

HET VERBAND TUSSEN DISCRIMINATIE-ERVARINGEN ALS LGBT+ PERSOON EN WELBEVINDEN

HET BELANG VAN EEN ONDERSTEUNEND NETWERK.

Aantal woorden: 12945

Dora Proost

Studentennummer: 01703122

Promotor: Dr. Jasper Van Assche

Begeleider: Branko Vermote

Masterproef voorgelegd voor het behalen van de graad master in de Theoretische en Experimentele Psychologie

Academiejaar: 2021 – 2022

Abstract

Twee belangrijke bevindingen uit de literatuur vormen het startpunt van deze masterproef. Enerzijds worden LGBT+ personen vaker slachtoffer van discriminatie en (cyber)pesten, vergeleken met de rest van de bevolking. Anderzijds ligt hun niveau van welbevinden over het algemeen lager. In vorige studies werd dan ook onderzocht of er een link bestond tussen dit voorkomen van discriminatie en pesten en een verminderd welzijn. Zo legde longitudinaal onderzoek een positief verband bloot tussen pesten en de kans op depressie, emotionele problemen en angststoornissen. Om deze negatieve effecten tegen te gaan, zocht deze masterproef naar beschermende factoren. De sleutelvraag hierbij is: “Zijn er potentiële buffers die de negatieve effecten van discriminatie en pestgedrag bij LGBT+ personen kunnen tegengaan of verzachten?” Geleid door de Zelfdeterminatietheorie schuiven we als buffer de satisfactie van de psychologische basisbehoeftes aan autonomie en verbondenheid naar voor. Om een antwoord te vinden op de onderzoeksvragen, werd een online vragenlijst opgesteld. 359 participanten ($M_{\text{leeftijd}} = 29.77$, $SD_{\text{leeftijd}} = 12.01$) vulden deze in. Correlatieel zien we verbanden in de voorspelde richting: ervaren pestgedrag is geassocieerd met lager welbevinden en behoeftesatisfactie met hoger welbevinden. Enkel het verband tussen ervaren discriminatie en positief welbevinden was niet significant. Een hiërarchische regressieanalyse bevestigt de gevonden resultaten. Er werden hoofteffecten gevonden van de satisfactie van twee basisbehoeftes, maar de interactie met discriminatie en pesten bleek niet significant. Hoewel autonomie- en verbondenheidsatisfactie in deze LGBT+-steekproef dus niet fungeren als buffer in de relatie tussen pesten/discriminatie-ervaringen en welbevinden, blijkt een ondersteunend netwerk an sich van belang voor hun welbevinden.

Kernwoorden: LGBT+, discriminatie, pesten, ZDT, autonomie, verbondenheid, welzijn

Dankwoord

Doorheen het proces van deze masterproef werd ik bijgestaan door heel wat mensen, die ik bij deze graag even in de bloemetjes zou willen zetten. Ten eerste gaat mijn dank uit naar Prof. Dr. Jasper Van Assche, die me dit interessante onderwerp aanreikte en me hielp om deze masterproef mee vorm te geven. Ik hoopte stiekem al vanaf mijn eerste jaar psychologie dat ik ooit onderzoek zou mogen voeren binnen de doelgroep van LGBT+ personen, dus was dan ook enorm blij dat ik deze kans kreeg. Daarnaast zou ik Branko Vermote willen bedanken, die ik steeds kon bereiken voor tips of feedback. Hij volgde het hele proces van dichtbij op en vond het nooit te veel om eens digitaal samen te zitten om mijn voortgang of vragen te bespreken. Deze masterproef is mede tot stand gekomen met de hulp van heel wat vrienden, kennissen en organisaties die de vragenlijst online mee hielpen verspreiden. Ook mijn ouders verdienen een bijzonder bedankje, aangezien ze mij steeds gesteund hebben in mijn studiekeuze. Net als mijn zus, die een jaar voor mij afstudeerde aan dezelfde faculteit en het pad altijd voor me geëffend heeft. Zo stelde ze me steeds gerust dat het wel zou lukken en toonde ze ook interesse in waar ik mee bezig was. Ook bij mijn vrienden uit de opleiding Theoretische en Experimentele Psychologie kon ik tijdens het schrijven van deze masterproef steeds terecht met mijn vragen of bekommernissen. Ten slotte verdient ook m'n vriendin Berbe een medaille voor moed en zelfopoffering, omdat ze ervoor zorgde dat ik stressmomenten heb overleefd en mij aanmoedigde om verder te schrijven wanneer ik even wat minder motivatie had.

