



Rapport

Sportdeelname en -ervaringen van transgender en intersekse personen

Sportdeelname en -ervaringen van transgender en intersekse personen

In opdracht van de John Blankenstein Foundation

Mulier Instituut

Anouk Greeven

Rens Cremers

Tessa Visser

Agnes Elling

Voor meer informatie kunt u contact
opnemen met het Mulier Instituut.

© Mulier Instituut

Utrecht, 16 mei 2025

www.mulierinstituut.nl

info@mulierinstituut.nl

Disclaimer

U mag delen uit deze publicatie overnemen op voorwaarde van bronvermelding:
auteur(s), de titel van de publicatie en het jaar van uitgave.

Er gelden gebruiksvoorwaarden voor de foto's in deze publicatie. Neem foto's daarom niet over zonder
toestemming van het Mulier Instituut.

Over ons

Het Mulier Instituut doet sportonderzoek voor beleid en samenleving. Voor overheden, maatschappelijke organisaties, onderwijsinstellingen, sportorganisaties en bedrijven onderzoeken we allerlei thema's op het gebied van sport en sportief bewegen: van de sportdeelname van (groepen) Nederlanders tot de motorische vaardigheden van kinderen, en van diversiteit en inclusie in de sport tot de economische impact van sportevenementen.

Het Mulier Instituut is een onafhankelijke stichting zonder winstoogmerk.

Ons doel is bijdragen aan goed onderbouwd beleid, gericht op de bevordering van sport, sportief bewegen en versterking van de sportsector. Dit doen we op verschillende manieren:

We verzamelen data en monitoren de Nederlandse sportsector en beleidsprogramma's.

We ontwikkelen kennis en onderzoeksmethoden via verkennende en verdiepende studies.

We duiden onderzoeksuitkomsten en vertalen deze naar de beleidspraktijk.

We onderbouwen beleidsbeslissingen met expertise en advies.

We bieden gevraagd en ongevraagd duiding en reflectie in de rol van 'kritische vriend' van de sportsector.

We zetten ons in voor de bevordering van de sportwetenschap.

Inhoudsopgave

Sportdeelname en -ervaringen van transgender en intersekse personen

1	Inleiding	6
1.1	Aanleiding	6
1.2	Het onderzoek	9
2	Onderzoeksmethode	11
2.1	Twee vragenlijsten: transgender/nonbinair en intersekse personen	11
2.2	Respondentenprofiel	13
2.3	Analyse	18
3	Transgender/non-binaire personen: welzijn, vrijetijdsbesteding & sportdeelname	20
3.1	Algemeen welzijn	20
3.2	Vrijetijdsbesteding	21
3.3	Sport	24
4	Transgender/non-binaire personen: ervaringen genderidentiteit & sport	28
4.1	Betekenis en paradoxale relatie tussen gender en sport	28
4.2	In- en uitsluiting in de sport	35
4.3	Belemmeringen voor niet-sporters	40
5	Intersekse personen: sportdeelname en ervaringen	43
5.1	Ervaren gezondheid en tevredenheid, openheid en veiligheid	43
5.2	Sportdeelname	44
5.3	Ervaringen van intersekse personen in de sport	45
6	Conclusies en aanbevelingen	53
6.1	Conclusies	53
6.2	Discussie	55
6.3	Slotconclusie en aanbevelingen	56
	Bronnen	58
	Bijlage 1 - Tabel en figuur	60



Inleiding

Dit onderzoek gaat over de sportdeelname en -ervaringen van transgender en intersekse personen. In dit eerste hoofdstuk beschrijven we de achtergrond en aanleiding voor het onderzoek en formuleren we de vraagstelling.

1.1 Aanleiding

Beleid en onderzoek

Sinds 2008 ondersteunen de ministeries van OCW en VWS het beleidsprogramma 'Alliantie Gelijkspelen'. Dit is gericht op het verbeteren van de inclusie en acceptatie van lhbtqi+- personen in de (georganiseerde wedstrijd)sport. Sportkoepel NOC*NSF, diverse sportbonden en de John Blankenstein Foundation zijn hierin onder meer uitvoerende organisaties.

Sinds 2018 is deze beleidsaandacht versterkt door de bredere aandacht voor inclusie en diversiteit en voor sociale veiligheid vanuit het nationaal Sportakkoord. Onder meer binnen de antidiscriminatieprogramma's (OVIVI en OCIVI).

Aanvankelijk was de aandacht voor lhbtqi+-inclusie in beleid en onderzoek vooral gericht op seksuele voorkeur (lhb): het vergroten van de acceptatie van homo-/biseksualiteit en het tegengaan van homonegativiteit in de sport. In de afgelopen jaren krijgen ook gender- en seksediversiteit (de ti+) meer aandacht binnen beleidsprogramma's. Mede door de groeiende zichtbaarheid van transgender en intersekse personen in de samenleving en in de media (Visser et al., 2025).

Tweedeling in de sport

Meer nog dan in diverse andere sectoren is de man-vrouwtweedeling – de sekse-/genderbinariteit – van onze samenleving duidelijk zichtbaar in de sport. Teams worden vaak ingedeeld op basis van geslacht/gender, en kleedkamers en toiletten zijn gescheiden. Deze binaire indeling gaat gepaard met specifieke gedragsnormen, kledingvoorschriften en manieren waarop mensen over mannen en vrouwen en over mannelijkheid en vrouwelijkheid praten.

De sterk in de sport gecultiveerde genderbinariteit kan de sportdeelname voor transgender, non-binaire en intersekse personen extra lastig maken (Anderson & Travers, 2017; De Leeuw, 2022; NOC*NSF, 2023).

In 2015 bracht NOC*NSF een eerste adviesdocument uit voor sportorganisaties over de inclusie van transgender personen in de sport. Dit pasten ze in 2020 aan tot een richtlijn voor een inclusieve sportomgeving voor gender- en seksediverse personen. In 2023 is deze opnieuw herzien en omgedoopt tot handreiking.

Transgender en intersekse personen in Nederland

Volgens onderzoek van het CBS (2024) identificeert 1 procent van de Nederlandse bevolking van 15 jaar en ouder zich als transgender en/of non-binair/genderqueer.¹ Ongeveer 0,3 procent geeft aan intersekse te zijn.² Mensen kunnen zowel transgender/non-binair als intersekse zijn. Deze kenmerken zeggen nog niets over hun seksuele voorkeur.

Opvallend is dat de groep non-binair/genderqueer relatief jong is en voor 80 procent uit personen tussen de 15 en 44 jaar bestaat. Transgender mannen zijn relatief ouder. Transgender vrouwen en intersekse personen zijn ongeveer gelijkmatig verdeeld over de verschillende leeftijdsgroepen.

Vooral non-binaire personen wonen relatief vaak in een (zeer) sterk stedelijk gebied. Transgender/non-binaire en intersekse personen bevinden zich in een relatief kwetsbare sociale positie. Zeker vergeleken met cisgender hetero personen, maar ook deels ten opzichte van homoseksuelen (Panteia, Movisie & Ipsos I&O, 2024). Hun ervaren gezondheid, geluk en veerkracht zijn relatief laag, net als hun maatschappelijke acceptatie.



Gender- en seksediversiteit

Genderdiversiteit heeft betrekking op het erkennen van alle mogelijke variaties van genderidentiteiten. Een genderidentiteit beschrijft hoe iemand zich voelt, bijvoorbeeld man, vrouw, non-binair of genderloos.

Seksediversiteit heeft betrekking op het spectrum van gelijkwaardige natuurlijke variaties van sekse, oftewel lichamelijke geslachtskenmerken. Sekse is niet binair, maar een spectrum met variaties in geslachtsorganen en -chromosomen, secundaire geslachtskenmerken en hormonen. Voor minder bekende vormen van seksediversiteit worden soms ook termen gebruikt zoals intersekse, DSD (Disorder of Sex Development), of medische diagnoses.

Cisgender, transgender/non-binair

Cisgender personen identificeren zich met de genderidentiteit die overeenkomt met het geslacht zoals hen bij de geboorte is toegewezen. Transgender personen identificeren zich niet met het gender dat overeenkomt met het geslacht zoals bij hun geboorte is toegewezen. Transgender is een verzamelterm. Hieronder valt bijvoorbeeld ook non-binair.

¹ Hiervan is 0,3 procent transgender man, 0,3 procent transgender vrouw en 0,4 procent non-binair/genderqueer.

² Dit aandeel is opvallend laag. Dat houdt mogelijk verband met de vraagstelling van het CBS. Andere schattingen gaan uit van 1 procent (Kastelein et al., 2020).

Non-binair is een verzamelterm voor personen die zich niet gebonden voelen aan de traditionele, binaire indeling van gender in man óf vrouw. Non-binair is niet één specifieke uiting of een 'derde geslacht'. Non-binaire personen voelen zich bijvoorbeeld man noch vrouw, of een beetje man en een beetje vrouw.

Transitie

Transgender/non-binaire personen kunnen ervoor kiezen om (deels) in transitie te gaan. In dit proces brengt iemand de eigen genderexpressie, deels of voor zover mogelijk, in overeenstemming met de eigen genderidentiteit.

Zo kunnen mensen in sociale transitie gaan door bijvoorbeeld een andere roepnaam aan te nemen of zich anders te kleden. Ook kunnen ze voor een medische transitie kiezen, waarbij bijvoorbeeld hormoontherapie of genderbevestigende operaties plaatsvinden. Daarnaast kunnen mensen een juridische transitie doorlopen waarbij ze hun (roep)naam en geslacht juridisch wijzigen.

Intersekse

Intersekse verwijst naar mensen die geboren zijn met een lichaam dat niet past binnen de binaire geslachtsindeling van man en vrouw zoals onze maatschappij die hanteert. Intersekse laat zien dat het binaire beeld van man óf vrouw niet klopt, maar dat sekse een spectrum is.

Intersekse kan bij de geboorte al zichtbaar zijn, maar is dat vaak niet. Intersekse is doorgaans niet levensbedreigend en is ook niet iets wat genezen moet worden. Wel kan medische en/of psychosociale zorg nodig zijn.

Intersekse personen kunnen, vaak op jonge leeftijd, te maken hebben gehad met niet-levensreddende medische behandelingen zonder eigen toestemming, om het lichaam te laten voldoen aan de binaire verdeling van man óf vrouw. Deze ingrepen worden tegenwoordig vaker niet meer als 'corrigerende', maar als problematische, ongewenste en ingrijpende schendingen van het lichaam gezien en ervaren.

Groeiende maatschappelijke discussie

De beleidsinspanningen voor inclusie van gender- en seksediverse personen in de sport (o.a. handreiking gender- en seksediverse personen, NOC*NSF, 2023) en de samenleving (o.a. Transgenderwet)³ staan in de afgelopen jaren onder druk. Zowel in Nederland als internationaal pleiten rechts-conservatieve politieke partijen en maatschappelijke bewegingen uitdrukkelijk voor het tegengaan van verdere inclusie

³ De transgenderwet regelt de juridische wijziging van geslacht in officiële documenten. De beoogde versoepeling betreft onder andere het schrappen van de deskundigenverklaring, waardoor personen op basis van zelfidentificatie hun geslachtsregistratie zouden kunnen aanpassen.

en het terugdraaien van verworven rechten van trans en intersekse personen. De sport is daarbij een belangrijk thema, ook in de mediaberichtgeving (Bell & Osborne, 2025; Megens et al., 2024).

Zo pleitten diverse Kamerleden van vooral rechts-conservatieve partijen voor het weren van transgender en intersekse vrouwen in vrouwensportcompetities door Kamervragen te stellen en de petitie *'Geen mannen in vrouwensport'* van Pro Vrouw te steunen (Ministerie van VWS, 2024; Tweede Kamer der Staten-Generaal, 2025). Zij spreken zich daarmee nadrukkelijk uit tegen de inclusievere koers vanuit NOC*NSF (2023) en het Internationaal Olympisch Comité (IOC) van de afgelopen jaren.

In 2021 publiceerde het IOC een beleidskader dat eerlijkheid, inclusie en antidiscriminatie benadrukt en de verantwoordelijkheid voor regelgeving over gender- en seksediversiteit bij internationale bonden legt (International Olympic Committee, 2021).⁴ Daarop voerden meerdere internationale sportfederaties strenge regels in die deelname van transgender en intersekse vrouwen in internationale vrouwencompetities bemoeilijken of weer (vrijwel) volledig uitsluiten.

Tegenstanders van voortgaande inclusie van sekse- en genderdiverse personen in de categorale vrouwen(top)sport claimen dat niet-cisgender vrouwen niet thuishoren in de vrouwensport. Intersekse en transgender vrouwen zouden een 'bedreiging' vormen voor de vrouwencompetitie, omdat hun deelname oneerlijk en onveilig zou zijn voor cisgender vrouwen. In Nederland verlieten twee darters het nationale vrouwenteam, omdat ze niet samen wilden spelen met trans vrouw Noa-Lynn van Leuven (Vermeer, 2024).

Discussies beperken zich niet tot de topsport. In april 2024 diende een voetbalclub een klacht in na een voetbalwedstrijd tussen twee vrouwenamateurteams, omdat de tegenstander een non-binaire – als vrouw geboren – keeper had opgesteld met een 'M' in diens paspoort (Roele, 2024).

Het publieke debat kan transgender, non-binaire en intersekse sporters het gevoel geven dat zij een probleem vormen of niet welkom zijn in de sport (Visser et al., 2025). Bovendien worden beleidsbesluiten binnen sportorganisaties vaak genomen zonder directe betrokkenheid van transgender, non-binaire en intersekse personen. Met dit onderzoek bieden wij juist ruimte aan hun ervaringen en perspectieven.

1.2 Het onderzoek

Achtergrond

Vanuit het lopende beleidsprogramma Alliantie Gelijkspelen 5.0 (2022-2025) is het Mulier Instituut gevraagd om ondersteunend onderzoek te verrichten naar de

⁴ In 2004 publiceerde het IOC voor het eerst richtlijnen voor de inclusie van transgender vrouwen in vrouwencompetities van de Olympische Spelen, na een lange periode van uitsluiting van intersekse en transgender vrouwen, onder meer door seksetesten (Bell & Osborne, 2025; Elling, 2010).

sportdeelname en -ervaringen van transgender, non-binaire en intersekse personen.

In 2021 deden wij het eerste kwantitatieve onderzoek naar de sportervaringen van transgender personen (Cremers & Elling, 2021). Hieruit bleek dat sport als uitlaatklep dient, maar ook een confrontatie met het eigen lichaam is. Angst en onzekerheid spelen, vooral tijdens een transitie, vaak een rol.

De meerderheid van de respondenten voelde zich geaccepteerd en veilig bij hun gekozen (veelal individuele) sportomgeving. Maar zes op de tien transgender personen hadden ook negatieve ervaringen in de sport meegemaakt, zoals onbegrip of ongepaste opmerkingen.

Recent publiceerden we een bundel met dertien persoonlijke sportverhalen van lhbtq+-personen, waaronder transgender/non-binaire sporters (Visser et al., 2025).

Doel en vraagstelling

Doel van dit kwantitatieve (vervolg)onderzoek is om inzicht te geven in de sportdeelname en -ervaringen van transgender, non-binaire en intersekse personen. De resultaten uit dit onderzoek kunnen worden gebruikt om de inclusie van gender- en seksediversiteit in de sport te vergroten en uitsluiting tegen te gaan. De volgende vraag staat centraal in dit onderzoek:

In hoeverre en op welke wijze zijn transgender, non-binaire en intersekse personen actief in sport, welke betekenissen geven zij aan sport en wat is hun ervaren acceptatie?



Leeswijzer

We beschrijven in hoofdstuk 2 de gebruikte onderzoeksmethode. In hoofdstuk 3 presenteren we de resultaten over het welzijn, de vrijetijdsbesteding en de sportdeelname van transgender/non-binaire personen. Hun ervaringen met sport en hun genderidentiteit komen aan de orde in hoofdstuk 4. In hoofdstuk 5 beschrijven we de sportdeelname en -ervaringen van intersekse personen. In hoofdstuk 6 formuleren we enkele conclusies en aanbevelingen.

Onderzoeksmethode

In dit hoofdstuk beschrijven we de gebruikte onderzoeksmethode. We gaan in op de dataverzameling onder twee onderzoekspopulaties en beschrijven de respondentprofielen naar verschillende persoonskenmerken en de wijze van analyse en rapportage van de resultaten.

2.1 Twee vragenlijsten: transgender/nonbinair en intersekse personen

Dataverzameling en deelnemers

Voor de dataverzameling gebruikten we twee online vragenlijsten: één voor transgender/non-binaire personen en één voor intersekse personen. We kozen bewust voor twee aparte vragenlijsten, omdat het gaat om twee deels verschillende onderzoekspopulaties.

Bij de vragenlijst over transgender/non-binaire personen staan ervaringen in relatie tot hun *genderidentiteit* centraal en bij intersekse personen is dat *seksediversiteit*. De gestelde vragen zijn grotendeels vergelijkbaar, maar we hebben ook deels verschillende vragen gesteld.

De dataverzameling vond plaats in de zomer en het najaar van 2024. De vragenlijst voor transgender/non-binaire personen hebben we via het online netwerk van Transgender Netwerk (TN) verspreid van oktober tot december. De vragenlijst voor intersekse personen hebben we via het netwerk van NNID, Expertisecentrum seksediversiteit, verspreid van juli tot december.

Vanwege de kwetsbare en onderbelichte positie van intersekse personen en het grote taboe dat hierover nog steeds bestaat, verwachtten we een lage respons op deze vragenlijst. Sommige mensen zijn zich er (nog) niet van bewust dat ze intersekse zijn, terwijl anderen ervoor kiezen dit geheim te houden uit schaamte of angst voor discriminatie. We verwachtten daarom dat de personen die de vragenlijst invullen, meer dan gemiddeld open zijn over hun vorm van seksediversiteit. Dit beïnvloedt de onderzoeksresultaten.

