



“Kleine geluksmomentjes in het proces
naar wie dat je bent”:
De gendereuforische ervaringen van
Vlaamse trans jongvolwassenen

Masterproef voorgelegd tot het behalen van de graad van
Master in Gender en Diversiteit

Lukas Deleu

Promotor: Marion Wasserbauer

Studentennummer: 01916695

Academiejaar 2024-2025

Klassieke masterproef

Ingediend op 12 augustus 2025

19.526 woorden

Deze masterproef is een examendocument dat niet werd gecorrigeerd voor eventueel vastgestelde fouten. In publicaties mag naar dit werk worden gerefereerd, mits schriftelijke toelating van de promotor die met naam op de titelpagina is vermeld.

Abstract

Machtige medische instituties hebben de focus in transgenderstudies en andere domeinen van het sociale leven gelegd bij genderdysforie van trans mensen. Critici stellen dat deze focus eenzijdig, schadelijk en ontmenselijkend werkt. Vanuit de marge pleiten trans individuen voor het gebruik van de term gendereuforie. Gendereuforie verwijst naar positieve gevoelens, emoties, ervaringen en handelingen die verband houden met een bepaalde genderbeleving. Bestaande academische literatuur richt zich tot nu toe op Engelstalige westerse landen. Deze studie onderzoekt hoe transgender jongvolwassenen in Vlaanderen gendereuforie ervaren. Dit gebeurt via een kwalitatief onderzoek met vijftien semigestructureerde interviews. De data-analyse leverde drie thema's op: (1) betekenissen van gendereuforie, (2) bronnen van gendereuforie, (3) impact van gendereuforie. Resultaten tonen aan dat gendereuforie een diep persoonlijke, veelzijdige en essentiële ervaring vormt voor trans jongvolwassenen. Het draagt bij aan hun mentaal, fysiek en sociaal welzijn. Deze studie benadrukt het belang om gendereuforie te erkennen en te bevorderen.

Voorwoord

Beste lezer,

Voor u ligt het sluitstuk van mijn masteropleiding Gender en Diversiteit. Deze thesis was een werk van lange adem en een strijd die mij op verschillende vlakken enorm heeft getest. Evenwel bracht het mij veel amusement, inzichten en blijdschap. Ik had immers het genoeg om te schrijven over iets dat mensen gelukkig maakt.

Deze masterproef is echter niet enkel het pronkstuk van mijn kunnen en kennen maar bovendien ook mijn passieproject. Mijn hart en ziel zitten vervat in deze thesis. Het sluit nauw aan bij wie ik ben en wat mij drijft. Ik droom van een wereld waarin mensen gelukkig kunnen en mogen zijn, door gewoon te zijn wie ze zijn zonder enige vorm van geweld.

Een scriptie over gendereuforie schrijven, voelt daarom eveneens aan als een noodzakelijkheid. Want wanneer het gaat over trans personen, ligt de focus voornamelijk op de negatieve aspecten van hun levens. Er is amper tot geen aandacht voor hoe trans mensen ook plezier kunnen beleven aan wie ze zijn. Dat is een onrechtvaardigheid die om rechtzetting vraagt.

Dit huzarenstukje hoefde ik gelukkig niet alleen tot stand te brengen. Ik kon dat doen dankzij het enthousiasme, de interesse, het vertrouwen, de steun, de hulp en de kritische blik van veel mensen. Ieder van hen ben ik immens dankbaar. In het bijzonder wens ik promotor Marion Wasserbauer, de participanten, mijn ouders en mijn dierbare vriendin Jenna Jaspers te bedanken voor alles wat ze voor mij hebben betekend.

Ik draag mijn masterproef op aan alle trans personen die mijn pad kruisten en een blijvende indruk nalieten. Jullie bestaan maakt de wereld kleurrijker en mijn leven rijker.

Voor extra duiding van bepaalde termen gerelateerd aan gender en seksualiteit, kan u de volgende woordenlijst raadplegen: <https://www.cavaria.be/woordenlijst>.

Veel gendereuforisch leesplezier,

Luka(s) Deleu

Inhoudstafel

1.	Inleiding	6
2.	Literatuurstudie	8
2.1.	Transnormativiteit en genderdysforie.....	8
2.1.1.	Transnormativiteit als dominant verhaal	8
2.1.2.	Componenten van transnormativiteit	9
2.2.	Gendereuforie	13
2.2.1.	Geschiedenis van de term genereuforie	14
2.2.2.	Definiëring genereuforie.....	15
2.2.3.	Bronnen, vormen en types van genereuforie	18
2.2.4.	Synthese van de literatuur over genereuforie	21
3.	Methodologie.....	24
3.1.	Dataverzameling en -analyse	24
3.2.	Ethiek en positionering	26
4.	Resultaten en discussie	29
4.1.	Belevingen van genereuforie	29
4.1.1.	Universele en subjectieve betekenissen	29
4.1.2.	Beeldspraak	31
4.1.3.	Lichamelijke en emotionele uitingen.....	33
4.1.4.	Temporaliteit	33
4.2.	Bronnen van genereuforie	36
4.2.1.	Psychologische factoren.....	36
4.2.2.	Fysieke en uiterlijke factoren.....	38
4.2.3.	Sociale factoren	41
4.2.4.	Kritische evaluatie van de bronnen	46
4.3.	Impact van genereuforie	47
5.	Conclusie.....	50
6.	Bijlagen	53
6.1.	Bijlage 1: Informatiebrief.....	53
6.2.	Bijlage 2: Geïnformeerde toestemming	57
6.3.	Bijlage 3: Verbintenis tot geheimhouding schrijftolk.....	59

6.4.	Bijlage 4: Oproep tot onderzoeksdeelname	60
6.5.	Bijlage 5: Goedkeuring van de Ethische Commissie	61
6.6.	Bijlage 6: Interviewleidraad	62
6.7.	Bijlage 7: Codeboom	64
6.8.	Bijlage 8: Generatieve AI-gebruik	65
7.	Literatuurlijst	66

1. Inleiding

“Transgender people are exponentially more likely to be victims of sexual and domestic abuse, to be marginalized from the workforce, to lack access to health care or social safety nets, and to be victims of violence.

But our pursuit of gender nonconforming desire is not the pursuit of self-destruction. It is the pursuit of pleasure, ease, and presence in our bodies and in our relationships. It is the pursuit of happiness.

Far from a harbinger of woe, ‘transgender’ is a testament to the magnetism of realizing desire, and of the intimate connection between this realization and human flourishing.

The desire to be what we know that we are is powerful - for some, it is more powerful than the most viciously enforced paradigms of who and what we ought to be.”

- Robin Dembroff (2024)

Volgens het dominante discours zouden transgender personen geboren zijn in het ‘verkeerde lichaam’, waardoor ze genderdysforie ervaren over hun geslachtskenmerken. Genderdysforie is een diagnose in het Amerikaanse handboek van psychische stoornissen en beschrijft het leed dat ontstaat door een incongruentie tussen iemands genderidentiteit en iemands toegewezen geboortegeslacht. Verder zouden trans individuen vanaf hun kindertijd al bekend zijn met hun genderidentiteit en gender non-conform gedrag vertonen. Daarbij zouden transgender mensen een sterke wens hebben om afstand te doen van hun geslachtskenmerken en zouden willen dat anderen hen als cisgender zien. Trans personen zouden daarnaast een voortdurende strijd voeren om hun lichamelijk leed te overleven. Om die strijd te verlichten en hun leed te reduceren, zouden trans mensen uiteindelijk in transitie gaan om via chirurgie en hormonetherapie hun genderkenmerken te veranderen.

Die gestereotypeerde omschrijving van transgenderervaringen is wat wetenschappers transnormativiteit noemen en domineert zowel medische als culturele voorstellingen van transgender-zijn. Johnson (2016) maakt duidelijk dat transnormativiteit verwijst naar een hegemoniaal kader dat de presentaties en ervaringen van trans individuen toetst op het gebied van gender. Machtige medische instituties hebben bepaald dat de focus in transgenderstudies en andere domeinen van het sociale leven ligt bij de genderdysforische belevingen van trans mensen. Onderzoek naar transgender personen in België is ook beïnvloed door transnormativiteit. Zo ligt de focus van transstudies in Vlaanderen voornamelijk op negatieve ervaringen, discriminaties, transfobie, geweldervaringen en de impact daarvan op het psychosociaal welzijn bij trans individuen. Dergelijke onderzoeken dragen gedeeltelijk bij aan het eenzijdige beeld van trans mensen die lijden.

De focus op genderdysforie en lichamelijk leed bij transgender personen is hevig bekritiseerd door tal van auteurs. Zoals Dembroff terecht argumenteert, streven trans mensen niet naar zelfvernietiging maar naar plezier, gemak, geluk en aanwezigheid in hun lichaam en in relaties met anderen. Daarom hebben transgender individuen gepleit voor het gebruik van de term gendereuforie. Gendereuforie verwijst naar positieve gevoelens, emoties, ervaringen en handelingen die verband houden met een bepaalde genderbeleving.

Hoewel er in de afgelopen jaren een groei is geweest van studies naar gendereuforie staat het concept alsnog in de kinderschoenen. De meeste onderzoeken komen ook voort uit Engelstalige westerse landen. Zo is er geen Belgische wetenschappelijke studie te vinden die gendereuforie vermeldt of bestudeert. Daarom luidt de hoofdonderzoeksvraag: “Hoe ervaren transgender, non-binaire en genderdiverse jongvolwassenen in Vlaanderen gendereuforie?” Om die onderzoeksvraag te beantwoorden, staan de volgende deelonderzoeksvragen centraal:

- Wat betekent gendereuforie voor Vlaamse trans jongvolwassenen?
- Welke bronnen leiden tot gendereuforie bij Vlaamse trans jongvolwassenen?
- Welke impact heeft gendereuforie op Vlaamse trans jongvolwassenen?

Deze masterproef heeft twee doelstellingen. Enerzijds wenst dit onderzoek tegen het transnormatief beeld van het lijdend trans individu in te gaan want dat is immers een eenzijdige, schadelijke en ontmenselijkende voorstelling van transgenderervaringen. Deze studie wil daarom het beeld bijstellen door de focus te verleggen naar hoe trans mensen ook euforie kunnen ervaren vanwege hun gender en er doelmatig naar streven. Anderzijds is het opvallend dat onderzoek naar gendereuforie grotendeels afkomstig is uit Engelstalige westerse landen. Daarom tracht deze studie inzicht te krijgen in hoe transgender, non-binaire en genderdiverse jongvolwassenen tussen achttien en dertig jaar uit Vlaanderen gendereuforie beleven. Om het hiaat op te vullen, maakt dit onderzoek gebruik van kwalitatieve, semigestructureerde diepte-interviews met vijftien transgender, non-binaire en genderdiverse individuen.

2. Literatuurstudie

Dit literatuuroverzicht begint met het concept transnormativiteit: de maatschappelijke verwachting dat trans personen aan bepaalde gendernormen voldoen. Het bespreekt definities, componenten en kritiek. Vervolgens richt de literatuurstudie zich op gendereuforie, oftewel de positieve beleving van gender. Het onderzoekt de geschiedenis, conceptualisering en bronnen van gendereuforie waarna er een synthese van de literatuur volgt.

2.1. Transnormativiteit en genderdysforie

2.1.1. Transnormativiteit als dominant verhaal

Als het in academische, medische en maatschappelijke debatten over transgender personen gaat, ligt de focus voornamelijk op de negatieve ervaringen en het leed van trans mensen (Austin et al., 2022; Beischel et al., 2024; Bradford et al., 2021; Hall et al., 2024; Jacobsen & Devor, 2022; Jones, 2023; Reisner et al., 2023; Schuster & Westbrook, 2022; Tebbe & Budge, 2022). Jacobsen en Devor (2022) stellen dat het dominant verhaal als volgt gaat: trans personen zijn geboren in het verkeerde lichaam, waardoor ze verdriet ervaren over hun geslachtskenmerken en ze gebruiken een medische transitie om hun lichaam te veranderen opdat het verdriet weggaat. In de wetenschappelijke literatuur noemen onderzoekers dat gegeven transnormativiteit.

Johnson (2016) definieert transnormativiteit als een hegemoniaal kader waarin een gemedicaliseerd binair gendermodel de representaties, identificaties, verhalen en ervaringen van trans personen op het gebied van gender beoordeelt. De auteur theoretiseert dat het trans-zijn structureert in een hiërarchie van legitimiteit die sommige trans personen valideert en anderen marginaliseert. Transnormativiteit is met andere woorden een verantwoordingsstructuur die de aanvaardbare genderrepresentaties, genderverhalen en manieren van trans-zijn reguleert en beslist hoe iemand op de juiste manier trans kan zijn (Johnson, 2016; Lindley & Budge, 2024; McIntyre, 2018; Vipond, 2015). Zoals Riggs en collega's (2019) formuleren, verwijst transnormativiteit naar de manieren waarop dominante verhalen over wat het betekent om transgender te zijn een beperkte reeks stijlfiguren benadrukken waaraan alle trans individuen zich moeten houden. De auteurs verwijzen hiermee naar de verwachting dat alle trans mensen voldoen aan het 'geboren in het verkeerde lichaam' verhaal, medische behandeling nodig hebben en zich presenteren als cisgender. Bradford en Syed (2019) begrijpen daarentegen transnormativiteit als een alternatief narratief dat zich verzet tegen het hoofdverhaal van cisnormativiteit dat cisgenderidentiteiten beschouwt als normaal of de standaard. De auteurs gebruiken het concept om te beschrijven hoe bepaalde dominante ideeën over trans-zijn invloed uitoefenen op de ontwikkeling van transgenderidentiteit. Om voldoende trans te zijn moeten trans personen zich volgens de ideologie ook conformeren aan gender-, cisgender- en heteronormen om acceptabel en

begrijpelijk te zijn binnen de samenleving (Johnson, 2016; Lindley & Budge, 2024; McIntyre, 2018; Vipond, 2015). De literatuur maakt dus duidelijk dat transnormativiteit gaat om een machtsdynamiek dat van trans personen vereist te voldoen aan de heersende normen en de idee dat er maar één manier is om trans te zijn. Daarbij gaat het om een voorwaardelijke acceptatie, waarbij trans personen enkel valide zijn als die voldoen aan normatieve ideeën over gender. Trans mannelijkheid moet in die zin voldoen aan cis mannelijkheid en trans vrouwelijkheid moet overeenkomen met cis vrouwelijkheid. Elke ervaring, identificatie of presentatie die daarvan afwijkt, is ondergeschikt en onzichtbaar in de samenleving. Tot slot moet je volgens de transnorm als een trans persoon naast voldoen aan heersende genderopvattingen, het best wit, uit de middenklasse, mentaal en fysiek in goede staat en heteroseksueel zijn (Lindley & Budge, 2024; Vipond, 2015).

2.1.2. Componenten van transnormativiteit

Transnormativiteit vertegenwoordigt dus de ongeschreven sociale regels die de ervaringen van transgender personen bepalen. Het bevat volgens Lindley & Budge (2024) de volgende componenten: nadruk op anatomische genderdysforie, een ontdekkingsverhaal, medicalisering, assimilatie, slachtofferschap en sociale interacties.

Genderdysforie

In het transnormatief verhaal ligt een sterke nadruk op lichamelijke leed en genderdysforie. Het bevat de overtuiging dat lijden gelijkgesteld is aan trans-zijn en dus een belangrijke component vormt van transgenderidentificatie (Ashley & Ells, 2018; Bradford & Syed, 2019; Garrison, 2018; Jacobsen & Devor, 2022; Johnson, 2016; Lindley & Budge, 2024; McIntyre, 2018).

Genderdysforie heeft verschillende conceptualiseringen en is een onderwerp van academische discussie. Volgens het Amerikaans diagnostisch en statistisch handboek van psychische stoornissen verwijst genderdysforie naar het leed gekenmerkt door een duidelijke incongruentie tussen iemands genderidentiteit en iemands toegewezen geboortegeslacht (American Psychiatric Association, 2013). Verder omschrijft de *World Professional Association for Transgender Health* (2012) genderdysforie als een ongemak of angst veroorzaakt door een discrepantie tussen iemands genderidentiteit en iemands toegewezen geboortegeslacht, inclusief daarbij horende genderrollen en geslachtskenmerken. Alutalica (2021) daarentegen formuleert genderdysforie breder als de persoonlijke ervaring van ongemak, incongruentie of dissociatie met de manier waarop iemands lichaam, sociale rollen of waargenomen gender niet overeenkomen met hun genderidentiteit. Beischel en collega's (2022) omschrijven het verder als een reeks negatieve gevoelens die voortkomt uit een conflict of ontkoppeling tussen de verschillende genderaspecten van iemands zelf. Tot slot formuleren Austin en medeonderzoekers (2022) genderdysforie als een complexe en genuanceerde ervaring

van lijden als reactie op interne en externe factoren die een ont koppeling veroorzaken tussen iemands zelfgevoel en de externe perceptie van het zelf door anderen.

De literatuur maakt dus duidelijk dat genderdysforie een veelzijdig, complex en biopsychosociaal fenomeen is (Beischel et al., 2022). Genderdysforie zorgt daarnaast voor ondragelijke pijn waardoor trans personen beperkingen ervaren in emotioneel, interpersoonlijk, fysiek, academisch en of beroepsmatig functioneren (Austin et al., 2022). Rosenberg en collega's (2024) duiden dat genderdysforie een veronderstelde vanzelfsprekendheid en verwacht gegeven is in het leven van transgender individuen terwijl niet iedereen genderdysforie beleeft en dat op dezelfde manier ervaart. De diagnose genderdysforie is dan ook recentelijk hevig bekritiseerd door academici zoals Ashley (2019, 2021).

Verschillende onderzoekers stellen verder vast dat de trope van 'geboren in het verkeerde lichaam' dient als manifestatie van het lichamelijk leed dat trans mensen ervaren (Bradford & Syed, 2019; Lindley & Budge, 2024; Vipond, 2015). Zoals Engdahl (2014) uitlegt geeft het verhaal een idee dat trans mensen geboren zijn in het verkeerde lichaam omdat het lichaam het verkeerde gender heeft ten opzichte van de genderidentiteit. Het verkeerde-lichaam-verhaal impliceert dat trans personen zich volledig losgekoppeld voelen van hun lichaam, inclusief de manier waarop hun gender is toegewezen, en dat enkel medische transitie naar het andere geslacht deze verkeerdheid kan corrigeren (Alutalica, 2021). Alutalica (2021) stelt verder dat trans mensen volgens het verkeerde-lichaam-verhaal pas echt zijn na de nodige medische interventies en dat de transitie pas geslaagd is wanneer een translichaam niet identificeerbaar trans is. Dergelijk discours overschaduwet elk alternatief verhaal over gender als vloeiend, opkomend, procesmatig of interactief en gevormd door sociale normen en invloed (Johnson, 2015).

Medicalisering

Transnormativiteit is geworteld in medicalisering. Zoals Lindley & Budge (2024) uitleggen is medicalisering het proces waarbij menselijke ervaringen onderworpen zijn aan medische autoriteit en de ervaring diagnose en behandeling vereist. Zie de werken van Stryker (2017), Riggs (2019) en medeonderzoekers voor een volledige historische bespreking van hoe trans-zijn is gemedicaliseerd.

Vanwege medicalisering manifesteren er zich poortwachterpraktijken in medische contexten die de autonomie van transgender personen beperken en de toegang reguleren tot genderbevestigende zorg voor degenen die medische zorg wensen (Johnson, 2016; Vipond, 2015). Johnson (2016) legt verder uit dat door medicalisering medische professionals moeten vaststellen of iemand inderdaad het gender is dat die beweert te zijn, die toekenning tot de transidentiteit kan krijgen en via de diagnose van genderdysforie verder kan gaan met hun medische en of wettelijke gendertransitie.

Trans-zijn en gender non-conformiteit vallen door medicalisering dus onder het toezicht van machtige medische instituten, gevuld met voornamelijk cisgender personen, die trans-zijn moet behandelen en genezen (Johnson, 2016; Lindley & Budge, 2024; McIntyre, 2018). De medische wereld onderwerpt trans mensen aan strenge criteria onder de diagnose genderdysforie die is ontworpen om de legitimiteit en authenticiteit van trans personen te bepalen (Johnson, 2016; Riggs et al., 2019). Johnson (2016) stelt verder dat de diagnose eist dat er enerzijds een sterke en aanhoudende identificatie met het andere geslacht of een aandrang om het andere geslacht te zijn, aanwezig is. Anderzijds moeten transgender individuen door een combinatie van ongemak en verlangen zich willen ontdoen van de oorspronkelijke geslachtskenmerken en andere geslachtskenmerken wensen (Johnson, 2016). Ook argumenteert de auteur dat er sprake moet zijn van emotioneel leed als er nog geen medische interventie is gebeurd.

Transnormativiteit houdt ook de opvatting in dat trans mensen verlangen naar een medische transitie (Bradford & Syed, 2019; Garrison, 2018; Johnson, 2016; McIntyre, 2018). In die zin zijn medische ingrepen om de genderidentiteit in overeenstemming te brengen met het lichaam een zaak van leven en dood en moet de medische transitie een noodzakelijk en uniform traject zijn voor ieder trans individu (Bradford & Syed, 2019). Lindley en Budge (2024) stellen verder dat non-binaire personen volgens de transnorm ambivalent moeten zijn over medische transitie.

Vanwege de loyaliteit van transnormativiteit aan het medische model, gaat de transnorm ook uit van het binair gendermodel (Bradford & Syed, 2019; Johnson, 2016; McIntyre, 2018; Vipond, 2015). Brandon & Syed (2019) argumenteren dat er een sociale voorkeur is voor binaire genderidentiteiten, waarbij non-binaire genderidentiteiten minder geldig of minder legitiem zijn. Om succesvol, normaal en acceptabel te zijn, moeten trans personen er dus uitzien als een cis man of cis vrouw (Johnson, 2016; Vipond, 2015).

Tot slot laat transnormativiteit volgens Johnson (2016) weinig ruimte voor de handelingsmogelijkheid en keuzevrijheid van trans individuen toe bij het nemen van beslissingen over hun identificatie met en actualisatie van hun genderidentiteiten. Want als trans individuen niet voldoen aan de criteria van de diagnose genderdysforie, niet loyaal zijn aan het binaire gendermodel en niet kiezen voor een medische transitie beperkt hen dat de toegang tot transgender als identiteitscategorie, genderbevestigende zorg, juridische genderbevestiging en sociale acceptatie binnen transgemeenschappen (Johnson, 2016). Het medische model bevestigt namelijk enkel genderidentiteiten van trans personen die transnormativiteit volgen maar marginaliseert hen die er niet aan willen of kunnen voldoen (Johnson, 2016). Tot slot maakt de auteur dus duidelijk dat medische instellingen vertrouwen op transnormativiteit om te bepalen wie voldoende trans is.

Het ontdekkingsverhaal

Transnormativiteit veronderstelt dat een individu transgender geboren is, van jongs af aan duidelijk gender non-conform gedrag stelt en al sinds de kindertijd moet weten dat die trans is (Bradford & Syed, 2019; Garrison, 2018; Jacobsen & Devor, 2022; Johnson, 2016, McIntyre, 2018). Bradford en Syed (2019) leggen uit dat de transgenderidentiteit volgens de transnorm al heel vroeg in het leven moet manifesteren om geldig te zijn en dat trans mensen hun genderidentiteit als een inherente of essentiële eigenschap moeten beschouwen. Lindley & Budge (2024) argumenteren verder dat trans personen in die zin meer trans zijn als ze herinneringen kunnen vinden aan gender non-conform gedrag tijdens de kindertijd dan degenen die dat niet kunnen. Tot slot marginaliseert de transnorm dus de trans individuen die pas veel later in het leven een transidentiteit ontdekken.