Inhoudsopgave

| | |
|--|----|
| Inleiding | 1 |
| Discriminatie-ervaringen bij LGBT+ Personen | 2 |
| Pestervaringen bij LGBT+ Personen | 4 |
| Het Verband tussen Discriminatie, Pesten en Welbevinden | 6 |
| Mogelijke Buffers: de Zelfdeterminatieheorie als Basis | 8 |
| Onderzoeksvragen en Hypotheses | 12 |
| Methode..... | 14 |
| Steekproef en Procedure | 14 |
| Materiaal | 16 |
| Analyse en Resultaten | 18 |
| Preprocessing | 18 |
| Preliminare Analyses | 19 |
| <i>Missing values</i> | 19 |
| <i>Effect van Achtergrondvariabelen (MANCOVA)</i> | 19 |
| <i>Descriptieven en Partiële Correlaties</i> | 20 |
| Primaire Analyses | 21 |
| <i>Effecten op Positief Welbevinden (Levenstevredenheid en Vitaliteit)</i> | 22 |
| <i>Effecten op Negatief Welbevinden (Depressie en Angst)</i> | 22 |
| Discussie..... | 24 |
| Samenvatting van de Resultaten..... | 24 |
| <i>Pesten en Discriminatie als Kwetsbaarheidsfactor voor Verminderd Welbevinden</i> | 24 |
| <i>De Algemene rol van Autonomie- en Verbondenheidsatisfactie</i> | 26 |
| <i>De Bufferende rol van Autonomie- en Verbondenheidsatisfactie</i> | 27 |
| Bijdrage aan de Literatuur | 28 |
| Sterktes en Beperkingen | 30 |
| Toekomstig Onderzoek..... | 31 |
| Conclusie | 32 |
| Referenties..... | 34 |
| Appendix A: Lijst van Benamingen i.v.m. Seksuele Oriëntatie en Genderidentiteit..... | 44 |
| Appendix B: Graphic voor Online Oproep tot Deelname..... | 45 |
| Appendix C: Volledige Vragenlijst..... | 46 |
| Appendix D: Visualisatie van de Verbanden Tussen Autonomie/-Verbondenheidsatisfactie en positief/negatief welbevinden..... | 59 |

LGBT+ personen vallen vaker dan gemiddeld ten prooi aan discriminatie. Zo is homoseksualiteit nog steeds illegaal in vele landen, en mogen koppels van hetzelfde geslacht vaak niet trouwen. Naast deze systematische uitsluiting ervaren LGBT+ personen ook pestgedrag. Zowel ervaren discriminatie als pesten zijn geassocieerd met verminderd welzijn, een associatie die nog sterker blijkt te zijn bij LGBT+ personen. Daarom is het belangrijk dat onderzoek zich toespitst op beschermende factoren. De sleutelvraag van deze masterproef is dan ook: “Zijn er potentiële buffers die de negatieve effecten van discriminatie en pestgedrag bij LGBT+ personen kunnen tegengaan of verzachten?” In het verleden zijn er inderdaad al enkele mogelijke buffers voorgesteld, zoals sociaal-politieke betrokkenheid (Roberts & Christens, 2020) het voeren van collectieve actie (Velez & Moradi, 2016) en het ervaren van familiale steun (Roberts & Christens, 2020). Aan de hand van de Zelfdeterminatietheorie van Ryan en Deci (2017) focust deze studie op twee andere factoren: autonomie en verbondenheid. Meer specifiek wordt nagegaan of satisfactie van deze twee psychologische basisbehoeftes als potentiële buffer fungeert in de negatieve relatie tussen ervaringen van discriminatie/pesten en welbevinden. Indien er inderdaad een rol is weggelegd voor deze basisbehoeftes, kan hier concreet op worden ingezet bij de ondersteuning van LGBT+ personen. Alvorens verder in te gaan op de rol van de twee psychologische basisbehoeftes, wordt in de volgende paragrafen discriminatie en pesten bij LGBT+ personen in kaart gebracht, evenals hun verband met welbevinden.