Opzet vragenlijst

Beide vragenlijsten bestonden uit meerdere vraagblokken over verschillende thema's. We maakten gebruik van meerkeuzevragen, Likertschaal-stellingen met zeven antwoordopties⁵ en open vragen.

Vooralsporters zijn geneigd een vragenlijst over sport in te vullen. Omdat we ook graag niet-sporters wilden bereiken, hebben we de vragenlijst voor

⁵ De zeven antwoordopties waren: helemaal mee eens/mee eens/neutraal/mee oneens/helemaal mee oneens/weet niet/niet van toepassing.

transgender/non-binaire personen verbreed met een vragenblok over vrijetijdsbesteding.

● **Vrijetijdsbesteding**

We vroegen respondenten welke vrijetijdsactiviteiten ze met anderen ondernemen, inclusief deelname aan lhbtqi+-gerichte⁶ activiteiten. Ook vroegen we naar onveiligheid in verschillende omgevingen en het gevoel van verbondenheid met andere lhbtqi+-personen.

● **Sportgedrag en ervaringen in de sport**

We vroegen respondenten naar hun sportgedrag, zoals welke sporten ze beoefenen en hoe vaak. Respondenten die sporten, kregen andere vragen dan respondenten die niet (meer) sporten. Sporters die samen met anderen sporten, kregen aanvullende vragen over hun sportgroep.

Naar de relatie tussen sportgedrag en -beleving en gender- en/of seksediversiteit hebben we gevraagd aan de hand van stellingen, meerkeuzevragen en open vragen. Niet-sporters hebben we gevraagd naar redenen om niet te sporten en hun ervaringen uit een eventueel sportverleden.

● **Achtergrondkenmerken**

De vragenlijst sloot af met vragen over diverse persoonsgegevens en achtergrondkenmerken. Zo hebben we respondenten gevraagd naar hun genderidentiteit, waarbij ze meerdere antwoorden konden aanvinken. Verder vroegen we naar leeftijd, postcode (vier cijfers), ervaren gezondheid en de situatie rondom hun (medische) behandelingen. Daarbij hadden ze ook steeds de optie 'wil ik liever niet zeggen'.

In de vragenlijst voor intersekse personen hebben we ook gevraagd naar openheid over seksediversiteit in verschillende omgevingen. Naar seksuele voorkeur, opleidingsniveau en migratieachtergrond hebben we niet gevraagd, om de hoeveelheid vragen en de herleidbaarheid te beperken.



Data Verenigingspanel Mulier Instituut & zwembaden

Naast de data uit de twee vragenlijsten zijn er in het rapport ook data opgenomen afkomstig uit het Verenigingspanel van het Mulier Instituut en uit een peiling onder zwemaanbieders (beide peiling winter '24/'25). De data hebben betrekking op de mate waarin sportaanbieders lhbtqi+-inclusiebeleid hebben of dit beleid noodzakelijk achten. Deze data zijn terug te vinden in het intermezzo (pagina 42).

⁶ In sommige vragen is de term 'lhbti+' in plaats van 'lhbtqi+' gebruikt. We zullen in het rapport echter enkel de term 'lhbtqi+' gebruiken.

2.2 Respondentenprofiel

In totaal hebben 147 respondenten de vragenlijst voor transgender/non-binaire personen ingevuld, en 18 respondenten de vragenlijst voor intersekse personen. Bij beide responsgroepen haakte vijf respondenten af bij de vragen over persoonsgegevens. Eén respondent identificeerde zich als intersekse in de vragenlijst voor transgender/non-binair, wat mogelijk betekent dat deze persoon beide vragenlijsten heeft ingevuld.

We analyseerden de twee vragenlijsten afzonderlijk. De analyse van de intersekse data geven we vanwege de lage respons in aantallen weer in plaats van percentages.



Gebruik genderidentiteit

Hoewel we ons bewust zijn van de grote diversiteit aan lhbtq+-personen, maken we in dit rapport bij een aantal resultaten gebruik van een beperkt aantal categorieën. Dit doen we omdat we weten dat de ervaringen van trans mannen, trans vrouwen en non-binaire/agender personen uiteen kunnen lopen, met name vanwege de binaire genderindeling in de sportwereld.

Op de vraag over genderidentiteit konden respondenten meerdere antwoorden geven. Twee derde van de respondenten (69%) deed dit. In totaal zijn er 26 variaties van genderidentiteiten gekozen. Om het rapport overzichtelijker te maken, gebruiken we in deze rapportage 'non-binair' als overkoepelende term voor iedereen die zich niet specifiek als (trans) man of (trans) vrouw identificeert.

Transgender/non-binaire personen

Bijna de helft (45%) identificeert zich als (trans) vrouw of (trans) man, de meerderheid (55%) als trans/non-binair/anders (zie tabel 2.1). De respondenten die een ander antwoord kozen, noemden termen zoals 'agender', 'trans masculien' of 'genderloos'. Daarnaast identificeerde bijna de helft van de respondenten (47%) zich ook als queer, in combinatie met andere identificaties. 2 procent koos enkel voor queer.

De meerderheid behoort tot de leeftijdsgroep 18-29 (60%). Twee derde van de respondenten komt uit een (grote) stad.

Tabel 2.1**Sociaal-demografische gegevens transgender/non-binaire respondenten**

(in procenten, n=121)

Achtergrondkenmerk	%	Achtergrondkenmerk	%
Genderidentiteit		Leeftijd in categorieën	
(Trans) man	29	<18	6
<i>Trans man</i>	17	18-29	60
<i>Man</i>	8	30-44	26
<i>Trans man non-binair</i>	3	45-64	8
		65+	1
(Trans) vrouw	16		
<i>Trans vrouw</i>	8	Type leefomgeving	
<i>Vrouw</i>	5	Grootstedelijk	65
<i>Trans vrouw non-binair</i>	3	<i>Grote stad</i>	38
		<i>Stad</i>	26
Non-binair	55		
<i>Non-binair</i>	24	Niet grootstedelijk	35
<i>Trans non-binair</i>	19	<i>Kleine stad of groot dorp</i>	10
<i>Trans</i>	3	<i>Dorp</i>	14
<i>Non-binair intersekse</i>	1	<i>Landelijk</i>	11
<i>Queer</i>	2		
<i>Anders</i>	6		
<i>Weet niet/wil niet zeggen</i>	1		
Identificeert zich als queer			
Ja	47		
Nee	53		

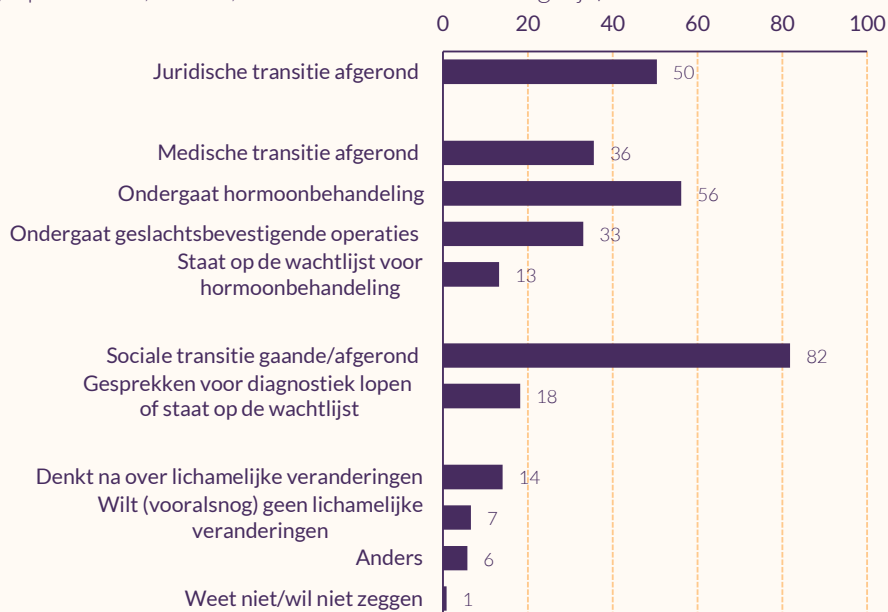
Bron: Data transgender personen 2024 (*open online werving TN*), Mulier Instituut.

De helft van de respondenten heeft een juridische transitie voltooid en heeft hun geslacht officieel laten wijzigen naar man, vrouw of X (zie figuur 2.1). De helft van de respondenten ondergaat hormoonbehandeling. Een derde heeft een medische transitie afgerond en een derde ondergaat geslachtsbevestigende operaties. Acht op de tien respondenten doorlopen een sociale transitie.

Figuur 2.1

Doorlopen sociale, medische en/of juridische transitie

(in procenten, n=121, meerdere antwoorden mogelijk)



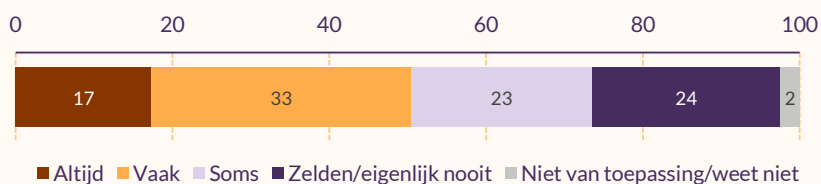
Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut.

De helft van de respondenten geeft aan altijd (17%) of vaak (33%) in overeenstemming met hun genderidentiteit te worden behandeld (zie figuur 2.2). Een kwart ervaart dit soms en ook een kwart geeft aan zelden of nooit behandeld te worden in overeenstemming met hun genderidentiteit. Dat geldt met name voor non-binaire personen.

Figuur 2.2

Behandeld in overeenstemming met genderidentiteit door anderen

(in procenten, n=121)



Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut.



Verschillen met het onderzoek uit 2021

In het onderzoek van 2021 lag de gemiddelde leeftijd hoger en identificeerde slechts 11 procent zich als non-binair of anders (Cremers & Elling). Dit duidt erop dat we in deze studie deels met andere groep te maken hebben, wat sommige verschillen in de resultaten kan verklaren.

Zo gaven in 2021 tweemaal zoveel respondenten aan altijd in overeenstemming met hun genderidentiteit te worden behandeld. Dit verschil is deels te verklaren door het hoge aantal non-binaire personen in het huidige onderzoek. Hiervan geeft slechts 8 procent aan altijd in overeenstemming met hun genderidentiteit te worden behandeld. De heersende binaire norm in de maatschappij maakt het voor anderen lastiger om non-binaire genderidentiteiten te herkennen en erkennen.

Een ander opvallend verschil is de toename van het aandeel respondenten dat bezig is met een sociale transitie: waar dit in 2021 gold voor drie op de tien respondenten, geldt dit nu voor acht op de tien. Dit komt waarschijnlijk deels door het grote aandeel jonge respondenten in de huidige meting.

Intersekse personen

Tien van de twaalf respondenten die de vragen over genderidentiteit hebben ingevuld, identificeren zich met maar één gendercategorie (zie tabel 2.2). Hiervan identificeert de helft zich als vrouw. Eén respondent identificeert zich als vrouw én non-binair en een ander als non-binair en cis intersekse.⁷ Twee respondenten identificeren zich als queer.



Gebruik term intersekse

Omdat niet iedereen zich comfortabel voelt bij de term intersekse, gebruiken we deze in dit rapport nadrukkelijk als beschrijvend woord om te verwijzen naar verscheidene ervaringen, waar het hebben van een DSD-diagnose onderdeel van kan zijn. Intersekse beschouwen we hierbij niet als identiteit, ook al geldt dit voor sommige mensen wel.

De tien respondenten die de leeftijdsvraag hebben beantwoord, zijn allen ouder dan 18 jaar en jonger dan 65 jaar. De helft behoort tot de leeftijdsgroep 45-64. Van de acht respondenten die hun woonomgeving aangaven, woont de helft in een (grote) stad en de helft in een dorp of landelijke omgeving.⁸

Van twee respondenten is niet met volledige zekerheid vast te stellen of het om dezelfde persoon gaat. Beide vragenlijsten hebben we meegenomen in de analyse.

⁷ Non-binair en cis intersekse betekent geboren zijn in een lichaam dat niet aan de binaire indeling voldoet, met een genderidentiteit die niet man of vrouw is, maar non-binair. Het lichaam waarin iemand geboren is, komt overeen met diens genderidentiteit en is daardoor cis intersekse.

⁸ De categorieën 'grote stad' en 'stad' hebben we samengevoegd tot *grootstedelijk*, en 'kleine stad of groot dorp', 'dorp' en 'landelijk' tot *niet grootstedelijk*.

Tabel 2.2
Sociaal-demografische gegevens interseksie respondenten
 (in aantallen)

Genderidentiteit (n=12)	n
Man	1
Vrouw	6
Trans	1
Non-binair	2
Vrouw non-binair	1
Anders	1

Identificeert zich als queer	n
Ja	2
Nee	10

Leeftijd in categorieën (n=10)	n
<18	-
18-29	3
30-44	2
45-64	5
65+	-

Type leefomgeving (n=8)	n
Grootstedelijk	4
<i>Grote stad</i>	2
<i>Stad</i>	2
Niet grootstedelijk	4
<i>Kleine stad of groot dorp</i>	-
<i>Dorp</i>	2
<i>Landelijk</i>	2

Bron: Data interseksie personen 2024 (*open online werving NNID*), Mulier Instituut.

Vijf van de dertien respondenten ondergingen hormoonbehandelingen zonder eigen toestemming (zie figuur 2.3). Vier respondenten ondergingen (ook) niet-levensreddende medische behandelingen. Twee respondenten gaven een toelichting, namelijk ‘medische en hormoonbehandeling ondergaan onder valse voorwendselen’ en ‘marteling door geslachtsoperaties’.

Een op de drie respondenten wordt altijd of vaak behandeld in overeenstemming met hun genderidentiteit. Voor een derde gebeurt dit soms en een derde geeft aan dat dit zelden het geval is.

Figuur 2.3

Ondergaan medische en/of hormoonbehandelingen intersekse personen

(in aantallen, n=13, meerdere antwoorden mogelijk)



Bron: Data intersekse personen 2024 (open online werving NNID), Mulier Instituut.

2.3 Analyse

Vanwege de lage respons op beide vragenlijsten hebben we ervoor gekozen om zoveel mogelijk antwoorden mee te nemen in de analyse. Personen jonger dan 16 jaar en respondenten die minder dan 20 procent van de vragenlijst hebben ingevuld, hebben we wel uitgesloten.

Enkele resultaten hebben we uitgesplitst naar mate van stedelijkheid, omdat we verwachten dat stedelijkheid ervaringen kan beïnvloeden. Zo zijn er in (grotere) steden doorgaans meer openlijke lhbtq+-personen en meer (categorale) sportmogelijkheden dan in (kleine) dorpen.

Respondenten die momenteel sporten, kregen grotendeels andere vragen dan respondenten die niet (meer) sporten. Waar relevant hebben we de verschillen tussen huidige en voormalige sporters geanalyseerd.⁹ Door variërende responsaantallen en de uiteenlopende vragen voor huidige en voormalige sporters, verschillen de aantallen in de figuren.

De antwoorden op open vragen – zoals toelichtingen en de antwoordcategorie ‘anders’ – hebben we thematisch geclusterd en, waar mogelijk, gehercodeerd voor verdere kwantitatieve analyse.

Omdat er veel toelichtingen zijn gegeven en we recht willen doen aan de ervaringen van onze respondenten, gebruiken we in dit rapport regelmatig citaten om bepaalde thema's en gevoelens te illustreren.

⁹ Tijdens de analyse ontdekten we een fout in een vraag voor respondenten die in het verleden samen hebben gesport. Daarom hebben we bij deze resultaten alleen huidige sporters meegenomen.



Transgender/non-binaire personen: welzijn, vrijetijdsbesteding & sportdeelname

In dit hoofdstuk presenteren we de uitkomsten van de vragenlijsten over de thema's welzijn, vrijetijdsbesteding en sportdeelname van transgender/non-binaire personen.

3.1 Algemeen welzijn

Ervaren gezondheid

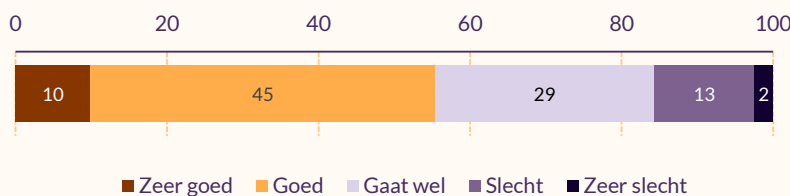
Iets meer dan de helft van de respondenten ervaart hun gezondheid als (zeer) goed, 16 procent als (zeer) slecht (zie figuur 3.1). Daarmee ervaren respondenten hun gezondheid in vergelijking met 2021 iets minder goed (Cremers & Elling, 2021).

Daarnaast ervaren de meeste respondenten voldoende steun uit hun persoonlijke omgeving (79%). Eén op de tien ervaart weinig tot geen steun (9%, niet in figuur).

Figuur 3.1

Ervaren gezondheid van transgender/non-binaire personen

(in procenten, n=121)



Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut.

Samenhang beoordeling eigen leven en (h)erkenning van genderidentiteit

Transgender/non-binaire respondenten beoordelen hun leven gemiddeld met een 6,4 (niet in figuur). Dit is aanzienlijk lager dan in 2021 (7,7, niet in figuur). (Trans) mannen (6,8) geven gemiddeld een iets hogere score dan non-binaire personen en (trans) vrouwen (respectievelijk 6,2 en 6,3).

Daarnaast is er een duidelijk verband tussen de gegeven beoordeling en de mate waarin respondenten aangeven dat ze worden gezien en behandeld overeenkomend met hun genderidentiteit. Respondenten die altijd overeenkomend

met hun genderidentiteit worden gezien, geven hun leven gemiddeld een 7,7. Respondenten bij wie dat zelden gebeurt, geven een 5,7.