Slachtofferschap

Transnormativiteit stelt transgender individuen voor als slachtoffers, waarbij strijd en leed belangrijke aspecten zijn van hun transidentiteiten (Bradford & Syed, 2019; Garrison, 2018; Johnson, 2016). Slachtofferschap houdt de opvatting in dat translevens tragische verslagen zijn van onverbiddelijke pijn en geweld en die slachtofferervaringen van trans individuen universeel zijn (Bradford & Syed, 2019).

Assimilatie

Het transnormatief verhaal bevat de overtuiging dat transgender personen willen assimileren aan de cisgendercultuur en willen doorgaan als cisgender (Bradford et al., 2019; Bradford & Syed, 2019, McIntyre, 2018). Inherent aan de overtuiging dat trans mensen cisgender willen zijn, is de koppeling van genderexpressie aan genderidentiteit en de waardering van rigide binaire genderrollen (Lindley & Budge, 2024). Bradford & Syed (2019) stellen dat trans personen meer dan cisgender personen moeten voldoen aan genderrollen die de samenleving onderschrijven, aangezien het hun trans-zijn legitimeert. Assimileren als cisgender is complex volgens McIntyre (2018) omdat het enerzijds non-binaire genderbelevingen tot zwijgen brengt en anderzijds een uiterlijke bevestiging kan zijn van het zelfbegrip van trans individuen. Bradford & Syed (2019) maken inderdaad duidelijk dat non-binaire en genderfluïde uitingen door het transnormatief verhaal minder geldig zijn door de assumptie dat trans mensen willen conformeren aan cisgendernormen.

Sociale interacties

Transnormativiteit draait tot slot volgens Lindley & Budge (2024) om de overtuiging dat trans mensen zich op bepaalde manieren moeten gedragen. Het gaat volgens de auteurs om de soort vrienden, de sociaal-politieke standpunten en de interesses die men moet hebben. Dat houdt in dat trans personen enkel bevriend zouden zijn met queer en trans individuen, liberale politiek aanhangen en houden van artistieke bezigheden (Lindley &

Budge, 2024). Johnson (2016) maakt verder duidelijk dat transnormativiteit invloed heeft op interacties in elk domein van het sociale leven zoals gezondheidszorg, juridische contexten en media. Zowel cisgender personen via een anti-trans retoriek en geweld als transgendergemeenschappen via poortwachterpraktijken dwingen trans personen om te voldoen aan het transnormatief verhaal (Johnson, 2016; Lindley & Budge, 2024). Garrison (2018) vindt bijvoorbeeld dat trans individuen van wie hun persoonlijk verhaal of ervaringen van gender niet overeenkomen met de onuitgesproken regels rond trans-zijn te maken kunnen krijgen met kritiek of vragen over hun identiteit van andere mensen.

Weg van transnormativiteit en genderdysforie

Transnormativiteit is dus zowel een dominant verhaal en ideologie als een verantwoordingsstructuur die voorkeur geeft aan binaire trans personen, trans mannen en trans vrouwen, die een medische transitie hebben doorlopen. Ook houdt het de overtuiging in dat trans personen onnoemlijk veel lijden vanwege geboren te zijn in ‘het verkeerde lichaam’ en genderdysforie beleven. De focus op genderdysforie en lichamelijk leed door het medische model en onderzoek is schadelijk (Jacobsen & Devor, 2022), onethisch en ontmenselijkend (Ashley, 2019) want het verengt trans-zijn tot een lijdensverhaal. Dat terwijl trans personen evengoed streven naar geluk, plezier, gemak en aanwezigheid in hun lichaam en relaties (Dembroff, 2024).

Er is een gebrek aan academische aandacht rond vreugde bij trans personen (Alutalica, 2021; Austin et al., 2022; Beischel et al., 2022; Blacklock et al., 2024; Bradford et al., 2021; Grant et al., 2024a; Holloway, 2023; Jacobsen & Devor, 2022; Jones, 2023; Mann et al., 2024; Schuster & Westbrook, 2022; Skelton et al., 2024). Holloway (2023) roept daarom onder meer andere onderzoekers op om af te stappen van een verhaal dat gebaseerd is op tekortkomingen. Hij argumenteert dat het belangrijk is om de complexe en genuanceerde menselijkheid en doorleefde ervaringen van trans individuen te zien en te omarmen. Schuster en Westbrook (2022) bevestigen dat in hun sociologisch onderzoek. De academici tonen namelijk aan dat het omarmen van de transgenderidentiteit kan bijdragen aan meer welzijn en een positiever zelfbeeld. Deze bevindingen bieden een tegengewicht voor de dominante focus op leed en sluiten aan bij het concept gendereuforie. De term gendereuforie benadrukt namelijk de positieve kanten van transgenderervaringen (Austin et al., 2022; Beischel et al., 2022; Jacobsen & Devor, 2022).

2.2. Gendereuforie

Dit gedeelte bespreekt de academische literatuur over gendereuforie. De term gendereuforie verwijst over het algemeen naar een positieve genderbeleving. Het is een veelzijdig en complex concept met verschillende conceptualiseringen en nuances. Dit deelhoofdstuk opent met een toelichting over het ontstaan en de historie van de term. Vervolgens volgt een uitgebreide uitleg over de definiëringen van het concept. Daarna is

er een analyse van verschillende bronnen, vormen en types van gendereuforie. Tot slot synthetiseert dit onderdeel de bestaande literatuur over gendereuforie.

2.2.1. Geschiedenis van de term gendereuforie

De term gendereuforie is ontstaan in transgemeenschappen en circuleert er al enkele decennia, maar academici hebben pas sinds kort interesse in het concept (Austin et al., 2022; Beischel et al., 2022; Jacobsen & Devor, 2022). Jacobsen en Devor (2022) stellen bijvoorbeeld dat de term al zeker sinds de jaren 1970 circuleert maar trans mensen hebben evengoed altijd al vreugdevolle genderervaringen gehad (Rosenberg et al., 2024).

Het zijn veelal transgender personen die focussen op gendereuforie. Zo is de term gendereuforie terug te vinden op tal van sociale media en audiovisuele platforms (Alutalica, 2021; Beischel et al., 2022) en in verschillende niet-academische boeken, krantenartikelen en blogs (Jacobsen & Devor, 2022). Zo publiceert schrijfster Laura Kate Dale in 2021 een boek over gendereuforische verhalen van trans, non-binaire en intersekse schrijvers. Ook zijn er een handvol masterproeven over gendereuforie te vinden van studenten (e.g. James, 2022; McKinney, 2021; Tacit, 2020). Tot slot is de term in 2022 organisch vanuit trans personen naar boven gekomen in de studie van Austin en medeonderzoekers (2022). Het feit dat de term gendereuforie en de focus daarop leeft binnen transgendergroepen kan duiden op de behoefte en de vraag om aandacht te hebben voor de positieve aspecten van trans-zijn. En inderdaad hebben trans onderzoekers en transgender participanten in onderzoek gevraagd om ook te focussen op positiviteit en vreugde door trans te zijn (Holloway, 2023; LeBlanc et al., 2022).

Verder hebben transgender wetenschappers als eerste het concept gendereuforie vermeld in wetenschappelijke artikels. De oudst gevonden bron is die van Devor uit 2004. De auteur stelt in het kader van transidentiteitsontwikkeling dat veel trans personen merken dat hun gevoelens van genderdysforie veranderden in gendereuforische gevoelens. Vervolgens vermeldt Benestad (2010) gendereuforie als onderdeel van hun theorie over gendertherapie. Die argumenteert in hun solostudie dat gendertherapie een begeleidingsproces is waarbij iemand van een onbevredigende naar een meer bevredigende staat van leven gaat. Het doel is congruentie tussen het individuele gevoel van gender en de externe perceptie van het gender door de omgeving die dus elementen van gendereuforie kan bevatten (Benestad, 2010).

Bijna een decennia na Benestad bespreken Ashley en Ells (2018), Bradford en medeonderzoekers (2019) kort het concept gendereuforie in hun academisch artikel. In 2022 operationaliseren Beischel, Austin, Jacobsen, Devor en medecollega's via kleinschalige onderzoeken een definitie en de bronnen van gendereuforie. In de afgelopen twee jaar, sinds hun studies, zijn er verschillende kleine en grote onderzoeken uitgevoerd. Maar hoewel er een duidelijke groeiende aandacht is voor gendereuforische

ervaringen bij transgender personen, blijft het concept gendereuforie vooralsnog relatief nieuw.

2.2.2. Definiëring gendereuforie

Gendereuforie is een gloednieuw concept in de wetenschappelijke literatuur en bevat verschillende conceptualisaties. Volgens Ashley & Ells (2018) gaat het over een duidelijk plezier of bevrediging veroorzaakt door een congruentie tussen iemands genderidentiteit en de genderkenmerken geassocieerd met een ander gender dan bij de geboorte toegewezen. Rachlin (2018) omschrijft het concept in een voetnoot als een erkenning dat trans personen aan zelfactualisering doen vanuit en naar een positieve ervaring. Vervolgens operationaliseren Bradford en collega's (2019) gendereuforie als een toegenomen subjectief welzijn door gendertransitie en genderbevestigende interventies. Lambrou en medeonderzoekers (2020) interpreteren de term dan weer als een bron van veerkracht. Vervolgens stelt Bukkakis (2020) dat gendereuforie ontstaat in dragruimtes waarin mensen hun gender kunnen negeren, omzeilen of vrij beleven. Verder argumenteert Alutalica (2021) dat gendereuforie een gevoel en ervaring is van congruentie tussen genderidentiteit en genderexpressie, genderbevestiging en authentieke zelfexpressie. Het onderzoek van Beischel en collega's (2022) toont aan dat het gaat om een vreugdevol gevoel van juistheid in iemands gender of sekse. Volgens Jacobsen & Devor (2022) betreft gendereuforie een verscheidenheid aan positieve gendergerelateerde emoties en ervaringen. Tot slot conceptualiseert Jones (2023) gendereuforie in het meervoud om aan te duiden dat mensen een grote variatie aan gendereuforische ervaringen beleven omwille van hun gender, sekse en of seksuele oriëntatie.

Er is, zoals verschillende academische auteurs vaststellen, geen consensus over de term gendereuforie in de academische literatuur (Beischel, 2022; Blacklock et al., 2024; Jones, 2023). Maar gendereuforie lijkt over het algemeen te verwijzen naar allerlei positieve gendergerelateerde aspecten door bepaalde emoties, ervaringen en handelingen. Zo ontstaat gendereuforie als een reactie op de bevestiging van iemands genderidentiteit, genderexpressie, genderrol, lichaam, sekse en seksualiteit (Alutalica, 2021; Ashley & Ells, 2018; Benestad, 2010; Beischel et al., 2022; Bradford et al., 2019; Jones, 2023; Rachlin, 2018; Skelton et al., 2024). Dat omvat daarnaast ook een groot scala aan gevoelswoorden, inclusief maar niet beperkt tot acceptatie, afstemming, prestatie, authenticiteit, opluchting, bevestiging, vertrouwen, comfort, tevredenheid, vreugde, hoop, validatie en geluk (Austin et al., 2022; Beischel et al., 2022; Hall et al., 2024; Jacobsen & Devor, 2022; Rosenberg et al., 2024; Skelton et al., 2024). Gendereuforie kan vervolgens ontstaan op psychologisch, lichamelijk en of sociaal vlak (Austin et al., 2022; Beischel et al., 2022; Skelton et al., 2024). Tot slot varieert het in intensiteit, duur en frequentie (Beischel et al., 2022; Jacobsen & Devor, 2022; Skelton et al., 2024). Skelton en medeonderzoekers (2024) tonen bijvoorbeeld aan dat euforie

vanwege een bepaalde genderbeleving zich in het nu en in een verbeelde toekomst kan bevinden. Gendereuforie is dus met andere woorden een complex en multidimensionaal fenomeen zoals onder andere Beischel (2022), Rosenberg (2024) en collega's stellen. Het verschijnsel is echter nog nooit formeel gemeten (Blacklock et al., 2024).

Volgens Rosenberg en collega's (2024) is het problematisch om gendereuforie te willen operationaliseren en meten in onderzoek. Zo stellen de onderzoekers dat trans personen al lang spreken over gendereuforie, wat het inhoudt en welke verschillende betekenissen het omvat. De auteurs argumenteren dat gendereuforie een veranderlijk concept is dat voor iedereen een andere betekenis heeft. Ook kan de conceptualisering van gendereuforie volgens hen bijdragen aan het transnormatieve verhaal dat translevens wil reguleren, meten en controleren. Rosenberg en medeonderzoekers (2024) laten daarom liever ruimte open voor de verschillende manieren waarop transgender personen gendereuforie begrijpen, mogelijks verzet tegen het concept en bedenkingen over de beperktheid ervan.

Het gros van wetenschappelijke literatuur over gendereuforie legt de focus op transgender mensen. Maar hoewel cisgender personen niet uitgesloten zijn van onderzoek (e.g. Beischel et al., 2022), is er tot nu toe weinig onderzoek naar of en hoe cis mensen gendereuforie ervaren (Beischel et al., 2024; Rosenberg et al., 2024). In het onderzoek van Beischel en collega's (2022) geven bijvoorbeeld twee cisgender participanten aan positieve genderervaringen te hebben maar ook dat sommige cis individuen ermee worstelen om de term te gebruiken. Rosenberg en medeonderzoekers (2024) argumenteren verder dat hoewel gendereuforie vaak geassocieerd is met transgender personen het niet enkel voorbehouden is voor hen. Zo stellen de auteurs dat gendereuforie kaderen als iets voor transgender individuen de opvatting versterkt dat cisgender personen de normale standaard zijn en transgender mensen de abnormale ander. Een mogelijke verklaring voor de onzichtbaarheid van positieve genderervaringen bij cis individuen en hun omgeving is mogelijks omdat zij sinds hun geboorte zijn bevestigd als hun gewenste gender (Rosenberg et al., 2024). Er moet nog verder onderzoek gebeuren naar hoe cisgender mensen gendereuforie beleven en conceptualiseren.

De waarschijnlijkheid om ooit gendereuforie te ervaren, verschilt op het vlak van sociaal-demografische factoren zoals gender, ras, seksuele oriëntatie, leeftijd, opleidingsniveau, woonlocatie, zorgverzekeringssysteem en hormoonstatus (Grant et al., 2024a; Reisner et al., 2023). Reisner en medeonderzoekers (2023) tonen via een onderzoek naar 2165 transgender en genderdiverse volwassenen aan dat trans personen die een publiek zorgverzekering hebben en hormonen gebruiken meer gendereuforie ervaren. En een onderzoek van Grant en collega's (2024a) naar 1359 volwassen transgender volwassenen vindt dat deel uitmaken van een LGBTQIA+ gemeenschap, zich bevinden tot de leeftijdsgroep 18 tot 24-jarigen, het hebben van een universitair diploma,

wonen in binnenstedelijk gebied, geen mentale gezondheidsproblemen ervaren en asexueel zijn meer kans biedt op gendereuforische ervaringen. Op het vlak van genderidentiteit ondervinden transgender vrouwen en non-binaire personen met een vrouwelijk toegewezen geboortegeslacht meer gendereuforie dan transgender mannen (Reisner et al., 2023). Grant en medeauteurs stellen daarentegen in 2024(a) vast dat non-binaire mensen minder gendereuforie ervaren. Tot slot ervaren zwarte trans mensen meer gendereuforie dan witte trans personen (Reisner et al., 2023). Verder intersectioneel onderzoek is nodig om de verschillende effecten van sociaal-demografische factoren op gendereuforie te onderzoeken en te verklaren.

Naast het concept gendereuforie doen er in de academische literatuur ook andere termen de ronde zoals 'genderaffirmatie', 'genderplezier', 'gendercongruentie', 'transvreugde' en tal van andere termen om te verwijzen naar positieve aspecten van een genderbeleving. Zo hebben Beischel en medeonderzoekers (2022, 2024) de term genderplezier geïntroduceerd om positieve affectieve ervaringen over gender of sekse bij cisgender en transgender mensen te beschrijven. Hun stelling is dat gendereuforie sterk geassocieerd is met de transgemeenschap, trans personen en gendertransitie. Hoewel de link inderdaad bestaat, is het gebruik van een ander concept hevig bekritiseerd door Rosenberg en collega's (2024). De term gendereuforie verwijst immers al naar een positieve genderbeleving ongeacht iemands genderidentiteit.

Er is verder in de academische literatuur ook een opvallend afwezige discussie of literatuuroverzicht rondom de link tussen al de concepten die verwijzen naar positieve genderervaringen. Genderaffirmatie verwijst bijvoorbeeld naar een geïndividualiseerd, multidimensionaal proces dat zorgt voor de interne en externe bevestiging van iemands gender waaronder genderidentiteit, genderexpressie en of genderrol (Reisner et al., 2016; Scheim et al., 2022). Reisner (2016), Scheim (2022) en medeonderzoekers theoretiseren vier dimensies: sociaal, psychologisch, medisch en juridisch. Sociale genderaffirmatie duidt op interpersoonlijke en institutionele erkenning, wat kan door veranderingen in onder meer uiterlijk, naam en voornaamwoorden. Psychologische genderaffirmatie houdt een intern gevoel van zelfidentificatie, zelfactualisatie en zelfvalidatie in, evenals verzet tegen geïnternaliseerde stigma en transfobie. Medische genderaffirmatie gaat over puberteitsremmers, hormoontherapie, haarverwijdering en chirurgie. Legale genderaffirmatie bevat wettelijke verandering van de naam en gendermarker. Veder omschrijven trans participanten uit het onderzoek van Dorsen en collega's (2022) genderaffirmatie als acties en ervaringen waardoor zij zich gezien, gehoord en gevierd voelen als een volwaardig persoon. Deze definities van genderaffirmatie zijn gelijkaardig aan de verschillende definiëringen van gendereuforie. Literatuur lijkt dan ook te suggereren dat genderaffirmatie leidt tot gendereuforie (Austin et al., 2022; Doyle, 2022; Fontanari et al., 2020; Grant et al., 2024b; Reisner et al., 2023), waarbij gendereuforie het overkoepelende gegeven is van een positieve genderbeleving. Waarschijnlijk zijn 'gendercongruentie', 'transvreugde' en andere termen die verwijzen

naar een positieve, comfortabele en goed voelende genderbeleving onderdeel van gendereuforie.

Tot slot is het belangrijk om gendereuforie niet op een voetstuk te plaatsen zoals Schuster en Westbrook (2022) stellen. Zo argumenteren ze dat focussen op gendereuforie het risico met zich meebrengt te vervallen in toxische positiviteit en het commodificeren van geluk. Gendereuforie kan daarnaast volgens Rosenberg en collega's (2024) ook deel gaan uitmaken van het transformatief verhaal. Hierbij zouden transgender personen volgens de auteurs zich moeten houden aan het verlangen naar het krijgen van genderbevestigende zorg om zich goed te voelen en door te gaan als cisgender. Het is zoals de auteurs duiden noodzakelijk om in het achterhoofd te houden dat gendereuforie niet allesbepalend is voor transgenderervaringen.

2.2.3. Bronnen, vormen en types van gendereuforie

Er zijn tal van bronnen, vormen en types van gendereuforie te vinden in de academische literatuur. Zo vinden Beischel en collega's (2022) via een online kwalitatieve enquête met 47 deelnemende transgender, cisgender en non-binaire personen drie bronnen van gendereuforie: extern of fysiek, intern of psychologisch en sociaal. Externe of fysieke gendereuforische ervaringen verwijzen volgens hen naar een reeks van lichamelijke en uiterlijke aspecten van iemands gender of sekse. Dat gaat over veranderingen in genitaliën, gezichtsvorming en vetverdeling door hormonetherapie en of chirurgie. Evenals lichaamsmodificatie door het dragen van een broekvulling of binder, stemtraining en veranderen van haarstijl. Daarnaast wekken bepaalde kleding, schoenen, cosmetica, nagellak en drag externe gendereuforie op volgens de participanten uit hun onderzoek. Interne of psychologische gendereuforische belevingen refereren volgens de onderzoekers naar een gevoel van zelfbevestiging door op bepaalde manieren over zichzelf te denken of bepaald gedrag te vertonen. Evenals noteren zij hierbij zelfreflectie en zelfontdekking. Beischel en medeonderzoekers omschrijven tot slot sociale gendereuforie als verwijzend naar andere mensen en maatschappelijke structuren. Zo kunnen interacties met onbekenden, familie, leden van een gemeenschap, zorgverleners, opvoeders, de overheid en de maatschappij zorgen voor gendereuforische ervaringen. Dat kan volgens de participanten door het gebruik van de correcte naam en voornaamwoorden of gendergerelateerde woorden. De onderzoekers noteren ook dat gemeenschappen, badkamers, relaties en seks gendereuforie opwekken. Deze drie vormen van gendereuforie, beschreven door Beischel en collega's (2022) werken op elkaar in en zitten dus samen in een complexe verstrengeling.

In 2022 tonen Austin en medeonderzoekers via foto-eliciterende interviews met 20 transgender en genderdiverse personen verder vier processen van gendereuforische ervaringen: blootstelling aan een genderbevestigend antecedent, een bevestigende gedachte hebben, een positieve emotie voelen, een verbeterde levenskwaliteit ervaren. Ten eerste stellen de auteurs dat blootstelling aan een genderbevestigend antecedent

voor gendereuforie zorgt. Dat verwijst naar elke ervaring die de authentieke genderidentiteit van een individu valideert, versterkt of ondersteunt en voorafgaat aan positieve gedachten, gevoelens en of gedragingen met betrekking tot iemands gender. Het omvat een breed scala aan lichamelijke en uiterlijke veranderingen waaronder bijvoorbeeld het opmerken van wijzigingen in lichaamshaar. Ook gaat het over een reeks gebeurtenissen waarbij anderen iemand bevestigen in hun genderidentiteit en door deelname aan genderstereotype activiteiten. Ten tweede wekt volgens de onderzoekers een bevestigende gedachte hebben gendereuforie op. Het gaat hier over een reeks van gedachten door zichzelf te zien op een manier die overeenkomt met hun gender, wat er bereikt is door genderbevestigende zorg en vormen van zelfpraat. Ten derde tonen de auteurs aan dat een positieve emotie voelen leidt tot gendereuforische ervaringen. Zo beschrijven de participanten een breed scala aan emotionele reacties op bevestigende gebeurtenissen. Ten vierde ervaren transgender personen een verbeterde levenskwaliteit door tal van genderbevestigende ervaringen en interventies waaronder, maar niet beperkt tot, medische ingrepen (Austin et al., 2022).

Jacobsen en Devor (2022) formuleren twee types van gendereuforie via kwalitatieve interviews met vijf transgender en non-binaire personen. De onderzoekers argumenteren dat gendereuforie een extatische vreugde is die explosief of overweldigend aanvoelt en zich vaak voordoet bij mijlpalen in de genderreis. Het kwam bij de participanten vooral voor in het begin van de transitie. Daarnaast stellen de onderzoekers dat gendereuforie ook verwijst naar een rustig gevoel van kalmte en opluchting, wat optreedt als trans personen vaak te maken krijgen met genderbevestiging. Het komt dan ook vooral voor enkele jaren na de coming-out als transgender. Verder beschrijven Jacobsen en Devor (2022) verschillende bronnen die leiden tot gendereuforische ervaringen: ondervinden van fysieke en emotionele veranderingen, de idee dat veranderingen eraan komen, trainen, kiezen hoe gender uit te drukken, herdefiniëren van wat seks is, transrepresentaties in media, rolmodellen, belangenbehartiging, LGBTQIA+ gemeenschap en genderbevestigende zorg.