Discriminatie-ervaringen bij LGBT+ Personen

Around the world, lesbian, gay, bisexual and transgender people are targeted, assaulted and sometimes killed. Children and teens are taunted by their peers, beaten and bullied, pushed out of school, disowned by their own families, forced into marriage ... and, in the worst cases, driven to suicide. (Ban Ki-Moon, 2012)

Bovenstaand citaat van de toenmalige secretaris-generaal van de Verenigde Naties schetst kort maar krachtig enkele problemen waar LGBT+ personen tegen moeten opboksen. Ze worden wereldwijd vaak het slachtoffer van uitsluiting, maar ook van verbale, fysieke en seksuele aanvallen (Casey et al., 2019; Ronan, 2020). Ook in België is dit nog steeds het geval (Verhoeven, 2020). Veel van deze opgesomde moeilijkheden hebben rechtstreeks of onrechtstreeks een link met het begrip discriminatie. De term discriminatie, oftewel “het ongeoorloofd onderscheid dat gemaakt wordt op grond van bepaalde, met name aangeboren kenmerken zoals ras, geslacht, leeftijd, seksuele geaardheid” (Van Dale, 2020), valt bijna niet meer weg te denken uit het dagelijkse taalgebruik. Zoals de woordenboekdefinitie al aangeeft, zijn er specifieke groepen die hier in het bijzonder door getroffen worden. In deze masterproef zal één ervan in het bijzonder belicht worden: LGBT+ personen. De letters uit dit acroniem staan respectievelijk voor Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender. De + omhelst dan weer verschillende andere aspecten van iemands seksuele oriëntatie of genderidentiteit, zoals bijvoorbeeld Queer, Intersex, Asexual, Pansexual ... Het gaat hier met andere woorden om mensen die zichzelf niet als heteroseksueel (vallend op de andere sekse) of cisgender (zich thuisvoelend in het geslacht van bij de geboorte) bestempelen (zie Appendix A voor een kort en niet exhaustief overzicht van enkele veelgebruikte termen).

Discriminatie is een brede overkoepelende term, die ruwweg kan onderverdeeld worden in twee categorieën. Enerzijds heb je persoonlijke discriminatie, waarbij iemand (al dan niet uit de omgeving) een ander persoonlijk benadeelt of viseert. Anderzijds heb je institutionele discriminatie, waarbij instituties (landen, geloofsgemeenschappen, scholen, bedrijven ...) bepaalde bevolkingsgroepen systematisch uitsluiten op basis van formele of informele regels. Wereldwijd zijn er verschillende voorbeelden terug te vinden van beide vormen van discriminatie bij LGBT+ personen. Persoonlijke discriminatie vinden we onder andere terug in de vele nieuwsberichten rond gaybashing (verbale of fysieke aanvallen omwille van diens geaardheid). Zo werd er in een chatgroep genaamd ‘Criminal System’ opgeroepen tot haat en geweld. Leden hiervan maken niet alleen kwetsende opmerkingen, maar sporen elkaar ook aan om homo’s op te zoeken en hen fysiek aan te vallen

(Huyberechts, 2020). Institutionele discriminatie wordt onder andere weerspiegeld in het feit dat homoseksualiteit in veel landen illegaal is en er soms zelfs de doodstraf op staat. Op andere plekken wordt het dan weer wel aanvaard, maar hebben homokoppels, in tegenstelling tot heterokoppels, niet het recht om in het huwelijksbootje te stappen. Ook binnen de meest voorkomende religies, zoals het christendom, de islam en het jodendom, wordt een huwelijk tussen twee mannen of twee vrouwen afgekeurd. Vorig jaar nog bevestigde het Vaticaan nogmaals zijn standpunt hieromtrent (Minten, 2021). In de doctrine van de Congregatie voor de Geloofsleer staat onder meer te lezen dat homoseksualiteit een zonde is en priesters verbintenissen tussen twee personen van hetzelfde geslacht dus niet mogen inzegenen.

