

Vragen: Ik ben TRANSGENDER. Wat nu?

1. Genderdysforie – hoe voelt dat?

Genderdysforie is een medische term. Het beschrijft het diepe of meer latente gevoel van afkeer of de weerstand die iemand ervaart wanneer het geslacht waarmee de persoon geboren is, niet hetzelfde is als wat de persoon ervaart. Het is een gevoel 'in een verkeerd lichaam' te zitten. Het gaat hierbij dus om iemand die biologisch gezien een man is, maar zich vrouw voelt, of – andersom – iemand die biologisch gezien een vrouw is, maar zich van binnen man voelt.

Iemand met genderdysforie ervaart een tegenstelling tussen wat hij voelt en wat zijn lichaam toont. Als die ervaring sterk en langdurig is, komt de persoon (of komen zijn/haar ouders) voor een belangrijke beslissing te staan:

- (a) proberen je gedachten aan te passen aan je biologische geslacht (door counseling en/of therapie en/of gebed) of
- (b) proberen de buitenkant van je lichaam aan te passen aan wat je van binnen voelt (door kleding en make up die bij het gewenste geslacht hoort, door hormonen te slikken en/of door chirurgie).

In het verleden hebben hulpverleners (christelijke en niet-christelijke) optie (a) aanbevolen. Maar tegenwoordig, omdat de medische wereld meer opties geeft, wordt optie (b) vaker aanbevolen. Sommigen noemen dit *affirmatieve therapie*.

Genderdysforie is iets anders dan **travestie**. Een travestiet is iemand die het fijn vindt om kleding van het andere geslacht te dragen. Deze man of vrouw *kan* ook genderdysforie hebben, maar dat *hoeft* niet zo te zijn.

2. Ben ik homo, trans, interseks, queer of iets anders?

Genderdysforie ervaren is iets anders dan het hebben van homo-gevoelens. **Hetero-** en **homoseksualiteit** gaan over wat je met betrekking tot *andere* mensen voelt, onder andere in seksuele aantrekkingskracht. Genderdysforie gaat over je gevoelens met betrekking tot *jezelf*. Het is belangrijk om te beseffen dat deze gevoelens voor mensen met dysforie heel erg aanwezig kunnen zijn. Deze mensen zijn niet raar. Het is iets waar ze niet bewust voor gekozen hebben. Mensen kunnen hierdoor erg met zichzelf in de knoop raken. Het ervaren van deze gevoelens kan vaak erg moeilijk voor hen zijn.

In het verleden werden de woorden **transseksueel** en **transgender** gebruikt om mensen met genderdysforie aan te duiden. Dat is niet meer zo. Er is wel een overlapping tussen trans-mensen en genderdysforie maar er zijn ook verschillen. Om zorgvuldig met elke medemens om te gaan, is het belangrijk deze verschillen te erkennen: (a) Er zijn mensen die geen afkeer van hun lichaam ervaren maar zich toch anders voelen dan het geslacht dat hun lichaam aangeeft. Ze zouden zeggen dat ze trans zijn maar geen genderdysforie hebben. (b) In het woord 'trans' zit een deel van het woord 'transitie', wat *overgang* of *verandering* betekent. Er zijn veel mensen die een zekere mate van

genderdysforie ervaren en ervoor kiezen om deze gevoelens een plek te geven en er verder niets mee te doen. Ze geven aan dat ze genderdysforie ervaren maar willen niks met dat label 'trans' te maken hebben.

In het verleden was het vanzelfsprekend dat mensen met transgender-gevoelens graag zouden leven als mensen van het *andere* geslacht. Er was een erkenning van twee geslachten, man en vrouw, en ze wilden van het ene naar het andere geslacht. Die erkenning van twee geslachten noemen ze nu **binair**. Er zijn trans-mensen die zich **non-binair** voelen, geen man en ook geen vrouw dus. Voor deze niet-binaire personen gebruiken ze ook de naam **queer**.