In hun literatuurreview stellen Tebbe en Budge (2022) dat zowel interne bronnen als externe bronnen invloed hebben op het algemeen welzijn, waaronder gendereuforie. Interne bronnen verwijzen volgens hen naar positieve emoties, positieve identiteitsontwikkeling en identiteitsbevestiging. En met externe bronnen doelen ze op sociale steun, bevestigende interpersoonlijke ontmoetingen, verbondenheid met de transgemeenschap, toegang tot genderbevestigende zorg en toegang tot gezondheidsinformatie. Doyle (2022) bevestigt het onderzoek van Tebbe en Budge verder door te argumenteren dat identiteitsbevestiging door anderen, identiteitsmanagement en de sociaalpolitieke context invloed hebben op identiteitsontwikkeling, waaronder het wel of niet beleven van gendereuforie.

Skelton en medeonderzoekers voeren in 2024 een studie via semigestructureerde interviews bij 12 pre-puberale trans kinderen en hun families naar contexten van gendereuforie. Zij ontdekten dat gendereuforie ontstaat door zelfbegrip, de verwachting van genderbevestigende medische zorg, hechte interpersoonlijke relaties en interacties met mensen in de brede gemeenschap. Trans kinderen ervaren volgens het onderzoek euforie door zelf hun kledij, naam en haarstijl te bepalen. Daarnaast stellen de auteurs vast dat gendereuforie een gevolg kan zijn van verzet tegen sociale normen, een verbeelde toekomst, ondersteunende vrienden en familieleden, volgen van bepaalde gendernormen en automatische erkenning van beleefde gender. Hoewel het onderzoek gericht is op kinderen tussen 9 en 14 jaar, inclusief hun ouders, kunnen de bronnen van gendereuforie mogelijks ook voor trans volwassenen gelden.

Grant en collega's maken in 2024(b) gebruik van een nationale vragenlijst om bij 1359 trans en genderdiverse volwassenen te polsen naar mentale gezondheidssuitkomsten. Zij ontdekten dat trans personen een grotere kans hebben om gendereuforie te ervaren als er een wettelijke erkenning is van hun genderidentiteit en een toegankelijke, inclusieve en efficiënte genderbevestigende gezondheidszorg. Wettelijke erkenning houdt hier de mogelijkheid om gendermarker en naam te veranderen op officiële documenten zoals identiteitskaart en rijbewijs in (Grant et al., 2024b).

Via semigestructureerde interviews onderzoeken Hall en medeonderzoekers (2024) de wegen naar gendereuforie bij 12 transgender, genderdiverse en non-binaire personen. Ze argumenteren dat gendereuforie naar voren komt door het bereiken van gendercongruentie, collectieve genezing en het vinden van gendertrots. Gendercongruentie beïnvloedt volgens de auteurs gendereuforie door het onderzoeken van en experimenteren met genderexpressie met behulp van namen, voornaamwoorden, fysieke verschijning en transitie. Evenals de bevestiging van de genderidentiteit en genderexpressie door publiek. De participanten spreken over het gevoel dat het innerlijk gendergevoel met succes tot uiting komt door uiterlijk, taalgebruik en genderbevestigende zorg. Daarnaast vermelden ze alternatieve gemeenschappen waarin ze zich vrij kunnen uitdrukken en ondersteunende netwerken. Collectief genezen als product van gendereuforie verwijst volgens de onderzoekers naar generativiteit via belangenbehartiging en zichzelf helpen door anderen te helpen. De participanten beschrijven activisme als een manier om ervoor te zorgen dat de sociale omstandigheden van de huidige generatie en de volgende generaties van trans individuen verbeteren. Het activisme kan gaan van zich uitspreken in de publieke sfeer over transrechten en het vergroten van het publieke bewustzijn tot transgender personen ondersteunen en voorlichten van mensen over gendergerelateerde zaken. Daarnaast geven de deelnemers uit de studie aan dat belangenbehartiging naast gendereuforie zorgt voor een beter zelfbegrip, een doel en eigenwaarde. De auteurs beschrijven tot slot dat gendereuforie gaat over gendertrots vinden. Gendertrots duidt volgens de participanten op het omarmen en vieren van hun genderidentiteit door zelfacceptatie,

verzet tegen normen en transfobie, positieve genderbelevingen en rolmodellen. Hall en collega's (2024) stellen tot slot dat ondersteunende netwerken een beschermende functie hebben tegen de effecten van schadelijke sociale ervaringen, leiden tot meer zelfvertrouwen en gendertrots verwezenlijken.

Hoewel de bovenstaande literatuur voornamelijk focust op de soorten bronnen van gendereuforie, is er sinds het onderzoek van Beischel (2022), Austin (2022) en medeonderzoekers ook aandacht voor specifieke contexten en producten van gendereuforie. Zo kunnen avatarcreatie en avatarbelichaming in virtuele realiteit (Reyes & Fisher, 2022), sport en lichaamsbeweging (Barras & Frith, 2024), kankerbehandeling (Ussher et al., 2023), positief lichaamsbeeld en lichaamswaardering (Almeida et al., 2024; Ogle et al., 2023), onderwijs (Jones, 2023; Mann et al., 2024), tatoeages (Silverstein & Santibañez, 2024), cannabis (Barborini, 2024), het maken van visuele kunst (Burkholder et al., 2024), gebruik van stemvormers bij sociale virtuele realiteit (Povinelli & Zhao, 2024) en lichaamsgeur (Easterbrook-Smith, 2024) bijdragen aan gendereuforie.

Maar ondanks het stijgend aantal wetenschappelijke literatuur rond gendereuforie blijven tal van contexten en producten van gendereuforie onderbelicht in empirisch onderzoek. Een voorbeeld hiervan is de link tussen seksualiteit en gendereuforie, zoals Grant en collega's (2024a) ook vaststellen. Want zoals verschillende auteurs argumenteren, is het voor transgender personen mogelijk om gendereuforische ervaringen te verkrijgen via liefde, seks en daten (Alutalica, 2021; Fielding, 2021; Rosenberg et al., 2024). Zo stelt een trans vrouw in het onderzoek van Beischel en medeauteurs (2022) gendereuforie te ervaren door genderstereotype seksuele activiteiten zoals het ontvangen van penetratie. En de studie van Jacobsen & Devor (2022) vindt gendereuforie door een toegenomen gevoel van vrijheid om niet te hoeven voldoen aan het heteronormatieve seksuele script. Een genderfluïde participant uit hun onderzoek stelt daarbij dat te ervaren door seks te herdefiniëren, zelf te kiezen hoe haar lichaamsdelen te benoemen en seksrollenspellen te hebben. Twee trans participanten uit dezelfde studie zeggen verder gendereuforie te beleven door andere trans mensen met verschillende lichamen en genders te daten. En drie onderzoeksparticipanten vermelden dan nog hoe seksspeeltjes zorgen voor een gevoel van gendereuforie.

2.2.4. Synthese van de literatuur over gendereuforie

Gendereuforie verwijst over het algemeen naar positieve gevoelens, emoties, belevingen en ervaringen van gender. Het concept is duidelijk een multidimensionaal fenomeen. Op basis van de geziene wetenschappelijke literatuur en net zoals bij het concept genderplezier (Beischel et al., 2024) lijkt gendereuforie voor te komen op individueel, interpersoonlijk en institutioneel niveau. Gendereuforie op individueel niveau komt vanuit de geest en door lichamelijke samenstelling, lichamelijke handelingen en lichamelijke accessoires. Bijvoorbeeld leidt genderbevestigende zorg voor

gendereuforie, wat tal van onderzoeken aantonen (e.g. Almazan & Keuroghlian, 2021; Goetz & Arcomano, 2023). Interpersoonlijke gendereuforie ontstaat door mensen uit de nabije omgeving of bredere gemeenschap en onbekenden. Zo is het consistent door wetenschappelijke studies aangetoond dat het gebruik van de gewenste naam en voornaamwoorden zorgt voor genderbevestiging (e.g. Russell et al., 2018). Tot slot beïnvloeden gendernormen en machtsdynamieken, zoals transnormativiteit, gendereuforie.

De academische literatuur rond gendereuforie maakt duidelijk dat gendereuforie voortkomt uit een vrije zelfidentificatie, zelfactualisatie, zelfexpressie en zelfbeschikking. Als transgender personen zelf kunnen bepalen hoe ze hun gender willen uiten en benoemen, levert hen dat mogelijk gendereuforische ervaringen op. Gendereuforie gaat om wat Tebbe en collega's (2024) aanhalen: authenticiteit, agency, connecties met anderen en verandering in perspectief. Authenticiteit gaat volgens de auteurs over het vermogen om jezelf te zijn in de wereld op het vlak van genderidentiteit, genderexpressie en hoe het lichaam eruitziet. Vervolgens stellen de onderzoekers dat door authentiek zichzelf te zijn en tegenover anderen transgender personen sterkere connecties ervaren met anderen. Verschillende bronnen tonen bijvoorbeeld aan dat LGBTQIA+ gemeenschap een positief effect heeft op trans mensen. Een ander component van geluk is volgens de auteurs perspectiefverschuiving door culturele definities van gender en andere sociale constructies uit te dagen. Tot slot argumenteren de onderzoekers dat agency belangrijk is, het vermogen om autonome controle te hebben over de eigen mentale, emotionele of het fysieke welzijn en om individuele beslissingen en handelingen te stellen zonder inbreuk of beperkingen van anderen. Dat houdt de mogelijkheid in om een gendertransitie door te maken.

Hoewel er zich in de laatste jaren een relatieve groei in onderzoek naar gendereuforie heeft voorgedaan, staat het concept alsnog in de kinderschoenen. Zo moet er in dergelijke studies nog meer aandacht zijn voor intersectionaliteit en diversiteit, want de onderzoeksparticipanten uit de meeste kwalitatieve studies naar gendereuforie zijn transgender, volwassen en wit (Austin et al., 2022; Beischel et al., 2022; Hall et al., 2024; Jacobsen & Devor, 2022; Skelton et al., 2024). Er kan bijvoorbeeld verder onderzoek gebeuren naar hoe transgender en cisgender, evenals mensen met een mannelijk of vrouwelijk toegewezen geboortegeslacht, gendereuforie verschillend ervaren. Evenals studies naar gendereuforische ervaringen bij trans kinderen, trans jongeren, trans ouderen, trans mensen in detransitie en intersekse personen zijn een interessante onderzoekspiste. Hoewel er één studie is naar gendereuforie bij intersekse personen (Jones, 2023) en genderplezier bij cisgender personen (Beischel et al., 2024) blijft het voorlopig minimaal.

De meeste onderzoeken naar gendereuforie komen uit Engelstalige westerse landen zoals de Verenigde Staten, Canada en Australië (Jones, 2023). In België ligt de focus van

wetenschappelijk onderzoek voornamelijk op negatieve ervaringen, discriminaties, transfobie, geweldervaringen en de impact daarvan op psychosociaal welzijn bij transgender personen (Motmans et al., 2015; Motmans et al., 2018; Motmans et al., 2023). Deze onderzoekers hebben belangrijke aspecten van translevens weergegeven, maar de positieve ervaringen van trans personen zijn in die onderzoeken minder belicht. Er is geen wetenschappelijke studie gevonden naar hoe transgender mensen zoals trans jongvolwassenen gendereuforie beleven in België en dus ook Vlaanderen. De eenzijdige focus op negatieve ervaringen laat de positieve buiten beschouwing, en kan als ontmenselijkend en schadelijk overkomen. Om het door transnormativiteit gecreëerde beeld bij te stellen is er nood aan onderzoek naar hoe transgender, non-binaire en genderdiverse jongvolwassenen in Vlaanderen gendereuforie ervaren.

3. Methodologie

Dit hoofdstuk behandelt eerst hoe de verzameling en analyse van de onderzoeksdata tot stand kwam. Daarna bespreekt het de positionering en de ethische aspecten van dit onderzoek.

3.1. Dataverzameling en -analyse

Deze studie hanteert een kwalitatieve onderzoeksmethode: het semigestructureerde diepte-interview. Alle interviews zijn uitgevoerd door de auteur van deze masterproef. Via het interview stelde de interviewer vragen over gendereuforie aan trans jongvolwassenen met als doel informatierijke data te verzamelen van de geïnterviewde (De Graeve, 2023; Mortelmans, 2020). Voor het interview was er een voorbereide interviewleidraad voorzien (zie bijlage 6) die gebaseerd is op de eigen literatuurstudie. De interviews waren evenwel semigestructureerd om ruimte te laten voor spontane interactie en improvisatie (De Graeve, 2023). Hierdoor ontstond enerzijds een sterke standaardisering van de interviews over de verschillende participanten heen (Mortelmans, 2020), wat het codeerproces vergemakkelijkte. Anderzijds voorkomt de semistruktuur een strak keurslijf dat de spontaniteit bedreigt (Mortelmans, 2020). De interviewer gaf dan ook de ruimte aan de natuurlijke loop van het gesprek, waardoor die soms afweek van de interviewleidraad. Hierdoor kwamen bepaalde onderwerpen niet aan bod en bleven enkele vragen onbeantwoord. Een kwalitatief interview creëert bovendien een dialoog tussen twee mensen en vormt zo een coproductie, waarbij de interactie actief bijdraagt aan kennisvorming (Mortelmans, 2020). Deze studie legt daarom de nadruk op het belang van gedeelde ervaringen van de participanten en erkent hen als mede-eigenaars van het onderzoek.

Om transgender jongvolwassenen te bereiken plaatste de auteur een oproep tot deelname (zie bijlage 4) op sociale media kanalen Instagram en Facebook. Het netwerk van de onderzoeker, mensen met maatschappelijke invloed – zoals Senne Misplon – en LGBTQIA+ organisaties (Transgender Infopunt, çavaria, Verkeerd Geparkeerd) deelden het deelnameverzoek. Op de eerste dag reageerden tien kandidaten, en na drie dagen waren er ongeveer dertig respondenten. Daarna verwijderde de auteur de oproep van sociale media. Dankzij de vlotte respons kon de auteur gericht deelnemers selecteren op basis van genderidentiteit, leeftijd en etniciteit. Het succesvolle onthaal is te danken aan de sneeuwbalmethode, maar wijst ook op een duidelijke behoefte aan onderzoek naar gendereuforie. De interviews vonden plaats op een locatie naar keuze van de participant. Het merendeel hiervan gebeurde online. Enkele interviews vonden plaats op een studentenkamer of in het gebouw van Casa Rosa. De interviews gingen door op een afgezonderde en rustige omgeving. De interviews duurden één tot twee uur. Vooraf kregen de participanten een mondelinge toelichting op het onderzoekdoel.

Alle participanten stemden in met de opname van het interview voor een nauwkeurige analyse. De interviewer transcribeerde veertien interviews letterlijk en handmatig, met ondersteuning van spraak-naar-tekst artificiële intelligentie. Een schrijftolk schreef één interview uit vanwege beperkte verstaanbaarheid van de geïnterviewde. Hiervoor tekende de schrijftolk een geheimhoudingsverklaring (zie bijlage 3). Vervolgens verwerkte de auteur de transcripties via een thematische analyse. Hiervoor gebruikte die Nvivo, een softwareprogramma voor kwalitatieve data-analyse. De thematische analyse volgde deels het stappenplan van Braun en Clarke (2006). In de eerste fase maakte de auteur zich vertrouwd met de onderzoeksdata door interviews te transcriberen en lezen. Tijdens dat proces maakte de onderzoeker notities over herkenbare patronen en thema's. In de tweede fase codeerde de onderzoeker zinsneden en alinea's met korte beschrijvende codes. Hieruit kwamen drie thema's en verschillende hoofdcodes. Vanwege het grote aantal microcodes besloot de auteur vervolgens om alle codes te verwijderen. In de derde fase codeerde die alle interviews opnieuw met behulp van de codeboom (zie bijlage 7). Deze codeboom is gebaseerd op de interviewleidraad, de gelezen data en de literatuurstudie. In de vierde fase herzag de onderzoeker alle codes. En de laatste fase bestond uit resultaten uitschrijven. Hierbij heeft de auteur beslist om bepaalde codes niet in de thesis te behandelen vanwege ruimtegebrek.

De bevindingen uit dit onderzoek zijn gebaseerd op de vijftien semigestructureerde interviews met transgender, non-binaire en genderdiverse personen. De onderzoeker streefde naar een diverse groep, waardoor er weinig exclusiecriteria waren. De enige vereisten betroffen: een transgenderervaring hebben, wonen in Vlaanderen en tussen de achttien en dertig jaar oud zijn. De auteur trachtte een zo divers mogelijke groep van verschillende transgenderidentiteiten samen te stellen. Hierdoor zijn er ongeveer evenveel trans vrouwen, trans mannen als non-binaire personen. De onderzoeker poogde ook rekening te houden met een heterogene verdeling qua etniciteit. Zo hebben Benjamin en Ricky een Filipijnse achtergrond en Shayden heeft een Marokkaanse herkomst. Desondanks zijn er geen non-binaire personen met een mannelijk geboortegeslacht en geen zwarte trans personen onder de participanten. Alle participanten kregen een pseudoniem.

	Genderidentiteit	Voornaamwoorden	Leeftijd
Axel	trans man	hij/hem	22
Benjamin	trans man	hij/hem	20
Bo	non-binair, trans masculien	die/hen	21
Evy	trans femme	zij/haar	29
Flora	trans vrouw	zij/haar	24
Hilda	trans vrouw	zij/haar	23
Korra	non-binair, trans vrouw	zij/haar, die/hen	23

Marcus	trans man	hij/hem	20
Mino	non-binair	die/hen, hij/hem	21
Nova	genderfluïde	alle voornaamwoorden	24
Olivia	trans vrouw	zij/haar	30
Ricky	non-binair	alle voornaamwoorden	22
Robin	non-binair	die/hen	29
Shayden	trans man	hij/hem	26
Wolf	trans man	hij/hem	19

3.2. Ethiek en positionering

Dit onderzoek maakt deel uit van het onderzoeksveld ‘gender en diversiteit’. Deze masterproef onthult patronen en mechanismen die zonder specifieke aandacht voor verschil onderbelicht of onzichtbaar blijven (De Graeve, 2023). Het transnormatieve discours negeert gendereuforie en de diversiteit aan genderervaringen. Verder vertrekt deze studie vanuit de feministische standpunttheorie. Deze theorie stelt dat kennisproductie altijd plaatsvindt vanuit een bepaald sociaal standpunt (Harding, 1986). Volgens deze theorie is kennis enerzijds geworteld in geleefde ervaringen en machtsverhoudingen en anderzijds gedeeltelijk en partijdig. Met andere woorden: kennis is gesitueerd (Haraway, 1988), waardoor de onderzoeker de sociale realiteit maar vanuit het eigen perspectief kan interpreteren. Volgens Harding (1986) biedt de ervaring van onderdrukking een epistemisch voordeel op, waardoor gemarginaliseerde mensen unieke inzichten over de sociale werkelijkheid kunnen genereren. In die zin bekleden transgender personen een waardevolle positie om de positieve genderbeleving te belichten.

Wetenschappelijk onderzoek naar transgender personen heeft een uiterst problematische geschiedenis op het vlak van ethiek (Vincent, 2018). Daarom hanteert deze masterproef verschillende ethische principes om de waardigheid en de integriteit van de participanten te waarborgen. Die principes zijn gebaseerd op wetenschapsliteratuur (Adams et al., 2017; Henrickson et al., 2020, Marshall et al., 2022; Vincent, 2018). Op de eerste plaats respecteert dit onderzoek de genderbeleving en voornaamwoorden van elke participant. De trans jongvolwassenen mochten daarom zelf hun pseudoniem kiezen. Ten tweede reduceert deze studie trans personen niet tot hun genderidentiteit. De auteur gebruikt ‘trans’ als prefix om te erkennen dat trans-zijn maar één aspect van hun mens-zijn is. De participanten verschillen op vele vlakken. Elk van hen heeft een unieke beleving, achtergrond, denkkader en persoonlijkheid. Algemene uitspraken over gendereuforie zijn niet noodzakelijk van toepassing op elke participant. Ten derde verzet deze thesis zich tegen de homogenisering en pathologisering van transgender-zijn. Er zijn meerdere manieren om trans te zijn. Elke ervaring is geldig,

ongeacht de stappen die iemand al dan niet heeft gezet in hun gendertransitie. Daarom vroeg de interviewer niet expliciet naar medische interventies, tenzij de participanten dit zelf ter sprake brachten. Verder hanteert de auteur geen medische termen om te verwijzen naar genderbevestigende zorg vanwege die reden. Er is bijvoorbeeld daarom gekozen voor het woord borstverwijdering in plaats van de medische term mastectomie. Deze termen zorgen ervoor dat de lezer begrijpt waarover het gaat. Echter kunnen dergelijke woorden genderdysforisch aanvoelen voor sommige trans mensen. De auteur pleit er dan ook voor om in spreektaal verdoezelende termen zoals het Engelse woord *top surgery* te gebruiken. Ten vierde percipieert dit onderzoek trans personen als veerkrachtige mensen die gender op een positieve manier kunnen ervaren. Desondanks wenst de auteur niet te ontkennen dat stigma, discriminatie, geweld en genderdysforie vaak onderdeel zijn van transgenderervaringen. Tot slot streeft de auteur er persoonlijk naar om het onderzoek terug te geven aan de transgemeenschap, onder meer door de onderzoeksresultaten te delen met de participanten.

Dit onderzoek nam maatregelen om transparantie te waarborgen en de privacy van participanten te beschermen. Voorafgaand aan het interview ontvingen de participanten informatie over de inhoud en het doel van het onderzoek, met ruimte om vragen of bezorgdheden te uiten. Elke participant ontving een informatiebrief (zie bijlage 1) en ondertekende een formulier voor geïnformeerde toestemming (zie bijlage 2). Daarmee stemden zij in met vrijwillige deelname. Tijdens het interview behielden de participanten ten allen tijde de vrijheid om vragen over te slaan of om pauze te nemen. Ook konden ze op elk moment beslissen om hun deelname stop te zetten zonder gevolgen of risico's. Tijdens het transcribeerproces verwijderde de auteur alle informatie die direct of indirect tot identificatie kon leiden, of verving die door een vage beschrijving. De transcripties en het codeboek met de pseudoniemen zijn opgeslagen op een beveiligde locatie, uitsluitend toegankelijk voor de auteur. Een schrijftolk transcribeerde één van de interviews. Deze schrijftolk verbond zich via een overeenkomst tot geheimhouding (zie bijlage 3). De schrijftolk had uitsluitend toegang tot het pseudoniem van de participant en de geluidsoptname. Na voltooiing van de transcriptie verwijderde de schrijftolk het onderzoeksmateriaal. De participanten ontvingen, naast hun waardevolle bijdrage aan het onderzoek, geen persoonlijk voordeel. Ze kregen bijvoorbeeld geen vergoeding of materiële compensatie. Indien gewenst kunnen participanten een samenvatting van de onderzoeksresultaten verkrijgen via een link in de informatiebrief. De onderzoeker legde de thesis voor aan de Ethische commissie van de Faculteit Letteren en Wijsbegeerte van de UGent om de ethische integriteit van de studie te waarborgen. Na twee revisies keurde de commissie het onderzoek goed (zie bijlage 4).

Het is als onderzoeker belangrijk om te reflecteren op de eigen positionering en de eigen rol van kennisproductie om tot sterke objectiviteit (Harding, 1992) te komen. De auteur identificeert zich als een witte, non-binaire persoon die actief is binnen de queergemeenschap. Hun interesse in gendereuforie ontstond na deelname aan een

kamp voor LGBTQIA+ jongeren, waar bewegingsvrijheid was voor genderbeleving. Deze ervaring toonde hen dat ook trans personen streven naar vreugde en authenticiteit. Daarnaast herkent de auteur zich niet in het transnormatieve narratief dat binaire genderidentiteiten en medische interventies centraal stelt. Verder speelt de academische achtergrond een rol. Zo onderschrijft de auteur de kernwaarden van het sociaal werk: sociale rechtvaardigheid, mensenrechten, collectieve verantwoordelijkheid en respect voor vormen van diversiteit (International Federation of Social Workers, 2014). De eenzijdige focus op leed binnen het transnormatieve discours ontnemt trans personen hun menselijkheid en waardigheid. Het ontkent eveneens hun *agency* en de diversiteit binnen de transgemeenschap. Deze onrechtvaardigheid wenst de auteur recht te zetten door het concept gendereuforie te onderzoeken. Tot slot beïnvloedden feministische en trans academici, zoals Serano en Dembroff, de auteur op een positieve wijze.