Niet enkel wereldwijd, maar ook specifiek in Europa is discriminatie van LGBT+ personen nog een groot probleem. Op Europees niveau kwamen de voorbije jaren vooral Polen en Hongarije in opspraak. In Polen werd bijvoorbeeld een derde van het land ingekleurd als zogenaamde LGBT-vrije zone. Dit houdt in dat gelijkheidsmarsen (zoals de pride) verboden zijn en er op school geen ruimte meer is om LGBT-kwesties bespreekbaar te maken. Daarnaast keurde in mei 2020 het Hongaarse parlement nog een zogenaamde “antitransgenderwet” goed (De Greef, 2020). Hierin staat te lezen dat enkel het geslacht bij de geboorte van tel is. Daardoor wordt het voor transpersonen onder andere onmogelijk om hun naam op papier te laten aanpassen. Dit opent de deur naar verdere discriminatie van transpersonen, die bijvoorbeeld bij sollicitaties op problemen kunnen stoten, of zelfs nog meer dan voorheen getroffen worden door transfoob geweld.

Ook uit een rapport van de European Union Agency for Fundamental Rights blijkt dezelfde kwetsbaarheid voor discriminatie in Europa. Het verslag kreeg, veelzeggend, de naam “A long way to go for LGBT equality”. In dit Europees onderzoek merkt men op dat de voorbije jaren al progressie gemaakt is op vlak van holebivriendelijkheid, maar dat die vooruitgang slechts gestaag verloopt. Van de adolescenten (15-17 jaar) die deelnamen aan het onderzoek rapporteerde de meerderheid (53%) discriminatie in het voorafgaande jaar. Dit over alle levensdomeinen heen, dus bv. werk, familie, sport ... Voor transpersonen (69%) en intersekse jongeren (62%) lagen deze cijfers nog eens betrekkelijk hoger. Bij de volwassen respondenten gaf 43% aan zichzelf gediscrimineerd te hebben gevoeld gedurende het voorafgaande jaar.

Naast een blik op andere Europese landen, is het uiteraard ook interessant om te gaan kijken naar de ontwikkelingen in eigen land. In vergelijking met andere landen lijkt België het er over het algemeen niet zo slecht van af te brengen. Dit blijkt onder andere uit ‘The rainbow map and index’, een standaard die sinds 2009 gebruikt wordt om de situatie van LGBT+

personen in Europa in kaart te brengen. Het bestaat uit een ranking van 49 Europese landen, die een totaalpercentage krijgen op basis van 69 criteria, waaronder bijvoorbeeld gelijkheid en non-discriminatie, familie, haatmisdrijven, lichamelijke integriteit ... Vorig jaar prijkte België namelijk nog op een mooie tweede plek met 74%, vlak na Malta (94%). Een andere belangrijke bevinding is dat in België het percentage gerapporteerde aanvallen op LGBT+ personen met 16% tot de hoogste van Europa behoort. Hoewel dit misschien op het eerste gezicht positief klinkt, gaf dus ook in ons land maar liefst 84% het laatst ervaren misdrijf niet aan. Daarnaast staat in hetzelfde verslag onder meer te lezen dat twee op de drie LGBT+ Belgen hun partners hand niet durven vasthouden in het openbaar. Ten slotte zou ook hier 40% zijn lastiggevallen in het voorbije jaar. Hoewel België het dus volgens deze index relatief goed doet in vergelijking met andere Europese landen, kunnen er ook hier nog heel wat stappen gezet worden (Van Meldert, 2020).