Wat is dan **intersekse**? Homo, lesbisch, bi, trans en queer hebben te maken met je diepe gevoelens. Het zijn geen biologische, maar psychologische categorieën. Een intersekse persoon is iemand die geboren is met zowel mannelijke als vrouwelijke geslachtskenmerken. Voor de meesten is het duidelijk dat je toch een jongen of een meisje bent. Maar helaas is dat niet altijd zo. Dit noemde men vroeger **hermafrodit**. Intersekse is geen psychologische, maar een biologische categorie. Intersekse heeft dus niet direct iets met genderdysforie en transgender te maken, omdat het voor deze mensen in het algemeen – biologisch gezien - *wel duidelijk* is of zij man of vrouw zijn. Bovendien liggen voor iedereen de geslachtschromosomen wel vast. Ook aan de hand van die chromosomen kun je bepalen of iemand man of vrouw is.

3. Wat voor transitie zijn nu in Nederland mogelijk?

Er zijn drie manieren waarop je in Nederland stappen kunt nemen om verder te gaan als iemand van een ander geslacht: sociale, medische en legale transitie. Een trans-man is iemand die als vrouw geboren is, maar als man verder wil. Een trans-vrouw is iemand die als man geboren is maar nu als vrouw door het leven wil gaan.

Sociale transitie: houdt in dat iemand een nieuwe naam kiest en haarstijl en kleding van het andere geslacht gaat dragen. Soms worden er ook make-up en borstbanden gebruikt.

Medische transitie: Er zijn nu drie mogelijkheden: 1. Puberteitsremmers voor kinderen. 2. Hormonen als je 16 jaar of ouder bent, en 3. Verschillende typen van chirurgie. De meeste trans-mensen gaan niet voor chirurgie.

Juridische transitie: Juridisch gezien is er in Nederland geen verschil tussen een man en een trans-man of tussen een trans-vrouw en een vrouw. Wat is nodig om juridisch van geslacht (geboorte-gender) te veranderen? Daar gaat de **Transgenderwet** over:

- tot 2014: een onomkeerbare operatie was nodig;
- vanaf 2014: een deskundigenverklaring is nodig – met een leeftijdsgrens van minimaal 16;
- 2021: Het huidige voorstel is zelfidentificatie: er is geen deskundigenverklaring nodig en geen leeftijdsgrens van 16.

Zie Nieuwsbericht van de Rijksoverheid van 06-05-2021 'Vereenvoudiging Transgenderwet: wijziging geslacht in geboorteakte makkelijker':

<https://www.rijksoverheid.nl/actueel/nieuws/2021/05/06/vereenvoudiging-transgenderwet-wijziging-geslacht-in-geboorteakte-makkelijker>

4. Wat kunnen puberteitsremmers en hormonen met mij doen?

Puberteitsremmers zijn bedoeld om de natuurlijke ontwikkeling van kind naar volwassene te verhinderen. Net zoals veel sterke medicijnen, kunnen ze ook negatieve bijwerkingen in de ontwikkeling van andere organen hebben. Mannelijke hormonen worden aan vrouwen gegeven met als doel haar te helpen biologisch mannelijke eigenschappen te ontwikkelen.

Puberteitsremmers: De reden om kinderen met genderdysforie soms puberteitsremmers te geven, is om hun natuurlijke ontwikkeling van mannelijke of vrouwelijke lichamelijke eigenschappen op 'pauze' te zetten. Zo kunnen ze tot de leeftijd van 16 jaar wachten om er zeker van te zijn dat ze echt van geslacht willen veranderen. De stem van jongens die puberteitsremmers nemen zal niet dieper worden, er zal geen haar op zijn gezicht groeien, enz.. De borsten van meisjes die puberteitsremmers nemen zullen niet ontwikkelen, er zal geen menstruatie komen, enz..

Is het effect van puberteitsremmers neutraal? Nee. Studies laten zien dat de meeste kinderen met genderdysforie die puberteitsremmers ontvingen, later verder gingen met hormonen van het andere geslacht. De meeste kinderen met genderdysforie die *geen* puberteitsremmers ontvingen, gingen later *niet* verder met hormonen van het andere geslacht. Voor meer hierover, zie transgendertrend.com.

Mannelijk hormoon - testosteron: Vrouwen die dagelijks testosteron nemen ervaren vaak een goed gevoel: het onderdrukt angst en heft zelfs depressie op. Het maakt dat vrouwen zich moedig en onbevreesd voelen. Bovendien stopt het hun menstruatie. Na een aantal maanden begint hun stem dieper te klinken, hun spieren worden harder, het haar begint op hun gezicht te groeien enz.. Na twee of drie jaar verandert de vorm van hun gezicht. Ze worden ook onvruchtbaar.