Onderzoek doen als een trans persoon naar gendereuforische ervaringen van trans mensen vereist reflexiviteit. Volgens Rosenberg en Tilly (2021) brengen trans-geleide studies zowel voordelen als uitdagingen met zich mee. Ten eerste vergrootte de transidentiteit van de onderzoeker de bereidheid tot deelname aan het onderzoek. De auteur is actief binnen de queergemeenschap, wat het makkelijker maakte om participanten te vinden. Ten tweede bevorderde de gedeelde identiteit een open gesprekssfeer en een vlotte vertrouwensband tussen onderzoeker en deelnemer. De aanwezige basiskennis over omgangsvormen binnen de queergemeenschap en erkenning van hun genderbeleving maakte dat mogelijk. Tegelijkertijd kan rolverwarring ontstaan, waarbij de grens tussen onderzoeker en deelnemer vervaagt. Tijdens de interviews ontstonden regelmatig persoonlijke gesprekken tussen de onderzoeker en de participant. Dit leidde er vaak toe dat de onderzoeker persoonlijke ervaringen of reflecties deelde, geïnspireerd door de *utilizing*-benadering (Wilkinson & Kitzinger, 2013), om een vertrouwelijke gespreksomgeving te bevorderen. Eén participant gaf echter aan de houding van de interviewer als te informeel te ervaren. Deze feedback leidde tot een kritische reflectie op de balans tussen betrokkenheid en professionele afstand. Ten derde zorgt een trans-geleide studie voor een grotere betrokkenheid van de onderzoeker. De auteur voelde zich verantwoordelijk voor en geraakt door de verhalen van alle participanten. Tegelijkertijd ging dit gepaard met een extra emotionele belasting. Tot slot levert onderzoek door een trans persoon meer accurate en genuanceerde data op, doordat trans onderzoekers vertrouwd zijn met specifieke terminologie en gevoeligheden binnen de queergemeenschap (Rosenberg & Tilly, 2021).

4. Resultaten en discussie

Om de hoofdonderzoeksvraag ‘Hoe ervaren transgender, non-binaire en genderdiverse jongvolwassenen in Vlaanderen gendereuforie?’ te beantwoorden, zijn er drie thema’s gevonden. Het eerste thema, belevingen van gendereuforie, gaat over de veelgelaagde ervaringen van gendereuforie. Het tweede thema, bronnen van gendereuforie, behandelt de verschillende manieren waarop trans personen gendereuforie beleven. Het derde thema, impact van gendereuforie, maakt duidelijk wat de effecten van gendereuforie zijn.

4.1. Belevingen van gendereuforie

Het eerste thema beantwoordt de vraag ‘Wat betekent gendereuforie voor Vlaamse trans jongvolwassenen?’. Er zijn vijf onderdelen. Het eerste, subjectieve betekenissen, behandelt wat gendereuforie inhoudelijk betekent. De tweede, beeldspraak, gaat in op het figuurlijk taalgebruik dat participanten hanteren om gendereuforie uit te leggen. Het derde, lichamelijke en emotionele uitingen, gaat over hoe gendereuforie zich vertoont. Het vierde deel, temporaliteit, bespreekt verschillende tijdsdimensies van gendereuforie. Het laatste deel, conceptuele reflecties, gaat over bedenkingen die de participanten hebben bij het concept.

4.1.1. Universele en subjectieve betekenissen

In het algemeen associëren de trans participanten gendereuforie met een positieve genderbeleving. Het ontstaat wanneer ze op het vlak van gender vrij zichzelf kunnen zijn en zich kunnen uiten op een manier dat goed aanvoelt. Daarbij aansluitend is het voor trans jongvolwassenen ook noodzakelijk dat anderen hen zien, erkennen en accepteren voor wie ze zijn om gendereuforie te kunnen ervaren. De academische literatuur begrijpt gendereuforie ook over het algemeen als een positieve genderbeleving, maar dat is veralgemenend en niet allesomvattend. Gendereuforie valt in feite niet te definiëren in een zin. Het is, zoals zowel academische auteurs (Beischel et al., 2022; Rosenberg et al., 2024) als participanten opmerken, een complex en veelgelaagd concept. Het is waarschijnlijk net zoals genderdysforie eveneens een biopsychosociaal fenomeen (Beischel et al., 2022). Gendereuforie bevat meerdere definiëringen, interpretaties, contexten en dimensies. Het zit overal, in zowel kleine als grote dingen. Dergelijke zaken maken het moeilijk om gendereuforie echt te definiëren. Vanwege die reden is een diepgaande studie naar het concept nodig om een antwoord te bieden op de vraag hoe trans jongvolwassenen gendereuforie beleven.

Participanten hanteren een waaier aan woorden om gendereuforie te beschrijven. De meest voorkomende termen zijn ‘goed voelen’ en ‘blijdschap’ over zichzelf, hun lichaam of hun gender. De helft van de participanten benoemt ‘congruentie’ tussen hun eigen genderidentiteit, hun uiterlijke kenmerken en/of de externe perceptie van hun gender als onderdeel van gendereuforie. Andere woorden die de participanten gebruiken om gendereuforie te definiëren zijn ‘bevestiging’, ‘comfort’, ‘erkenning’, ‘vrijheid’, ‘geluk’,

‘acceptatie’, ‘gemeenschapsgevoel’, ‘juistheid’, ‘krachtig’, ‘veiligheid’, ‘autonomie’, ‘excitement’, ‘fijn’, ‘euforie’, ‘opluchting’, ‘rust’, ‘sterkte’, ‘tevredenheid’, ‘vreugde’, ‘zelfliefde’, en ‘zelfvertrouwen’. De diversiteit aan termen duidt aan dat gendereuforie positieve associaties met genderbeleving omvat. De participanten vullen eveneens zo de grote scala aan woorden geassocieerd met gendereuforie uit de literatuur aan.

De trans jongvolwassenen gebruiken daarnaast verschillende en persoonlijke conceptualisaties om gendereuforie uit te leggen:

“[Het zijn] momenten dat je zelf realiseert dat je je goed voelt in uw eigen zijn.” (Benjamin)

“[Wanneer] ik mij blij voel met hoe dat ik eruit zie en vooral dat ik er mannelijk uitzie en dat anderen mij ook zien als (...) man.” (Marcus)

“Als ik weet dat andere mensen mij zien zoals ik echt ben, ongeacht van hoe ik mij kleeft, dat je hoort van ‘oké ze accepteren mij in hoe dat ik ben’, ‘ze zijn daar compleet mee in orde en ze zien mij ook zoals ik ben’. Dat geeft echt het gevoel van ‘oké ik ben nu deel van die groep’ (...) En dat is echt een heel goed, veilig gevoel.” (Korra)

“Comfortabel zijn met mijzelf ongeacht de context en ongeacht waar ik ben of met wie ik ben. [Het gebeurt wanneer] ik mij goed voel in hoe dat ik mij present.” (Nova)

“De dingen die mij goed doen voelen in mijn eigen genderbeleving.” (Bo)

“Een gevoel van extreem comfort als ik bepaalde dingen doe of op een bepaalde manier wordt aangesproken dat te maken heeft met gender.” (Hilda)

“Een gevoel van waardigheid (...) als in zelfrespect, als (...) in het gevoel van ik ben waardevol en ik heb integriteit. [Het is ook] een gevoel van vrijheid (...) en autonomie.” (Evy)

“Gendereuforie betekent voor mij (...) het geluk dat in de kleine dingen zit rond je transitie en de eerste veranderingen. (...) [Het zijn] kleine geluksmomentjes in het proces naar wie dat je bent.” (Shayden)

“Het gevoel dat je krijgt wanneer dat je u goed voelt [als] mensen uw genderidentiteit accepteren en u zo zien.” (Wolf)

“Voor mij betekent [Gendereuforie] dat [iets of iemand] mijn gender en het non-binair zijn (...) benadrukt (...) dat ik mij comfortabel voel in mijn gender. [Het zit in] kleine of grote dingen.” (Mino)

“Voor mij betekent gendereuforie mij goed voelen over mezelf, van mijn eigen lichaam houden. (...) [Het is] een heel bevestigend gevoel over wie dat je bent als persoon. En dan specifiek toegepast op genderidentiteit. (...) Het blijde gevoel dat daaruit voortkomt, is hoe dat ik gendereuforie ervaar.” (Flora)

De beschrijvingen van gendereuforie door de participanten sluiten aan bij de meeste conceptualisaties uit de wetenschappelijke literatuur (Ashley & Ells, 2018; Alutalica, 2021; Benestad, 2010; Beischel et al., 2022; Bradford et al., 2019; Jacobsen & Devor, 2022; Jones, 2023; Rachlin, 2018; Skelton et al., 2024). Ten eerste gaat gendereuforie over bevestiging van de genderidentiteit, de genderexpressie en het gegenderde lichaam. Sekse is maar door drie participanten benoemd als gendereuforisch. Alle seksuele oriëntaties, behalve heteroseksualiteit, brengen voor de participanten gendereuforie. Ten tweede draait gendereuforie om de overeenstemming en het gevoel van juistheid tussen de innerlijke genderbeleving, de uiterlijke kenmerken en/of de externe perceptie van de genderidentiteit. Ten derde komt gendereuforie tot stand door zelfactualisatie en zelfexpressie. Ten laatste wijst gendereuforie op een verbeterd welbevinden door een gendertraject en genderbevestigende zorg te doen. Het brengt de participanten een 'goed gevoel' over zichzelf en blijdschap.

Er is zowel bij de academische auteurs (Beischel et al., 2022; Blacklock et al., 2024; Jones, 2023) als bij de participanten geen volledige consensus over gendereuforie. Net zoals sommige auteurs (e.g. Bukkakis, 2020) geven participanten definities die het wetenschappelijk begrip van gendereuforie anders interpreteren en dus aanvullen. Gendereuforie is bijvoorbeeld de mogelijkheid om vrij genderidentiteit te kunnen beleven en genderexpressie te kunnen uiten. Echter kan gendereuforie leiden tot positiviteit op moeilijke momenten. Hoewel dat er verschillende percepties op gendereuforie zijn, draait het voor alle participanten om authentiek zichzelf kunnen en willen zijn op het gebied van gender.

De conceptualisaties van de participanten sluiten aan bij de stelling van Rosenberg en collega's (2024) dat gendereuforie voor iedereen een ander betekenis heeft. Niet alleen betekent gendereuforie voor iedereen anders, de primaire focus van gendereuforie verschilt ook van persoon tot persoon. Hilda haalt exclusief gendereuforie uit vrouwelijke esthetiek. Shayden associeert gendereuforie uitsluitend met stappen in zijn gendertransitie. Wolf ontvangt enkel gendereuforie door de sociale bevestiging van anderen en Korra via interacties met anderen. Gendereuforie is dus niet louter een universele ervaring, met herkenbare patronen, maar ook een diep persoonlijke beleving.

4.1.2. Beeldspraak

In wetenschappelijke literatuur lijkt er geen discussie of bespreking van de beeldspraak die trans personen gebruiken om gendereuforie te omschrijven. Desondanks komt het bij sommige studies voor in de citaten van onderzoeksdeelnemers. In bijvoorbeeld het onderzoek van Beischel en collega's (2022) noemt een trans vrouw gendereuforie een teug frisse lucht. En een genderfluïde participant uit de studie van Jacobsen en Devor (2022) beschrijft gendereuforie als een wonderlijke explosie. Ook maken verschillende

participanten uit het onderzoek van deze thesis gebruik van figuurlijke taal om hun belevingen van gendereuforie uit te leggen:

“Stel je voor dat je geforceerd wordt om altijd een kledingstuk te dragen waar je [je] eigenlijk helemaal niet goed in voelt. En mensen geven daar (...) complimenten over, maar dat voelt niet als jezelf. En dat je dan ineens een ander kledingstuk aandoet waar je [je] wel helemaal uzelf in voelt.” (Axel)

“[Gendereuforie is] wanneer het perfect klikt. Je hebt een puzzel en je doet dat laatste stukje [erin]. Je ziet [dan] het hele beeld (...), het voelt zo goed en je voelt je thuis erin.” (Ricky)

“[Stel dat je] aan iemand die kunst maakt (...) de vraag [stelt van] wanneer is [je] kunstwerk af. En [het] enige correcte antwoord is wanneer je ermee stopt. Je [kan] blijven doorgaan en blijven doorgaan. Maar als [die] zelf de realisatie [heeft] van kijk (...) het is goed zo zoals het momenteel is en ik ben daar tevreden mee. (...) [Gendereuforie is dan] de tevredenheid [van] het complete plaatje.” (Benjamin)

“Veilig thuis in eigen lichaam. (...) [Veilig] naar binnen toe omdat je u thuis [voelt], je bent in uw eigen lichaam. Het is van u. Je past binnen hoe dat je uzelf ziet, waardoor je niet in crisis komt. (...) [Veilig] naar buiten toe. (...) Ik ben opgevoed als man. En als je bijvoorbeeld vrouwelijke kanten toont als wat [de] maatschappij als man ziet, dan is [veiligheid] vaak moeilijk. [Veilig als anderen uw genderidentiteit herkennen]. Ik voel mij [in dit lichaam] wel goed. Ik wil niet weg uit mijn lichaam. (...) [Thuis]. Ik voel mij [er] thuis in. Het mag er zijn. En eigen lichaam. Dat is (...) jezelf herkennen en dat ook zien in een spiegel.” (Olivia)

“Stel je voor [dat] je gaat (...) winkelen. En je ziet daar van alles in de etalages speelgoed of kleding dat je wilt. En je weet dat (...) staat recht voor je neus maar je [kan] het niet hebben. En de euforie is eigenlijk voor mij eerder zo het moment van [eindelijk] nu kan ik dat kopen (...) ook al heeft het lang geduurd (...) [Je] hebt ervoor moeten sparen, de tijd voor moeten nemen. [Je hebt] zelf de stap moeten zetten (...) om uiteindelijk uw cadeau (...) te kopen voor uzelf.” (Benjamin)

Gendereuforie draait om bevrijding of opluchting. Axel vertelt dat het aanvoelt als ‘een frisse wind’ en ‘een last die van je schouders valt’. Gendereuforie is ook een gevoel van volledigheid. Benjamin en Ricky beschrijven het als het laatste puzzelstukje dat op zijn plaats valt en een afgewerkt kunstwerk. Participanten Bo en Wolf beschouwen gendereuforie als een lichtpuntje in donkere tijden en een zon die opkomt tijdens het opstaan. Het brengt met andere woorden positiviteit. Daarnaast is gendereuforie een piek van blijdschap. Wolf beschouwt het als ‘vuurwerk dat afgaat in uw hoofd’. Verder omschrijft Olivia gendereuforie als een gevoel van thuiskomen in het eigen lichaam. Gendereuforie gaat om veiligheid in zowel het eigen lichaam als in de omgeving. Samengevat draait gendereuforie volgens deze beschrijvingen over de mogelijkheid om

het eigen leven en lichaam vorm te geven op een manier die klopt met het innerlijke gendergevoel. Benjamin toont dat aan door gendereuforie te vergelijken met eindelijk kunnen kopen van iets waar je lang naar verlangde.

4.1.3. Lichamelijke en emotionele uitingen

Verschillende participanten geven aan hoe gendereuforie zich lichamenlijk en emotioneel positief bij hen uit. Lichamelijke en emotionele uitingen gaan om de zichtbare, hoorbare of voelbare manieren waarop mensen gendereuforie tot uitdrukking brengen. Dat kan onder andere via lichaamstaal en gezichtsuitdrukkingen wanneer anderen hun genderidentiteit erkennen en bevestigen. Voorbeelden zijn blozen, glimlachen, giechelen, huilen van geluk, een warm gevoel en spontane vreugde. Korra herinnert een gendereuforisch moment uit haar kindertijd: *“De beenhouwer zei van ‘Wil je nog een vleesje meisje?’. En dat was een gevoel van ‘Jee!’”* Marcus vertelt *“[als] iemand tegen mij jongeman [zegt], dan kan ik daar soms zelfs van blozen”*. Mino deelt ook mee dat die vanwege hun autisme emoties ‘echt maal 10’ ervaart en daardoor hun handen beginnen te tintelen en een sterk gevoel aan de borstkast heeft als die gelukkig is. Verder ondervinden enkele participanten gendereuforie door vrijheid in hun lichaamstaal. Ze bewegen meer met lichaamsdelen, hebben een sparkel in de ogen of maken vreugdesprongen. Evy vertelt:

“Ik ga meer met mijn armen bewegen. Ik voel mij veel vrijer in mijn lichaamstaal (...) Als man heb je soms minder expressie in lichaamstaal. Dat is toch iets dat minder verwacht wordt. En voor mij is dat echt een hele grote vrijheid dat ik zoveel meer kan bewegen als ik praat of dat ik op een veel lossere manier kan stappen en dat ik mijn lichaam op een hele andere manier ook kan gebruiken en daardoor voel ik ook gewoon blijdschap.”

Samenvattend voelen de participanten zich blijer, vrijer en meer zichzelf door gendereuforische momenten. En dat kunnen ze dus op tal van manieren tonen. In de wetenschappelijke literatuur verschijnen lichamelijke en emotionele uitingen van gendereuforie indirect, maar krijgt verder amper tot geen aandacht binnen het onderzoeksveld. Enkel Austin en collega's (2022) geven een breed scala aan emotionele reacties op genderbevestiging weer.

4.1.4. Temporaliteit

In dit gedeelte gaat het over de tijdsdimensies van gendereuforie: duur, frequentie, evolutie in tijd en intensiteit. Net zoals verschillende auteurs (Beischel et al., 2022; Jacobsen & Devor, 2022; Skelton et al., 2024) vaststellen, variëren deze tijdsdimensies bij de participanten. Gendereuforie duurt bij de trans personen enkele seconden tot maanden. Het kan eveneens blijvend zijn. De frequentie ervan is over het algemeen dagelijks, gedurende bepaalde periodes en afhankelijk van de situatie. Intensiteit van gendereuforie verschilt qua sterkte, van subtiel tot buitensporig, en is afhankelijk van de context.

Duur

De participanten hebben verschillende percepties over hoelang gendereuforie bij hen duurt. Sommige personen ervaren het als een kort moment van enkele seconden tot minuten. Anderen beschouwen gendereuforie als langdurig. Volgens hen varieert het van een uren tot dagen en van weken tot zelfs maanden. Olivia argumenteert dat gendereuforie blijvend kan zijn omdat het de ziel opbouwt. Ze legt het hieronder uit:

“Mocht ik nu morgen mijn haar volledig kaal scheren, zou het alsnog mogelijks gendereuforisch kunnen zijn. Niet [omwille van] het kale haar, maar gewoon puur omdat ik weet hoe ik eruit zie met lang haar. En dat is iets wat mij gevormd heeft [tot] op [dit] punt en ik weet dat ik dat altijd meedraag. Het maakt mij niet uit hoe ik mijn haar draag. (...) Het is vrouwelijk haar, ook al is het volledig afgeschoren. (...) Dat haar (...) is ook bij mij een non issue. Dat mag er volledig af (...) Dat gaat geen verschil maken.”

Voor velen hangt de duur af van de situatie, interacties of gemoedstoestand. Ondanks de verschillen in duur heeft gendereuforie bij de meeste participanten een positieve impact op hun gemoedstoestand, zelfs als het moment zelf kort is. Hilda ervaart bijvoorbeeld gendereuforie een halfuur tot enkele uren maar met een afnemend effect na verloop van tijd.

Frequentie

De regelmaat van gendereuforische ervaringen varieert bij de participanten. De helft ervaart gendereuforie dagelijks. Een participant, Robin, streeft er wel naar om gendereuforie dagelijks te beleven. Drie participanten ervaren gendereuforie in bepaalde periodes. Axel voelt het meerdere keren per week. Hij stelt ook dat gendereuforie bij hem constant aanwezig is sinds zijn borstverwijdering: *“Nu is het [soms] genderdysforie in tijden van constante euforie (...) vroeger was het constante dysforie met af en toe eens een momentje euforie.”* Flora's gendereuforische ervaringen hangen af van stress en levensomstandigheden. Hilda vertelt dat ze vaker gendereuforie ervaarde in het begin van haar transitie maar nu eens in de maand of twee, minder frequent dus. Drie participanten geven aan dat ze gendereuforie ervaren afhankelijk van de interacties met hun omgeving. Shayden voelt het vaker bij positieve mensen. Wolf merkt enkel gendereuforie op bij nieuwe ontmoetingen met mensen.

Evolutie in tijd

Wetenschappelijke literatuur over gendereuforie lijkt de evolutie in tijd nog niet uitvoerig besproken te hebben. De participanten melden over het algemeen een positieve evolutie in hun gendereuforische ervaringen doorheen de tijd. Voor velen is gendereuforie sterker aanwezig of zelfs genormaliseerd. Dat komt door zelfaanvaarding, een ondersteunende omgeving, verandering in mindset, het doorlopen van een gendertraject en genderbevestigende zorg. Bo haalt aan een periode veel te focussen op hun genderdysforie maar mede dankzij een fotoproject over gendereuforie is die meer

gendereuforie gaan opzoeken. Mino verhaalt dat die het aanvankelijk moeilijk vond om gendereuforie te ervaren omdat die niet anders wilde zijn en een deel van hun familie transfobisch was. Tegenwoordig beleeft die meer gendereuforie dankzij acceptatie van hun naasten. Flora vertelt dat ze haar fantasiebeeld van het vrouwenlichaam dat ze wilt, moest loslaten. Door de acceptatie van haar lichaam en genderbevestigende hormoontherapie beleeft ze nu meer gendereuforie.

Opvallend zijn de verschillen op het vlak van wanneer trans personen gendereuforie ervaren. Sommige participanten stellen enkel gendereuforie te beleven sinds de start van hun coming-out en/of de start van hun gendertraject, terwijl anderen net aangeven dat al sinds hun kindertijd te ervaren. Twee participanten, Wolf en Hilda, halen aan dat gendereuforie in het begin van hun transitie voorkwam en later zelfs afnam. Terwijl andere participanten zoals Axel en Marcus respectievelijk sinds hun kleuter- en tienertijd gendereuforie ervaren. Bij Axel heeft genderbevestigende zorg zijn gendereuforie versterkt. Marcus geeft dan weer aan gendereuforie te ervaren als een constante en dus geen tijdsevolutie te zien. Elke trans persoon beleeft de evolutie van gendereuforie doorheen de tijd dus anders.

Intensiteit

De trans participanten ervaren gendereuforie op uiteenlopende manieren en met verschillende intensiteiten. Een deel van de participanten beleeft gendereuforie als zeer intens. Shayden voelt zich dan ‘oversized happy’. Bo geeft het een negen op tien. En Hilda vertelt zelfs gendereuforie ‘eerder naar de zwaardere kant toe’ ervaart omdat ze het anders niet zou herkennen. Vier participanten geven aan dat ze gendereuforie niet intens meemaken maar beschouwen het eerder als subtiel en oppervlakkig. Evy legt uit: *“Ik heb zelden dat ik echt zo’n heel hevige emotie [voel]. Dat is stil (...) een kracht en zelfvertrouwen dat ik meedraag”*. Wolf vindt het woord zelf niet passend en spreekt liever over ‘leuke momenten’. Deze resultaten bevestigen gedeeltelijk het onderzoek van Jacobsen en Devor (2022). Gendereuforie is inderdaad bij sommige participanten overweldigend, terwijl het bij anderen een gemoedsrust impliceert. Desondanks maken de resultaten niet per se duidelijk dat het ene voorkomt bij het begin van de transitie en het andere jaren na de coming-out.