Ook valt op dat respondenten die gestopt zijn met sporten (5,4), hun leven een relatief lagere beoordeling geven dan sporters (6,9) en respondenten die nooit gesport hebben (6,2). Respondenten uit een grootstedelijke omgeving (7,0) geven hun leven gemiddeld een hogere score dan respondenten uit een niet-grootstedelijke omgeving (5,5).

Ervaren veiligheid

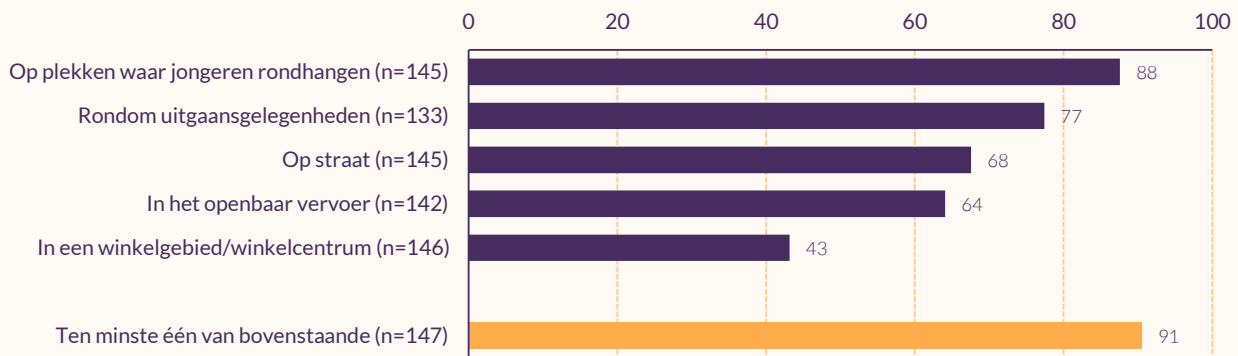
Ruim negen op de tien respondenten voelen zich wel eens onveilig op openbare plaatsen in de maatschappij (zie figuur 3.2). Dit percentage ligt iets hoger dan landelijk (Van der Meer et al., in voorbereiding). Respondenten voelen zich het vaakst onveilig op plekken waar jongeren rondhangen en rondom uitgaansgelegenheden.

Het percentage dat zich wel eens onveilig voelt in het openbaar vervoer (64%), is hoger dan in 2021 (49%) (Cremers & Elling, 2021). De overige percentages zijn vergelijkbaar met 2021.

Figuur 3.2

Mate waarin transgender/non-binaire respondenten zich wel eens onveilig hebben gevoeld, naar verschillende openbare plaatsen, exclusief 'niet van toepassing'

(in procenten, n=147)



Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut.

3.2 Vrijtijdsbesteding

Algemene vrijetijdsbesteding

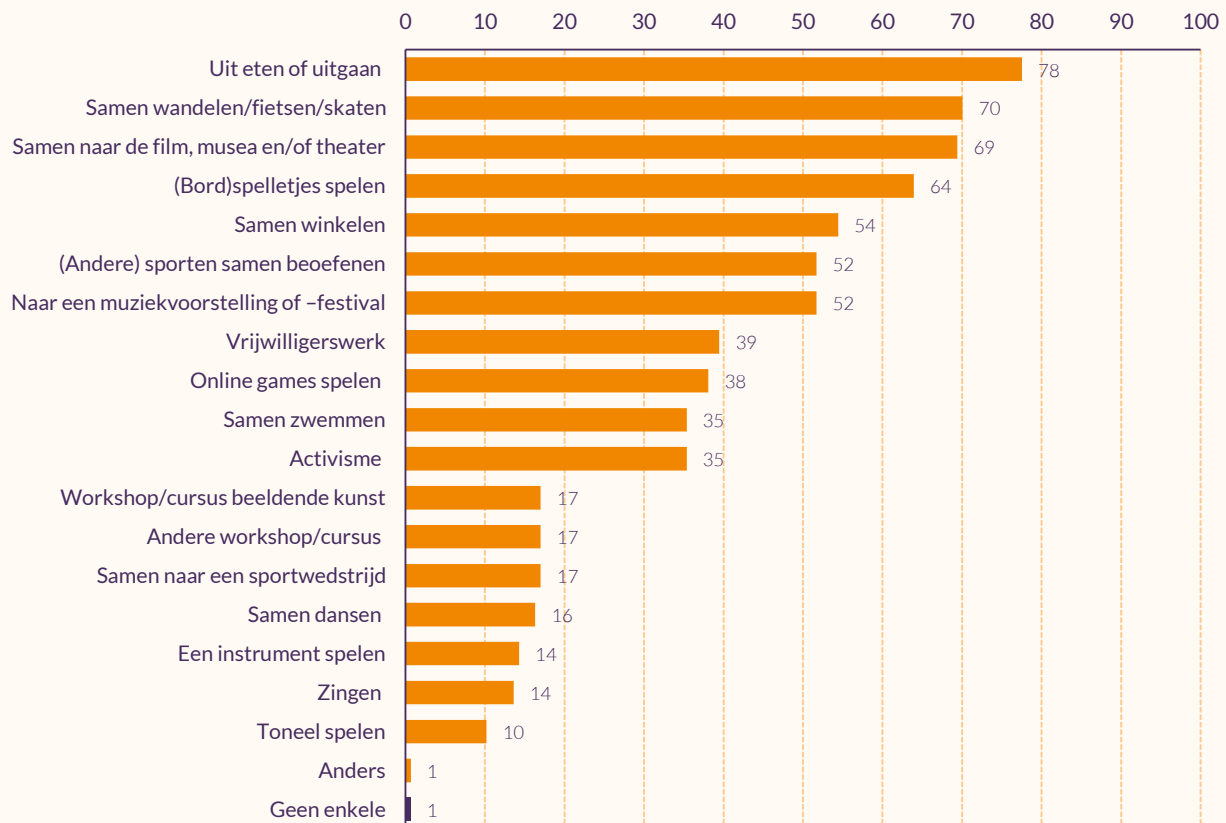
Vrijwel alle respondenten hebben in de afgelopen twaalf maanden vrijetijdsactiviteiten met anderen ondernomen (99%, zie figuur 3.3). Uit eten of uitgaan is de meest genoemde vrijetijdsbesteding met anderen. Daarnaast noemen veel respondenten activiteiten zoals wandelen/fietsen/skaten, naar de film, musea en theater, en spelletjes spelen.

39 procent van de respondenten geeft aan vrijwilligerswerk te doen. Dat is iets minder dan onder de hele bevolking (49%; CBS, 2025). Ruim een derde van de respondenten doet aan activisme (35%). Onder respondenten die in zeer stedelijk gebied wonen is dat de helft.

Figuur 3.3

Mate waarin trans- en non-binaire personen in de afgelopen twaalf maanden samen met anderen vrijetijdsactiviteiten hebben ondernomen, naar type activiteit

(in procenten, n=147, meerdere antwoorden mogelijk)



Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut.

Verbondenheid andere lhbtqi+-personen en deelname categorale activiteiten

Bijna twee op de drie respondenten hebben wel eens deelgenomen aan (categorale) vrijetijdsactiviteiten¹⁰ gericht op lhbtqi+-personen of specifiek op transgender/non-binaire personen (64%, zie figuur 3.4). Respondenten die in grootstedelijke gebieden wonen (72%), deden dit vaker dan respondenten die niet in zulk gebied wonen (49%, niet in figuur).

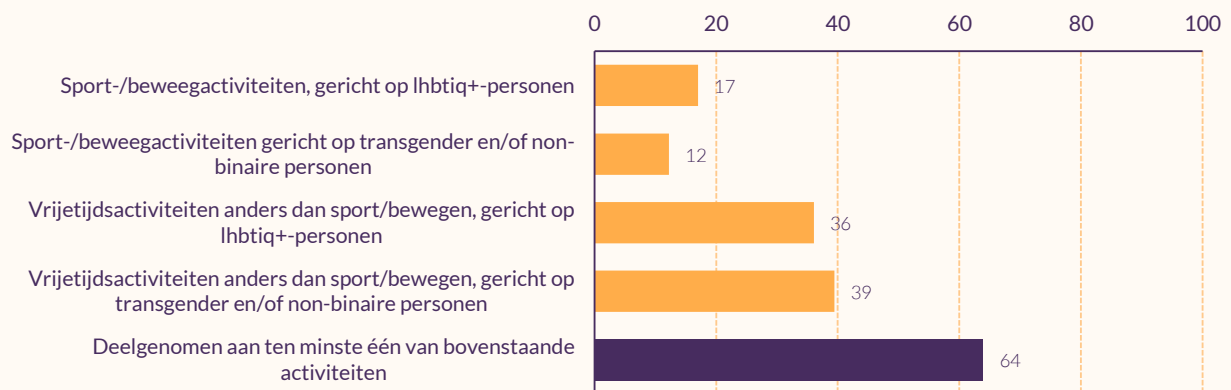
¹⁰ We duiden activiteiten die betrekking hebben op lhbtqi+- personen en/of specifiek op transgender/non-binaire personen vanaf nu aan met de term 'categorale activiteiten'.

Ook hebben non-binaire personen (74%) gemiddeld vaker aan zulke categorale activiteit deelgenomen dan (transgender) mannen en vrouwen (57% en 50%, niet in figuur).

Respondenten nemen vaker deel aan categorale vrijetijdsactiviteiten die niet sportgericht zijn dan aan activiteiten die dat wel zijn. Er bestaat geen duidelijk verschil in de mate waarin respondenten deelnemen aan activiteiten gericht op lhbtqi+-personen of specifiek gericht op transgender/non-binaire personen.

Figuur 3.4

Mate waarin transgender/non-binaire personen deelnemen aan categorale lhbtqi+- vrijetijdsactiviteiten
(in procenten, n=147, meerdere antwoorden mogelijk)



Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut.

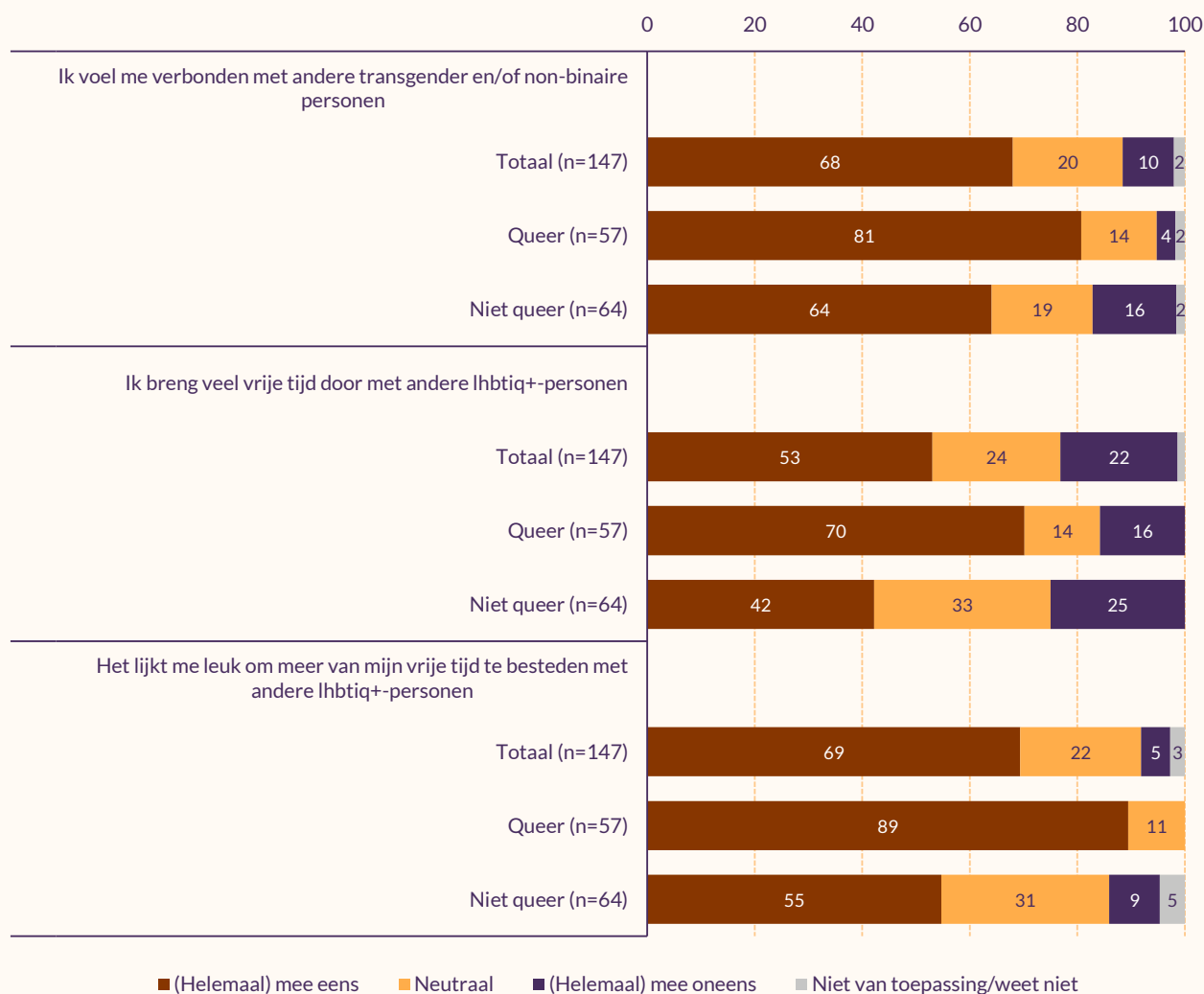
Een groot deel van de respondenten voelt zich verbonden met andere transgender of non-binaire personen. Slechts één op de tien geeft aan zich niet verbonden te voelen (10%, zie figuur 3.5). Ongeveer de helft brengt dan ook veel vrije tijd door met andere lhbtqi+-personen (53%, zie figuur 3.5). Twee op de drie respondenten zouden graag meer vrije tijd willen doorbrengen met andere lhbtqi+-personen.

Queer personen voelen zich sterker verbonden met andere transgender/non-binaire personen dan niet-queer personen. Ook brengen queer personen meer vrije tijd door met andere lhbtqi+-personen en willen ze in sterkere mate meer vrije tijd doorbrengen met lhbtqi+-personen.

Figuur 3.5

Mate waarin transgender/non-binaire personen het eens zijn met stellingen over vrijetijdsbestedingen met andere lhbtq+-personen, naar de mate waarin zij zich als queer identificeren

(in procenten, n=147)



Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut.

3.3 Sport

Sportdeelname

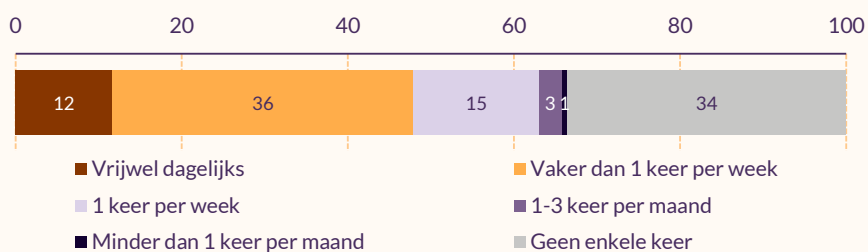
Twee derde van de respondenten sport op dit moment (67%, niet in figuur). Drie op de tien hebben in het verleden gesport, maar doen dat nu niet meer (29%), 4 procent heeft nooit gesport.

Twee derde van de respondenten sport ten minste één keer per maand. 63 procent doet dit wekelijks (zie figuur 3.6). De wekelijkse sportdeelname is daarmee vergelijkbaar met die van de hele Nederlandse bevolking van 20-34 jaar (67%) en 35-55 jaar (55%, niet in figuur; CBS/RIVM, 2024).

Figuur 3.6

Sportfrequentie van transgender/non-binaire personen in de afgelopen twaalf maanden

(in procenten, n=146)



Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut.

Meest beoefende sporten

Net als onder de hele volwassen Nederlandse bevolking is fitness de meeste beoefende sport onder transgender/non-binaire personen, gevolgd door hardlopen (zie tabel 3.1).

Opvallend is dat klimmen/boulderen en dansen wel in de top tien van transgender/non-binaire personen staan, maar niet bij de hele bevolking.¹¹ Dit komt mogelijk doordat bij deze ((semi-)individuele) sporten minder duidelijk een binaire genderindeling is, waardoor er meer ruimte bestaat voor genderdiversiteit. En in deze sporten ook meer categoriaal aanbod (ti+/-/queer sportinitiatieven) bestaat.

¹¹ Dit geldt ook voor vechtsporten, maar dit komt waarschijnlijk doordat we alle vecht- en verdedigingssporten in dit onderzoek hebben samengevoegd tot één antwoordmogelijkheid. Dit is bij bevolkingsonderzoek niet het geval.

Tabel 3.1**Dertien meest beoefende takken van sport transgender/non-binaire personen in 2024 (n=147) en algemene volwassen bevolking in 2023 (n=5.507)***

(in procenten)

Transgender/non-binaire personen 16-69 jaar (n=147)	%	Bevolking 18-64 jaar (n=5.507)	%
Fitness, individueel (binnen)	31	Fitness/conditietraining (individueel – binnen)	27
Hardlopen	12	Hardlopen	13
Klimmen, boulderen	12	Zwemmen algemeen	5
Zwemsport, waterpolo	10	(Veld)voetbal	5
Voetbal	7	(Sportief) wandelen	4
Dans(sport)	6	Tennis	4
Wandelen/wandelsport	6	Fietsen algemeen	4
Fietsen of wielrennen	6	Yoga algemeen	3
Vecht- en verdedigingssporten	5	Wielrennen	2
Gymnastiek	2	Padel	2
Hockey	2	Fitness/conditietraining (groep – binnen)	2
Yoga/pilates	2	Krachtsport/krachtraining	2
Zeilen/surfen	2	Mountainbiken	2

Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut. Gezondheidsenquête/Leefstijlmonitor, CBS (Centraal Bureau voor de Statistiek) i.s.m. RIVM (Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu) 2001-2023. Bewerking: Mulier Instituut (bevolking).

