

# We kunnen er niets aan doen dat we in hokjes denken

Martine de Boer (31) is eigenaar en bedenker van Mind Mix, het bewustwordingsbureau dat zij in 2004 oprichtte. Martine is een creatieve doener, inspirator en motivator, en voert haar werk als sociaal psychologe met een grote dosis overtuigingskracht uit.

TEKST: WENDY DE LA RAMBELJE | FOTOGRAFIE: MARION KLERKEN (PORTRET MARTINE) EN RAOUL VAN MEEL (FOTO'S WORKSHOP)

Mind Mix bestaat naast Martine uit twee andere sociaal-psychologen, gespecialiseerd in behavioural change, en een groep theaterspelers. Gender, en met name de indeling in stereotypen, vooroordelen, discriminatie, buitensluiting en verschillende sociale groepsprocessen hebben altijd haar interesse gehad. Gender kan helemaal los staan van het geslacht dat

je daadwerkelijk hebt. Het is een sociaal iets dat mensen zelf creëren. Eigenlijk zit het in iemands hoofd. Gender: wat houdt dat in? Martine vertelt: "Je hebt een geslacht, dat is hoe je lichaam er uit ziet. Welke geslachtsorganen heb je en welke chromosomen en hormonen. We denken allemaal dat als je wordt geboren, je volledig man of vrouw bent. Maar

niets is minder waar. Er zijn uitzonderingen, waarbij het niet zo duidelijk is. Om een voorbeeld te noemen: je kunt dus uiterlijk een man lijken, maar ook een baarmoeder hebben. Dat zijn mensen met een intersekse conditie, waarbij er sprake is van een dubbel geslacht. Het lichaam vertoont dan zowel mannelijke als vrouwelijke kenmerken."

'Je kunt niks veranderen aan je denken, wel aan je gedrag'

Naast geslacht (hoe zie je er lichamelijk uit) is er gender: dit gaat over hoe je je gedraagt, de mannelijke-, of vrouwelijke



rolpatronen. Wat mannelijk of vrouwelijk gedrag is, is grotendeels cultureel bepaald. Gender kan los staan van het lichamelijk man of vrouw zijn (geslacht). Naast geslacht en gender bestaat genderidentiteit. Het innerlijke gevoel van man, vrouw, beide of geen van beide te zijn. Wanneer je genderidentiteit niet hetzelfde is als je geslacht, of wanneer je je man én vrouw voelt, of juist geen van beide, dan heet dat genderdysforie.

Martine: “En dan is er ook nog geaardheid. Dat heeft te maken met tot wie jij je aangetrokken voelt. Voel jij je aangetrokken tot het ander geslacht of ben je lesbisch, homo-, of biseksueel? Gender wordt vaak verward met geaardheid. Er zijn er ook mensen die asexueel zijn en die zich helemaal niet aangetrokken voelen tot een ander. Of panseksueel, mensen die zich aangetrokken voelen tot personen van alle genderidentiteiten en biologische geslachten. Panseksuelen negeren de tweedeling man/vrouw, en voelen zich ook aangetrokken tot interseksuelen en mensen die buiten de binaire opdeling vallen.”

Dit klinkt al behoorlijk verwarrend. “Ja dat is het ook”, beaamt Martine. “En om het voor jezelf begrijpelijk en duidelijk te houden, deel je mensen in in categorieën. Dit indelen wordt sociale categorisatie genoemd. Het is een automatisch proces, dat begint in onze hersenen. Dit

gaat vanzelf en vaak onbewust. Als we iemand zien, dan delen we deze persoon meteen in een categorie. Allereerst op geslacht, vervolgens op leeftijd en dan op huidskleur. De sociale categorisering wordt meteen verstoord als iemand niet voldoet aan de verwachtingen. Over dit (automatische) proces hebben we geen controle. Maar waar we wel controle over hebben is ons gedrag, over hoe je iemand benadert.

### Ongeschreven regels

De workshops die door Mind Mix worden verzorgd, hebben als doelgroep jongeren en mensen die met jongeren werken. Aandachtspunt is bewustwording. Hoe maak je jongeren ervan bewust, dat hun denken en ook hun gedrag onbewust wordt aangestuurd door onze hersenen?