Ongeveer de helft van de participanten haalt aan dat de intensiteit varieert afhankelijk van de context. Zo stelt Axel dat het intens kan zijn als in ‘een zeven op tien’, maar dat hij het ook op minder intense manieren ervaart ‘als in een vier’. Voor Flora hangt de intensiteit af van haar algemene gemoedstoestand. Als ze bijvoorbeeld moeite heeft om zichzelf graag te zien, lukt het moeilijker om gendereuforie te beleven. Robin ervaart gendereuforie intenser als anderen de correcte voornaamwoorden gebruiken dan als wanneer die in de spiegel kijkt. Olivia geeft het voorbeeld van hoe eenzelfde activiteit zowel euforisch als frustrerend kan zijn door afgenomen spierkracht omwille van een veranderde hormoonspiegel:

“De ene moment kan ik intens gendereuforisch worden van het feit dat ik geen augurkenpot meer open krijg. Dat zegt iets heel cliché, maar ik kan daar intens euforisch over zijn als dat echt niet lukt. Maar op een ander moment kan dat ook zijn van ‘godverdomme krijg ik die pot nu weer niet open’ (...) Het is heel variërend.”

4.2. Bronnen van gendereuforie

Het tweede thema beantwoordt de vraag ‘Welke bronnen leiden tot gendereuforie bij Vlaamse trans jongvolwassenen?’. Er zijn drie categorieën geïdentificeerd: psychologisch, fysiek/uiterlijk en sociaal. Deze indeling sluit aan bij de gendereuforische bronnen van Beischel en collega’s (2022). In dit gedeelte komen de drie categorieën apart aan bod. Eerst volgt een uitgebreide beschrijving van elke gendereuforische bron. Vanwege tijd- en ruimtegebrek en de omvang van de data heeft de auteur ervoor gekozen om niet elk subonderdeel afzonderlijk te analyseren. Deze keuze laat mogelijk boeiende verbindingen met de academische literatuur onderbelicht. Tot slot volgt een kritische reflectie op de betekenis en de samenhang van de ovekoepelende categorieën.

4.2.1. Psychologische factoren

De meeste participanten ervaren gendereuforie door psychologische factoren. Deze bronnen tonen aan dat gendereuforie is geworteld in zelfacceptatie, een positieve zelfperceptie en het maken van keuzes die het welzijn versterken.

Een belangrijke bron van gendereuforie is het doorlopen van een genderzoektocht of gendertraject. Een genderzoektocht houdt het ontdekken van iemands genderbeleving in. Enkele participanten vermelden meer gendereuforie te ervaren vanaf het moment hun trans-zijn te ontdekken en dat te accepteren. Korra vertelt dat ze aanvankelijk verwarring en zelftwijfel voelde toen ze vroeger gendereuforie beleefde. Door haar gevoelens te onderzoeken en de transgemeenschap te leren kennen, groeide dat uit tot meer gendereuforie. Vaak volgt er na een genderzoektocht een gendertraject. Een gendertraject verwijst naar de weg die een trans persoon aflegt om hun genderexpressie, lichaam en de externe perceptie in overeenstemming te brengen met hun genderidentiteit. In hun zoektocht naar een plattere borststreek kiezen sommige trans mannen en Bo ervoor om bijvoorbeeld een binder te dragen.

Daarnaast speelt zelfacceptatie een cruciale rol in het beleven van gendereuforie. De participanten ervaren meer gendereuforie vanaf het moment dat ze zichzelf als trans persoon accepteerden. Benjamin stelt *“om [gendereuforie] fatsoenlijk te kunnen ontvangen van iemand anders moet je dat ergens ook wel vanbinnen hebben”*. Enkele participanten vertellen dan ook dat ze pas gendereuforie konden toelaten nadat ze hun genderidentiteit volledig hadden aanvaard. Hoewel niet voor iedereen even gemakkelijk, houdt het voor sommigen ook hun lichaam accepteren in. Voor wie dat niet kan, is genderbevestigende zorg essentieel. Tevens is niet enkel de zorg maar ook de beslissing ervan euforisch. Olivia legt het uit:

“Het gaat niet om de operatie. Het gaat om uw cognitie over de operatie. Ik kan een nieuwe neus steken, maar ook die nieuwe neus moet ik leren accepteren. Dus ik kan even goed ook deze neus accepteren. Er is opnieuw een acceptatieproces. Het enige wat anders is, is het vertrekpunt. Maar het maakt niet uit van waar je vertrekt. Je moet hetzelfde werk doen.”

Ook positieve zelfpraat en zelfbekrachtiging dragen bij aan gendereuforie. Participanten voelen zich gendereuforisch wanneer ze zichzelf aantrekkelijk, sexy of goed uitziend beschouwen. Wolf vertelt: *“Toen ik voor de eerste keer [met een binder] in de spiegel keek dacht ik van amai echt een knappe vent.”*

Een andere manier waarop trans personen gendereuforie ervaren, is door de focus te verschuiven. Een aantal participanten ervaren gendereuforie door te gaan focussen op wat er wel is in plaats van wat ontbreekt, of creëren perspectief door na te denken over toekomstige mogelijkheden zoals genderbevestigende zorg. Andere participanten stellen dat ze ervoor kiezen om meer aandacht te spenderen aan positieve genderaspecten. Zo probeert Shayden steevast positieve dingen, hoe klein ook, in het daglicht te zetten omdat vroeger bij hem de negativiteit overstemde. Shayden merkt op dat trans personen dat niet altijd doen. Hij zegt: *“[ik zie] heel vaak [dat] trans mannen of iedereen die in transitie is [heel] gefocust zijn op ‘ik wil dat, ik wil dat en ik wil dat’. Maar [ze] vergeten ook dat er andere positieve veranderingen zijn. (...) Ik was kei trots vorige week op het werk toen ik zei van ‘kijk mijn vingerhaar begint te groeien [na vier jaar]’ (...) Die [kleine momenten] moet je ook gaan vieren.”* Olivia stelt dan weer dat gendereuforische momenten *“minder intens [zijn] als je er niks mee doet, als je niet mindful bent over uw gendereuforie.”* Een participant, Wolf, stelt dat hij het niet meer beleeft door er bewust mee bezig te zijn. Bewust bezig zijn met gendereuforie werkt voor sommigen maar dus niet voor iedereen.

Voor sommige participanten ligt gendereuforie in zelfreflectie. Olivia haalt gendereuforie uit het bewustzijn van gender als sociale constructie. Ze haalt vreugde uit het besef dat ze een mens is opgebouwd uit koolstofchemie en uit het relativeren van het belang van gender. Ook biedt gendereuforie een toekomstperspectief. Axel vertelt hoe hij hoop hervond door hormoontherapie en genderbevestigende zorg. Wolf ervaart gendereuforie door te denken aan het hebben van een mannelijk geslachtsdeel. Bo en Benjamin koppelen het hebben van genderbevestigende operaties aan mentale energie en ruimte voor genderexpressie.

De spiegel speelt voor elf participanten een betekenisvolle rol in het kunnen beleven van gendereuforie. Het zorgt er immers voor dat iemand hun hun lichaam kan zien. Olivia benadrukt dat de spiegel zelf neutraal is maar de interpretatie ervan gelaagd is. Het is voor haar *“een brenger van gevoelens en die kunnen ook positief zijn”*. Trans jongvolwassenen beoordelen zichzelf bewust of onbewust via de spiegel, wat zowel euforische als dysforische gevoelens kan oproepen. Nova herinnert zich het dragen van

een felroze jurk op een Pride: *“Toen ik in de spiegel keek, was ik zo van ‘damn dit is echt een heel goede look. Daar voelde ik me echt heel goed bij.”* Tegelijkertijd laat de spiegel ook de resultaten zien van de inspanningen die trans mensen leveren om hun lichaam en uiterlijk te congrueren met hun genderidentiteit.

4.2.2. Fysieke en uiterlijke factoren

Participanten ervaren gendereuforie door fysieke en uiterlijke factoren zoals genderbevestigende zorg en genderexpressie. Deze gendereuforische bronnen draaien om het in overeenstemming brengen van het innerlijk gendergevoel met het uiterlijk en de manier waarop anderen het lichaam percipiëren.

Genderbevestigende zorg

Genderbevestigende operaties zijn een bron van gendereuforie. Participanten ondergingen onder meer een borstverwijdering, baarmoederverwijdering, teelbalverwijdering en/of gelaatschirurgie. Het zijn niet enkel de operaties zelf die voor gendereuforie zorgen. Wolf heeft bijvoorbeeld geen euforie beleefd aan de operatie zelf. Gendereuforie kan ook ontstaan door de resultaten van de operaties. De operaties leiden bij de participanten tot mentale rust, vrijheid, geluk, blijdschap en een gevoel van juistheid. Axel vertelt: *“Als ik [na de borstverwijdering] kon wandelen op straat, dan kon ik eindelijk volledig ademen. Ik voelde ook terug de wind op mijn borstkas en dat was zo een fijn gevoel voor mij om echt weer meer te leven. (...) En als ik mezelf dan zie wandelen in reflecties op straat [dan kan ik] terug met mijn borst vooruit lopen, trots, in plaats van zo mijn schouders naar voor te doen. (...) [Rondlopen in bloot bovenlijf na borstverwijdering] voelt echt aan alsof het altijd zo was.”* Ook ontstaat gendereuforie voor participanten zoals Evy en Mino na de operatie door de steun en positieve reacties van de omgeving.

Ook genderbevestigende hormoontherapie levert participanten gendereuforie op. Door testosteron of oestrogeenbehandeling ervaren de participanten ook genderbevestiging en een verbeterd welzijn. Het zijn veelal de effecten van deze behandelingen die zorgen voor gendereuforische gevoelens. Trans mannen beleven gendereuforie door baardgroei, een lagere stem en een veranderde vetverdeling. Wolf vertelt: *“Als [de stem] dan begon te zakken, dat is wel fijn. Nu kan ik ook zo veel lager zingen. Dat voelt heel goed om zo te weten dat je die [lage] noten [kan] halen.”* Trans vrouwen ondervinden gendereuforie omwille van veranderingen in emoties, lichamelijke sensatie en vetverdeling. Ook voelen ze zich gendereuforisch door borstgroei en minder groei van lichaamshaar. Flora deelt het positieve effect ervan mee: *“Door de lichamelijke veranderingen voel ik mij beter in mijn vel en mijn lichaam.”*

Genderexpressie

Alle participanten halen genderexpressie aan als een belangrijke bron van gendereuforie. Op die manier kunnen trans personen immers zichzelf en hun genderidentiteit uiten.

Onder genderexpressie valt kleding, haarstijl, genderbevestigende hulpstukken, cosmetica, accessoires, tatoeages en piercings.

Kleding

Kleding heeft voor de participanten het doel om hun gendergevoel te uiten, waardoor ze gendereuforie kunnen ervaren. Het dient eveneens als middel om zichzelf te presenteren op een manier die authentiek aanvoelt. Ricky vertelt: *“[Als ik] mijn kleren met de gender van de dag [kan] matchen, dat is echt euforie voor mij. [Het] is voor mij het gevoel hebben dat ik kan uitbrengen hoe ik mij vanbinnen voel. Ook als andere mensen dat niet per se snappen en mij gewoon als een cis meisje zien. Ik weet wat deze uitdrukking voor mij betekent en voor mij is dat heel veel euforie.”*

Vijf participanten geven mannelijke kleding aan als gendereuforische bron. Het gaat over boxershorts, T-shirts, en truien tot hemden en kostuumpakken. Transmannelijke personen dragen mannenkledij om zichzelf beter te voelen, vrouwelijke lichaamsdelen te camoufleren en/of zodat anderen hen percipiëren en behandelen als een man. Bo vertelt dat *“voor de eerste keer een kostuumbroek en hemd dragen”* gendereuforisch was. Marcus zegt *“[Wanneer] ik een goede outfit aandoe en ik voel mij daar goed in. [En als ik dan] in de spiegel kijk en ik zie niks van [vrouwelijke] dingen uitfloepen, dan is dat zo yes”*. Wolf verhaalt dat *“mijn T-shirt dragen zonder een binder [na de borstverwijdering], dat is zo wauw.”*

Vijf participanten stellen dat vrouwelijke kleding hen gendereuforie brengt. Het geeft deze vrouwen genderbevestiging om onder meer kleedjes en rokken te dragen. Korra vertelt: *“Ik was een keer naar een metalfestival en ik was door de winkels aan het rondkijken en ik heb daar een kilt gekocht. Dan [heb ik] eigenlijk de rest van dat weekend gewoon rondgelopen in een kilt en dat voelde juist. Ik vond dat leuk om zo aan te hebben.”* En Flora meldt dat ze minder kans heeft om gendereuforie te ervaren als ze neutrale kleding draagt.

Participanten ervaren ook gendereuforie door vrij te kunnen experimenteren met en gebruik te maken van verschillende kledingstijlen. Evy zegt: *“In het begin van mijn transitie kleepte ik me stereotiep vrouwelijk. En nu dat ik zo iets verder [in mijn transitie] zit ga ik ook meer jongensachtige dingen durven dragen. [Ik vind het] heel fijn dat ik steeds meer die vrijheid heb om dat te doen. Ik heb het gevoel dat mijn lichaam steeds meer als vrouwelijk gelezen kan worden. (...) [Gisteren droeg ik] zo'n butch outfit en ik voel mij gewoon fucking cool van ‘wow I can pull this off’ en ik ben nog steeds een meisje.”*

Haar

Voor tien participanten is hun haar een gendereuforische bron. Hun haar zorgt ervoor dat ze zich veiliger, erkend en gelukkiger voelen. De eerste knipbeurt en de keren erop zijn dan ook belangrijke momenten. Axel stelt dat hij gendereuforie ervaart omdat hij *“bijna nooit meer misgenderd [wordt] op straat of door mensen die [hij] niet kent door [zijn*

broeske]”. Bo vertelt dat de eerste keer *“mijn haar afscheren (...) was heel veel gendereuforie voor mij”*. Mino duidt het belang ervan aan: *“[als] mijn haar er slecht uitziet, dan voel ik mij ook slecht in mijn gender”*.

Hulpstukken

Participanten ervaren gendereuforie door het gebruik van genderbevestigende hulpmiddelen. Zes van hen voelen zich gendereuforisch bij het dragen van een binder of hadden dat in het verleden. Axel vertelt gendereuforie te ervaren door geen binder meer te hoeven dragen na zijn borstverwijdering. Robin vertelt: *“Vorige zomer heb ik zo een zwembinder gekocht en zo een zwembroekje uit de kringloopwinkel. Dat vond ik een moment van gendereuforie omdat [ik] niet meer in typisch badpak [moet] gaan zwemmen.”* Bo vermeldt ook tape als alternatief voor een binder vanwege ‘een strakker gevoel’ en de borststreek erdoor ‘platter’ is.

Cosmetica

Zes participanten beschrijven hoe make-up, schmink en nagellak bijdraagt aan hun ervaring van gendereuforie. Het is voor hen een belangrijke manier van zelfexpressie en welzijn. Flora benadrukt het belang van make-up voor haar vrouwelijke identiteit: *“[Gendereuforie vindt plaats] tussen het moment dat ik de make-up [op] doe en het moment dat ik de make up af doe. Dat is meestal de window waarin dat het gebeurt.”* Hilda vertelt dat nagellak in het begin van transitie voor haar gendereuforisch was en haar hielp om de dag door te komen. Ricky heeft gendereuforie gehaald uit het schminken van mannelijke gezichtskenmerken.

Accessoires

Zes participanten beleven gendereuforie door middel van accessoires. Enerzijds dienen accessoires om zichzelf goed te voelen in hun genderbeleving. Twee trans vrouwen voelen zich vrouwelijk door oorbellen, armbanden, ringen, kettingen en waaiers. Marcus ervaart gendereuforie door brede riemen te dragen omdat hij ‘er zo mannelijk uitziet’. Anderzijds gebruiken participanten accessoires om zichzelf te uiten en als communicatiemiddel. Mino hanteert stickers, sleutelhangers en pinnen om hun identiteit te tonen. Ricky gebruikt onder meer polsbandjes met de panseksuele vlag op om hun verbondenheid met de regenbooggemeenschap uit te drukken.

Tatoeages en piercings

Drie participanten ondervinden gendereuforie door tatoeages omdat het hun genderidentiteit bekendmaakt. Ricky draagt een tattoo met het Filipijnse woord *bakla*. Die legt uit dat *bakla* *“een term [is] voor tussenin twee genders”*. Voor Evy zijn tatoeages en piercing zelfs een vorm van genderbevestigende zorg geweest. Ze vertelt: *“[Piercings waren] echt een manier om me beter te voelen bij mijn gezicht. (...) [Het weerhield mensen te kijken naar] heel mannelijke aspecten van mijn lichaam.”*

4.2.3. Sociale factoren

Sociale genderbevestiging

Sociale genderbevestiging door anderen vormt een veelvoorkomende en cruciale bron van gendereuforie voor trans personen. Het verwijst naar hoe ze validatie zoeken bij anderen voor hun innerlijke genderbeleving om zich geaccepteerd en begrepen te voelen.

Alle participanten ervaren sociale bevestiging als mensen hen correct genderen als man, vrouw of non-binair. Dat gebeurt door hen juist te percipiëren en hen te behandelen volgens hun genderidentiteit. Trans vrouwen willen bijvoorbeeld als vrouwen deel uitmaken van de gesprekken tussen vrouwen. Verder is het voor trans personen gendereuforisch als mensen spontaan correct genderen. Om ervoor te zorgen dat anderen de genderidentiteit juist interpreteren, gebruiken trans personen hun outfit of haarstijl om dat kenbaar te maken. Verschillende trans mannen kleden zich bijvoorbeeld mannelijk en hebben een mannelijk kapsel zodat anderen hen als man zien. Anderen geven echter aan niet te willen dat mensen hun genderidentiteit veronderstellen op basis van klededracht. Non-binaire participanten ervaren bevestiging wanneer anderen hun genderidentiteit niet kunnen bepalen aan de hand van hun genderexpressie.

Andere manieren om trans personen correct te genderen is door de juiste naam en voornaamwoorden te gebruiken. Alle participanten hebben een naam die hun genderidentiteit en/of hun genderexpressie weergeeft. Non-binaire personen kunnen gendereuforie beleven als mensen hun naam met verschillende genderidentiteiten associëren of in de war zijn daardoor. Op het vlak van voornaamwoorden geven trans mannen doorgaans de voorkeur aan mannelijke en trans vrouwen de keuze voor vrouwelijke. Korra gebruikt als enige trans vrouw ook de genderneutrale optie en Bo hanteert als enige transmannelijke persoon enkel genderneutrale voornaamwoorden. Non-binaire participanten wensen alle voornaamwoorden, enkel genderneutrale en/of een gegenderd voornaamwoord. Degenen die alle voornaamwoorden gebruiken, vinden het ook fijn als mensen afwisselen. Nova geeft verder aan respect belangrijker te vinden dan het gebruik van de juiste voornaamwoorden. Desondanks wensen trans jongvolwassenen een correct gebruik ervan vanwege de positieve impact op hun welbevinden.

Aansluitend op het vorige punt beleven trans personen gendereuforie door hen correct te genderen via de juiste aanspreekvormen en complimenten. Trans mannen en transmannelijke personen voelen zich bevestigd door het gebruik van mannelijke termen als 'meneer' en 'jongeman'. Ook de non-binaire personen beleven dat als gendereuforisch. Trans vrouwen beleven genderaffirmatie door vrouwelijke termen. Daarnaast zijn complimenten over het uiterlijk, haarstijl en de outfit voor verschillende trans personen gendereuforisch.

Trans personen willen zich geaccepteerd, gezien, begrepen en geliefd voelen. Genderbevestiging is daarvoor een essentiële bron. Ook hebben ze de wens om erbij te horen in de samenleving en bij subculturen op basis van hun identiteit. Het is daarbij van belang voor participanten om transgender-zijn te normaliseren zodat gendereuforie kan bloeien. Wolft zegt: *“Als dat nog meer genormaliseerd zou zijn om transgender te zijn, dan [zou] ik mij geen zorgen meer moeten maken om bij nieuwe mensen uit de kast te komen.”*

Sociale contexten

Interpersoonlijke relaties

Alle participanten benoemen interpersoonlijke relaties als een bron van gendereuforie. Interpersoonlijke relaties gaan om de verbindingen tussen personen. Het zijn partners, vrienden, familieleden, collega's, zorgprofessionals, dates, docenten, politici en onbekenden. Participanten krijgen over het algemeen genderbevestiging en erkenning in wie ze zijn van deze connecties.

Partners zijn voor veel trans personen een cruciale bron van gendereuforie. Ze bieden erkenning, bevestiging, steun en veiligheid. Benjamin herinnert dat hij moest wenen toen zijn ex-vriendin een taart maakte met zijn naam erop in slagroomletters. Zijn huidige vriendin heeft hem geholpen in zijn proces naar zelfaanvaarding. Evy memoreert dat haar voormalige vriendin intuïtief ruimte bood om haar vrouwelijkheid te beleven. En Evy's huidige vriend heeft altijd haar genderidentiteit gerespecteerd, ook al had ze in het begin van haar gendertraject moeilijk met haar genderidentiteit. Mino's partner draagt actief bij aan de gendereuforische beleving van Mino door middel van voornaamwoorden, complimenten en cadeaus. Robin haalt gendereuforie uit de inspanningen die hun partner sinds het begin van de relatie doet om genderneutrale voornaamwoorden correct te hanteren om hen juist aan te spreken.

Naast partners zijn vrienden ook een essentiële gendereuforische bron. Ze verlenen hetzelfde als partners, inclusief herkenning en aanvaarding. Benjamin verhaalt de veiligheid die een mannelijke vriend hem bood tijdens zijn eerste winkelervaring in de mannenafdeling. Flora ervaart gendereuforie wanneer vrienden haar zien als vrouw zonder het trans-zijn op te merken of daarop te focussen. Korra voelt zich veilig en geliefd in vriendengroepen die haar correct genderen ongeacht haar genderpresentatie. Ricky vertelt hoe hun queer vrienden masculiene termen gebruikten tijdens hun genderzoektocht en hen motiveerde om zich alternatief te kleden. Voor Shayden was het moment dat vrienden zijn nieuwe naam kozen gendereuforisch. En verschillende trans participanten voelen zich bevestigd, (h)erkend en begrepen door gesprekken met andere trans personen over gedeelde ervaringen.

Familie van trans personen zorgen voor gendereuforie door genderbevestiging, erkenning, aanvaarding op lange termijn en steun. Axel voelt zich gelukkig door de

financiële hulp van zijn familie bij het betalen van genderbevestigende zorg. Marcus glimlacht wanneer zijn oma een verhaal vertelt over vroeger en haar verhaal start met 'Marcus, als jij een klein jongetje was'. Olivia geeft aan gendereuforie te ervaren omdat haar ouders na een lange aanpassingsperiode haar behandelen als een cisgender dochter door onder andere bezorgd te zijn over haar veiligheid. Robin voelt zich gezien toen hun moeder in de groepschat een bericht met 'voor hem/haar/hun' plaatste. Wolf herinnert zich erkend en bevestigd te voelen nadat zijn (groot)ouders na enige periode zijn genderidentiteit accepteerden.

Onbekenden leveren trans personen gendereuforie door spontane genderbevestiging en erkenning van hun genderidentiteit. Verschillende participanten vertellen dat kinderen hen vanwege verwarring vragen wat hun gender is en die erna positief bevestigen. Kinderen in de Filipijnen hebben Benjamin gevraagd hoe hem te benoemen. In de Filipijnen spreken mensen uit beleefdheid oudere mensen aan met 'oudere broer of 'oudere zus'. Benjamin liet de kinderen vrij kiezen en ze kozen voor 'oudere broer'. Daarnaast bieden ook onbekende volwassenen de participanten gendereuforie. Korra memoreert hoe een ouder persoon haar en een vriendin verwelkomde net als meisjes tijdens een inzamelingsactie. Marcus vertelt zich gendereuforisch te voelen toen een vrouw in de winkel hem complimenteerde met zijn uiterlijk. Nova herinnert zich het gendereuforische moment dat een vrouw eerst 'meneer' zei om daarna verward te reageren.