Pestervaringen bij LGBT+ Personen

Discriminatie van LGBT+ personen blijkt een aanhoudend probleem, zowel wereldwijd als in eigen land. In de dichte nabijheid van het woord discriminatie duikt vaak nog een ander begrip op, namelijk pesten. Beide termen worden in veel gevallen door elkaar gebruikt en soms zelfs als inwisselbaar beschouwd. Volgens Earnshaw en collega's (2017) is er echter toch een zekere specificiteit. Discriminatie is volgens haar een belangrijk voorbeeld van interpersoonlijk stigma (een negatieve stempel of een brandmerk dat toegekend wordt aan een zaak, persoon of een groep personen), en kan al dan niet de gedaante van pesten aannemen. Pesten kan met andere woorden dus gezien worden als een specifieke vorm van discriminatie. Met het oog op eenduidigheid wordt deze interpretatie gevolgd gedurende het gehele verloop van deze masterproef.

Om een goed beeld te krijgen van wat het begrip pesten nu concreet inhoudt, keken we naar verschillende definities uit de literatuur (Deboutte et al., 2010; Ruigrok, 2010; Van Stigt, 2014). Hier komen enkele veelvoorkomende kenmerken van pesten terug. Het gaat om systematisch negatief gedrag, bedoeld om iemand doelbewust onderuit te halen of te kwetsen. Hierbij wordt fysieke, psychische en/of sociale schade toegebracht aan de gepeste persoon. De dader heeft hierbij in veel gevallen een dominante houding tegenover het slachtoffer. Er ontstaat zo een ongelijke machtsbalans. Van Stigt (2014) wijst ten slotte op het belang van een groepscontext. Pesten treedt vaak op in groepsverband en heeft een sociale functie. Veel pesters voelen niet noodzakelijk de drang om te kwetsen, maar willen er vooral bij horen. Hoewel pesten op een eenduidige manier beschreven kan worden, worden er verschillende subtypes onderscheiden (Rivers and Smith, 1994). Zo heb je verbaal pesten, waarbij iemand

uitgescholden, nageroepen, bedreigd of belachelijk gemaakt wordt. Daarnaast is er fysiek pesten, zoals schoppen, slaan, spugen ... of materieel pesten, bijvoorbeeld iemands spullen kapot doen of verstoppen. Bovendien wordt er niet alleen face-to-face gepest, maar ook op het internet of via gsm. Sinds er meer en meer online activiteit is, neemt cyberpesten/digitaal pesten dan ook een hoge vlucht. Gedurende de covid-19 pandemie rapporteerde de startup L1ght zelfs nog een stijging van 70% (L1ght, 2020). Deze stijging kan mogelijk verklaard worden door het verhoogd aantal online activiteit, meer stress en verveling en minder supervisie van ouders.

Naast de algemene stijging in cyberpesten, tekent zich nog een andere belangrijke trend af. Personen die zich identificeren als LGBT+ vallen namelijk over het algemeen vaker ten prooi aan pestgedrag. Verschillende studies tonen aan dat LGBT+ personen niet alleen vaker slachtoffer worden van cyberpesten (Llorent et al., 2016; Priebe & Svedin, 2012; Schneider et al., 2012; Wiederhold, 2014), maar ook van traditioneel pesten (Birkett, et al., 2009; Schneider et al., 2012; Toomey & Russell, 2016; Wensley & Campbell, 2012). Uit een onderzoek van DeSmet (2018) bleek dat LGBT+ personen meer dan twee keer zo veel risico te lopen om offline gepest te worden, maar was er geen evidentie voor meer cyberpesten bij deze groep.

