekomst van mijn seksualiteit nadenk en over de vorm die ik wens, wat belemmert mij dan om de obstakels te overwinnen?
- Welke wensen voor de toekomstige vorm van mijn seksualiteit zijn al werkelijkheid geworden?
- Wie kan me bij het verwezenlijken van mijn wensen ondersteunen?

**Let op:** Deze methode helpt de hulpverlener informatie te krijgen over hoe de cliënt tegenover zijn of haar seksualiteit staat. Het verheldert ook de visie op zijn of haar toekomst en helpt de hulpmiddelen te identificeren die de cliënt ter beschikking heeft om de doelstellingen te behalen. Op basis van deze informatie kunnen doelstellingen voor toekomstige sessies worden gedefinieerd. Bovendien kan de hulpverlener inschatten in hoeverre de therapie gebruikt kan worden voor werk rondom de seksualiteit van de cliënt.

## De drie-stoelen-oefening

**Doel:** De cliënt helpen inzicht te krijgen in de eigen seksualiteit. Uitvinden hoe de cliënt zijn of haar seksualiteit momenteel beoordeelt.

**Methode:** Voor de oefening moeten in de sessieruimte naast de twee stoelen van de hulpverlener en de cliënt nog drie andere stoelen worden geplaatst, vijf in totaal dus. In de eerste fase wordt de persoon verzocht drie voor hem/haar belangrijke personen te kiezen, telkens één persoon uit de familie, een uit de vriendenkring waarmee de cliënt geen seksuele relatie heeft gehad en een uit de groep van partners waarmee de cliënt wel een seksuele relatie heeft gehad. De namen van de drie personen worden op een blad papier geschreven en op de drie lege stoelen gelegd. Daarna wordt de cliënt verzocht telkens achter een van de stoelen te staan en gedurende vijf minuten de volgende vraag te beantwoorden: 'Als ik aan deze persoon zou vragen hoe jij je seksualiteit beleeft en in hoeverre je tevreden daarmee bent, wat zou hij/zij dan zeggen?'

**Let op:** Voor deze oefening moet de cliënt bereid zijn de eigen seksualiteit onder de loep te nemen. Door het wisselen van perspectieven wordt de reflectie over de eigen seksualiteit vergemakkelijkt en worden gewenst en ongewenst gedrag, houding en beoordeling duidelijk. Aan het einde van de oefening moet de cliënt een duidelijker beeld hebben van hoe hij/zij beter kan omgaan met de eigen seksualiteit. Hij/zij moet ook zien welke stappen hij/zij moet ondernemen om veranderingen te verwezenlijken.

# Hulpverlening

## Tips

Denk eerst over de volgende vragen na:

- Wat kunt u aanraden als uw cliënt zich geïsoleerd voelt?
- Wat kunt u aanraden als uw cliënt in de homosubcultuur geïnteresseerd is, maar er angst voor heeft?
- In welke andere levensgebieden bestaat een subcultuur?
- Passen de activiteiten en het aanbod, die in de subcultuur in uw stad worden aangeboden, bij de culturele en individuele achtergrond van uw cliënt?
- Bij welke specifieke groep hoort uw cliënt nog meer, naast de homoseksuele groep (bijvoorbeeld religieuze, etnische of seksespecifieke groepen)?
- Zijn er in uw omgeving groepen die bij de specifieke achtergrond van uw cliënt passen (bijvoorbeeld een groep voor homoseksuele Turkse mannen)?

### **Een sociaal netwerk voor lesbische vrouwen en homoseksuele mannen**

Doel: De cliënt helpen over zijn/haar positie in het homoseksuele/lesbische sociale netwerk na te denken.

Methode: Probeer te weten te komen welke beelden uw cliënt van de scene heeft, bijvoorbeeld van lesbische/homoseksuele ontmoetingsplaatsen, restaurants en clubs. Ziet uw cliënt zichzelf als onderdeel van de subcultuur? Waarom of waarom niet? Heeft hij/zij er een negatieve voorstelling van? Ontmoet uw cliënt buiten de scene andere lesbische vrouwen en homoseksuele mannen?

Let op: Vergeet niet dat lesbische vrouwen en homoseksuele mannen uit etnische minderheden niet vaak in de gangbare subcultuur komen. Dat kan komen doordat ze daar opnieuw een minderheid zijn. Maar het kan ook aan vooroordelen liggen waar ze in de “ witte” scene tegenaan lopen.