Ook interacties met onder meer collega's, dates en zorgprofessionals leveren gendereuforie, genderbevestiging en gendererkenning. Evy ervaart gendereuforie van haar collega's die haar bij de groep betrekken, steunen en veiligheid bieden. Korra voelt zich gendereuforisch in datingcontexten waarin mensen met haar flirten omdat ze er vrouwelijk uitziet. Een viertal participanten vermeldt zorgprofessionals als gendereuforisch. Flora ervaart gendereuforie doordat een arts tijdens haar stage voorstelde om haar baarmoeder te visualiseren. Mino herinnert euforie doordat die zich welkom, begrepen en geaccepteerd voelde in de genderkliniek. Ricky waardeert dat hun psychiater hen aanspreekt met hun achternaam zonder gebruik te maken van gegenderde aanspreekvormen.

Seksualiteitsbeleving

Trans jongvolwassenen ervaren hun niet-heteroseksuele of queer oriëntatie als bron van gendereuforie. Dat komt omdat ze via hun seksuele oriëntatie hun genderidentiteit en/of genderexpressie bevestigen of uitdrukken. Wolfs homoseksualiteit weerspiegelt het mannelijkheidsideaal dat hij voor zichzelf nastreeft. Bo en Robin ervaren via hun voorkeur meer ruimte voor genderexpressie en erkenning van hun genderidentiteit. De participanten gebruiken een breed spectrum aan labels zoals lesbisch, biseksueel, queer en sapphic maar sommigen voelen ook weerstand tegen het labelen van hun seksuele oriëntatie. Zo is Marcus terughoudend om zichzelf biseksueel te noemen uit

schrik dat het zijn mannelijkheid ondermijnt. Sommige participanten hanteren hun seksuele oriëntatie dus om zich te conformeren aan heteronormativiteit. Evy heeft met die reden bewust een man gekozen. Eveneens wijzen sommigen heteroseksualiteit af, zoals Shayden, door zich uitdrukkelijk queer te noemen. Opvallend is dat de enige heteroseksuele participant geen gendereuforie ervaart vanwege zijn seksualiteitsbeleving. Non-binaire personen met een panseksuele oriëntatie halen gendereuforie uit het feit dat gender geen rol speelt in hun aantrekking tot mensen.

Een minderheid beschrijft plezierige seks en intimiteit als bron van gendereuforie. Om gendereuforische seks te kunnen hebben met anderen is het essentieel dat partners van trans personen respectvol en genderbevestigend zijn. Benjamin durft de confrontatie met zijn eigen lichaam aan doordat zijn partner hem niet reduceert tot zijn lichaamskenmerken. Genderinclusieve taal draagt bij aan een gevoel van veiligheid, zoals Flora ervaart wanneer haar seksuele partners mannelijke termen voor de genitaliën gebruikten. Ze voelt zich comfortabeler in haar lichaam dankzij respectvolle seksuele interacties, verandering in opwinding en het ontdekken van nieuwe erogene zones zoals haar tepels. Shayden wijst op het mogelijke effect van hulpmiddelen, zoals een penisprothese, op gendereuforie tijdens seks.

Maatschappelijke en culturele contexten

Een achttal participanten maakt gendereuforie mee door verbondenheid met en betrokkenheid bij de queer en/of transgemeenschap. Olivia voelt zich euforisch omdat er in de gemeenschap veel kennis met luisterende oren en helpende handen is. Queerverenigingen bieden trans personen een veilige ruimte waarin ze zichzelf kunnen zijn. Bo gaat naar een transvereniging die hun gendereuforie geeft omdat die er activiteiten kan doen die aansluiten bij hun interesses zonder bezig te moeten zijn met trans-zijn. Daarnaast zijn queerverenigingen voor sommigen de plek om hun transervaringen of gendereuforie te delen met elkaar. Dat creëert voor hen een gevoel van herkenning, hoop en inspiratie. Enkele trans jongvolwassenen voelen zich ook goed door actief bij te dragen aan de queergemeenschap via praktische hulp, ondernemerschap of door queer mensen een luisterend oor te bieden. Shayden ervaart gendereuforie door queer personen individueel te coachen op mentaal en fysiek vlak.

Naast de LGBT+-gemeenschappen ervaren trans jongvolwassenen gendereuforie in andere deelgemeenschappen op basis van een deelidentiteit of interesses. Flora ervaart gendereuforie omdat ze deel uitmaakt van een groep vrouwen die naar popmuziek luisteren. Korra kan dankzij metalheadsymbolen zoals lang haar en een kilt haar genderexpressie uiten en dus gendereuforie beleven.

Verschillende participanten ervaren gendereuforie in werkomgevingen die hun genderidentiteit erkennen en respecteren. Enkele trans vrouwen voelen zich gendereuforisch door hun sociaal en zorgend beroep dat ze associëren met

vrouwelijkheid. Nova waardeert het als die van hun werkgevers mannelijke uniforms mag dragen. Axel ervaart gendereuforie in een transinclusief bedrijf waar hij zich veilig voelt omdat hij geen coming-out hoeft te doen of anderen zijn gender veronderstellen.

Enkele participanten beleven gendereuforie door de manier waarop de overheid hun genderidentiteit erkent en faciliteert. Twee trans vrouwen voelen zich euforisch doordat ze uitstrijkjes van baarmoederhalskanker ontvangen, net zoals andere vrouwen. Een viertal participanten ervaren gendereuforie omdat ze hun naam en gendermarker op de identiteitskaart konden wijzigen. Een paar non-binaire participanten zouden gelukkig zijn met een X of geen gendermarker op de identiteitskaart.

Op dezelfde manier ervaren participanten gendereuforie door het onderwijs en niet-westerse culturen. Olivia haalt gendereuforie en een gevoel van veiligheid uit de naamswijziging op haar diploma. School is ook een context waarin sommige participanten bevestigd voelen in hun genderidentiteit. Benjamin en Ricky halen allebei gendereuforie uit de Filipijnse taal die geen gegenderde voornaamwoorden heeft en enkel de genderneutrale optie *siya* bevat.

Een zestal participanten halen queerrepresentatie en transrolmodellen aan als gendereuforische bronnen. Zowel representatie als rolmodellen zorgen voor erkenning en herkenning van hun genderbeleving. Oudere trans personen geven Axel en Ricky hoop op de mogelijkheid van een authentiek leven. Een handvol participanten halen gendereuforie door zichzelf te herkennen in fictieve personages en bestaande mensen die voorkomen in boeken, films en kunstwerken. Wolf ervaart bijvoorbeeld gendereuforie van personages die losstaan van genderregels, net zoals hij afwijkt van de cisgendernorm.

Twee participanten hebben hetzelfde gevoel van zichzelf te herkennen bij kunst. Robin voelt zich euforisch bij surrealisme en impressionisme omdat dat kunststromingen zijn die zoals hen afwijken van een bepaald plaatje. Olivia waardeert beeldende kunst waarin de transgenderidentiteit zichtbaar is, zoals een tekening met littekenweefsel aan de borststreek. Enkele participanten ervaren ook gendereuforie door zichzelf te herkennen in en zichzelf te kunnen zijn via het luisteren van muziek.

Drie participanten ervaren gendereuforie dankzij de Belgische transzorg. Korra voelt zich gelukkig omdat de zorg en hormoonmedicatie relatief goedkoop zijn. Nova verwacht gendereuforie te ervaren door gesprekken met een genderspecialist. Shayden voelt zich bevestigd omdat zorgprofessionals hem altijd als man hebben gezien, vanwege bloedwaarden die niet overeenkomen met een gemiddeld vrouwenlichaam.

Hoewel sporten voor trans personen vaak geen evidentie is, brengt het hun wel gendereuforie. Axel en Robin ervaren het doordat ze via fitness aan hun lichaam kunnen werken. En Shayden haalt gendereuforie omdat die zijn sport kan blijven uitoefenen.

Theater en festivals zijn voor participanten plaatsen van gendereuforie omdat ze daar zichzelf kunnen uiten op een authentieke manier. Theater heeft Benjamin geholpen bij zijn genderzoektocht. Olivia herinnert zich euforisch te voelen omdat een vriendin haar een *make-over* heeft gegeven toen ze naar Aalst carnaval ging en anderen haar als vrouw behandelden.

Sommigen ervaren naar de kapper gaan als gendereuforisch omdat ze daar een kapsel kunnen verkrijgen dat aansluit bij hun genderidentiteit. Twee participanten beleven gendereuforie door vrij te kunnen winkelen in eender welke afdeling. En een paar duiden trouwen aan als gendereuforisch. Voor Evy is het idee om te trouwen in een wit kleed euforisch, terwijl Ricky euforie zal ervaren door af te wijken van tradities. Een participant, Olivia, ervaart ook gendereuforie door naar de vrouwentoiletten te kunnen gaan.

4.2.4. Kritische evaluatie van de bronnen

Er zijn verschillende bronnen van gendereuforie. De resultaten sluiten aan bij de opdeling van Beischel en collega's (2022). Verder beschrijven tal van auteurs dezelfde gendereuforische bronnen (Almeida et al., 2024; Austin et al., 2022; Barras & Frith, 2024; Beischel et al., 2022; Grant et al., 2024a; Grant et al., 2024b; Hall et al., 2024; Jacobsen & Devor, 2022; Ogle et al., 2023; Silverstein & Santibañez, 2024; Skelton et al., 2024; Tebbe & Budge, 2022). Het eerste is psychologische gendereuforie. Participanten melden hoe zelfacceptatie, positieve zelfperceptie, de eigen genderidentiteit te ontdekken en erkennen, keuzes binnen een gendertraject, zelfbekrachtiging, positieve zelfpraat, verleggen van de focus op positiviteit, zelfreflectie en toekomstperspectief leiden tot gendereuforie. Het tweede is fysieke of uiterlijke gendereuforie. Enerzijds zorgen (de effecten van) genderbevestigende operaties en hormoontherapie voor gendereuforie. Anderzijds veroorzaakt genderexpressie dat. Onder genderexpressie valt kleding, haarstijl, genderbevestigende hulpmiddelen, cosmetica, accessoires, tatoeages en piercings. Het laatste is sociale gendereuforie. Het verwijst naar sociale genderbevestiging en sociale contexten. Sociale genderbevestiging komt voort uit correct genderen, de juiste voornaamwoorden, aanspreekvormen, complimenten en een *sense of belonging*. Genoemde sociale contexten zijn interpersoonlijke relaties, seksualiteitsbeleving, gemeenschappen, werk, overheid, onderwijs, niet-westerse culturen, representatie, muziek, genderbevestigende zorg, sport, theater, festivals, kapsalons, winkelen en trouwen.

De drie gendereuforische bronnen zijn, net zoals Beischel en medeauteurs (2022) stellen, vervat in een complexe verstrengeling. De spiegel is spontaan en meermaals tevoorschijn gekomen uit de onderzoeksdata. Het is bovendien een goede voorstelling van die complexe verstrengeling. De spiegel als object brengt gendereuforie als de trans persoon wat die ziet aan de buitenkant percipieert als positief. Stel dat er iemand binnenkomt in de kamer en hen complimenteert, is er ook sprake van een externe genderbevestiging. De bronnen haken met andere woorden op elkaar in. Echter zijn de

drie gendereuforische factoren van Beischel en medeonderzoekers (2022) onvoldoende allesomvattend. Uit de onderzoeksdata zijn bronnen bovengekomen die moeilijk te plaatsen waren binnen die drie bronnen. Participanten ervaren ook gendereuforie door speelgoed, voertuigen en locaties zoals de slaapkamer. Vele participanten noemden ook de spiegel als een belangrijke gendereuforisch object vanwege de reflectie van zichzelf, iets wat in de wetenschappelijke literatuur niet lijkt terug te komen. Er is dus nood aan een extra overkoepelende bron, bijvoorbeeld materiële gendereuforie, om dergelijke zaken ook op te nemen. Tot slot zijn er in de academische literatuur verschillende bronnen onbehandeld gebleven. Zo hebben academici weinig aandacht gespendeerd aan seksuele gendereuforie, oftewel de link tussen seksualiteit en gendereuforie.

4.3. Impact van gendereuforie

Het derde thema beantwoordt de vraag ‘Welke impact heeft gendereuforie op Vlaamse trans jongvolwassenen?’. In de wetenschappelijke literatuur lijkt de impact van gendereuforie niet expliciet behandeld. Toch zit het wel vervat in enkele definities en bronnen van gendereuforie. Bradford en collega’s (2019) beschouwen gendereuforie als een toegenomen subjectief welzijn door gendertransitie en genderbevestigende interventies. En Austin en medeonderzoekers (2022) vinden dat trans personen door genderbevestigende ervaringen en interventies een verbeterde levenskwaliteit hebben. Dat toont de vervlechting van de definiëring, de bronnen en de impact van gendereuforie. In de resultaten is dat eveneens terug te zien.

De trans participanten ervaren over het algemeen een grote en positieve impact door gendereuforie te beleven. Bo zegt dat gendereuforie ‘een goede invloed’ heeft op hun leven en bij Mino heeft het een ‘gezonde impact’. Enkele jongvolwassenen duiden dat de impact tijdelijk en/of klein is, maar ook bij hen is gendereuforie eveneens positief. De trans personen ondervinden er een verbeterd mentaal welzijn door. Participanten geven aan dat ze zich gelukkiger, blijer, comfortabeler en beter in hun vel voelen dan toen ze geen of minder gendereuforie meemaakten. Ook kan gendereuforie fysiek welzijn opleveren.

Gendereuforie bevrijdt daarnaast mentale, fysieke en emotionele bronnen. Olivia legt uit: *“Fysiek. Hoe meer gendereuforie, hoe meer je passt. Hoe meer gendereuforie dat er is, hoe minder moeite dat jij moet doen, handelingen dat jij moet stellen om u oké te voelen om in een sociale context te gaan begeven om te proberen passen. Emotioneel. Hoe meer dat je gendereuforie ervaart, hoe veiliger dat je [je] gaat voelen in uw lichaam, hoe minder dat je [je emotioneel] moet bezighouden met oh my god ik voel me echt niet goed (...) Mentaal. Hoe minder je moet bezig zijn met hoe zien die mensen mij en zouden ze het doorhebben en wat zouden ze denken over trans mensen, hoe meer dat je capaciteit vrij hebt om u te focussen op de taak die je op dat moment moet doen met die persoon, [op het] werk, [in] privé whatever.”*

Gendereuforie maakt ook de dag beter en/of zorgt voor een verhoogde levenskwaliteit, net zoals Austin en collega's (2022) hebben vastgesteld. Het resulteert in meer zelfzekerheid, zelfvertrouwen en assertiviteit bij de trans participanten. Verschillende trans personen durven meer zichzelf te zijn en zichzelf te tonen tegenover anderen. Daardoor hebben ze zich als persoon volledig kunnen ontplooien. Daarnaast ervaren sommigen betere en verhoogde zin in sociale contacten door gendereuforie.

“[Gendereuforie] trekt mijn zelfzekerheid (...) naar boven. En dat zorgt er echt voor dat als ik buiten kom dat ik mij echt wel meer zelfzeker voel om mij te tonen zoals ik wil. Zelfs als mensen iets zeggen of neerkijken op mij, dat ik toch blijf mijzelf tonen zoals ik mij wil tonen. (...) het belangrijkste is dat ik daardoor ook meer vrijheid heb om nog andere dingen te proberen. En hoe meer dat die zelfzekerheid naar boven gaat hoe meer dat ik denk van ik kan dit proberen of ik kan dat proberen.” (Nova)

“Voor mij is dat een hele grote verandering geweest na mijn transitie dat ik veel liever contact met andere mensen wil hebben en dat ik veel meer mezelf wil laten zien en daar ook nood aan heb en blij ben om vriendschappen aan te gaan. Terwijl, ik ben best een introvert persoon en ik ben dat altijd geweest, maar dat is echt wel veranderd dat ik gewoon zoveel meer zin heb om contact met mensen aan te gaan.” (Evy)

De omgeving merkt op dat de participanten gelukkiger en blijer zijn. Het heeft ook andere positieve uitkomsten. Flora vertelt:

“Gendereuforie geeft mij een goed gevoel en dat heeft ook een impact op mijn omgeving. Ik kan beter zorgen voor andere mensen als ik mij goed voel. Ik kan beter luisteren naar andere mensen als ik mij goed voel. Ik kan meer empathie tonen naar andere mensen als ik mij goed voel. Ik heb meer mentale energie voor andere mensen als ik mij goed voel. Ik kan mij ook meer inzetten voor de doelen die ik belangrijk vind in mijn leven of de principes, de waarden en de normen die ik heb in mijn leven om daar aandacht aan te besteden. Dat lukt veel gemakkelijker als ik mij goed voel in mijn vel.”

Gendereuforie kan eveneens relaties versterken. Wolf zegt: *“Omdat ik assertiever [ben] en meer zelfvertrouwen heb, [ben ik] beter in de omgang (...) Mijn relatie met mijn oma en opa is er ook echt op verbeterd. Nu babbel ik veel makkelijker en beter met hen.”*

Gendereuforie dient verder als een motiverende factor voor trans jongvolwassenen om hun dag en/of leven verder te zetten. Het stelt hen in staat om controle over hun eigen leven en lichaam te nemen. Sommigen geven dan ook aan dat gendereuforie voor hen levensnoodzakelijk is. Benjamin zegt: *“Als [gendereuforie] er niet zou zijn dan (...) ik denk dat ik er zelf niet meer zou zijn.”* Gendereuforie biedt enkele trans personen de kracht om moeilijke momenten te doorstaan. Drie participanten vertellen:

“[Gendereuforie is] heel belangrijk. Ik zou niet zonder kunnen leven. Dat is echt wel nodig. Anders is het leven niet echt doenbaar of verdraagbaar. Als ik enkel die dysforie had dan

zou ik het na een tijd echt niet meer weten. Dus ja levensnoodzakelijk, absoluut, zonder twijfel.” (Axel)

“[Gendereuforie] maakt wel mijn dag (...) als ik opsta en ik ben blij met wat ik zie [dan] kan ik best de dag aanvatten. Als ik dat ‘s ochtends niet echt heb, kan ik me echt heel de dag gewoon kut voelen en dan gaat alles gewoon een stuk moeizamer.” (Robin)

“Geluk. [Gender] is één extra ding [dat] van mijn schouders [afvalt], want ik heb al zoveel dingen om mee te dealen. Ik heb nu mijn financiële situatie met de FOD, de handicapsdingen en mentale gezondheid. Ik heb veel medicatie die ik moet pakken [om] mentaal stabiel te zijn. En het feit dat nu de euforie zo een standaard is dat ik daar niet zo hard meer aan moet denken, dat is een last van mijn schouders en dat is ook een bron van kracht om elke dag door te gaan om naar buiten te gaan.” (Ricky)

Tot slot is het, zoals Shuster en Westbrook (2022) argumenteren, belangrijk om gendereuforie niet op een voetstuk te plaatsen. Verschillende participanten hebben aangegeven gendereuforie belangrijk te vinden, maar voor sommigen is dat niet per se het geval. Ook zit het voor enkele participanten complex verweven met genderdysforie. Rosenberg en collega's (2024) duiden terecht dat gendereuforie niet allesbepalend moet zijn voor elke trans individu. De auteur wil dan ook benadrukken dat er naast het streven naar gendereuforie blijvende aandacht moet zijn voor verminderen van genderdysforie en tegengaan van geweld. Er zijn hoge cijfers van geweld, discriminatie en suïcide bij transgender personen (Motmans et al., 2023) die de toegang tot gendereuforie namelijk ernstig kunnen verstoren.

5. Conclusie

In de inleiding van deze masterproef staat een citaat van Robin Dembroff. Die stelt dat trans personen te maken krijgen met geweld, marginalisering en discriminatie. Volgens de auteur is de kern van transgender echter niet zelfdestructie. Het is een streven naar geluk, plezier, comfort en aanwezigheid in het eigen lichaam en relaties met anderen. De filosoof argumenteert dat het gaat om zelfrealisatie en menselijke bloei. Deze vaststelling geldt niet enkel voor transgender-zijn maar omvat eveneens de kern van gendereuforie.

Gendereuforie is voor trans jongvolwassenen uit Vlaanderen een persoonlijke en veelzijdige ervaring die draait om het gevoel van bevestiging, authenticiteit en welzijn in relatie tot hun genderbeleving. Het uit zich op tal van lichamelijke en emotionele manieren. De betekenis, intensiteit, duur, frequentie en evolutie in de tijd variëren onder de trans individuen. Elke trans persoon ervaart gendereuforie op een andere manier. Centraal staat echter kunnen en mogen zijn wie je werkelijk bent.

Verschillende bronnen leveren trans jongvolwassenen gendereuforie: psychologische, fysieke of uiterlijke en sociale. Gendereuforie vloeit voort uit zelfacceptatie, positieve zelfperceptie en keuzes die de eigen genderbeleving bevestigen. Ook genderbevestigende zorg en genderexpressie dragen hieraan bij. Daarnaast dragen sociale bevestiging en diverse sociale contexten bij aan gendereuforie. Verder zorgen uiteenlopende bronnen, zoals objecten of ruimtes, voor gendereuforie. Al deze bronnen van gendereuforie zijn nauw met elkaar verweven en beïnvloeden elkaar voortdurend.

Gendereuforie heeft een grote en positieve impact op Vlaamse transgender jongvolwassenen. Ze voelen zich daardoor mentaal en fysiek beter. Ook verbeteren hun sociale contacten. Voor vele trans personen is gendereuforie zelfs essentieel om gelukkig te zijn. Deze thesis toont aan dat het niet alleen belangrijk is om aandacht te spenderen aan genderdysforie en het leed van trans mensen. Het is evenzeer van groot belang om gendereuforie te benoemen, te onderzoeken, na te streven en te beleven.

Deze scriptie bevat een exploratief onderzoek waardoor het enkele limieten heeft. Hoewel de wetenschappelijke literatuur de onderzoeksresultaten grotendeels bevestigen, zijn de resultaten niet te veralgemenen naar alle transgender personen uit Vlaanderen. Dit onderzoek bevat immers een kleine, niet-representatieve steekproef van de Vlaamse transgemeenschap. De participanten studeren en/of werken, hebben allemaal toegang tot genderbevestigende zorg en zijn overwegend wit. Daarbij hebben de participanten elk hun eigen perspectief op en ervaringen met gendereuforie. Door onderzoeksmateriaal samen te vatten, zijn er details en nuances van participanten verloren gegaan.

Verder zijn niet alle onderwerpen even diepgaand of niet behandeld geweest door een gebrek aan tijd en ruimte. Daardoor zijn verschillende relevante elementen van

gendereuforie niet in de masterproef geraakt. Zo hebben een deel van de participanten het verband tussen intersectionele identiteiten, zoals klasse of etniciteit, en toegang tot gendereuforie gemaakt. Enkele participanten halen bijvoorbeeld aan hoe hun witheid bijdraagt aan meer gendereuforie. Hoewel het thema niet is opgenomen, staan sommige intersectionele identiteiten wel vermeld tussen de resultaten als brenger van gendereuforie. Verder voeren tal van de trans jongvolwassenen aan hoe cisgender personen kunnen bijdragen aan meer gendereuforie door hun omgangsvormen te wijzigen. Dat is relevant aangezien trans mensen vaak melden dat normen en waarden wegvallen tijdens interacties met hen. Tot slot brengen bepaalde aangeboren lichaamskenmerken bij tot gendereuforie. Een participant haalt bijvoorbeeld gendereuforie uit het feit dat zijn bloedwaarden niet overeenstemmen met dat van een vrouwenlichaam.