Hoewel vele studies gewijd zijn aan pesten in schoolomgevingen, beperkt dit probleem zich niet enkel tot de leeftijdscategorie van de schoolgaande jeugd. Ook volwassenen die zich identificeren als LGBT+ hebben hier vaak nog (dagdagelijks) mee te kampen. McDermott en Luyt (2016) halen in hun rapport, getiteld 'Still out there: An exploration of LGBT Londoners' unmet needs', een reeks moeilijkheden aan waar Londense LGBT personen mee geconfronteerd worden. Dit gaat dan vaak over verbale of fysieke aanvallen, maar ook problemen in de context van families tot zelfs binnen buurten en tussen collega's onderling. Verschillende studies, waaronder ook die van Drydakis (2014) tonen bovendien aan dat LGBT+ personen ook op het werk opkijken tegen pestgedrag en intimidatie. Bovendien wordt er een mogelijk patroon gesuggereerd in pestervaringen. Personen (al dan niet LGBT+) die gepest werden op school, zouden een zekere kwetsbaarheid uitstralen, wat zich onder meer uit in het feit dat ze zich minder assertief opstellen. Dit zorgt er dan weer voor dat ze gemakkelijkere targets zijn voor pestgedrag en slechte behandeling door collega's (Drydakis, 2014). Op deze manier kan pesten voor LGBT+ personen een chronisch probleem worden, dat deel blijft uitmaken van hun dagdagelijkse realiteit. Een Britse studie van Drydakis (2018) biedt inderdaad evidentie voor dit verband tussen pestervaringen op school en in de werkomgeving. Op school gepest worden als

lesbische/biseksuele vrouw of homoseksuele/biseksuele man, is geassocieerd met een verhoging van ongeveer 14% in pestervaringen op het werk.

Het Verband tussen Discriminatie, Pesten en Welbevinden

Discriminatie en pesten maken nog steeds deel uit van de dagelijkse realiteit van LGBT+ personen. Ervaringen van discriminatie of pestgedrag hebben echter vaak ook een invloed op het dagelijkse leven van eenieder die hiermee geconfronteerd wordt. Één van de zaken waar deze masterproef naar zal kijken is het verband met het welbevinden. Zoals in de volgende paragrafen uitgebreid besproken zal worden, kunnen beide factoren gelinkt worden aan een verminderd welbevinden.

Een eerste belangrijke bevinding is dat gemiddeld gezien het welbevinden van LGBT+ personen lager is dan bij de rest van de bevolking. Jaren geleden publiceerde Meyer (2003) al dat mentale problemen aanzienlijk meer voorkomen bij lesbische vrouwen, homo's en biseksuelen. Hij verklaarde dit vanuit het idee van 'minority stress'. Dit houdt in dat deze mentale problemen vermoedelijk verklaard worden door een vijandige en stresserende sociale omgeving, wat dan weer het gevolg zou zijn van onder meer stigma en discriminatie. Meer recent werden in een meta-analyse door Semlyen et al. (2016) gelijkaardige resultaten gevonden als die van Meyer (2003). Hierin werd het verschil in mentale problemen en laag welbevinden onderzocht tussen heteroseksuelen en lesbiennes/homo's. De auteurs vermoedden dat ook hier het voorkomen van mentale problemen significant hoger zou zijn bij lesbiennes en homo's, vergeleken met heteroseksuele leeftijdsgenoten. Zowel in de groep onder de leeftijd van 35 als in die boven 55 was het verschil significant. Bij de 55-plussers was het voorkomen van mentale problemen zelfs tweemaal zo hoog. Bij de groep van 35 tot 55 was er een effect in dezelfde richting, hetzij niet significant. Omdat het hier ging over een cross-sectioneel onderzoek, is het echter niet geheel duidelijk of het verschil tussen de leeftijdsgroepen te wijten is aan het ouder worden, of het feit dat je tot een bepaald cohort behoort.

Niet alleen het voorkomen van mentale problemen op zich, maar ook de zelfmoordcijfers bij LGBT+ personen zijn verontrustend. Zowel internationaal (Haas et al., 2014) als binnen België (Missiaen & Seynaeve, 2016) vond men evidentie voor een verhoogde kwetsbaarheid voor zelfmoord(gedachten). Uit deze laatste dataset blijkt dat 65,2% van de holebi's al aan zelfmoord gedacht hadden. Bij transpersonen ligt dit percentage met 80,3% zelfs nog een stuk hoger.