# Hulpverlening

## Tips

### Individuele hulpverlening

#### Naar historische en culturele boodschappen over homoseksualiteit zoeken

**Doel:** Het onderzoeken van historische en culturele boodschappen over homoseksualiteit die relevant zijn voor de persoonlijke situatie van uw cliënt.

**Methode:** Geef de cliënt iets te lezen over visies op homoseksualiteit door de geschiedenis heen. Vraag welke boodschappen over homoseksualiteit en seksualiteit hem of haar gegeven werden toen hij of zij opgroeide. Leg uit hoe de eigen geschiedenis en cultuur de aard en wijze beïnvloedt waarop lesbische vrouwen en homoseksuele mannen zichzelf en hun identiteit waarnemen. Vergelijk hun eigen verhaal met een verhaal dat een ander perspectief op homoseksualiteit geeft (het is nuttig als u een verhaal uit de eigen culturele achtergrond van de cliënt gebruikt).

**Let op:** De leesstof die u kiest, moet op een of andere manier verband houden met de huidige situatie van de cliënt. Het kan voorbeelden van rolmodellen geven, helpen rigide meningen te verzachten of inzicht te verstrekken in de heteroseksuele normen die de omstandigheden, de denk- of leefwijzen van de cliënt beperken.

### Een uitgebreide familiestamboom

**Doel:** onderzoeken van historische en culturele boodschappen over homoseksualiteit die verband houden met de situatie van uw cliënt.

**Methode:** Laat de cliënt een 'uitgebreide familiestamboom' tekenen (met alle personen die voor hem/haar sociaal relevant zijn) en met deze vragen in gedachten:

- Waar past iedereen in?
- Waar komen ze vandaan, waar werden ze geboren?
- Welke mensen leerden u iets over uw geschiedenis en uw seksualiteit? Wat leerden ze u?
- Welke mensen speelden een belangrijke rol in boodschappen over homoseksualiteit gegeven? Wat voor soort informatie was dat?
- Welke mensen moeten in elk geval in deze stamboom blijven, welke mensen kunnen u ondersteunen in uw seksualiteit?
- Hoe gaat u met die personen om die u niet steunen of die negatief zijn ingesteld?
- Hoe kunt u meer personen vinden die u kunnen ondersteunen en waarmee u uw 'uitgebreide' familie groter kunt maken?

**Let op:** Voor deze oefening heeft u eventueel meer dan een sessie nodig of de stamboom kan bij elke sessie terugkomen. Dwing cliënten niet om de laatste vragen te beantwoorden als zij er psychisch nog niet klaar voor zijn. Sommige cliënten met homoseksuele gevoelens ondervinden een sterke loyaliteit met hun bestaande sociale netwerk, zelfs als dat negatief tegenover ze staat, dat het voor hen moeilijk kan zijn om alternatieven te vinden. Bovendien kan het leren omgaan met de eigen homoseksualiteit in extreme situaties leiden tot een breuk met de familie. Daar moet uw cliënt wel klaar voor zijn.

#### Advies voor interculturele communicatie

- U kunt het vertrouwen van uw cliënten winnen door vragen te stellen over zijn of haar familie. Veel culturen zijn minder ik-georiënteerd dan de Nederlandse cultuur.
- Wees eerlijk tegen uw cliënt als u weinig kennis heeft over de culturele achtergrond van uw cliënt.
- Denk eraan dat in bepaalde hiërarchisch gestructureerde culturen hulpverleners veel aanzien hebben en als een autoriteit worden beschouwd.

# Hulpverlening

## Tips

### De spirituele gids

**Doel:** Een startpunt vinden om de betekenis van religie in het leven van de cliënt te traceren en de problemen te identificeren waarmee hij of zij wordt geconfronteerd. Deze oefening kan oplossingsrichtingen bieden.

**Methode:** Vraag aan de cliënt om zich een situatie voor te stellen waarin hij of zij samen met een vriend of vriendin een priester, rabbi, imam of een andere geestelijke ontmoet. Geef de cliënt de tijd om zich de situatie zelf voor te stellen en vraag hem/haar erover te praten. Wat gebeurt er tijdens de ontmoeting? Als de cliënt niet in staat is om zich voor te stellen hoe de geestelijke met hem of met haar probeert te praten, dan moet hij of zij zich voorstellen dat een goede vriend kritische vragen over zijn of haar leven en behoeftes stelt.