Bevraging type sport CBS/RIVM wijkt enigszins af van bevraging onder transgender/non-binaire personen. Zo bestaat de samengestelde categorie 'vecht- en verdedigingssporten' niet onder het bevolkingsonderzoek, maar wordt deze uitgesplitst naar tak van sport. Daarnaast konden respondenten in dit onderzoek maximaal twee sporten kiezen. Bij het bevolkingsonderzoek is dit onbeperkt.

Lidmaatschap sportaanbieders en -groepen

Drie op de tien respondenten zijn lid van een sportvereniging (31%). Ruim een kwart is (ook) lid van een fitnesscentrum (27%, zie figuur 3.7).

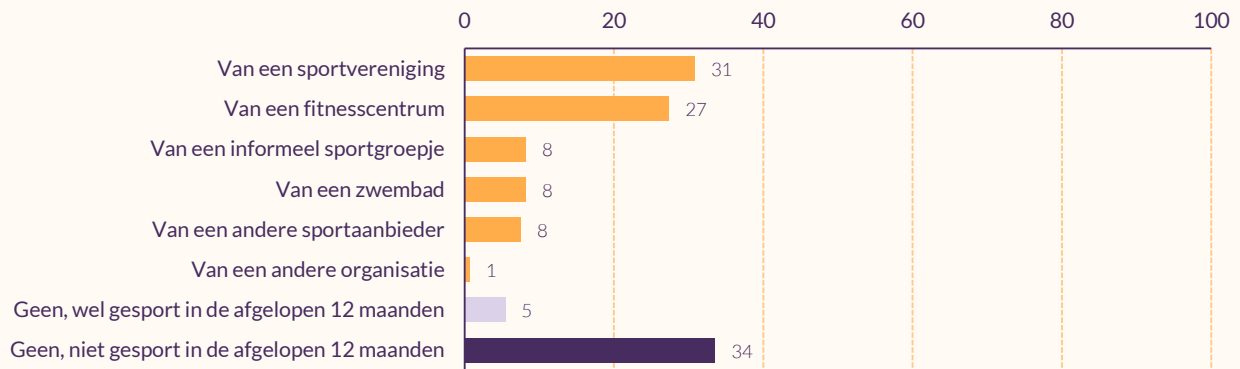
Anders dan verwacht is het sportverenigingslidmaatschap onder de responsgroep niet lager, maar vergelijkbaar met de groep jongvolwassenen (20-35 jaar) in de hele Nederlandse bevolking (28%, CBS/RIVM, 2024). Dit komt mogelijk door de sterk vertegenwoordigde groep grootstedelijke trans/non-binaire personen en een selectieve respons onder categorale verenigingssporters.

Twee derde van de respondenten heeft wel eens meegedaan aan sportwedstrijden, waarvan 20 procent in de afgelopen twaalf maanden.

Figuur 3.7

Mate waarin transgender/non-binaire personen lid zijn van sportaanbieders/-groepen

(in procenten, n=147)



Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut.

Transgender/non-binaire personen: ervaringen genderidentiteit & sport

In dit hoofdstuk presenteren we de sportervaringen in relatie tot genderidentiteit van trans en non-binaire personen. Hierbij komen ervaren veiligheid, acceptatie, invloed van genderidentiteit op sportgedrag en invloed van sportgedrag op identiteit aan bod.

4.1 Betekenissen en paradoxale relatie tussen gender en sport

Sport werkt als uitlaatklep, maar kan ook zorgen voor angst

Veel ervaringen worden gekenmerkt door een tweezijdige (positieve en negatieve) betekenis van sport. Voor meer dan de helft van de respondenten werkt het als een uitlaatklep (zie figuur 4.1), of om te worden wie diegene wil zijn. Tegelijkertijd is sport voor twee derde ook een plek die veel angst met zich meebrengt.

***'Ondanks mijn angsten en gebrek aan mentale energie, MOET ik sporten om te worden wie ik wil zijn.'* (Non-binair persoon, 18-29 jaar)**

Veel respondenten die een toelichting geven, beschrijven een bepaalde angst. Bijvoorbeeld voor negatieve reacties of uitsluiting, of om bekeken of lastiggevallen te worden. De helft is bang voor vragen over hun genderidentiteit. Ook lichten veel respondenten het binaire aspect van sport uit, met voorbeelden zoals de kleedkamer, teamindelingen, (geen) regels en reacties van tegenstanders.

***'Ik heb altijd de eerste tien minuten van de training erg veel stress en ongemak, maar zodra ik in de flow zit ben ik gewoon aan het sporten. Ik vind 't wel spannend als ik wedstrijden ga spelen, want binnen mijn team is 't allemaal chill, maar ik weet natuurlijk niet hoe dat met tegenstanders gaat zijn.'* (Queer (trans) vrouw, 18-29 jaar)**

Sport en het (veranderende) lichaam

Sport is voor een deel van de respondenten een plek waar ze zich bewuster werden van hun lichaam. Voor vier op de tien in positieve zin (39%), voor vier op de tien (ook) in negatieve zin (41%, zie figuur 4.1). Deze bewustwording uitte zich bij sommige respondenten (ook) in een confrontatie met een lichaam dat niet meer past(e) bij hun genderidentiteit (47%, zie figuur 4.1).

Vaak neemt het ongemak af naarmate iemand verder in de transitie is, zoals blijkt uit deze citaten:

'Sport gaf me, zeker voor mijn medische transitie vaak een goed gevoel, maar hier kon ik niet van genieten vanwege zorgen om mijn transgender zijn en mijn eigen discomfort met mijn lichaam. Toen ik aan de testosteron begon en zeker na mijn mastectomie verdwenen deze gevoelens.' (Queer (trans) man, 18-29 jaar)

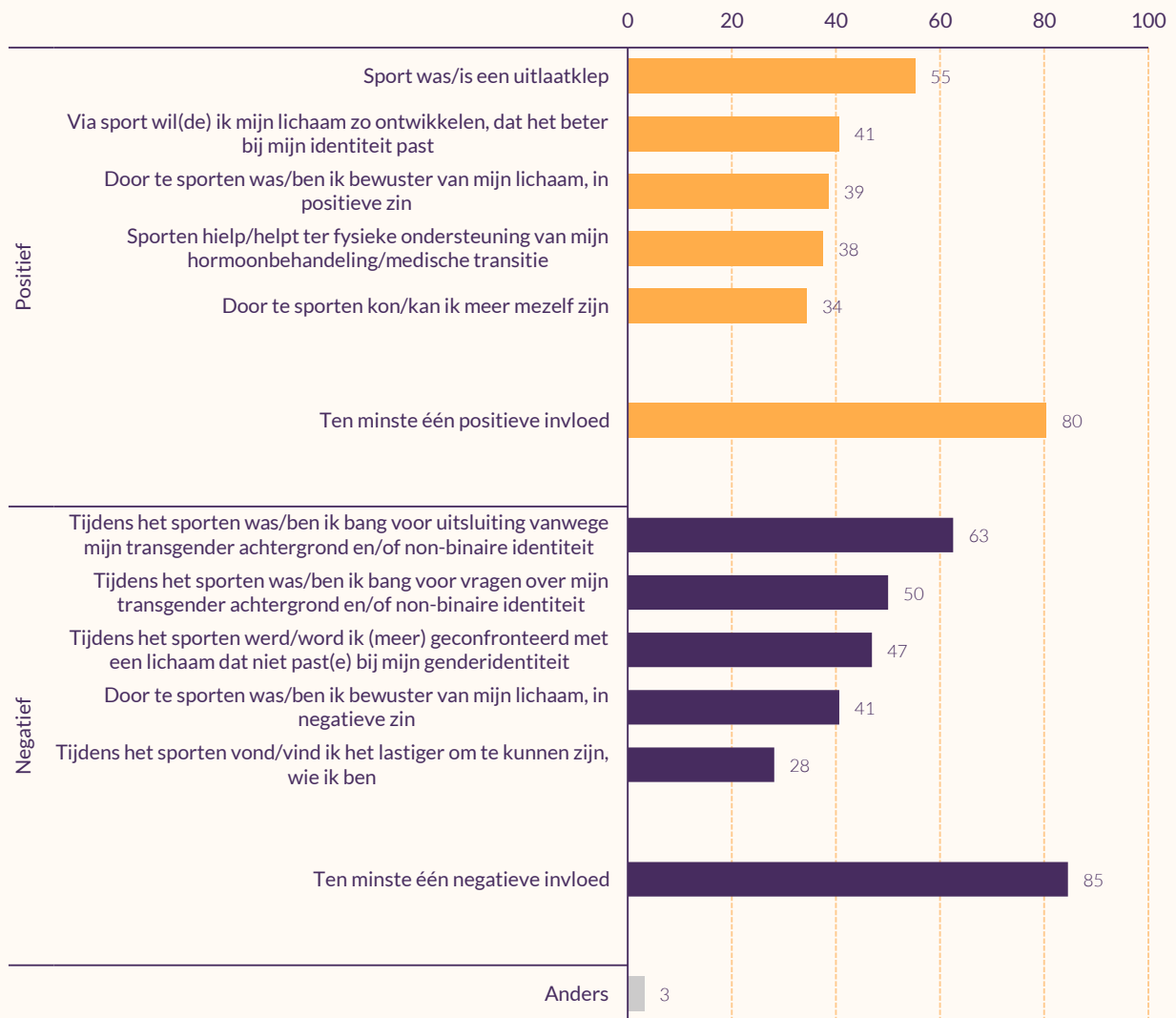
'Voor/tijdens mijn sociale transitie maakte sporten me erg oncomfortabel omdat ik geconfronteerd werd met mijn lichaam dat niet bij mij paste, maar ook omdat ik erg bang was voor uitsluiting en vragen rondom mijn trans zijn. Zeker tijdens mijn sociale transitie en voordat ik begonnen was aan mijn medische transitie. Pas nu, twee jaar na het beginnen met hormoontherapie en een jaar na mijn mastectomie, voel ik me weer comfortabel en veilig om vrijwel alle sporten uit te voeren. Sporten helpt hierin om mijn vertrouwen en band met mijn lichaam terug te vinden en opnieuw op te bouwen. Alleen bij sporten zoals zwemmen ervaar ik nog lichte angst voor vragen en uitsluiting.' (Queer (trans) man, 18-29 jaar)

Hoewel sport dus een confrontatie kan zijn met een onwenselijk lichaam, kan het ook bijdragen aan het veranderen van het lichaam naar een wenselijke vorm. En tegelijkertijd het vertrouwen in dat lichaam vergroten.

Figuur 4.1

Mate waarin transgender/non-binaire (voormalige) sporters ervaringen hebben met de invloed van sport op hun gendertransitie, naar positieve en negatieve invloed

(in procenten, n=97, meerdere antwoorden mogelijk)



Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut.

Sport beïnvloedt genderidentiteit en vice versa

Sport en de genderidentiteit van transgender/non-binaire personen hebben in verschillende mate invloed op elkaar. Voor negen op de tien respondenten heeft de genderidentiteit op een bepaalde manier invloed op hun sportgedrag (91%, zie figuur 4.2). Ruim vier op de tien respondenten kleden zich zoveel mogelijk thuis of in individuele kleedruimtes om. Eenzelfde aandeel koos voor een individuele sport (beide 43%).

'Ik heb het meest bewust gekozen voor een individuele sport, hardlopen, omdat de confrontatie met het sociale onbegrip mij heel zwaar viel, vooral voor en aan het begin van mijn transitie.' (Queer (trans) man, 30-44 jaar)

Een kwart (26%) heeft sporten vermeden waar gendercategorieën een rol spelen. Een respondent geeft aan te zijn gewisseld van sport in verband met de teamindeling.

'Ik ben gestopt met basketbal, wat ik 12 jaar gedaan heb, omdat ik me oncomfortabel voelde in mijn vrouwenteam. Ik ben gaan boogschieten, waar gemengd getraind wordt.' (Queer non-binair persoon, 18-29 jaar)

Een kwart is gestopt bij een sportaanbieder (26%) en een vergelijkbaar aandeel vermijdt wedstrijden (25%). Een op de vijf is helemaal gestopt met sporten, bijvoorbeeld vanwege hun fysieke en mentale gezondheid (21%).

Uit onderstaande citaten blijkt dat trans en non-binaire personen bepaalde plekken en situaties vermijden. Bijvoorbeeld toiletten, kleedkamers, sociale activiteiten, wedstrijden en groepslessen.

'Ik draag wijde kleding en probeer mijzelf erg te verbergen in een sportschool. Daarnaast ga ik nooit naar de wc bij de sportschool om confrontatie te voorkomen, want ik voel mij te mannelijk voor de vrouwen wc maar te vrouwelijk voor de mannen wc.' ((Trans) vrouw, 18-29 jaar)

'Ik heb wel wat wedstrijden vermeden omdat ik me echt niet chill voel in een strak, hoog uitgesneden turnpakje, maar ik heb wel kunnen regelen dat je in dames turnen nu een wijder 'mannen' broekje aan mag bij wedstrijden! Dat helpt me al heel veel, maar ik ben wel de enige die dat draagt dus voel me vaak wel afwijken.' (Queer non-binair persoon, 18-29 jaar)

'Ik voel me over het algemeen goed over mijn lichaam als ik sport omdat ik merk dat het steeds mannelijker wordt en dat sluit een stuk beter aan bij mijn identiteit. Wel voel ik me soms ongemakkelijk in de sportschool als ik denk dat mensen kunnen zien dat ik borsten heb of ik me moet omkleden in de mannenkleedkamer. Er zijn ook genderneutrale privékleedkamers maar ik moet dan eerst aan de receptie vragen of ik deze mag gebruiken en dat vind ik ongemakkelijk.' (Queer non-binair persoon, 18-29 jaar)

Verskillende respondenten benoemen de positieve invloed van hun transgender of non-binaire achtergrond op sportgedrag.

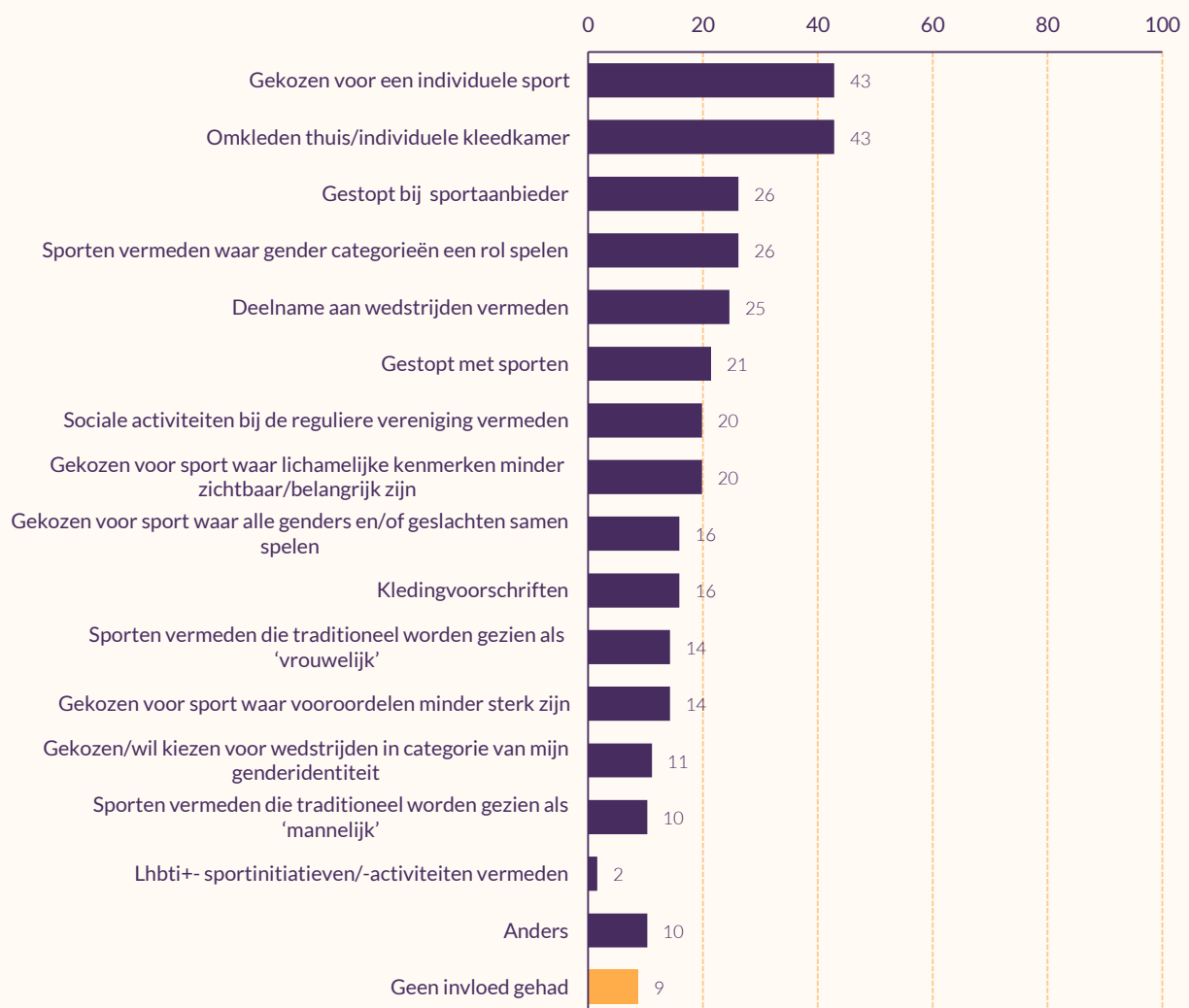
'De transitie heeft positieve invloed waardoor ik juist meer kon sporten omdat in mijn sportdomein het oude lijf een nadeel was.' ((Trans) vrouw, 45-64 jaar)

'Sporter is nu fijner dan voor mijn transitie. Het klopt, ik word er blij van.' ((Trans) man, 30-44 jaar)

Figuur 4.2

Mate waarin transgender/non-binaire personen ervaren dat verschillende facetten van hun sportgedrag worden beïnvloed door hun genderidentiteit

(in procenten, n=127, meerdere antwoorden mogelijk)



Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut.