De literatuurstudie is uitgevoerd tussen oktober 2024 en januari 2025. De gebruikte bronnen weerspiegelen de stand van zaken tot dat moment. Het feit dat het interviewproces pas erna begon, heeft belangrijke implicaties voor de interpretatie van de resultaten. In het literatuuronderzoek gaat namelijk de aandacht vooral naar transnormativiteit, de betekenis van gendereuforie en gendereuforische bronnen. De impact van gendereuforie is tijdens het interviewproces naar boven gekomen maar kwam minder aan bod in de wetenschappelijke literatuur. Omgekeerd is transnormativiteit tijdens de interviews niet spontaan ter sprake gekomen, waardoor het niet in de discussie aan bod komt. Toch betekent dit niet dat transnormativiteit geen invloed heeft op de gendereuforische ervaringen van de participanten. Trans personen kunnen gendereuforie beleven of er gemakkelijker toegang toe krijgen door te voldoen aan het transnormatieve discours. Als hun ervaring aansluit bij transnormativiteit ontvangen ze immers meer bevestiging van hun gender. Trans individuen kunnen echter ook gendereuforie ervaren wanneer ze niet aan de transnormen voldoen. Het één sluit immers het ander niet noodzakelijk uit. Trans mensen die gendereuforie ervaren door niet te voldoen aan of zich expliciet af te zetten tegen transnormativiteit, verwerpen het idee dat geluk enkel mogelijk is binnen het dominante discours. Gendereuforie kan dus dienen als instrument om de grenzen van transnormativiteit te doorbreken, door trans-zijn te benaderen buiten de kaders van normativiteit en medische validatie. Zo biedt gendereuforie de mogelijkheid om het beeld van transgenderervaringen te verrijken door positieve aspecten ervan te belichten.

Aangezien gendereuforie een relatief recent onderzoeksveld is, zijn er nog veel onderzoeksmogelijkheden. Ten eerste moet er meer intersectioneel onderzoek komen naar de effecten van bepaalde identiteitskenmerken op gendereuforie. Ten tweede is er nood aan diepgaand onderzoek per gendereuforische bron, de uitingen van gendereuforie, de impact en bronnen die nog niet zijn voorgekomen. Ten derde is het belangrijk om meer onderzoek te doen naar stemmen die in gendereuforisch onderzoek zelden voorkomen zoals trans personen van kleur, trans personen met een

migratieachtergrond, trans kinderen en intersekse personen. Daarbij is het ook zaak om gendereuforie bij cisgender mensen te onderzoeken, want gendereuforie kaderen als exclusief voor transgender personen versterkt de opvatting dat cisgender personen normaal en trans personen abnormaal zijn (Rosenberg et al., 2024). Ten vierde richt deze masterproef zich op trans mensen tussen achttien en dertig jaar. Deze keuze sluit aan bij het netwerk van de onderzoeker, wat het bereiken van respondenten vergemakkelijkt. Niettemin is aanvullend onderzoek naar andere leeftijdsgroepen noodzakelijk om een breder inzicht te verkrijgen in gendereuforische ervaringen van trans mensen. Tot slot sluit de auteur zich aan bij de brede oproep om te focussen op positieve en vreugdevolle transgenderervaringen. Enkel op deze manier kan de samenleving tot een volledig beeld van transgender-zijn komen.

6. Bijlagen

6.1. Bijlage 1: Informatiebrief

Informatiebrief

Masterproefonderzoek naar genereuforische ervaringen bij transgender, non-binaire en genderdiverse jongvolwassenen

Hallo!

Hartelijk dank voor jouw interesse in mijn masterproefonderzoek. Met deze brief wil ik je uitnodigen om deel te nemen. Vooraleer je een beslissing neemt over je deelname, wil ik je vragen om onderstaande informatieve tekst te lezen. Ik stel mijzelf graag eerst voor. Ik ben Luka Deleu, 26 jaar en een trans non-binaire persoon. Mijn voornaamwoorden zijn die/hen/hun. Ik doe op dit moment de universitaire masteropleiding Gender en diversiteit en in mijn vrije tijd ben ik vrijwilliger binnen de LGBTQIA + gemeenschap.

Doel van het project

In wetenschappelijk onderzoek naar trans, non-binaire en genderdiverse personen ligt de focus veelal op genderdysforie en amper op plezierige aspecten van gender. Deze focus is volgens onderzoekscritici eenzijdig en schadelijk. Om deze vaak eenzijdige focus te verbreden, wil ik onderzoek doen naar positieve genderbelevingen, ook bekend als genereuforie. Dat kan gaan rond verschillende aspecten van gender (identiteit, expressie, seksuele of romantische voorkeur). Ik wil specifiek onderzoeken welke ervaringen en contexten voor jou bijdragen aan genereuforie.

Graag benadruk ik dat ik deze studie uitvoer in het kader van mijn masteropleiding Gender en diversiteit. Het vormt het sluitstuk van mijn universitaire schoolcarrière en tevens mijn pronkstuk. Door onderzoeksdeelname help je me afstuderen.

Waarom ben ik gekozen?

Je bent via sociale media reclame over dit onderzoek tegengekomen en je bent daarop ingegaan door mij een bericht te sturen of mij te mailen. Dankjewel dat je wilt deelnemen aan mijn masterproefonderzoek. De reden dat ik specifiek op zoek ben naar jou is omdat ik graag transgender, non-binaire en genderdiverse personen wil interviewen over hun genereuforische ervaringen. Het maakt niet uit of je nu wel of niet bepaalde stappen van een (sociale en/of medische) gendertransitie hebt gezet. Elke genderbeleving is immers uniek en dus valide. Tot slot wil ik ook benadrukken dat je je niet verplicht hoeft te voelen om deel te nemen aan mijn studie.

Wat houdt deelname aan de studie in?

Deelnemen aan mijn masterproefonderzoek houdt in dat ik een interview van je afneem. Dit is een gesprek tussen jou en mij waarbij ik vragen zal stellen over jouw ervaringen met genereuforie. Het interview zelf zal maximum een uur en half in beslag nemen. Het zal nodig zijn om voldoende tijd uit te trekken voor het interview. De plaats en het tijdstip van het interview kan vrij door jou worden gekozen. Bij het interview zijn enkel jij en ik aanwezig. Een interview kan naargelang wat jij verkiest zowel fysiek of online via Teams verlopen.

Indien je hiermee akkoord gaat, zal er een audio- en/of video-opname van het interview worden gemaakt. De opname van het interview zorgt ervoor dat ik of een schrijftolk (indien jij daarmee akkoord gaat) er een transcriptie van kan maken. Ik maak gebruik van video-opname of een schrijftolk vanwege mijn gehooruitdaging. Een schrijftolk is een persoon die me kan helpen bij de transcripties. De schrijftolk

verplicht zich via een geheimhoudingsovereenkomst tot stilzwijgen en vertrouwelijk behandelen van het interviewmateriaal. De transcriptie wordt daarna gebruikt om de verzamelde data te kunnen analyseren. De audio- of video-opname wordt verwijderd na het transcriberen van het interview.

Wat zijn de mogelijke nadelen en risico's van deelname?

Ik verwacht niet dat het interview ongemak zal veroorzaken maar door de aard van mijn studie is het mogelijk dat onderwerpen aan bod komen die mogelijk gevoelig liggen en emoties opwekken. Indien er onderwerpen zijn die je liever niet wenst te bespreken, kan je dat gewoon meedelen aan mij. Als je een vraag of onderwerp niet wilt behandelen, sla ik deze over en ga ik naar het volgende. Als je het moeilijk zou krijgen tijdens het interview, kan het interview steeds worden stopgezet of even worden onderbroken. Specifieke fragmenten van de audio- en of video-opnames kunnen tijdens het interview op jouw vraag worden gewist. Ik kijk daarbij steeds naar wat je wenst.

Kan ik mijn deelname uitstellen of stopzetten?

Je kan zowel het interview opschorten als je deelname aan mijn onderzoek stopzetten zonder daarvoor een reden te moeten opgeven. Je deelname stopzetten kan tot 7 dagen na het interview. Dat kan allebei via mail, telefoon of sociale media.

Je krijgt de gelegenheid om na het interview nog vragen te stellen aan mij. Indien gewenst kan je voor verdere informatie, vragen of bezorgdheden steeds contact opnemen met mijn promotor en of mezelf (zie contactgegevens aan het einde van dit document).

Wat zijn de mogelijke voordelen van deelname?

Er zijn geen rechtstreekse voordelen voor jou als persoon. Omdat dit onderzoek in kader is van mijn masteropleiding kan ik je helaas niet vergoeden voor je tijd of deelname.

Zijn er kosten verbonden aan een deelname?

Je deelname aan deze studie brengt normaal gezien geen bijkomende kosten mee voor jou. Wanneer het interview plaatsvindt op een fysieke locatie, kan er mogelijk wel sprake zijn van verplaatsingskosten en parkeertickets. Aangezien dit een onderzoek is in kader van een masteropleiding zal ik je dergelijke kosten niet kunnen vergoeden, waarvoor mijn excuses.

Moet ik deelnemen?

Het staat jou volkomen vrij om aan deze studie deel te nemen of niet. Indien je beslist om deel te nemen zal je worden gevraagd om een toestemmingsformulier te tekenen. Je kan voor en tijdens het interview steeds weigeren om deel te nemen aan het onderzoek zonder dat je hiervoor een reden moet opgeven en zonder dat dit op enigerlei wijze een invloed zal hebben op je relatie met mij. Evenmin zal jouw deelname effect hebben op jouw relatie met de organisatie of de vereniging die jou informeerde over het onderzoek. Je kan tot 7 dagen na het interview je mening herzien. Indien je van mening verandert, contacteer mij dan (zie contactgegevens onderaan).

Vertrouwelijkheid

In overeenstemming met de Algemene Verordening Gegevensbescherming en de Belgische wet van 30 juli 2018 (bescherming van natuurlijke personen met betrekking tot de verwerking van persoonsgegevens), respecteer ik jouw persoonlijke levenssfeer. Dat houdt in dat jouw identiteit vertrouwelijke informatie blijft, ook als de masterproef online wordt gepubliceerd.

Je persoonlijke gegevens worden versleuteld en worden bewaard op de paswoord-beveiligde UGent drive zodat ik gedurende de studie contact met je kan opnemen. De gegevens die ik van jou verzamel, worden gepseudonimiseerd. Dat betekent dat alle gegevens die je rechtsreeks of onrechtsreeks zouden kunnen identificeren (zoals jouw naam, woonplaats, job, hobby's enzovoort) uit het databestand wordt geschrapt. Het pseudoniem mag je zelf kiezen als je dat wenst. Daarnaast worden ook maatregelen genomen om onrechtstreekse identificatie te vermijden (bv. door concrete unieke elementen die je vermeldde in een interview te vermijden zoals je woonplaats). Tot slot versleutel ik bestanden zoals opnames en transcripties met een wachtwoord waartoe enkel ikzelf en mijn promotor toegang tot hebben.

Wat gebeurt er met de gegevens?

Om af te kunnen studeren doe ik mijn masterproefonderzoek naar gendereuforische ervaringen bij trans, non-binaire en genderdiverse jongvolwassenen. Deze studie zal, indien geslaagd, gepubliceerd worden voor het publiek op onder andere de Universiteitsbibliotheek van Gent.

De opnames van de interviews zullen woord voor woord worden uitgeschreven en de elektronische versies (transcripties) zullen worden bewaard op de drive van de UGent beschermd met een paswoord. De transcripties zullen zoveel mogelijk worden gepseudonimiseerd, dat wil zeggen dat alle informatie die het mogelijk zou maken om jou te identificeren (bijv. je naam, werkplaats, functie en andere identificeerbare gegevens zoals verwijzingen naar locaties of personen die onrechtsreeks tot identificatie kunnen leiden) zal worden aangepast of verwijderd. Transcripties kunnen geprint worden voor analyse. De transcripties zullen steeds vertrouwelijk worden behandeld. Na analyse van de geprinte transcripties zal deze documenten vernietigd worden via een papierversnipperaar. De digitale versie van de transcripties wordt na mijn afstuderen vernietigd.

Ik verzamel ook persoonsgegevens (naam, voornaamwoorden, genderidentiteit, en leeftijd) van jou. Deze bewaar ik in een versleuteld bestand en apart van de transcripties op de drive van de Universiteit Gent. Eenmaal het interview is getranscribeerd, verwijder ik al jouw persoonsgegevens. Als jij graag op de hoogte wilt gehouden worden, kan je na mijn afstuderen via de link in de informatie de onderzoeksresultaten bekijken.

Nadat het interview is getranscribeerd, zullen de video of audio-opnames worden vernietigd en blijven de gepseudonimiseerde transcripties nog bewaard tot het afstuderen. Van zodra ik afstudeer, worden deze transcripties ook definitief verwijderd.

Wie heeft toegang tot mijn gegevens?

Alleen mijn promotor en ik hebben toegang tot de opnames en transcripties van de interviews. Omwille van mijn gehooruitdaging kan het mogelijks voorkomen dat ik hulp vraag aan een schrijftolk om mij te helpen met het transcriberen van de interviews. Maar dat zal enkel gebeuren nadat jij mij daar een expliciete toestemming voor hebt gegeven. De schrijftolk verplicht zich via een geheimhoudingsovereenkomst tot stilzwijgen en vertrouwelijk behandelen van het interviewmateriaal. Jouw persoonlijke gegevens en alle informatie die mogelijks naar jou kan leiden haal ik weg uit de interviewtranscripties. Zo zie ik erop toe dat niemand in staat zal zijn om via die weg de identiteit van jou of andere deelnemers te achterhalen. De opnames, transcripties en de privé-gegevens zullen nooit gedeeld worden met derden.

Kan ik de resultaten van de studie inkijken?

Je kan de resultaten van de studie na mijn afstuderen inkijken via deze link en QR-code:

<https://docs.google.com/document/d/16mmyaON8yKBg9dsed17J4HIKqJgDOqQDEMAW4OIGKa8/edit?usp=sharing>



Wie heeft deze studie goedgekeurd?

Deze studie werd goedgekeurd door de Ethische Commissie van de faculteit Letteren en Wijsbegeerte (UGent). In geen enkel geval dien je de goedkeuring door deze commissie te beschouwen als een aanzet tot deelname aan deze studie.

Contactgegevens voor verdere informatie:

Luka(s) Deleu (die/hen) – student Gender en Diversiteit – lukas.deleu@ugent.be
Marion Wasserbauer (die/zij) – promotor, verbonden aan de Universiteit Antwerpen - marion.wasserbauer@uantwerpen.be

Hartelijk dank voor het lezen van deze informatie!

Je zal een exemplaar van deze brief en van het toestemmingsformulier ontvangen.

Fijne groeten,

Luka Deleu

6.2. Bijlage 2: Geïnfomeerde toestemming

Geïnfomeerde toestemming

Gendereuforie bij transgender, non-binaire en genderdiverse jongvolwassenen uit Vlaanderen
Masterproefonderzoek i.k.v. de interuniversitaire opleiding Gender en diversiteit

Ik, ondergetekende, bevestig hierbij dat ik

1.	de informatie over het onderzoek heb gelezen en begrepen. Ik heb de gelegenheid gehad om de informatie en mijn deelname te overwegen en vragen te stellen die naar mijn tevredenheid werden beantwoord.	<input type="checkbox"/>
2.	begrijp dat mijn deelname aan dit onderzoek geheel vrijwillig is en dat ik mijn deelname op elk moment voor en tijdens het interview kan stopzetten zonder dat ik hiervoor een reden moet opgeven.	<input type="checkbox"/>
3.	begrijp dat ik bij stopzetting van mijn deelname aan dit onderzoek, mijn reeds verzamelde gegevens kan terugtrekken tot 7 dagen na het interview. Een eenvoudige e-mail, bericht of telefoon naar de onderzoeker volstaat hiervoor. Ik hoef geen reden op te geven voor de terugtrekking van mijn gegevens.	<input type="checkbox"/>
4.	begrijp dat stopzetting van mijn deelname geen enkele invloed zal hebben op mijn relatie met de onderzoeker.	<input type="checkbox"/>
5.	begrijp dat ik geen financiële compensatie zal ontvangen voor mijn deelname aan dit onderzoek.	<input type="checkbox"/>
6.	toestemming geef aan de onderzoeker om het interview op te nemen (audio-opname – video-opname), wetende dat deze opname vernietigd worden vanaf het moment waarop de transcripties worden gefinaliseerd. [schrap wat niet past]	<input type="checkbox"/>
7.	toestemming geef aan de onderzoeker om, indien nodig, hulp te krijgen van een schrijftolk om het interview te laten transcriberen vanwege hun gehooruitdaging. De schrijftolk verplicht zich via een geheimhoudingsovereenkomst tot stilzwijgen en vertrouwelijk behandelen van het interviewmateriaal. Ik heb de mogelijkheid om daarover verder vragen te stellen.	<input type="checkbox"/>
8.	begrijp dat de data die wordt verzameld gedurende deze studie zal worden verwerkt in overeenstemming met de wettelijke bepalingen en de informatie die mij werd verstrekt.	<input type="checkbox"/>
9.	ervan op de hoogte ben dat ik een samenvatting van de onderzoeksresultaten via de link en QR-code in de informatiebrief kan inkijken.	<input type="checkbox"/>
10.	ermee instem deel te nemen aan het onderzoek.	<input type="checkbox"/>

U ontvangt als deelnemer een exemplaar van dit toestemmingsformulier.

De deelnemer:

<i>Naam (of roepnaam)</i>	<i>Voornaamwoorden</i>	<i>Datum</i>	<i>Handtekening</i>

De persoon die de toestemming vraagt:

<i>Naam</i>	<i>Datum</i>	<i>Handtekening</i>

Naam en contactgegevens van de studentonderzoeker en promotor:

Student: Lukas Deleu (die/hen) – lukas.deleu@ugent.be

Promotor: Marion Wasserbauer (die/zij) – marion.wasserbauer@uantwerpen.be

Naam en contactgegevens van de Data Protection Officer van de Universiteit Gent:

Mevrouw Hanne Elsen, tel: +32 9 264 95 17 of privacy@ugent.be

Campus Ufo, Rectoraat 2, Sint-Pietersnieuwstraat 25, 9000 Gent

6.3. Bijlage 3: Verbintenis tot geheimhouding schrijftolk

Verbintenis tot geheimhouding

Ik, ondergetekende, aanvaard de volgende voorwaarden en bepalingen van deze verklaring:

In het kader van het uitvoeren van mijn werkzaamheden als interviewtolk in het kader van een masterproefonderzoek aan de UGent/UAntwerpen binnen de opleiding Master in Gender en Diversiteit, met als supervisor dr. Marion Wasserbauer en als onderzoeker Lukas Deleu in het kalenderjaar 2025, zal ik toegang krijgen tot (technische en andere) Informatie van de UGent en UAntwerpen. Dit betreft geschreven, elektronische, mondelinge, visuele of eender welke andere vorm van data, met inbegrip van (maar niet beperkt tot) documenten, kennis, know-how, data, audio- en filmmateriaal. Deze Informatie wordt gezamenlijk met informatie voortkomend uit de door mij uit te voeren werkzaamheden als interviewtolk (namelijk: helpen bij het transcriberen van afgenomen interviews) beschouwd als "Vertrouwelijke Informatie".

Ik zal de **Vertrouwelijke Informatie** uitsluitend aanwenden voor het uitvoeren van mijn werkzaamheden als interviewtolk voor het masterproefonderzoek. Ik zal:

- a) de Vertrouwelijke Informatie voor geen enkele andere doelstelling gebruiken;
- b) de Vertrouwelijke Informatie niet zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de onderzoekers op directe of indirecte wijze publiek maken of aan derden bekendmaken.
- c) de Vertrouwelijke Informatie noch geheel noch gedeeltelijk reproduceren;

Concreet betekent dit ook dat ik niet met derden buiten de onderzoeker over de specifieke inhoud van de interview, noch over de deelnemers zal spreken.

Na de beëindiging van mijn werkzaamheden als interviewtolk zal ik alle verkregen en gecreëerde Vertrouwelijke Informatie en kopieën daarvan, die nog in mijn bezit zouden zijn, aan de onderzoeker terugbezorgen. Ook digitale kopieën zal ik definitief verwijderen.

Plaats en datum:

Naam en handtekening:

PARTICIPANTEN GEZOCHT

*Ik doe voor mijn masteropleiding Gender en diversiteit onderzoek naar **gendereuforie**.*

Wie?

Trans, non-binaire & genderdiverse jongvolwassenen.

Wat?

Interview met Luka (die/hen) van max 1u30.

Waar en wanneer?

Locatie (fysiek of online) en moment naar jouw keuze (tussen maart-mei).

Waarom?

In wetenschappelijk onderzoek ligt de focus vooral op genderdysforie. Ik wil daarom onderzoek doen naar hoe gendereuforie zich in het dagdagelijks leven uit.

Interesse?

Stuur mij gerust een privéberichtje via mijn sociale media (@queerlyluka) of contacteer me via lukas.deleu@ugent.be.



Goedgekeurd door de Ethische Commissie

6.5. Bijlage 5: Goedkeuring van de Ethische Commissie

6.6. Bijlage 6: Interviewleidraad

Interviewleidraad

Introductievragen

- Hoe omschrijf jij je genderidentiteit?
- Welke voornaamwoorden gebruik je?
- Wat is je leeftijd?

Definiëring gendereuforie

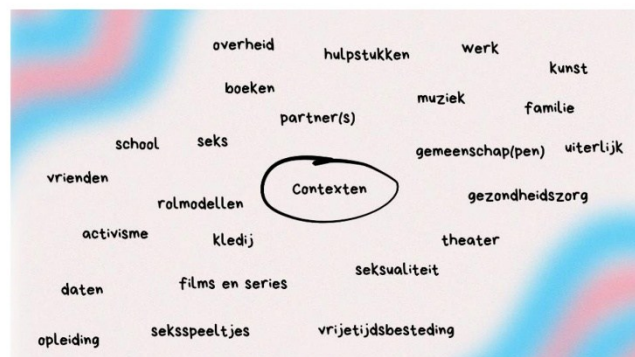
- Wat betekent gendereuforie voor jou?
- Hoe zou je gendereuforie aan een buitenstaander omschrijven?
- Met welke gevoelens, gedachten en emoties associeer jij gendereuforie?
- Wat is jouw meest recente moment van gendereuforie?

Frequentie, duur, intensiteit

- Hoe vaak ervaar jij gendereuforie?
- Hoelang duren gendereuforische momenten voor jou?
- Hoe intens beleef jij gendereuforie?

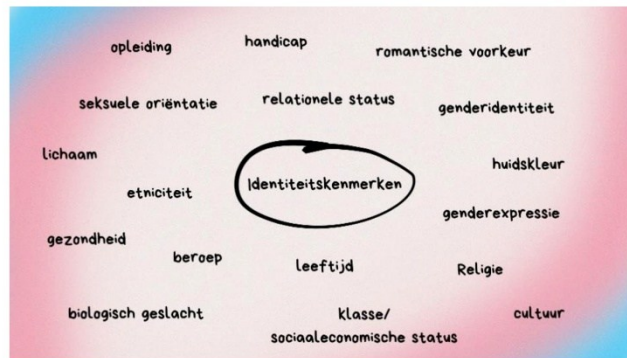
Contexten

- Op welke momenten in het verleden beleefde jij gendereuforie?
- Hoe ervaar je gendereuforie in de huidige periode?
- Wat zou in de toekomst bijdragen aan gendereuforie?
- Hoe hebben ervaringen met gendereuforie geëvolueerd doorheen de tijd?
- Hoe manifesteert gendereuforie voor jou persoonlijk op psychologisch, fysiek of sociaal vlak?
- In welke contexten ervaar jij gendereuforie?
 - Hoe zorgt ... voor gendereuforie bij jou? (zie woordwolk)



Intersectionaliteit

- Op welke manier hangen jouw gendereuforische ervaringen samen met andere identiteitskenmerken (zie woordwolk)?
- Hoe belangrijk zijn bepaalde identiteitskenmerken voor jouw ervaringen met gendereuforie?