Vrouwelijk hormoon - oestrogeen: Oestrogeen is een van de twee belangrijkste geslachtshormonen die vrouwen hebben. Mannen die dagelijks oestrogeen slikken, beginnen vrouwelijke eigenschappen te krijgen. Hun stem wordt lichter, hun huid zachter, hun borsten kunnen een beetje groeien (maar niet veel). Vaak maken ze ook gebruik van borst- implantaten.

5. Ik heb het brein of de ziel van een man maar een vrouwelijk lichaam. Kan dat?

Sommigen die genderdysforie ervaren, zijn ervan overtuigd dat ze in een verkeerd lichaam geboren zijn. Ze zien hun 'echte zelf' als los van hun lichaam. Is het mogelijk dat iemand het brein van een man maar het lichaam van een vrouw heeft – of andersom?

Brein-lichaam theorie: Is het mogelijk dat iemand de hersenen van een man maar het lichaam van een vrouw heeft – of andersom? Voor sommigen voelt het echt zo. Ze zien hoe mensen van het andere geslacht spelen, wandelen, praten, emoties uiten, relaties hebben... en ze denken: 'Zo ben ik ook!' Het brein van een man is gemiddeld *groter* dan dat van een vrouw. Dat betekent niet dat ze gemiddeld slimmer zijn. Het heeft er wel mee te maken dat mannen gemiddeld groter en zwaarder zijn dan vrouwen. Het is ook waar dat mannen gemiddeld agressiever/competitiever zijn dan vrouwen, en vrouwen meer sociaal/zorgzaam dan mannen. Maar dat betekent niet dat een agressieve/competitieve vrouw een mannelijk brein heeft. Een interessante eigenschap van onze hersenen is de **neuroplasticiteit** ervan. Als iemand het grootste deel van haar leven als buschauffeur doorbrengt, zullen haar hersenen er anders uitzien dan die van een vrouw die haar leven als boerin of onderwijzeres heeft doorgebracht. Onze hersenen beïnvloeden de keuze van onze levensstijl, en onze levensstijl beïnvloedt de structuur van onze hersenen. Deze neuroplasticiteit maakt het onmogelijk om met enige mate van zekerheid te zeggen dat een vrouw echt het brein van een man kan hebben. Maar

als iemand zoiets zegt, kan dit misschien een handige manier zijn om uit te drukken wat zij *voelt* zonder dat zij letterlijk de hersenen van het andere geslacht heeft.

Ziel-lichaam theorie: Is het mogelijk dat iemand de ziel van een man maar het lichaam van een vrouw heeft – of andersom? Hersenen zijn iets fysieks. Wat is een ziel? In de Bijbel lezen we dat een mens geest, ziel en lichaam is (1 Thess. 5:23). Sommigen denken dan dat een mens uit drie delen bestaat. Ze denken dat de echte mens (ziel en geest) tijdelijk op aarde in de lichaam woont. Maar een betere bijbelse blik op de mens is dat we ‘belichaamde zielen’ zijn. Het is beter om te denken dat lichaam, ziel en geest drie manieren zijn om jezelf te zien. Ook in de toekomst hebben we onze lichamen nodig; maar dat zijn wel verheerlijkte lichamen. Daarom spreekt de Bijbel vaak over de opstanding. Jouw lichaam is deel van wie je bent. Het is gewoon niet mogelijk dat een ziel/geest in het verkeerde lichaam terecht komt. Die unieke combinatie geest/ziel/lichaam maakt de mens wie hij is. Meer over het belang van je lichaam vindt je in het **Bijbel** gedeelte op het hoofdmenu van deze website.

6. Genderfluiditeit. Kan ik teruggaan naar mijn biologische geslacht?

Het is wel mogelijk, maar het is geen makkelijke weg. Er zijn mensen die happy blijken te zijn met hun nieuwe uiterlijk en manier van leven. Er is ook een groeiend aantal verhalen van mannen en vrouwen die spijt hebben van hun transitie. Ze hebben ontdekt dat de verandering van hun uiterlijk geen langdurige oplossing blijkt te zijn voor hun onderliggende problemen.