Een respondent licht toe bewust voor een andere sport te hebben gekozen omdat er binnen die sport minder vooroordelen zijn.

'Gekozen lid te worden van (nieuwe sport)vereniging, o.a. omdat de (sport)bond tot nu toe redelijk progressief is tegenover trans sporters. Ook is het geen 'volksport'. Bijna al mijn clubgenoten zijn hoogopgeleid en ik merk daardoor dat de vooroordelen over trans mensen vele malen minder aanwezig zijn dan bij bijv. mijn oude voetbalclub.' (Queer non-binair persoon, 18-29 jaar)

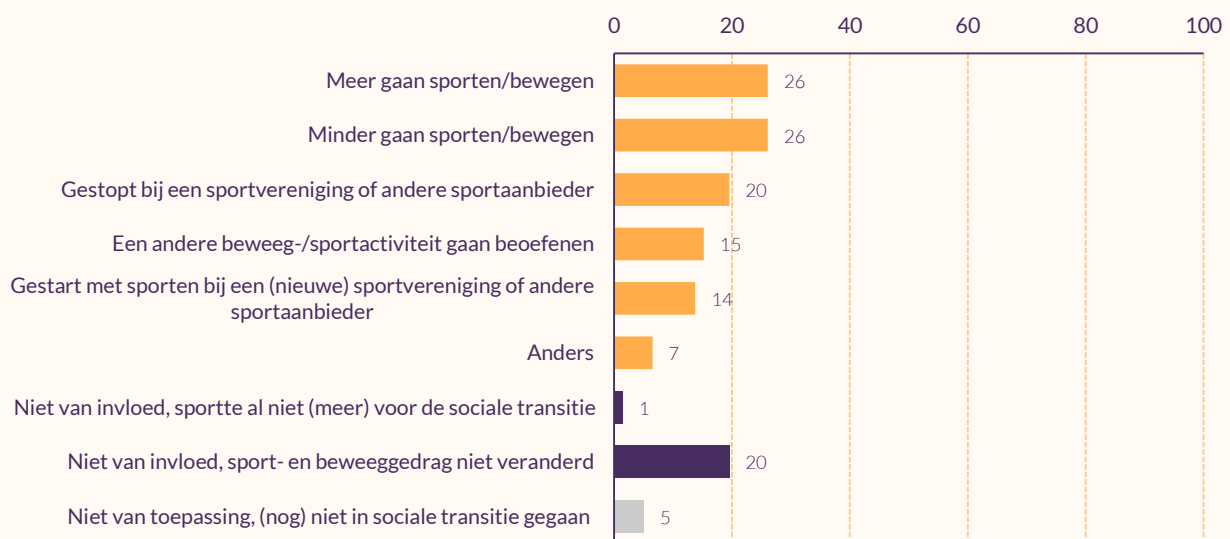
Invloed transitie op sportgedrag

Voor drie kwart van de respondenten geldt dat hun sociale transitie invloed heeft gehad op hun sportgedrag (74%, zie figuur 4.3). Zo is een kwart meer gaan sporten, terwijl ook een kwart juist minder is gaan sporten (beide 26%). Daarnaast is een deel anders gaan sporten, bijvoorbeeld door te wisselen van type sport of sportaanbieder.

Figuur 4.3

Mate waarin transgender/non-binaire personen ervaren dat hun sociale transitie van invloed is (geweest) op hun sportgedrag

((in procenten, n=138, meerdere antwoorden mogelijk)



Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut.

De respondenten die meer zijn gaan sporten en bewegen na een sociale transitie, geven aan dat dit voornamelijk komt doordat ze comfortabeler zijn met hun lichaam en vrijer kunnen bewegen. Daarnaast worden gezondheid, energie en uiterlijk meermaals genoemd.

'Doordat ik comfortabeler met mezelf werd, voelde ik me vrijer om te bewegen. Nu boulder ik regelmatig (een behoorlijk queer en queer-inclusieve sport), en heb ik een beter beeld van mijn doelen. Ik ben gestopt met sporten op een onvriendelijke locatie.' (Queer non-binair persoon, 18-29 jaar)

'(Sporten/bewegen) geeft me meer euforie, en het dragen van een binder helpt tegen de verlamdende dysforie die ik kreeg bij elke vorm van beweging.' (Trans man, 18-29 jaar)

De groep die minder is gaan sporten en bewegen na hun sociale transitie, noemt voornamelijk redenen als angst, de kleedkamer, ongemak en een gevoel van onveiligheid. Daarnaast noemen ze weinig aandacht of mentale energie als redenen. Ook benoemen zes respondenten voorbeelden van pestgedrag.

'Ik moest als transman mee sporten met de meiden, ik was waar dan ook de freak en buiten verplichte lessen om mocht ik ook nooit meedoen.' (Non-binair persoon, 18-29 jaar)

'Ik val minder goed in de groep, doordat ze homofobe grappen maken, me misgenderen en niet openstaan voor feedback.' (Non-binair persoon, 30-44 jaar)

De groep die anders is gaan sporten en bewegen, benoemt wisselende factoren. Meerdere respondenten zijn individueel gaan sporten. Anderen zijn op zoek gegaan naar een nieuwe sportomgeving. Daarvan is een aantal respondenten (vaak verder in hun transitie) (weer) gaan sporten in teamverband.

'Ik zat eerst bij een sportschool, daar gestopt om als mezelf te kunnen sporten. Met eigen spullen is thuis trainen eenvoudiger om dit meerdere keren per week te doen.' ((Trans) vrouw, 30-44 jaar)

'Ik voelde me bekeken en ik wilde een frisse start maken. Ook vond ik het ongemakkelijk om mijn naam en gegevens te veranderen. Het was dus makkelijker om een nieuwe sportschool te zoeken en me uit te schrijven bij mijn oude.' (Non-binair persoon, 18-29 jaar)

'De transitie veranderde mijn leven waardoor er extra sportgelegenheid op mijn pad kwam. Geen oorzakelijk verband, meer toeval.' (Non-binair persoon, 30-44 jaar)

4.2 In- en uitsluiting in de sport

Ervaren gevoel van veiligheid verschilt per persoon en sportomgeving

De meerderheid van de respondenten die momenteel sporten (70%), voelt zich over het algemeen (zeer) veilig in hun huidige sportomgeving. Een aantal respondenten geeft aan dat dit veilige gevoel voor hen wordt versterkt doordat ze de medesporters goed genoeg kennen.

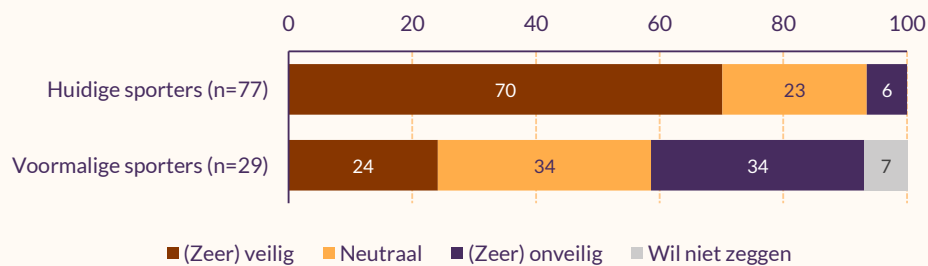
'Tot nu toe ben ik in mijn veilige bubbel op de club gebleven maar ik weet niet of dat anders gaat zijn als ik ook daadwerkelijk wedstrijden ga spelen.' (Queer (trans) vrouw, 18-29 jaar)

'Mijn team (/vereniging) en hun acceptatie maakt dat ik mij erg veilig voel, omdat ik weet dat zij me genoeg begrijpen en accepteren.' (Queer non-binair persoon, 18-29 jaar)

Figuur 4.4

Mate waarin transgender/non-binaire sporters zich veilig voelen in hun huidige sportomgeving en voormalige sporters in hun vroegere sportomgeving

(in procenten, n=106)



Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut.

6 procent voelt zich er onveilig (zie figuur 4.4). Van de respondenten die zijn gestopt met sporten, voelde een kwart zich veilig en een derde zich (zeer) onveilig. Uit de toelichtingen blijkt dat de ervaren veiligheid voor sommige respondenten ook samenhangt met dat ze niet open zijn over hun genderidentiteit.

'Ik voel me niet veilig en niet onveilig maar ik ben voornamelijk closeted [niet open over identiteit, red.] in sportsettings.' (Queer non-binair persoon, 18-29 jaar)

'Als niemand erachter komt dat ik trans ben moet ik veilig zijn.' (Queer (trans) vrouw, 30-44 jaar)

De sociale omgeving bij een sportgelegenheid is dus van belang voor een veilige sportomgeving waarin respondenten zich vrij voelen om open te zijn over hun genderidentiteit. Voelt een omgeving niet veilig, dan kan dat ervoor zorgen dat respondenten zich genoodzaakt voelen hun genderidentiteit verborgen te houden.

(Angst voor) onveiligheid beïnvloedt sportgedrag negatief

Uit de toelichtingen van respondenten die zich onveilig voelen, blijkt dat onveiligheid niet altijd voortkomt uit expliciete aspecten van grensoverschrijdend gedrag. Vaker komt het voort uit situaties zoals aangestaard worden en het ervaren van angst.

'Ik heb nog niks meegemaakt waardoor ik me onveilig voel. Maar ervaar vaak toch een macho sfeer in de sportschool, waardoor ik me niet veilig voel.' (Non-binair persoon, 18-29 jaar)

'Ik heb een nare ervaring gehad waarin iemand mij een ietwat te persoonlijke vraag stelde rondom mijn identiteit en dit heeft mijn gevoel van veiligheid aangetast, ondanks dat het geen slecht bedoelde vraag was.' (Queer (trans) man, 19-29 jaar)

'Na drie jaar misgenderen ze me nog steeds. Ik voel me niet veilig om ze continu te verbeteren, ik wil geen discussies en onprettige reacties uitlokken. Ze maken homofobe grappen, transfobe grappen. Ze luisteren niet wanneer ik iets aanklaart, maar schieten in de verdediging en bagatelliseren mijn probleem.' (Non-binair persoon, 30-44 jaar)

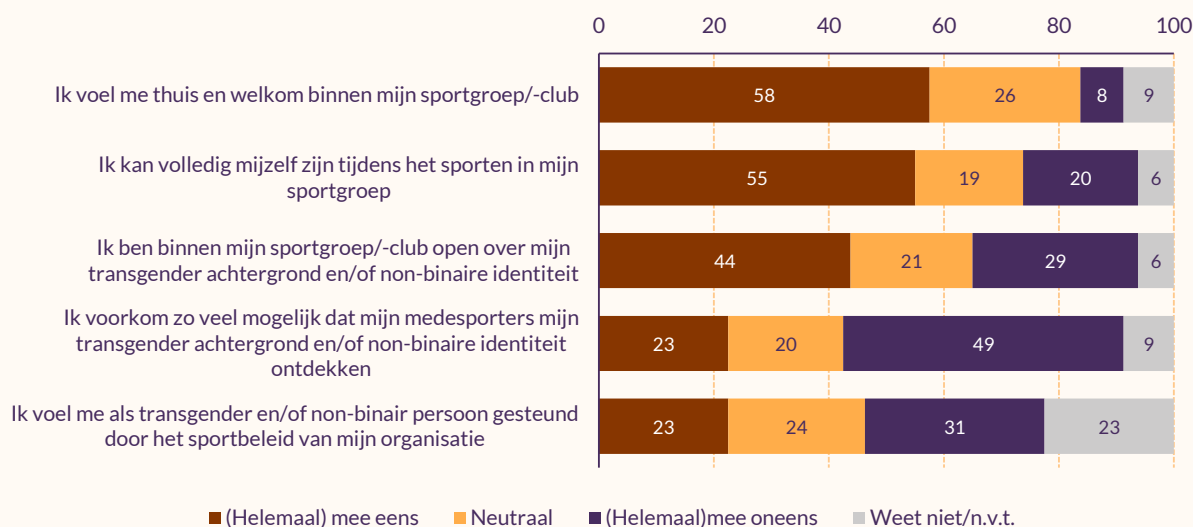
Ervaren 'thuisgevoel' en steun binnen de sport

Bijna zes op de tien respondenten hebben het gevoel dat ze zichzelf kunnen zijn en voelen zich thuis binnen hun sportgroep (58%, zie figuur 4.5). Ruim vier op de tien zijn open over hun genderidentiteit (44%), terwijl bijna een kwart zoveel mogelijk voorkomt dat deze ontdekt wordt (23%).

Figuur 4.4

Mate waarin transgender/non-binaire personen het eens zijn met stellingen over de acceptatie van hun genderidentiteit binnen hun sportgroep/-club

(in procenten, n=116)



Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut.

Respondenten antwoorden heel wisselend op de stelling in hoeverre ze zich als transgender of non-binair persoon gesteund voelen door het sportbeleid van de sportorganisatie. Een kwart geeft aan dit niet te weten of dat dit niet van toepassing is. Mogelijk komt dit doordat er binnen veel sportorganisaties geen (draagvlak voor) beleid bestaat (zie pagina 42).

Het gebrek aan beleid kan ook tot gevolg hebben dat een organisatie niet adequaat handelt wanneer iemand zich onveilig voelt of gediscrimineerd wordt.

***'Ik voel me niet onveilig maar ook niet volledig comfortabel. Zo werd er een paar maanden geleden in de kleedkamer discriminerend gesproken over non-binaire personen terwijl ik me nog moest omkleden. Toen voelde ik me niet veilig en heb ik een mailtje gestuurd naar de sportschool. Zij zagen deze discriminatie als vrijheid van meningsuiting en dit maakte mij boos en verdrietig.'* ((Trans) man, 18-29 jaar)**

Positieve en negatieve reacties over genderidentiteit

Bijna drie kwart van de respondenten heeft wel eens te maken gehad met persoonlijke opmerkingen over hun genderidentiteit (74%, zie figuur 4.6). Ongeveer de helft heeft ten minste één positieve reactie meegemaakt (51%), eenzelfde aandeel ten minste één negatieve reactie (54%).

Van de positieve reacties komen de meeste van medesporters (89%, niet in figuur) en trainers (60%, niet in figuur) en in minder mate van bestuurders (29%). Een respondent licht toe hoe diens coach steun gaf:

'Tijdens de eerste training voelde ik me niet comfortabel om te douchen bij alle cismannen uit het team. Ik ben naar de coach gelopen en gaf aan dat ik wel graag wil douchen. Hij heeft geregeld dat ik elke week een eigen kleedkamer heb en als ik wil, mag ik altijd gewoon bij het team douchen.' (Non-binair persoon, 18-29 jaar)

Algemene grappen over transgender/non-binaire personen (35%), onbegrip (33%) en ongepaste vragen over transgender/non-binaire personen (29%) zijn de meest voorkomende negatieve ervaringen (zie figuur 4.6). Een kleiner aandeel heeft te maken gehad met uitsluiting door de sportgroep, uitsluiting door de sportorganisatie, uitschelden, lichamelijk geweld en bezwaren tegen de transitie. Geen van de respondenten heeft te maken gehad met seksueel geweld.

Onderstaande voorbeelden illustreren de verschillende ervaringen.

'Scheldwoorden en of lacherig gedrag van andere personen die je raar aankijken.' (Queer non-binair persoon, 30-44 jaar)

'Over het algemeen heb ik positieve opmerkingen en steun ervaren, zeker vanuit mijn persoonlijke omgeving. Omdat in de sportomgeving niemand weet dat ik trans ben, heb ik hier vooralsnog geen last van gehad. Wel heb ik tijdens het zwemmen een aantal keer nare blikken, onbegrip en vervelende opmerkingen gekregen.' (Queer (trans) man, 18-29 jaar)

'Het is het standaard riedeltje "is dat nou een jongen of een meisje" op een denigrerende toon. Mensen die opzettelijk anderen gaan corrigeren als iemand mij correct aansprak, uitgescholden worden voor homo en andere trans en homo gerelateerde slurs [beledigingen, red.]. Verder ook genoeg mensen negatief over trans mensen horen praten, met name vanuit een religieus perspectief.' (Queer non-binair persoon, 18-29 jaar)

Figuur 4.5

Mate waarin transgender/non-binaire groeps- en individuele sporters tijdens sportbeoefening in de afgelopen twaalf maanden te maken gehad hebben met opmerkingen of gedragingen rondom hun genderidentiteit

(in procenten, n=84, meerdere antwoorden mogelijk)



Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut.