Hoe denken wij als mens en wat denken we als we anderen zien? Waarom is het ‘niet acceptabel’ als mensen ‘anders zijn’ of wordt er, vaak ongegeneerd, gekeken naar iemand die anders is, of zich anders gedraagt? Ik vraag Martine hoe dit komt en hoe zij hierop inspeelt tijdens het geven van haar workshop.

“Om een voorbeeld te noemen: homojongeren worden vaak gepest. En dat heeft soms minder te maken met het feit dat ze homoseksueel zijn, maar meer met het feit dat ze zich niet aan de genderrollen houden die bij hun geslacht

horen. Iemand wordt gepest omdat hij of zij zich niet houdt aan de ongeschreven regels. Als jongen, groet je je maten op een stoere manier; je geeft elkaar een ‘brasa’ (omhelzing), je houdt van bier en vrouwen en je gedraagt je vanzelfsprekend stoer. Maar wat nou als dit niet zo vanzelfsprekend is voor jou? Dan hou jij je niet aan de ongeschreven regels, het ‘standaard’ rollenpatroon. Dat vinden anderen verwarrend en daarom ‘straffen’ ze die persoon met uitsluiting. Zodat hun eigen beeld weer kloppend is.”

### Bewustwording

De bewustwording tijdens de workshops van Mind Mix gaat door middel van het gebruik van veel voorbeelden en door beeldmateriaal te laten zien. Martine: “Als je weet hoe het werkt, kun je er beter en bewuster mee om gaan.”

En dat werkt. Martine: “Na het geven van onze workshop kreeg ik van een transvrouw mooie feedback. Ze vond het erg fijn te weten hoe het proces van sociale categorisatie werkt in onze hersenen. Dagelijks komt zij mensen tegen die haar raar aankijken. Ze bekijken haar afkeurend of verward. Zo ook de ochtend van de workshop. Een man achter de kassa bij het tankstation raakte zo in de war van haar, dat hij teveel wisselgeld teruggaf. Dat vatte ze eerst persoonlijk op, maar na de workshop beseft zij dat de hersenen van de man vastliepen. >>

## ‘De media houden stereotiepe beelden in stand’

Het was een opluchting om te ontdekken dat mensen niet per se afkeurend naar haar (als persoon) kijken, maar last hebben van een brein dat even vastloopt op de indeling man/vrouw.”

### Stereotypes in de media

Martine geeft aan dat veel negatieve associaties die we hebben, ontstaan door berichtgeving via krant, televisie en internet. “De media hebben een belangrijke rol in de beeldvorming. Een negatief verhaal versterkt onbewust het negatieve gevoel van mensen. Vaak hebben we het zelf niet ervaren, maar hebben we het ‘van horen zeggen’.

In de media wordt er al meer rekening gehouden in de berichtgeving over bepaalde groeperingen, maar er worden nog steeds veel blunders gemaakt. Een voorbeeld van een grote blunder zijn de

beelden van de Gay Pride die voor veel andere berichten over homoseksuelen worden gebruikt. Als het maar ergens iets met homo’s te maken heeft, staat er een foto van de Gay Pride met schaars geklede mannen bij. Terwijl op de Gay Pride, het merendeel van de mensen juist niet schaars gekleed is. Dit nieuwsbericht bijvoorbeeld, over het Haags homostel dat weggepest is: de foto is totaal niet van toepassing voor de tekst van het artikel.

Maar stel nou dat de media niet stereotype zou zijn over bepaalde groeperingen. En als we er nou beter van bewust worden om niet standaard in hokjes te denken? Zou het dan anders werken? Dat is natuurlijk een vraag, waarvan het antwoord al lang duidelijk is. Maar hoe kunnen we heel Nederland hiervan bewust maken?

Martine: “Het is heel belangrijk om dit standaard mee te nemen in het onderwijs. Zelf zou ik graag workshops willen geven op journalistieke opleidingen. Zij laten immers zien wat er leeft in de samenleving en welke associaties er zijn. Zij houden stereotiepe beelden en vooroordelen over bepaalde groeperingen in stand, versterken ze soms. Als we daar eens kritischer naar zouden kijken, hebben we minder vooroordelen.