**Let op:** Deze oefening kan in een groep of in een individuele sessie worden toegepast. Let op dat bij sommige personen het beeld van een priester, rabbi of een imam eerder negatieve dan positieve gevoelens kan opwekken. Laat de cliënt een karakter zoeken die hij of zij als een werkelijke spirituele gids ervaart.

### Het evenwicht tussen seks en religie

**Doel:** Onderzoeken welke rol religie in het leven van een jongere speelt. De oefening helpt de cliënt een persoonlijk evenwicht tussen zijn of haar uitdrukking van seksualiteit en de bekentenis van het geloof te vinden.

**Methode:** Vraag de cliënt om te praten over welke plaats religie in zijn of haar leven inneemt. Onderzoek vervolgens de houding van bekende religieuze persoonlijkheden over homoseksualiteit. Bespreek de historische en culturele ontwikkeling van religie als een mengeling van spirituele en sociale aspecten en ook als een middel voor sociale controle. Onderzoek of religie een belangrijk aspect in de individuele identiteit van de cliënt is. Als religie een sterk deel van de identiteit van de cliënt is, raad dan aan om contact met homoseksuele religieuze groepen te zoeken indien mogelijk. Dit kan de cliënt helpen een ondersteunend netwerk te vinden.

**Let op:** Deze oefening kan in een groep of in een individuele sessie worden uitgevoerd. In een groepsessie kan religie als centraal thema worden behandeld en besproken. In deze discussie is het onontbeerlijk een onderscheid te maken tussen religieuze normen en spiritualiteit. Normen gaan in de regel over de relaties tussen mensen, spiritualiteit over de relatie met het goddelijk wezen. In gevallen waarin religieuze normen erg compromisloos zijn, moet het accent op de persoonlijke relatie met God worden gelegd.

## Rollenspel in de groepsessie

Doel: Manieren zoeken om het probleem van het persoonlijke dilemma op te lossen dat zich in samenhang met religie en homoseksualiteit kan voordoen.

Methode: Eén cliënt speelt een lesbisch meisje en de andere de rol van priester. Het meisje wil praten over de conflicten waarmee ze wordt geconfronteerd en gaat naar een geestelijke voor hulp. Zij vraagt de geleerde om hulp. (Natuurlijk kan ook een jongen deze rol spelen. U kunt de oefening veranderen door een biseksuele rol te spelen.) Verander de rollen na een paar minuten. De rest van de groep observeert. Alle cliënten die een rol willen spelen, moeten dat ook doen. Als de discussie tussen het meisje en de priester geen nieuwe gezichtspunten naar voren brengt, dan moet u de groep vragen aan te geven wat ze als speler en als toeschouwer hebben opgemerkt en gevoeld.

Let op: Als de cliënten terughoudend zijn om een lesbische vrouw of homoseksuele man te spelen, neem dan eerst zelf de rol van de homoseksueel op u. Het zal helpen als u de rol een beetje 'slecht' speelt want dat kan de anderen aanmoedigen om een betere prestatie dan u te leveren.

empowerment  
lifestyle services



**Colofon**

Dubbel Divers.  
Routeplanner voor het omgaan met  
seksuele diversiteit en cultuurver-  
schillen in onderwijs en hulpverle-  
ning

**Uitgegeven door**

Ministerie voor Gezondheid,  
Sociale Zaken, Vrouwen en Familie,  
van de deelstaat Noordrijn-  
Westfalen, D-40219 Düsseldorf

**Internetversie**

[www.diversity-in-europe.org](http://www.diversity-in-europe.org)

**Auteurs**

Pascal Belling, Flora Bolter,  
Peter Dankmeijer, Martin Enders,  
Margherita Graglia, Karen Kraan,  
Stefan Timmermanns,  
Wolfgang Wilhelm

**Verhalen**

Adriana Stern

**Evaluatie**

Floor Bakker, Ine Vanwesenbeeck  
(Rutgers Nisso Groep)

Alle rechten van deze publicatie  
zijn voorbehouden. Overnemen of  
hergebruiken, geheel of gedeelte-  
lijk, alleen toegestaan met bronver-  
melding.

Tot stand gekomen met behulp  
van het actieprogramma van de  
Europese Gemeenschap ter bestrij-  
ding van discriminatie.

Düsseldorf, Augustus 2004