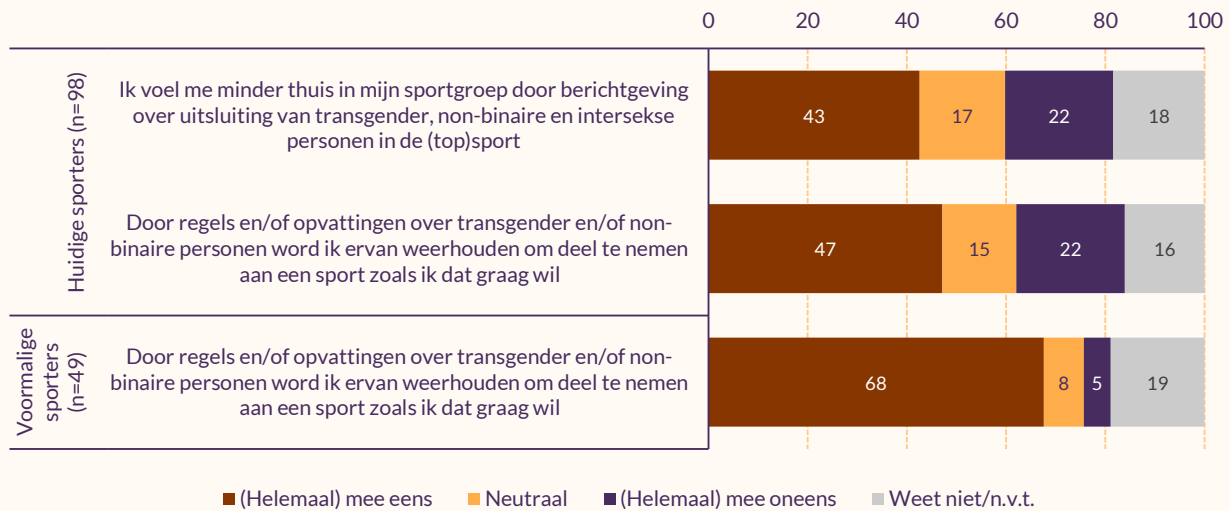
Ruim vier op de tien sporters voelen zich minder thuis in de sport door mediaberichtgeving over uitsluiting van transgender, non-binaire en intersekse personen in de (top)sport (43%, zie figuur 4.7). Transgender vrouwen ervaren deze invloed het sterkst (niet in figuur).

Bijna de helft van de sporters geeft aan dat de huidige regelgeving over transgender/non-binaire personen hen belemmert om te sporten zoals ze dat zelf graag willen (47%). Onder niet-sporters is dit bijna zeven op de tien (68%). Ook dit geldt in sterkere mate voor vrouwen (niet in figuur).

Figuur 4.6

Mate waarin transgender/non-binaire personen het eens zijn met stellingen over regels en berichtgeving, naar sportparticipatie

(in procenten, n=124)



Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut.

4.3 Belemmeringen voor niet-sporters

We constateerden in paragraaf 4.2 al dat oud-sporters zich relatief vaker onveilig hebben gevoeld in de sport dan sporters.

Onder niet (meer) sportende respondenten is angst voor vervelend gedrag veruit de meest genoemde reden om niet te sporten (67%, zie figuur 4.10). Andere veelgenoemde redenen zijn weinig vertrouwen in het eigen lichaam (vaak genoemd door (trans) mannen) en moe zijn (beide 45%). Ruim een op de vijf respondenten vindt sporten niet leuk (zie figuur 4.8). Ook hebben twee op de vijf niemand om mee te sporten of negatieve ervaringen met vroegere sportdeelname.

Andere genoemde redenen hebben vooral te maken met negatieve ervaringen en de binaire indeling van een sportomgeving. Met name de keuze tussen een mannen- of vrouwenteam, gescheiden kleedkamers, kledingvoorschriften en een niet-accepterende omgeving worden als drempels genoemd.

'Groepssporten vond ik altijd al vervelend, ook voordat ik uit de kast kwam. Dit lag aan de gezamenlijke kleedkamers en de sportkleding. Ik hoefde nooit kleding aan op basis van geslacht, maar omdat ik mij niet goed voelde in mijn lichaam was alle strakke kleren vervelend voor mij. Het gezamenlijke omkleden was ook altijd vervelend omdat ik bang ben voor nare reacties of vragen terwijl ik kwetsbaar ben (weinig kleren).' (Queer (trans) man, 18-29 jaar)

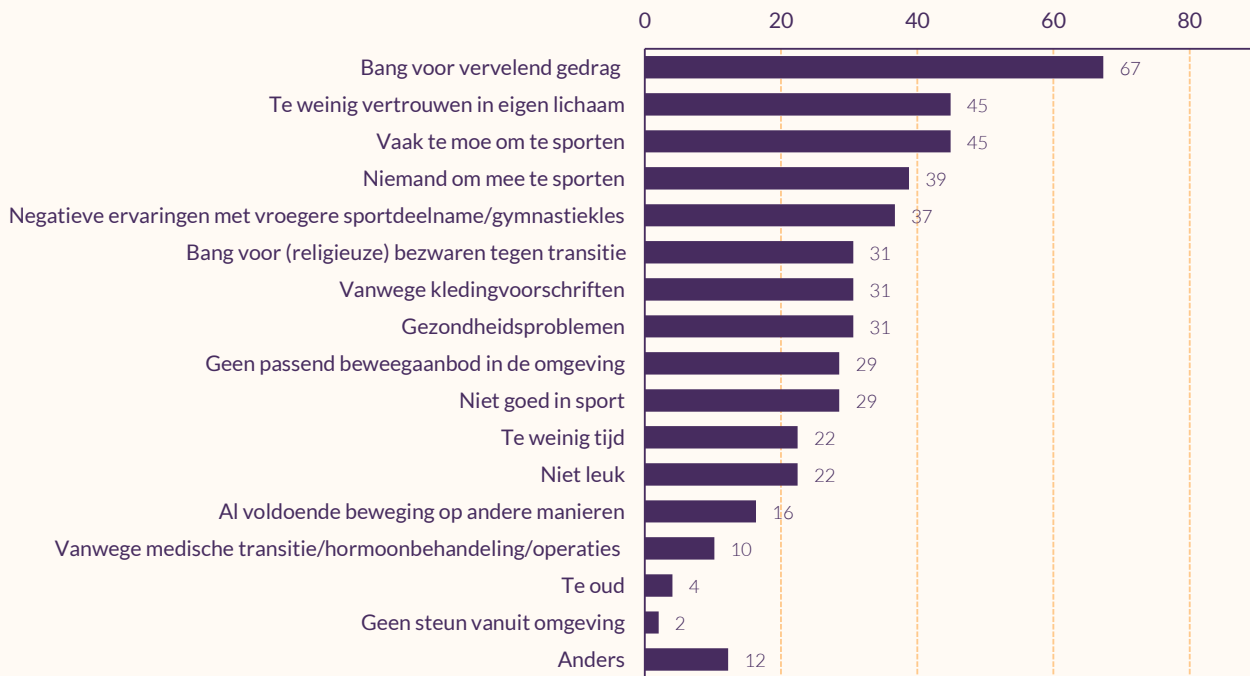
'Ik ben gestopt met sport toen ik 12 was, een jaar nadat ik uit de kast kwam als trans man. De kledingvoorschriften waren redelijk streng en de omgeving niet geweldig. Sinds dat moment heb ik niet meer gesport, hoewel ik er wel interesse in heb.' (Queer (trans) man, 16-18 jaar)

Dat respondenten niet (meer) sporten, betekent dus niet direct dat zij niet willen sporten of hier geen interesse in hebben.

Figuur 4.7

Mate waarin niet (meer) sportende transgender/non-binaire personen verschillende factoren ervaren die hun sportdeelname belemmeren

(in procenten, n=49, meerdere antwoorden mogelijk)



Bron: Data transgender personen 2024 (open online werving TN), Mulier Instituut.

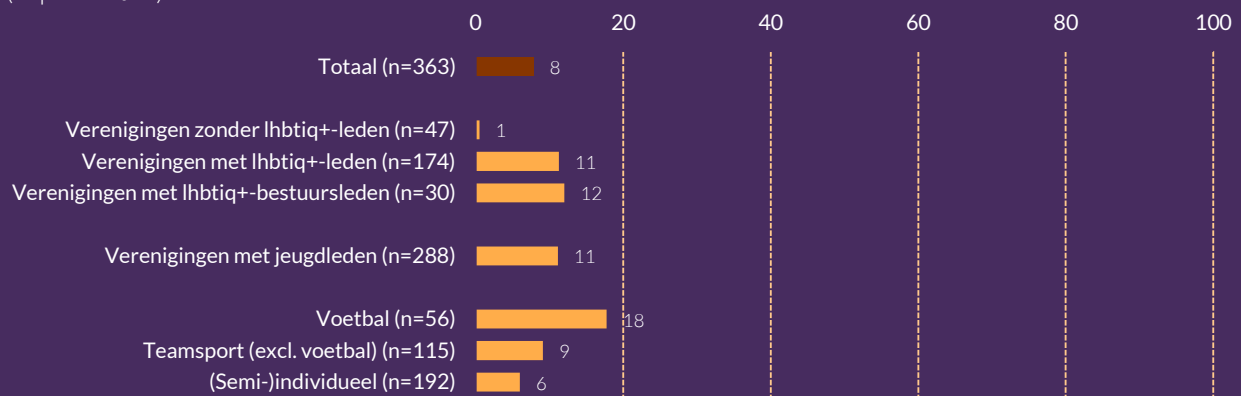
Ti+-aandacht en -beleid op sportverenigingen

De meeste verenigingsbestuurders denken niet dat er aandacht nodig is voor inclusie of het tegengaan van discriminatie van gender- en seksediverse personen in hun tak van sport (92%, zie figuur 4.8). Verenigingen met lhbtq+-leden denken dit wat vaker. Daarnaast valt op dat bestuurders van voetbalverenigingen relatief vaak denken dat zulke aandacht nodig is, al blijft het een minderheid (18%).

Figuur 4.8

Mate waarin verenigingsbestuurders denken dat er aandacht nodig voor inclusie en/of het tegengaan van discriminatie voor gender- en seksediverse personen in hun tak van sport

(in procenten)



Bron: Mulier Instituut Verenigingspanel winter 2024/2025.

Meer dan acht op de tien zwembaden hebben geen beleid over de omgang met transgender, non-binaire en/of intersekse personen (82%, zie figuur 4.9). Bij zwembaden met beleid is de optie tot non-binaire genderregistratie bij inschrijving de meest genomen beleidsmaatregel.

Figuur 4.9

Mate waarin er beleid is over de omgang met transgender, non-binaire en/of intersekse personen bij zwembaden

(in procenten, n=73)



Bron: Mulier Instituut peiling zwembaden winter 2024/2025.

Intersekse personen: sportdeelname en ervaringen

In dit hoofdstuk presenteren we de uitkomsten van de vragenlijst onder intersekse personen. Hierin bespreken we welzijn, ervaren veiligheid, sportdeelname en intersekse ervaringen in de sport.

5.1 Ervaren gezondheid en tevredenheid, openheid en veiligheid

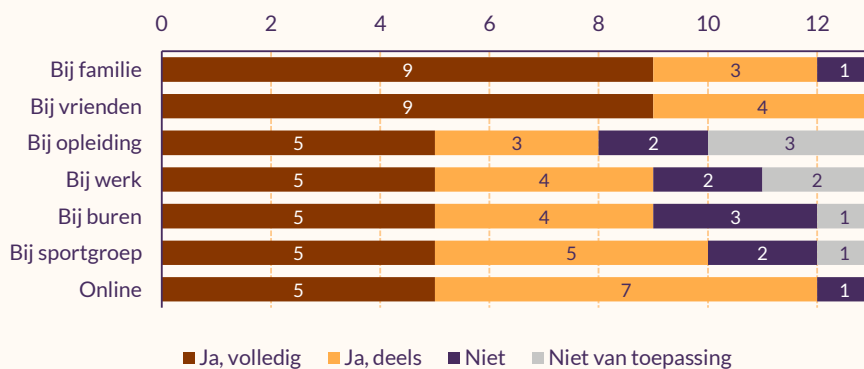
Vier van de tien respondenten beoordelen hun gezondheid als (zeer) goed en de helft als redelijk. Eén respondent beoordeelt diens gezondheid als slecht. Gemiddeld geven ze een 7,4 voor hoe tevreden ze zijn met het leven op dit moment.

De meerderheid van de respondenten is volledig open over hun intersekse-zijn bij familie en vrienden (zie figuur 5.1). Iets meer dan een derde is daar volledig open over binnen hun opleiding, werk, buurt en sportgroep, en online. Slechts een enkeling is daar in geen enkele omgeving open over.

Vanwege het grote stigma en de onwetendheid over intersekse is het aannemelijk dat de respondenten die de vragenlijst invulden, juist degenen zijn die hier open over zijn. Deze openheid beïnvloedt hun ervaringen.

Figuur 5.1
Mate van openheid over vorm van seksediversiteit in verschillende omgevingen

(in aantallen, n=13)



Bron: Data intersekse personen 2024 (open online werving NNID), Mulier Instituut.

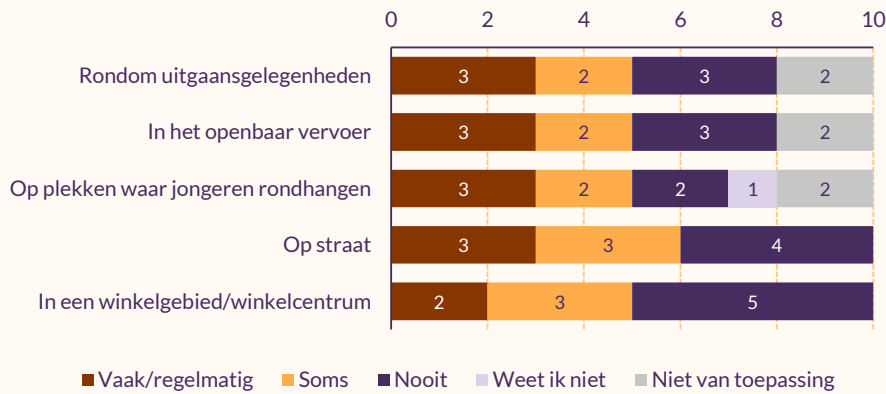
We vroegen de respondenten naar hun ervaren gevoel van veiligheid op verschillende locaties. Zeven van de tien voelden zich op ten minste één locatie wel

eens onveilig (niet in figuur). Er zijn geen duidelijke verschillen tussen de locaties (zie figuur 5.2).

Figuur 5.2

Mate waarin intersekse respondenten zich wel eens onveilig hebben gevoeld, naar verschillende openbare plaatsen

(in aantallen, n=10)



Bron: Data intersekse personen 2024 (open online werving NNID), Mulier Instituut.

5.2 Sportdeelname

Sportdeelname en frequentie

Veertien van de achttien respondenten doen aan sport, waarvan bijna iedereen wekelijks. Zeven respondenten hebben vrijwel hun hele leven gesport (zie figuur 5.3). Dertien van de veertien sporten één keer in de week of meer (niet in figuur). Vier respondenten sporten niet (meer). Twee respondenten geven aan ooit deel te hebben genomen aan sportactiviteiten gericht op lhbtqi+-personen.

Figuur 5.3

Sportdeelname intersekse personen

(in aantallen, n=18)



Bron: Data intersekse personen 2024 (open online werving NNID), Mulier Instituut.

Manier van sportbeoefening

Bijna de helft van de sportende respondenten is lid van een fitnesscentrum. Een derde sport enkel alleen. Twee respondenten zijn lid van een zwembad, twee van een sportvereniging en twee van een andere sportaanbieder. Eén respondent sport in een informeel groepje en één is lid van een maatschappelijke organisatie.

Fitness is de meest beoefende sport, gevolgd door zwemmen. Andere beoefende sporten zijn crossfit, hardlopen, vecht- en verdedigingssport, wandelsport en bowling. Buiten waterpolo noemen de respondenten geen enkele teamsport (zie tabel B1.1 in bijlage 1).

Redenen om niet te sporten

Voor drie van de vier niet-sporters is angst voor vervelend gedrag een reden om niet (meer) te sporten. Andere redenen zijn geen steun, te weinig geld en te weinig vertrouwen. Sommige respondenten hebben binnen de sport bovendien te maken gehad met onwetendheid en onbegrip vanwege hun intersekse-zijn.

***'Vind het moeilijk om sport te vinden omdat het vaak toch spiergroepen man vrouw is verdeeld. Wat is dan goed voor mij? Weinig onderzoek en weinig begrip, dus drempel is hoog om te sporten.'* (Vrouw, 30-44 jaar)**

***'Nu wandel ik veel in mijn vrije tijd, maar vroeger deed ik wel fanatiek zwemmen, maar dat durf ik niet meer echt en voel ik me oncomfortabel bij vanwege mensen die staren etc.'* (Non-binair, 18-29 jaar)**

5.3 Ervaringen van intersekse personen in de sport

Wederkerige invloed sportgedrag en intersekse

Veertien van de zeventien respondenten ondervonden dat sport een confrontatie was met het zijn van een intersekse persoon (zie figuur 5.4). Voor elf respondenten was sport van positieve betekenis voor het intersekse-zijn, voor zes respondenten was deze betekenis (ook) negatief. Deze dubbele betekenis betrof ook de confrontatie met het eigen lichaam. Voor vijf respondenten was deze positief en voor vijf respondenten negatief.

Anders dan bij trans/non binaire respondenten hielp sport geen enkele intersekse respondent bij fysieke ondersteuning van een medisch traject of bij de ontwikkeling van een lichaam dat beter bij de identiteit past.