Terugdraaien van een **sociale transitie** kan ingewikkeld zijn maar bij de meeste mensen kun je op hun empathie en ondersteuning rekenen. Vaak worden mensen die de-transitie doen aangevallen door trans-activisten. Ze worden als verraders gebrandmerkt.

Terugdraaien van een **legale transitie** is redelijk makkelijk te doen. Je moet wel zelf het initiatief nemen.

Terugdraaien van een **medische transitie** heeft makkelijke en moeilijke kanten. Het is goed dit onder begeleiding van je arts te doen. Als je stopt met het nemen van kunst-hormonen, zullen je eigen hormonen in je lichaam weer gaan werken. Sommige eigenschappen zoals haar en spieren zullen teruggaan naar hun natuurlijke situatie. Sommige eigenschappen, zoals je stem, worden nooit meer precies zoals vroeger. Onvruchtbaarheid blijft. Sommige operaties zijn niet (of zeer moeilijk) terug te draaien.

Vind je dat nu de tijd is om te beginnen met het terugdraaien van je transitie? Laat niks of niemand je tegenhouden. Het geslacht dat je bij je geboorte van God ontvangen hebt leren omarmen en uit die identiteit leren leven, is een fantastische doel. Het zal een ontdekkingsreis zijn, met ups en downs, om te leren leven zoals God het altijd al voor je bedoeld had. Te leren je authentieke zelf te zijn.

Er zijn verhalen van mensen die tevreden zijn met hun transitie. Maar ook een groeiend aantal verhalen van mensen die spijt hebben. Meer over de-transitie vind je in het **Verhalen** en **Tools** gedeeltes van deze website.

7. Hoe veel intersekse-personen en transgenders zijn er?

Statistieken zijn belangrijk omdat ze een idee geven over wat er aan de hand is. Maar nep- statistieken kunnen ook gebruikt worden om een bepaalde visie te ondersteunen. Daarom is het belangrijk om aan twee dingen aandacht te geven:

(a) Definities - wat bedoel je precies? Als onder transgender alle mensen meegeteld worden die zich eens of af en toe oncomfortabel voelen met hun man of vrouw zijn, dan zal het aantal groter zijn dan als het gaat om mensen met een diepgewortelde afkeer van het geslacht van hun eigen lichaam.

(b) Professionalisme - hoe serieus is het onderzoek? Is het onderzoek door een respectabele academische instelling gedaan? Hoe lang geleden is het onderzoek gedaan? (Biologische statistieken blijven meestal hetzelfde door de jaren heen, maar door opinie/ervaring kunnen statistieken wel door de tijd heen veranderen). En vertegenwoordigt het onderzoek ook de wereldpopulatie op een evenredige wijze?

Intersekse

Fausto-Sterling (2000): Met een breed definitie van intersekse is **1.7%** (bijna 1 op 50 mensen) van de wereldbevolking intersekse. Bij deze brede definitie van intersekse zal een groot deel van de mensen nooit weten dat ze intersekse waren...

Bron: *'How sexually dimorphic are we? Review and synthesis', American Journal of Human Biology: The official journal of the Human Biology Council, 12(2), 151-66.*

Leonard Sax (2002): Met een specifieke definitie van intersekse is **0.018%** (18 mensen op de 10.000) van de wereldbevolking intersekse.

Bron: *'How common is Intersex? A Response to Anne Fausto-Sterling, Journal of Sex Research, 39(3), 174-8.*

Transgenders

Omdat transgender een intern gevoel is en het soms fluïde kan zijn, zijn betrouwbare statistieken erover moeilijk te vinden. Genderklinieken die met genderdysforie te maken hebben en trans-activistische organisaties geven wel hun eigen 'voorlopige schattingen'. Bijvoorbeeld van het Verenigd Koninkrijk:

Schatting van National Health: 200.000 mensen (**0,3%** van de Britse bevolking)

Schatting van Stonewall: 500.000 mensen (**0,76%** van de Britse bevolking)

Meer relevante statistieken rondom trans- en homoseksualiteit en vind je in het **Tools** gedeelte op het hoofdmenu van deze website.

Toestemming: Deze tekst (en andere tekst die je op Vernieuwd.com vindt) mag geciteerd of in zijn geheel gebruikt worden op andere websites of publicaties. We vragen wel de bron te vermelden