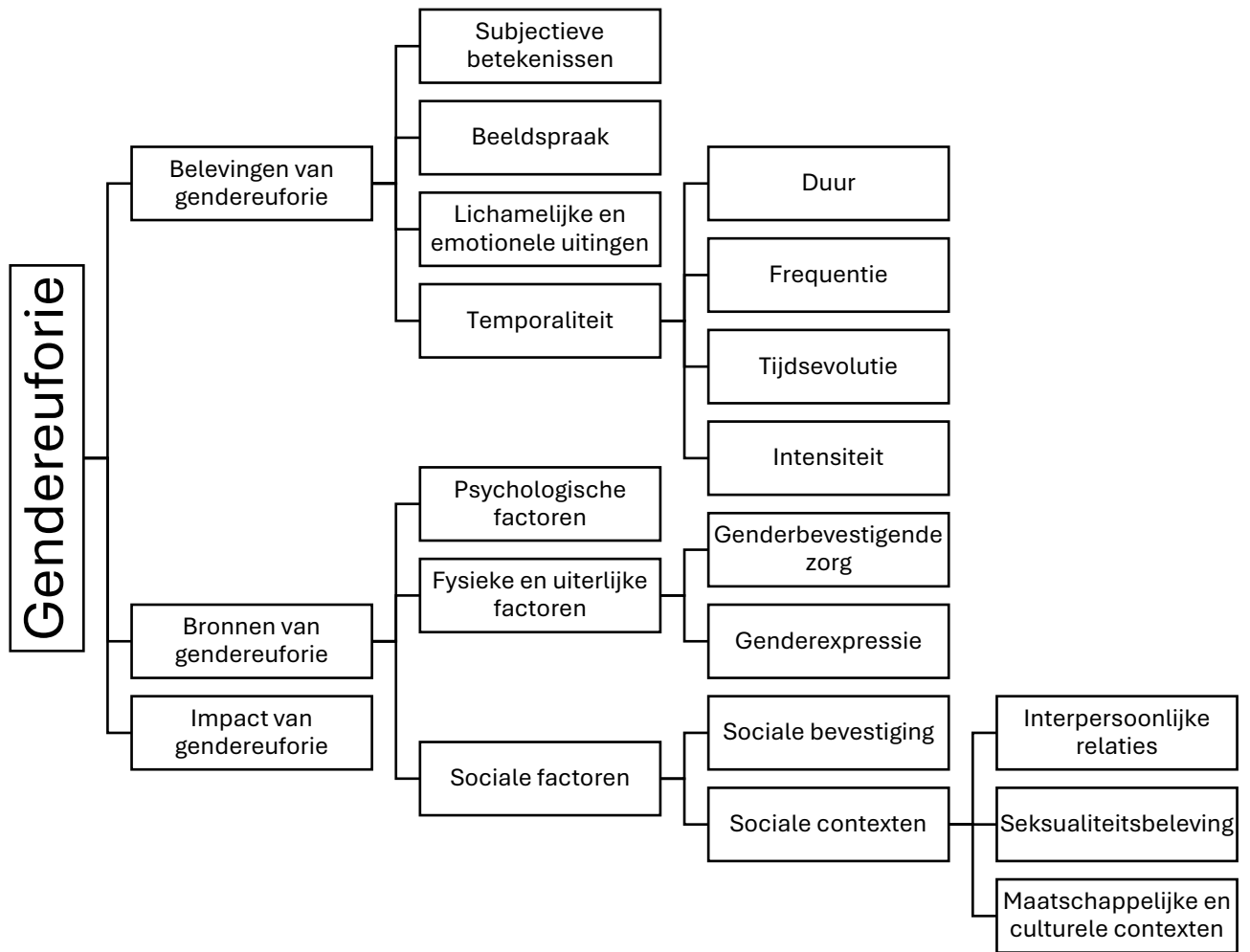
Impact gendereuforie

- Wat is je meest prominente herinnering van een gendereuforische ervaring?
- Welke impact heeft gendereuforische belevingen voor jou persoonlijk?
- Welke impact heeft gendereuforische belevingen op jouw omgeving?
- Welke impact heeft gendereuforische belevingen op jouw leven?
- Hoe belangrijk is het voor jou om gendereuforie te beleven?

Afsluiter

- Hoe kunnen anderen en de samenleving bijdragen aan gendereuforische ervaringen volgens jou?
- Hoe belangrijk is het dat cisgender personen en de bredere samenleving weten over het bestaan van gendereuforie?
- Hoe belangrijk is het voor jou om te praten, horen en lezen over gendereuforie?

6.7. Bijlage 7: Codeboom



6.8. Bijlage 8: Generatieve AI-gebruik

7. Literatuurlijst

- Adams, N., Pearce, R., Veale, J., Radix, A., Castro, D., Sarkar, A., & Thom, K. C. (2017). Guidance and ethical considerations for undertaking transgender health research and institutional review boards adjudicating this research. *Transgender health*, 2(1), 165-175. <https://doi.org/10.1089/trgh.2017.0012>
- Almazan, A. N., & Keuroghlian, A. S. (2021). Association between gender-affirming surgeries and mental health outcomes. *JAMA surgery*, 156(7), 611-618. <https://doi.org/10.1001/jamasurg.2021.0952>
- Almeida, M., Brown, T. A., Reis, Y. P., Almeida, L. H. R., Miller, M. G. B., Denmark, K., Lebron, J. C., Frietchen, R. E., & de Carvalho, P. H. B. (2024). Factor structure and measurement invariance of the Body Appreciation Scale-2 among Brazilian gender-expansive individuals and transgender men. *Body Image*, 50. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2024.101724>
- Alutalica, J. (2021). Transgender bliss: From gender dysphoria to gender euphoria through decolonizing gender. In *An intersectional approach to sex therapy* (pp. 109-123). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003034063>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. (5de ed.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Ashley, F. (2019). Gatekeeping hormone replacement therapy for transgender patients is dehumanising. *Journal of medical ethics*, 45(7), 480-482. <https://doi.org/10.1136/medethics-2018-105293>
- Ashley, F. (2021). The misuse of gender dysphoria: Toward greater conceptual clarity in transgender health. *Perspectives on Psychological Science*, 16(6), 1159-1164. <https://doi.org/10.1177/1745691619872987>
- Ashley, F., & Ells, C. (2018). In favor of covering ethically important cosmetic surgeries: facial feminization surgery for transgender people. *The American Journal of Bioethics*, 18(12), 23-25. <https://doi.org/10.1080/15265161.2018.1531162>
- Austin, A., Papciak, R., & Lovins, L. (2022). Gender euphoria: A grounded theory exploration of experiencing gender affirmation. *Psychology & Sexuality*, 13(5), 1406-1426. <https://doi.org/10.1080/19419899.2022.2049632>
- Barborini, C., Goodyear, T., Kia, H., Gilbert, M., Ferlatte, O., & Knight, R. (2024). "To smoke feels gender": Exploring the transformative and emancipatory capacities of cannabis among transgender, non-binary and gender non-conforming (TGNC) youth. *International Journal of Drug Policy*, 131. <https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2024.104536>

- Barras, A., & Frith, H. (2024). 'Cos not everyone wants to talk, they prefer to do, to move': circuits of trans embodied pleasure and inclusion in sport and physical exercise. *Sport, Education and Society*, 29(9), 1070-1084. <https://doi.org/10.1080/13573322.2023.2266755>
- Beischel, W. J., Gauvin, S. E., & van Anders, S. M. (2022). "A little shiny gender breakthrough": Community understandings of gender euphoria. *International Journal of Transgender Health*, 23(3), 274-294. <https://doi.org/10.1080/26895269.2021.1915223>
- Beischel, W. J., Mao, J., Irwin, J. A., & van Anders, S. M. (2024). Gender pleasure and minoritized gender/sex/ual experiences. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*. <https://doi.org/10.1037/sgd0000753>
- Benestad, E. E. P. (2010). From gender dysphoria to gender euphoria: An assisted journey. *Sexologies*, 19(4), 225-231. <https://doi.org/10.1016/j.sexol.2010.09.003>
- Blacklock, C. A., Tollit, M. A., Pace, C. C., Elphinstone, B., Pang, K. C., & Buzwell, S. (2024). The Gender Euphoria Scale (GES): a protocol for developing and validating a tool to measure gender euphoria in transgender and gender diverse individuals. *Frontiers in Psychology*, 14, 1284991. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1284991>
- Bradford, N. J., & Syed, M. (2019). Transnormativity and transgender identity development: A master narrative approach. *Sex Roles*, 81(5), 306-325. <https://doi.org/10.1007/s11199-018-0992-7>
- Bradford, N. J., Rider, G. N., & Spencer, K. G. (2021). Hair removal and psychological well-being in transfeminine adults: associations with gender dysphoria and gender euphoria. *Journal of Dermatological Treatment*, 32(6), 635-642. <https://doi.org/10.1080/09546634.2019.1687823>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp0630a>
- Bukkakis O. (2020). Euphoria: Trans and Non-Binary Identities in Drag. In Edward, M., & Farrier, S. (red.), *Contemporary Drag Practices and Performers: Drag in a Changing Scene Volume 1* (pp.133-144). Bloomsbury Publishing.
- Burkholder, C., Keehn, M., MacEntee, K., Hill, M., Beaumont, A., Hunt, S., & Pride/Swell. (2024). "There's a lot of DIY joy": elevating queer joy through participatory visual research with 2SLGBTQIA+ folks in Atlantic Canada. *Journal of Gender Studies*, 1-20. <https://doi.org/10.1080/09589236.2024.2387192>
- Dale, L. K. (2021). *Gender euphoria: Stories of joy from trans, non-binary and intersex writers*. Unbound.

De Graeve, K. (2023). *Gender en diversiteit: Een gids voor onderzoekers*. Academica Press.

Dembroff, R. (2024). Reimagining Transgender. In T. Bettcher, P. Zurn, A. Pitts & P.J. DiPietro (red.), *Trans philosophy: Meaning and mattering*. Oxford University Press. <https://philpapers.org/rec/DEMRT>

Devor, A. H. (2004). Witnessing and mirroring: A fourteen stage model of transsexual identity formation. *Journal of Gay & Lesbian Psychotherapy*, 8(1-2), 41-67. https://doi.org/10.1300/J236v08n01_05

Dorsen, C. G., Leonard, N., Goldsamt, L., Warner, A., Moore, K. G., Levitt, N., & Rosenfeld, P. (2022). What does gender affirmation mean to you? An exploratory study. *Nursing forum*, 57(1), 34-41. <https://doi.org/10.1111/nuf.12648>

Doyle, D. M. (2022). Transgender identity: Development, management and affirmation. *Current Opinion in Psychology*, 48. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101467>

Easterbrook-Smith, G. (2024). 'Boy smell': transgender and nonbinary people's experiences of bodily smell. *Culture, Health & Sexuality*, 1-15. <https://doi.org/10.1080/13691058.2024.2379871>

Engdahl, U. (2014). Wrong body. *Transgender Studies Quarterly*, 1(1-2), 267-269. <https://doi.org/10.1215/23289252-2400226>

Fielding, L. (2021). *Trans sex: Clinical approaches to trans sexualities and erotic embodiments*. Routledge.

Fontanari, A. M. V., Vilanova, F., Schneider, M. A., Chinazzo, I., Soll, B. M., Schwarz, K., Rodrigues Lobato, M., & Brandelli Costa, A. (2020). Gender affirmation is associated with transgender and gender nonbinary youth mental health improvement. *LGBT health*, 7(5), 237-247. <https://doi.org/10.1089/lgbt.2019.0046>

Garrison, S. (2018). On the limits of "trans enough": Authenticating trans identity narratives. *Gender & Society*, 32(5), 613-637. <https://doi.org/10.1177/0891243218780299>

Goetz, T. G., & Arcomano, A. C. (2023). "Coming home to my body": A qualitative exploration of gender-affirming care-seeking and mental health. *Journal of Gay & Lesbian Mental Health*, 27(4), 380-400. <https://doi.org/10.1080/19359705.2023.2237841>

Grant, R., Amos, N., Cook, T., Lin, A., Hill, A., Carman, M., & Bourne, A. (2024a). From euphoria to wellbeing: Correlates of gender euphoria and its association with mental wellbeing among transgender adults. *International Journal of Transgender Health*, 1-9. <https://doi.org/10.1080/26895269.2024.2324100>

- Grant, R., Amos, N., McNair, R., Lin, A., Hill, A., Cook, T., Carman, M. & Bourne, A. (2024b). The Role of Medical and Legal Gender Affirmation in Shaping Positive Mental Health Outcomes for Transgender and Gender Diverse People in Australia. *Transgender Health*. <https://doi.org/10.1089/trgh.2024.0007>
- Hall, T., Rees, C., & Newnham, E. (2024). Pathways to euphoria: Deconstructing gender-expansive adults' conceptualizations of wellbeing. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 1-27. <https://doi.org/10.1007/s41042-024-00149-2>
- Haraway, D. (1988). Situated Knowledges: The Science Question in Feminism and the Privilege of Partial Perspective. *Feminist studies*, 14(3), 575-599. <https://doi.org/10.2307/3178066>
- Harding, S. (1986). *The science question in feminism*. Cornell University Press.
- Harding, S. (1992). Rethinking standpoint epistemology: what is 'strong objectivity'?. *The Centennial Review*, 36(3), 437-470. <https://www.jstor.org/stable/23739232>
- Henrickson, M., Giwa, S., Hafford-Letchfield, T., Cocker, C., Mulé, N. J., Schaub, J., & Baril, A. (2020). Research ethics with gender and sexually diverse persons. *International journal of environmental research and public health*, 17(18), 6615. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186615>
- Holloway, B. T. (2023). Highlighting trans joy: A call to practitioners, researchers, and educators. *Health promotion practice*, 24(4), 612-614. <https://doi.org/10.1177/15248399231152468>
- International Federation of Social Workers. (2014). *Global definition of social work*. Geraadpleegd op 12 augustus 2025, van <https://www.ifsw.org/what-is-social-work/global-definition-of-social-work>
- Jacobsen, K., & Devor, A. (2022). Moving from gender dysphoria to gender euphoria: Trans experiences of positive gender-related emotions. *Bulletin of Applied Transgender Studies*, 1(1-2), 119-143. <https://doi.org/10.57814/ggfg-4j14>
- James, G. M. (2022). *Joy production: Gender euphoria in trans university student lives*. (Masterscriptie, Oregon State University).
- Johnson, A. H. (2015). Normative accountability: How the medical model influences transgender identities and experiences. *Sociology Compass*, 9(9), 803-813. <https://doi.org/10.1111/soc4.12297>
- Johnson, A. H. (2016). Transnormativity: A new concept and its validation through documentary film about transgender men. *Sociological inquiry*, 86(4), 465-491. <https://doi.org/10.1111/soin.12127>

Jones, T. (2023). *Euphorias in gender, sex and sexuality variations: Positive experiences*. Springer Nature. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-23756-0>

Lambrou, N. H., Cochran, K. M., Everhart, S., Flatt, J. D., Zuelsdorff, M., O'Hara, J. B., Weinhardt, L., Benton, S. F., & Gleason, C. E. (2020). Learning from transmasculine experiences with health care: Tangible inlets for reducing health disparities through patient-provider relationships. *Transgender health*, 5(1), 18-32. <https://doi.org/10.1089/trgh.2019.0054>

LeBlanc, M., Radix, A., Sava, L., Harris, A. B., Asquith, A., Pardee, D. J., & Reisner, S. L. (2022). "Focus more on what's right instead of what's wrong:" research priorities identified by a sample of transgender and gender diverse community health center patients. *BMC public health*, 22(1), 1741. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14139-z>

Lindley, L., & Budge, S. L. (2024). Challenging and understanding gendered narratives: the development and validation of the transnormativity measure (TM). *International Journal of Transgender Health*, 25(2), 295-312. <https://doi.org/10.1080/26895269.2023.2218365>

Mann, T., Jones, T., Van Bergen, P., & Burns, E. (2024). Thriving not surviving: LGBTQ+ students', staff, and parents' experiences of schools as sites of euphoria. *Sexuality Research and Social Policy*, 21(1), 44-61. <https://doi.org/10.1007/s13178-023-00839-7>

Marshall, Z., Kaposy, C., Brunger, F., & Welch, V. (2022). Trans research ethics: Challenges and recommendations for change. *Bulletin of Applied Transgender Studies*, 1(3-4), 187-210. <https://doi.org/10.57814/2rv3-kf42>

McIntyre, J. (2018). "They're so normal I can't stand it": I am jazz, I am Cait, transnormativity, and trans feminism. In *Orienting feminism: Media, activism and cultural representation* (pp. 9-24). Palgrave Macmillan Cham. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-70660-3>

McKinney, K. W. (2021). *Imagining gender euphoria: An alternative to culturally hegemonic understandings of transgender embodiment* (Masterscriptie, New Mexico State University).

Mortelmans, D. (2020). *Handboek Kwalitatieve Onderzoeksmethoden*. Acco.

Motmans, J., T'Sjoen, G., & Meier P. (2015). *Geweldervaringen van transgender personen in België*. Steunpunt Gelijkekansenbeleid.

Motmans, J., Burgwal, A. & Van Wiele J. (2023). *Genoeg Enough Assez: Onderzoek naar de ervaringen met geweld van LGBTI-personen in Vlaanderen*. Agentschap Binnenlands Bestuur.

- Motmans, J., Wyverkens, E., & Defreyne, J. (2018). *Leven als transgender persoon in België: Tien jaar later*. Instituut voor de gelijkheid van vrouwen en mannen.
- Ogle, J. P., Johnson, A. N., Reddy-Best, K. L., Harmon, J., Morris, K., & Kittersong, P. (2023). A qualitative exploration of positive body image experiences among nonbinary individuals. *Body Image*, 47. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2023.101632>
- Povinelli, K. C., & Zhao, Y. (2024). Springboard, Roadblock or “Crutch”? How Transgender Users Leverage Voice Changers for Gender Presentation in Social Virtual Reality. In *2024 IEEE Conference Virtual Reality and 3D User Interfaces (VR)* (pp. 354-364). <https://doi.org/10.1109/VR58804.2024.00057>
- Rachlin, K. (2018). Medical transition without social transition: Expanding options for privately gendered bodies. *Transgender Studies Quarterly*, 5(2), 228-244. <https://doi.org/10.1215/23289252-4348660>
- Reisner, S. L., Pletta, D. R., Harris, A., Campbell, J., Asquith, A., Pardee, D. J., Deutsch, M. B., Aguayo-Romero, R., Quint, M., Keuroghlian, A. S., & Radix, A. (2023). Exploring gender euphoria in a sample of transgender and gender diverse patients at two US urban community health centers. *Psychiatry Research*, 329, 115541. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2023.115541>
- Reisner, S. L., Radix, A., & Deutsch, M. B. (2016). Integrated and gender-affirming transgender clinical care and research. *JAIDS Journal of Acquired Immune Deficiency Syndromes*, 72, S235-S242. <https://doi.org/10.1097/QAI.0000000000001088>
- Reyes, Z., & Fisher, J. (2022). The impacts of virtual reality avatar creation and embodiment on transgender and genderqueer individuals in games: A grounded theory analysis of survey and interview data from transgender and genderqueer individuals about their experiences with avatar creation interfaces in virtual reality. In *Proceedings of the 17th International Conference on the Foundations of Digital Games* (pp. 1-9). <https://doi.org/10.1145/3555858.3555882>
- Riggs, D. W., Pearce, R., Pfeffer, C. A., Hines, S., White, F., & Ruspini, E. (2019). Transnormativity in the psy disciplines: Constructing pathology in the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders and Standards of Care. *American Psychologist*, 74(8), 912. <https://doi.org/10.1037/amp0000545>
- Rosenberg, S., & Tilley, P. M. (2021). ‘A point of reference’: the insider/outsider research staircase and transgender people’s experiences of participating in trans-led research. *Qualitative Research*, 21(6), 923-938. <https://doi.org/10.1177/1468794120965371>
- Rosenberg, S., Riggs, D. W., Skelton, S. (2024). *The Trans Möbius Strip: Gender Dysphoria Meets Gender Euphoria*. Palgrave Macmillan. <https://doi.org/10.1007/978-3-031-70786-5>

Russell, S. T., Pollitt, A. M., Li, G., & Grossman, A. H. (2018). Chosen name use is linked to reduced depressive symptoms, suicidal ideation, and suicidal behavior among transgender youth. *Journal of Adolescent Health, 63*(4), 503-505.

<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2018.02.003>

Scheim, A. I., Baker, K. E., Restar, A. J., & Sell, R. L. (2022). Health and health care among transgender adults in the United States. *Annual Review of Public Health, 43*(1), 503-523. <https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-052620-100313>

Shuster, S. M., & Westbrook, L. (2024). Reducing the joy deficit in sociology: A study of transgender joy. *Social Problems, 71*(3), 791-809.

<https://doi.org/10.1093/socpro/spac034>

Silverstein, S., & Santibañez, T. (2024). A qualitative investigation of tattooing as an adaptive appearance investment: positive body image and eating disorder recovery in a predominantly transgender and gender expansive sample. *Eating Disorders, 1*-22.

<https://doi.org/10.1080/10640266.2024.2381319>

Skelton, S., Riggs, D. W., Pullen Sansfacon, A., Katz-Wise, S. L., Arora, M., & Thibeault, C. A. (2024). 'It just feels really nice when people call me by my name': accounts of gender euphoria among Australian trans young people and their parents. *Journal of Gender Studies, 33*(4), 470-482. <https://doi.org/10.1080/09589236.2023.2285984>

Stryker, S. (2017). *Transgender history: The roots of today's revolution*. Seal Press.

Tacit, S. (2020). *Joyful bodies, joyful minds: Gender euphoria among transgender adults living in Canada* (Masterscriptie, Memorial University of Newfoundland).

Tebbe, E. A., & Budge, S. L. (2022). Factors that drive mental health disparities and promote well-being in transgender and nonbinary people. *Nature Reviews Psychology, 1*(12), 694-707. <https://doi.org/10.1038/s44159-022-00109-0>

Tebbe, E. A., Bell, H. L., Cassidy, K., Lindner, S., Wilson, E., & Budge, S. (2024). "It's loving yourself for you": Happiness in trans and nonbinary adults. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity, 11*(3), 397. <https://doi.org/10.1037/sgd0000613>

Ussher, J. M., Power, R., Allison, K., Sperring, S., Parton, C., Perz, J., Davies, C., Cook, T., Hawkey, A. J., Robinson, K. H., Hickey, M., Anazodo, A., Ellis, C. (2023). Reinforcing or disrupting gender affirmation: the impact of cancer on transgender embodiment and identity. *Archives of Sexual Behavior, 52*(3), 901-920. <https://doi.org/10.1007/s10508-023-02530-9>

Vincent, B. W. (2018). Studying trans: Recommendations for ethical recruitment and collaboration with transgender participants in academic research. *Psychology & Sexuality, 9*(2), 102-116. <https://doi.org/10.1080/19419899.2018.1434558>

Vipond, E. (2015). Resisting transnormativity: Challenging the medicalization and regulation of trans bodies. *Theory in Action*, 8(2), 21. <https://doi.org/10.3798/tia.1937-0237.15008>

Wilkinson, S., & Kitzinger, C. (2013). Representing our own experience: Issues in “insider” research. *Psychology of Women Quarterly*, 37(2), 251-255. <https://doi.org/10.1177/0361684313483111>

World Professional Association for Transgender Health. (2012). *Standards of Care for the Health of Transsexual, Transgender, and Gender Nonconforming People*. (7de ed.). <https://doi.org/10.1080/15532739.2011.700873>