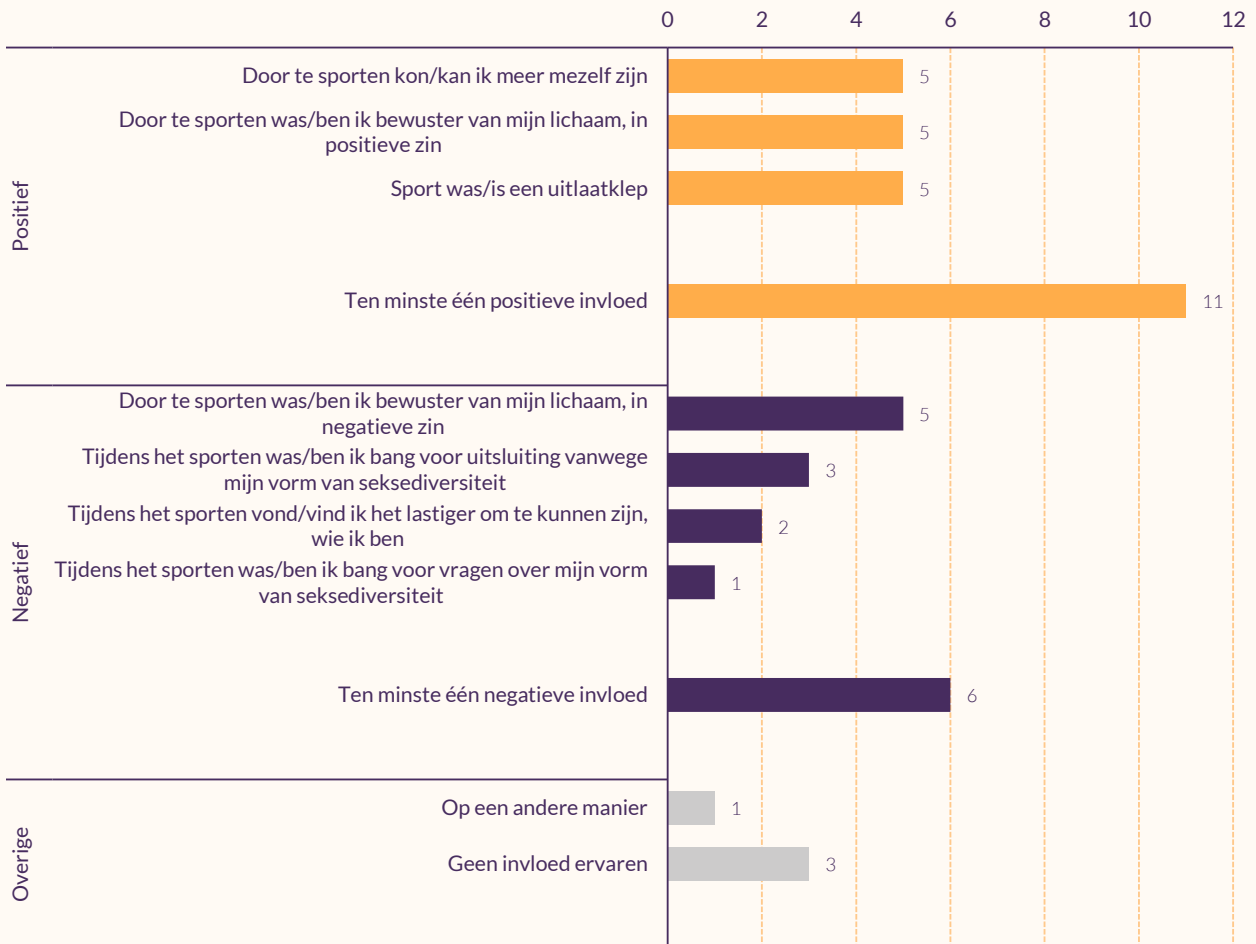
Positieve ervaringen kunnen worden beïnvloed door sporten in een veilige omgeving. Zo geeft een respondent aan dat diens ervaringen vrijwel alleen maar positief zijn vanwege het feit dat die enkel sport 'bij verenigingen die lhbtqia+ vriendelijk zijn'. Een ander licht toe dat sport een uitlaatklep is.

'Uitlaatklep, ik praat veel tegen mijn trainer over het wel en wee in mijn leven. En hij is altijd een luisterend oor.' (Vrouw, 45-64 jaar)

Figuur 5.4

Mate waarin sportgedrag invloed heeft op intersekse ervaringen*

(in aantallen, n=17, meerdere antwoorden mogelijk)



Bron: Data intersekse personen 2024 (open online werving NNID), Mulier Instituut.

Geen enkele respondent gaf het antwoord 'sporten hielp/helps ter fysieke ondersteuning van mijn hormoonbehandeling/medische traject' of 'via sport wil(de) ik mijn lichaam zo ontwikkelen dat het beter bij mijn identiteit past'.

Sport is niet alleen van invloed op de specifieke ervaringen van intersekse-zijn. Andersom ervaren veertien van de zeventien intersekse respondenten dat hun vorm van seksediversiteit van invloed is op het sportgedrag (zie figuur B1.1 in bijlage 1)

Vijf respondenten zijn gestopt bij een sportaanbieder, vier hebben deelname aan wedstrijden vermeden en twee zijn helemaal gestopt met sporten. Daarnaast kiezen respondenten soms bewust voor bepaalde typen sporten. Bijvoorbeeld waar

lichamelijke kenmerken minder belangrijk zijn of waar minder strikte binaire genderindelingen of kledingvoorschriften gelden.

Sportomgevingen kunnen, zeker wanneer het lichaam zeer zichtbaar is, gevoelens van ongemak veroorzaken.

'Zou waterpolo willen doen maar ongemak bij zwemkleding' (Vrouw, 18-29 jaar)

Daarnaast kunnen intersekse personen uitdagingen ervaren bij teamsporten en wedstrijden vanwege de binaire man-vrouwindeling. Zowel naar seksediversiteit als gendernormen kan ervaren uitsluiting plaatsvinden.

'Als intersekse vrouw ben je medisch niet vrouw genoeg om te starten met de vrouwen. Toch ben je daar sociaal welkom. Maar omdat je geen man bent, ben je om twee redenen uitgesloten bij de mannen ook. Ten eerste ben je geen man. Dus kom je niet in aanmerking. Maar ten tweede ben je sociaal gezien ook niet welkom. Mannen zijn superieur aan vrouwen.' (Vrouw, 45-64 jaar)

Meeste respondenten voelen zich op hun plek, bespreekbaarheid wisselend

De meeste respondenten voelen zich thuis binnen hun sportgroep, kunnen zichzelf zijn en zijn open over hun intersekse-zijn (zie figuur 5.5). Een respondent licht toe bewust voor specifieke verenigingen te kiezen:

'Heb mijn sportverenigingen specifiek geselecteerd op toegankelijkheid voor mensen zoals ik.' (Non-binair, vrouw, queer, leeftijd onbekend)

Tegelijkertijd bestaat er sterke verdeeldheid over de mate waarin de respondenten denken dat hun intersekse-zijn bespreekbaar is binnen de sportgroep: drie respondenten denken dat het goed bespreekbaar is, drie niet.

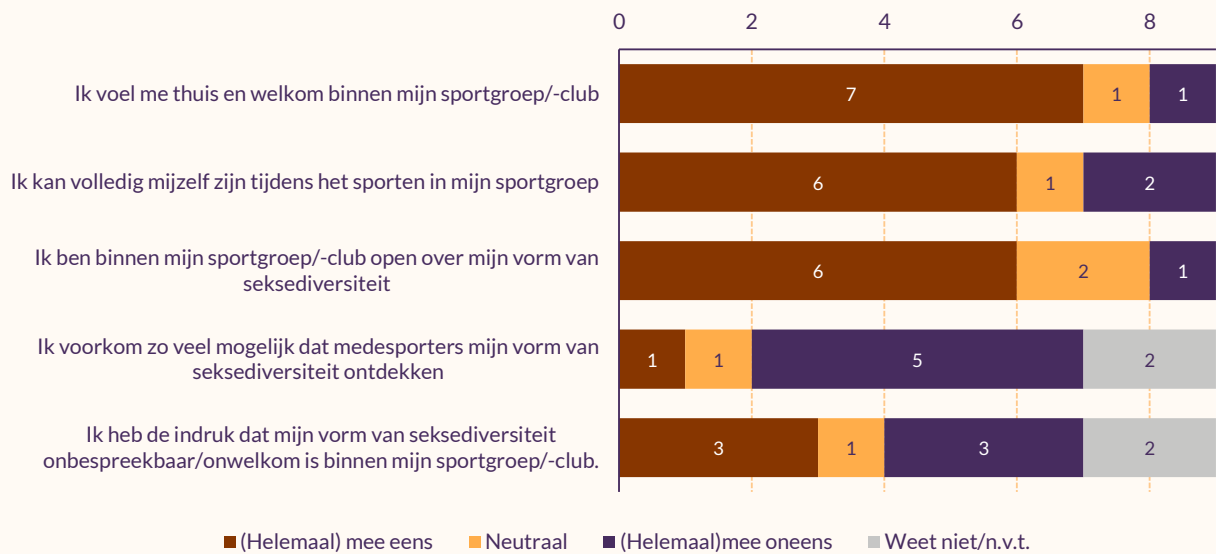
Van de groepssporters voelen zes van de acht zich veilig in hun huidige sportomgeving (niet in figuur). Van de twee respondenten die zijn gestopt met sporten, voelde één zich neutraal en één (zeer) onveilig.

'Veiligheid neutraal omdat ik altijd in exact dezelfde situatie blijf. Vis in dezelfde viskom. Daarbuiten onveilig. Geen omstaanderondersteuning.' (Vrouw, 45-64 jaar)

Figuur 5.5

Mate waarin intersekse sporters het eens zijn met stellingen over acceptatie binnen sportgroep/-club

(in aantallen, n=9)



Bron: Data intersekse personen 2024 (open online werving NNID), Mulier Instituut.

Zowel positieve als negatieve reacties over intersekse

Alle sporters hebben wel eens te maken gehad met opmerkingen en gedragingen gerelateerd aan het feit dat ze intersekse zijn (n=11, zie figuur 5.6). Acht sporters hebben ten minste één positieve ervaring, tien ten miste één negatieve.

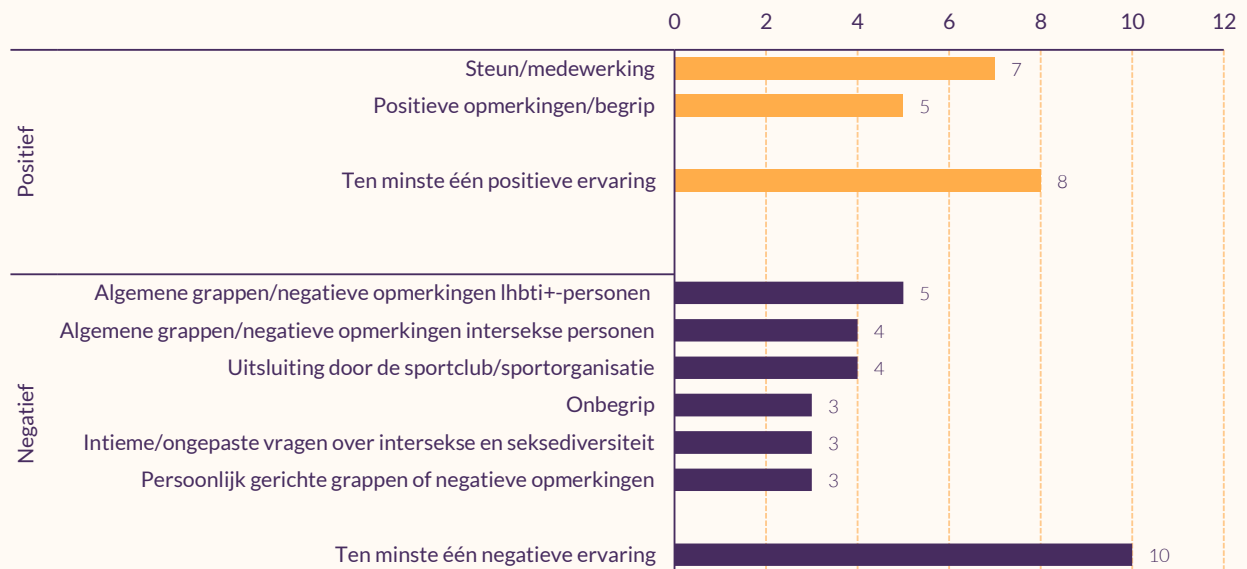
Vijf van de zes intersekse respondenten die wel eens steun hebben ervaren, kregen die van de coach/trainer, vier van sportgenoten (niet in figuur).

Algemene grappen en opmerkingen over lhbtq+-personen en specifiek over intersekse personen zijn de meest voorkomende negatieve gedragingen die de respondenten hebben meegemaakt (zie figuur 5.6). Geen enkele respondent is uitgesloten door een informele sportgroep, is uitgescholden of heeft te maken gehad met lichamelijk of seksueel geweld.

Figuur 5.6

Mate waarin intersekse groepssporters bij de beoefening van sport te maken gehad hebben met opmerkingen of gedragingen rondom intersekse*

(in aantallen, n=11, meerdere antwoorden mogelijk)



Bron: Data intersekse personen 2024 (open online werving NNID), Mulier Instituut.

Geen enkele respondent gaf het antwoord 'uitsluiting door de sportgroep', 'uitschelden/naroeppen', 'lichamelijk geweld/bedreiging', 'seksueel geweld/intimidatie', 'anders', of 'geen van deze'.

Het portret op de volgende pagina laat de complexiteit van intersekse binnen de sport zien. Dit portret hebben we geschreven op basis van de toelichtingen van een vrouwelijke respondent. Hierin komen zowel positieve (steun van teamgenoten) als negatieve (sport)ervaringen (kleedkamergebruik en angst) aan bod. Hoewel het portret de ervaringen van één respondent weergeeft, laat het duidelijk zien waar intersekse personen in de sport mee te maken (kunnen) krijgen.



Portret: 'Douchen in "groepsverband" vond ik gruwelijk'

Vrouw, 45-64 jaar

Een vrouwelijke respondent beschrijft dat ze vanwege haar intersekse-zijn geopereerd is en hormoonbehandeling heeft ondergaan. Die operatie vond plaats onder 'valse voorwendsele'. Haar werd verteld dat haar 'baarmoeder en eierstokken rudimentair [onontwikkeld, red.] waren' en dat deze 'weg moesten omdat het een gezwel kon worden'. Dat bleek achteraf niet de reden van de operatie te zijn: 'vijftien jaar later kwam ik erachter dat ik testis heb.'

De vrouw heeft vrijwel haar hele leven gesport en sport nog altijd, maar haar ervaringen met sport waren vanwege haar seksediversiteit lang niet allemaal positief. Ze geeft aan dat vroeger vooral de kleedkamer en het douchen voor veel ongemak zorgden. En dat ze vanwege het samen douchen in een grote ruimte zelfs gestopt is met haar sport. 'Douchen in "groepsverband" vond ik gruwelijk. Ik moest drie keer per week (...) verplicht douchen [na de training]. En in die tijd werd er amper tot niet geschoren. En ik had geen pubisbeharings [ook wel: schaamhaar, red.]. Ik viel dus echt uit de toon. Ik bleef net zo lang wachten totdat iedereen klaar was en dan ging ik de douche schoontrekken. Die taak had ik naar mij toegetrokken om mij niet bloot te geven. Wat een gedoe, ik heb daar echt wel psychisch een tik van opgelopen. Ik viel zo uit de toon dat het douchen een enorm probleem werd voor mij en daarom ben ik gestopt. Ik was jong, bang, vreselijk bang dat iemand mijn grote geheim zou ontdekken. Want dat is het heel lang geweest...'

Dat ze intersekse is, heeft ze dus lang geheimgehouden. Toch besloot ze recent om bij haar sport open te zijn over haar intersekse-zijn. 'Twee dames in de koffiegroep na de sportactiviteit (...) waren nogal stellig over het feit dat er voor hen alleen maar vrouwen en mannen bestonden en niks ertussenin. Ik zie er heel vrouwelijk uit, maar heb wel degelijk testis gehad. Ik ben een xy-vrouw. Op dat moment had ik twee keuzes: ik kon zwijgen, of juist open zijn. Ik koos voor optie twee. De twee dames waren snel buiten, haha. De rest was erg geïnteresseerd. Iemand van de club kwam er later op terug en stopte zelfs een krantenartikel in mijn brievenbus. Ik heb het allemaal luchtig gehouden, maar ik kan tegenwoordig wel mijzelf zijn. Ik heb geen geheimen meer en dat voelt heel erg vrij.' Dat ze met name positieve reacties kreeg, zorgde ervoor dat ze meer zichzelf kon zijn.

Door haar ervaringen in de sport, en de kleedkamer in het bijzonder, beveelt ze sportverenigingen en -organisaties aan om in plaats van 'massale douches en kleedgelegenheden', gebruik te maken van individuele 'hokjes'. 'Dat was voor mij destijds een uitkomst geweest.' Ze denkt dat ook andere intersekse personen zich daardoor (meer) welkom en geaccepteerd zullen voelen.

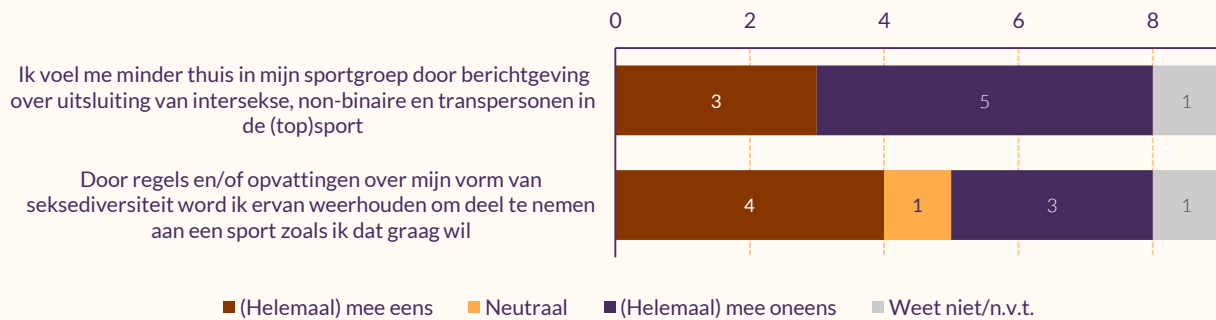
Deel ervaart uitsluiting door regels in de sport en mediaberichtgeving

De meeste respondenten voelen zich niet minder thuis in hun sportgroep door berichtgeving over uitsluiting in de media (zie figuur 5.7). Wel geeft nagenoeg de helft aan weerhouden te worden van sport zoals ze dat graag willen door regels en/of opvattingen over intersekse.