Je kunt niet tegen mensen zeggen dat je anderen niet in hokjes mag plaatsen. Dat zit nu eenmaal in onze natuur. Door het automatische proces van onze hersenen plaatsen we mensen in een hokje en verwachten we bepaald gedrag. Maar gelukkig kunnen we erna ons ook realiseren dat dit slechts een eerste indruk is. Iedereen is anders. Bekijk de ander als een individu en geef hem of haar een tweede kans.” ■



### Lezen:

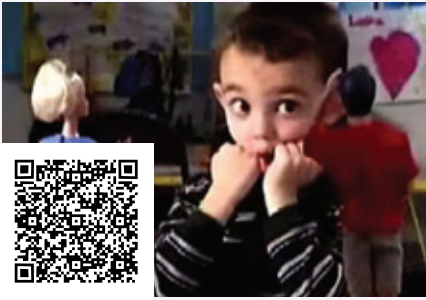
De Maakbare Man (Maxim Februari)  
Plafondmeisje (Fran Bambust)  
Genderkinderen (Ellen de Visser)  
Meisje van Mars (Anna Woltz)

### Zelf doen:

- > Oefen met out-of-the-box-denken. Sta eens stil bij rollenpatronen van mannen en vrouwen; door bewust te ervaren hoe vast we kunnen zitten in onze hokjes (man versus vrouw). Wat er gebeurt er als je die ‘doorbreekt’?
- > De stereotiepe scheiding tussen meisjes- en jongensspeelgoed is voorbij. Ook in de opvoeding. Geef kinderen niet het idee dat ze iets niet mogen, omdat het voor jongetjes of meisjes is.
- > Toon meer diversiteit door al het lesmateriaal en in de hele school. Een groot deel van de mensen (en daarmee ook jongeren) past niet in de stereotype rolverdeling van man/vrouw. Geef andere voorbeelden dan de jongens te laten voetballen, de vrouw moederen, de man bouwvakken en het meisje laten balletten. Varieer en wees creatief. Ook op gebied van geaardheid, niet iedereen is hetero. Voorbeeld: laat bij wiskunde ook eens twee mannen een huis kopen als de leerlingen moeten uitrekenen hoeveel hypotheek ze maandelijks moeten terugbetalen.
- > Stap af van denken volgens het binaire systeem. Het woord binaire verwijst naar tweedeling. Als je vasthoudt aan het binaire systeem deel je mensen in, in mannen en vrouwen. Dit systeem verplicht ons geboren te worden als man of als vrouw, ontkent de veelheid van geslachten, genders en seksualiteiten. Terwijl de meeste mensen zowel mannelijke als vrouwelijke eigenschappen hebben.

# Kijken:

Bekijk de digitale variant van het Kies Kleur in Groen Magazine en klik direct door naar deze filmpjes!



Kinderen weten al op hele jonge leeftijd of ze jongen of meisje zijn en een heel stereotiepe beeld hebben van de genderrollen.



Dit meisje is het er niet mee eens, en al helemaal niet hoe speelgoedverkopers met gender omgaan.



Voorbeeld van hoe 'bang' volwassenen zijn wanneer een kind iets wil dragen wat volgens de genderrollen bij het andere geslacht zou behoren.



Dit filmpje laat zien hoe gek de manier is waarop we met vrouwen omgaan, door het om te draaien.



Valentijn (documentaire uit 2007, terug te vinden op Youtube bij het account 'Genderkinderen')



Hij is een Zij (serie programma's van de KRO uit 2014)

## Cherry Blossom

Cherry Blossom is getekend door Abir.

Abir is negentien en zit in de eerste klas van ROC Amsterdam. Ze doet daar de opleiding Brood en banket. Na schooltijd helpt ze in de bakkerij van haar ouders. Later wil ze striptekenaar worden.

Ze tekent Cherry Blossom al vijf jaar. Voor het Kies Kleur in Groen Magazine ontdekt Cherry de werelden van het groene onderwijs. Abir geeft daar met haar tekeningen haar eigen invulling aan.