Figuur 5.7

Mate waarin intersekse personen het eens zijn met stellingen over regels en berichtgeving

(in aantallen, n=9)



Bron: Data intersekse personen 2024 (open online werving NNID), Mulier Instituut.



Conclusies en aanbevelingen

In dit slothoofdstuk formuleren we de belangrijkste conclusie van ons online vragenlijstonderzoek naar sportgedrag en ervaringen onder intersekse personen (n=18) en transgender personen (n=147).

Voor de kleine responsgroep intersekse personen betreft het een eerste verkenning van hun sportervaringen. Onder transgender personen is het een vervolgmeting op een eerste kwantitatieve bevraging in 2021. De huidige responsgroep is beduidend jonger en kent een grote groep (stedelijke) non-binaire personen, die in de vorige meting vrijwel afwezig was.

6.1 Conclusies

Een sportactieve en activistische responsgroep trans personen

De transgender/non-binaire personen die we bevroegd hebben in dit onderzoek, sporten ongeveer even vaak wekelijks als hun leeftijdsgenoten in de hele bevolking. En ze zijn zelfs wat vaker actief bij sportverenigingen, deels in categoriaal lhbtq+- of transgender/queer sportverband.

Bijna twee op de drie respondenten hebben wel eens deelgenomen aan sport of andere categorale vrijetijdsactiviteiten, waaronder 'activisme'. Vooral trans personen die zich ook als queer identificeren, zijn actief 'in eigen kring' (vgl. Panteia et al., 2024, p.46).

Genderidentiteit en intersekse van grote invloed op sportgedrag

Vergelijkbaar met cisgender sporters zijn fitness, hardlopen en zwemmen veel beoefende sporten onder de transgender/non-binaire responsgroep. Daarnaast doen ze opvallend vaak aan klimmen/boulderen.

Vrijwel alle transgender/non-binaire respondenten (91%) geven aan dat hun sportgedrag deels beïnvloed wordt door hun genderidentiteit. Ze kiezen bijvoorbeeld voor een individuele sport of kleden zich zoveel mogelijk thuis of in individuele kleedruimtes om (beide 43%). Een kwart heeft sporten vermeden waar gendercategorieën een rol spelen, is gestopt bij een sportaanbieder of heeft wedstrijden vermeden.

Ook de meeste intersekse respondenten benoemen dat hun vorm van seksediversiteit hun sportgedrag heeft beïnvloed. Stoppen bij een sportaanbieder, deelname aan wedstrijden vermijden en kiezen voor een bepaald soort sport noemen ze het vaakst.

Groot deel vindt plek in de sport, maar ook veel negatieve ervaringen

Ondanks hun zoektocht heeft het merendeel van de transgender/non-binaire respondenten die aan sport doen, een plek in de sport gevonden waar ze zich veilig en thuis voelen. De helft van de sporters ervaart expliciete steun of begrip van medesporters.

Tegelijkertijd geeft een aanzienlijk deel aan niet (volledig) zichzelf en niet open te kunnen of willen zijn over de eigen genderidentiteit. Slechts een minderheid voelt zich gesteund door het sportbeleid van hun sportorganisatie. De helft van de sporters heeft te maken met negativiteit door medesporters gerelateerd aan hun genderidentiteit. Een vergelijkbaar aandeel ervaart belemmeringen in sportbeoefening door de regels en heersende opvattingen over transgender/non-binaire personen in de sport.

Ook intersekse respondenten hebben in de sport te maken gehad met negativiteit van medesporters, zoals negatieve opmerkingen, ongepaste vragen en onbegrip. Deze ervaringen of de angst hiervoor zijn redenen om niet (volledig) open te zijn over hun vorm van seksediversiteit of om niet (meer) te sporten.

Sport zowel ondersteunend als confronterend

De resultaten laten zien dat sport voor veel transgender en intersekse personen een belangrijke rol speelt in het mentale welzijn, als uitlaatklep of bij de ontwikkeling naar een lichaam dat past bij hun genderidentiteit.

Maar sport kan ook gepaard gaan met de confrontatie met een lichaam dat niet past bij binaire gendernormen over mannen- en vrouwenlichamen of dat niet (meer) overeenkomt met hun genderidentiteit. Daarnaast is sport een plek waar relatief veel transgender/non-binaire sporters zich kwetsbaar voelen, door de sterke benadrukking van binaire genderindelingen (in o.a. kleedkamers, kleding, en wedstrijden).

Meer argwaan onder oud- en niet-sporters

Respondenten die niet meer aan sport doen, geven vaker aan dat zij zich in het verleden in de sport onveilig hebben gevoeld. De angst voor vervelend gedrag is de meest genoemde belemmering, naast belemmeringen als weinig vertrouwen in het eigen lichaam, moe zijn en niemand hebben om mee te sporten. Ook ervaren zij sterkere belemmeringen om te sporten door de regels en opvattingen die binnen de sport heersen over transgender/non-binaire personen.

Sportaanbieders hebben nog weinig aandacht voor transgender, non-binaire en intersekse personen

Een op de tien bestuurders van sportverenigingen vindt aandacht voor de inclusie van transgender, non-binaire en intersekse personen nodig. Onder verenigingen met lhbtqi+-leden en voetbalverenigingen is dit vaker het geval.

Twee op de tien zwembaden hebben beleid over de omgang met transgender, non-binaire en/of interseks personen. Daarbij is de optie tot non-binaire genderregistratie bij inschrijving de meest genomen beleidsmaatregel.

6.2 Discussie

Mainstreaming van non-binaire trans personen

Toen we de data van transgender respondenten in 2021 analyseerden, was er onder de onderzoekers weinig verbazing over het relatief geringe aandeel personen dat zichzelf als non-binair identificeerde. Deze verbazing is er evenmin over de data uit het huidige onderzoek, waarin meer dan de helft van de respondenten zich (ook) als non-binair identificeert. Deze verschuiving lijkt immers te passen binnen de maatschappelijke ontwikkelingen sinds 2021.

De zichtbaarheid van genderdiverse personen lijkt een vlucht te hebben genomen. Deze zichtbaarheid gaat gepaard met het gegeven dat Nederlanders die zich niet herkennen in de binaire genderidentiteit van 'man' of 'vrouw', meer kennis en mogelijkheden hebben gekregen om hun genderidentiteit uit te drukken. Waar de genderidentiteit non-binair onder genderdiverse personen in 2021 nog enigszins in de marge leek te bestaan, lijkt er mainstreaming plaats te vinden van meervoudige en fluide genderidentiteiten onder genderdiverse personen.

Sport als binaire omgeving misbruikt door tegenstanders genderdiversiteit

Het bewustzijn van het bestaan van deze verscheidene genderidentiteiten lijkt ook onder een deel van de Nederlandse bevolking te groeien. Uit onderzoek blijkt dat het aandeel Nederlanders met een positieve houding ten opzichte van gender- en seksediversiteit toeneemt (Panteia et al., 2024).

Tegelijk blijft er een groep Nederlanders bestaan die negatief denkt over gender- en seksediverse personen, of zelfs het bestaan van seksediversiteit en non-binariteit betwist. Zij gaan uit van een eenduidig te bepalen biologisch verschil tussen 'echte' mannen en vrouwen op basis van bijvoorbeeld chromosomen of hormonen, of ze zien genderdiverse personen als modeverschijnsel.

Hoewel de mate waarin er daadwerkelijk (groeierende) weerstand bestaat onder de Nederlandse bevolking lijkt mee te vallen (Panteia, et al., 2024), lijkt de zichtbaarheid en felheid van de weerstand tegen genderdiversiteit wel degelijk te groeien. De (top)sport wordt daarbij ingezet als belangrijk middel om de angst te vergroten voor inclusie van seks- en genderdiversiteit. Met als argument dat deelname van interseks en transgender vrouwen in de vrouwencategorie een bedreiging is voor de vrouwensport (Bell & Osborne, 2025).

Ditzelfde onderzoek bevestigt dat veel interseks en transpersonen zich door deze ontwikkelingen en de hiermee gepaard gaande negatieve en stigmatiserende media-aandacht minder welkom en veilig voelen in de sport (zie ook Visser et al., 2025). Ook blijkt het aantal meldingen van discriminatie van transgender personen in 2024 ten opzichte van eerdere jaren te zijn toegenomen (Transgender Netwerk, 2025).

Regenboogmoetheid, ook in de sport

Tegelijk zijn er signalen vanuit de praktijk dat een deel van de sport ‘regenboogmoe’ is. Er is in de afgelopen jaren relatief veel aandacht voor lhbtq+-acceptatie in de sport geweest, die op een aantal momenten – waaronder de ophef over de #OneLove-aanvoerdersband in het voetbal – zeer zichtbaar was in de media.

Hierdoor zien bijvoorbeeld sportbestuurders lhbtq+-inclusie soms als overmatig (Cremers & Elling, 2022). Dat maakt de toepassing van beleid ter bevordering van de lhbtq+-acceptatie complex.

Tegelijk is er meer integrale aandacht voor sociale veiligheid en antidiscriminatie in de sport. Daarbinnen dient ook lhbtq+-negativiteit aandacht te blijven krijgen.

6.3 Slotconclusie en aanbevelingen

Deze studie bevestigt dat een groot deel van de Nederlandse transgender/non-binaire en intersexe sporters tijdens sportbeoefening te maken krijgt met negatieve uitingen. En dat veel niet-sporters onder hen een gebrek aan ervaren veiligheid als drempel zien om te gaan sporten. Daarnaast staat de legitimiteit van sportdeelname door gender- en seksediverse personen wereldwijd onder druk.

De uitkomsten van dit onderzoek onderbouwen dan ook de noodzaak van **voortgaande beleidsaandacht voor inclusie gender- en seksediverse personen en het tegengaan van uitsluiting in de sport**. Binnen deze algemene aanbeveling onderscheiden we drie aspecten.

Vergroot de kennis over gender en seksediversiteit bij sportorganisaties

Veel respondenten ervaren belemmeringen door sportspecifieke regels en voelen zich onvoldoende gesteund door beleid, terwijl sportbestuurders vaak geen noodzaak zien voor specifiek lhbtq+-beleid. Meer kennis over de uitsluitende werking van het huidige sportlandschap, samen met actieve promotie van de handreiking voor gender- en seksediverse personen, kan sportaanbieders helpen hun aanbod toegankelijker te maken voor transgender en intersexe personen.

Maak beleid samen mét en niet over transgender en intersexe personen

Het is van belang om niet over, maar samen mét transgender en intersexe personen te handelen. Dit kan door bijvoorbeeld organisaties als TN en NNID, die deze groepen vertegenwoordigen, sterker aan te haken bij beleidsontwikkelingen binnen de sport die transgender en intersexe mensen raken.

Integreer lhbtq+-in-/uitsluiting binnen beleid veilig sportklimaat

Bij de uitvoering van het Nationaal Sportakkoord II hebben sportbonden en gemeenten veel aandacht voor het realiseren van basiseisen voor een veilig sportklimaat bij sportaanbieders en het tegengaan van discriminatie. Aangezien de sociale veiligheid van transgender en intersexe personen in de sport relatief laag is, moet het tegengaan van uitsluiting naar gender- en seksediversiteit juist ook in deze beleidsprogramma's aandacht krijgen.



Bronnen

Anderson, E., & Travers, A. (2017). *Transgender Athletes in Competitive Sport*. Routledge.

Bell, T. R., & Osborne, A. (2025). *Gender defenders of the sport binary. Mediating discourses of difference against intersex and transgender female athletes*. Peter Lang.

CBS/RIVM (2024). *Sportdeelname wekelijks: Het aandeel van de Nederlandse bevolking van 4 jaar en ouder dat één keer per week of vaker sport*. Sport en bewegen in cijfers. Geraadpleegd op 13 mei 2025, van <https://www.sportenbewegenincijfers.nl/kernindicatoren/sportdeelname-wekelijks>

CBS (2025). *Sociale contacten en maatschappelijke participatie*. Geraadpleegd op 13 mei 2025, van [https://www.cbs.nl/nl-nl-cijfers/detail/85541NED?q=vrijwilligerswerk](https://www.cbs.nl/nl-nl/cijfers/detail/85541NED?q=vrijwilligerswerk)

Cremers, R., & Elling, A. (2021). *Sportdeelname en ervaringen van transgender personen*. Mulier Instituut.

Cremers, R., & Elling, A. (2022). Lhbt+-acceptatie op de sportvereniging, horen daar grappen bij? In J. Steenberen, & V. Stevens, *Samenwerking, dialoog en zelforganisatie als kiemen van een positieve sportcultuur* (pp. 63-75). Mulier Instituut.

De Leeuw, B. (2022). *Sporten in een binaire wereld: Een onderzoek naar de ervaringen van niet cisgender sporters bij Nederlandse sportverenigingen*. Universiteit Utrecht.

Elling, A. (2010) *Buitengewoon grensoverschrijdend. Sportervaringen van transseksuele mannen en vrouwen*. Arko Sports Media/W.J.H. Mulier Instituut.

Erikainen, S. (2016) *Policing the sex binary: gender verification and the boundaries of female embodiment in elite sport*. University of Leeds.

International Olympic Committee (2021). *IOC framework on fairness, inclusion and non-discrimination on the basis of gender identity and sex variations*.

Kastelein, C., Keulen, B., Tukker, A., & Van der Have, M (2020) *10 keer vraag en antwoord over intersekse. Handreiking lhbtqia-emancipatie*. Movisie /NNID.

Kennis, M. (2024, 11 oktober). *Hoeveel LHBTQIA personen telt Nederland?* CBS. <https://www.cbs.nl/nl-nl/longread/statistische-trends/2024/hoeveel-lhbtqia-personen-telt-nederland->

Megens, M., Van Eekelen, Z., Oijnhausen, B., Penninga, J., & Poelstra, E. (2024). *Mediamonitor. In twijfel getrokken: Transgender mensen in de Nederlandse media in 2023*. Transgender Netwerk.

Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2024). Beantwoording kamervragen lid van Houwelingen (FVD) over vrouwensport, 22 oktober 2024.

NOC*NSF (2023). *Handreiking gender- en seksediverse personen*.

Panteia, Movisie & Ipsos I&O (2024). *Lhbtqi+-monitor 2024*. Panteia.

Roele, J. (2024, 8 april). *Klacht tegen non-binaire keeper Jays om meespelen bij vrouwen WV-HEDW*. Het Parool. Geraadpleegd op 13 mei 2025, van <https://www.parool.nl/amsterdam/klacht-tegen-non-binaire-keeper-jays-om-meespelen-bij-vrouwen-wv-hedw~b1b9c31c7/?referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F>

Transgender Netwerk (2025). *Meldingen transgenderdiscriminatie 2024*. Geraadpleegd op 13 mei 2025, van <https://www.transgendernetwerk.nl/wp-content/uploads/2025/04/2024-Meldingen-transgenderdiscriminatie-6.pdf>

Tweede Kamer der Staten-Generaal (2025, 4 maart). *Aanbieding petitie Pro Vrouw – ‘Geen mannen in vrouwensport’*.

Vermeer, R. (2024, 24 maart). *Dartsters stappen uit Oranje-selectie omdat teamgenoot trans vrouw is*. NOS. Geraadpleegd op 13 mei 2025, van <https://nos.nl/artikel/2514076-dartsters-stappen-uit-oranje-selectie-omdat-teamgenoot-trans-vrouw-is>

Visser, T., Greeven, A., Cremers, R., & Elling, A. (2025). *Sportverhalen van jonge lhbt+-personen: Een bundel met dertien unieke verhalen*. Mulier Instituut.

Van der Meer, S., Cremers, R., & Elling, A. (2025, in voorbereiding). *Veilig sportklimaat. Een vergelijking tussen de kernindicator ‘meestal veilig voelen in de sport’ en een alternatieve vraagstelling*. Mulier Instituut.

Bijlage 1 – Tabel en figuur

Tabel B1.1**Negen meest beoefende takken van sport intersekse respondenten in 2024**

(in aantallen, n=14, maximaal twee sporten per respondent)

Sport	Aantal
Fitness, individueel (binnen)	4
Zwemsport, waterpolo	3
Crossfit	2
Fitness, in een groep (binnen)	2
Hardlopen	2
Vecht- en verdedigingssporten	2
Wandelsport	2
Bowling	1
Fitness, buiten zoals bootcamp	1

Bron: Data intersekse personen 2024 (*open online werving NNID*), Mulier Instituut.

Figuur B1.1


Mate waarin intersexe personen ervaren dat verschillende facetten van hun sportgedrag worden beïnvloed door hun intersexe zijn*

(in aantallen, n=17, meerder antwoorden mogelijk)



Bron: Data intersexe personen 2024 (open online werving NNID), Mulier Instituut.

Geen enkele respondent koos voor de antwoordoptie 'sporten vermeden die traditioneel worden gezien als "mannelijk"', 'lhbtq+-sportinitiatieven en/of sportactiviteiten gericht op transgender en/of non-binaire personen vermeden', 'sporten vermeden waar gendercategorieën een rol spelen', 'gekozen om een bepaalde sport te beoefenen waar vooroordelen minder sterk zijn', of 'anders'.

A large, thick, orange abstract line that starts at the top left, loops around, and then curves downwards towards the bottom right, dominating the left and center of the page.

Anouk Greeven
a.greeven@mulierinstituut.nl

Rens Cremers
r.cremers@mulierinstituut.nl

Tessa Visser
t.visser@mulierinstituut.nl

Agnes Elling
a.elling@mulierinstituut.nl