Uit vorig onderzoek blijkt met andere woorden dat zowel het voorkomen van mentale problemen als zelfmoordgedachten hoger is bij LGBT+ personen. In de volgende paragrafen

bespreken we respectievelijk de rol van discriminatie en pesten hierin. Ten eerste zou dit verminderd welbevinden bij LGBT+ personen te wijten kunnen zijn aan het verhoogd voorkomen van discriminatie. Dit doet ook het rapport van de European Union Agency for Fundamental Rights vermoeden. Hieruit blijkt dat LGBT+ respondenten die zich het jaar ervoor gediscrimineerd voelden op op z'n minst één levensdomein (werk, familie, sport ...) gemiddeld 1 punt op 10 lager scoren (5.9) voor levenstevredenheid, vergeleken met diegenen die zich niet gediscrimineerd voelden (6.9). Naast een beoordeling van hun eigen geluk werd er in de survey ook expliciet gepolst naar recente fysieke of seksuele aanvallen en de impact hiervan op hun welbevinden. Hierbij rapporteerde tussen 30% en 58% van alle participanten psychologische problemen zoals depressie of angstgevoelens. Ook wanneer LGBT+ personen met fysieke of mentale problemen ergens terecht willen, stuiten ze nog vaak op problemen. Safer et al. (2016) spreken in hun onderzoek van ongelijkheid in gezondheid. Ze toonden aan dat wanneer transpersonen beroep willen doen op gezondheidsvoorzieningen, ze ook in deze context vaak stigma en discriminatie ervaren. Dit kan ertoe leiden dat sommigen onder hen ingrepen uitstellen of simpelweg vermijden, wat hun gezondheid ook niet ten goede komt. De impact op het mentaal en fysiek welzijn wordt op deze manier dus nog versterkt.

Bovendien blijkt ook dat discriminatie een factor kan zijn die het risico op zelfmoordgedachten en -pogingen verhoogt. Een illustratie hiervan vinden we bij een Amerikaans onderzoek naar het welbevinden bij LGBTQ jongeren. Dit legde volgend contrast bloot: van de jongeren die aangaven gediscrimineerd te zijn, deed al 22% een zelfmoordpoging, vergeleken met 8% bij degenen die geen discriminatie hadden ervaren (The Trevor Project, 2020). Hierbij dienen we ook weer de kanttekening maken dat deze resultaten geen causaliteit impliceren. Blootstelling aan discriminatie kan inderdaad een versterkende factor zijn voor het risico op zelfmoord. Daarnaast kunnen echter andere verschillen tussen beide groepen een rol spelen in dit contrast.

Ook het specifieke verband tussen pesten en welzijn werd reeds ettelijke malen onderzocht. Zo tonen prospectieve studies aan dat kinderen die gepest werden een verhoogde kans hadden op depressieve en emotionele problemen (Zwierzynska et al., 2013), alsook angststoornissen (Stapinski et al., 2014). Meer specifiek nam het risico op een angststoornis toe naarmate de frequentie van pesten hoger werd. Bovendien situeert de link met pesten situeert zich niet alleen op mentaal vlak. Gepest worden vormt onder andere ook een risicofactor voor psychosomatische klachten (zoals hoofdpijn, buikpijn, vermoeidheid en slaapproblemen; Gini & Pozzoli, 2013), een gebrek aan sociale relaties (Takizawa et al., 2014) en verminderde academische prestaties (Arseneault, 2017) en jobtevredenheid

(Drydakis, 2018). Het oprichten van een LGBT+ groep op het werk is dan weer geassocieerd met meer jobtevredenheid en kan deze negatieve effecten dus mogelijk tegengaan.

Andere studies vinden dan weer gemengde evidentie voor gepest worden als een risicofactor voor mentale problemen en zelfmoordgedachten. Zo vonden Bannink et al. (2014) bij jongens geen verband tussen gepest worden en een latere meting van mentale gezondheid, terwijl dit bij meisjes wel het geval was. De auteurs halen aan dat dit mogelijk te wijten kan zijn aan het feit dat meisjes meer relationeel pesten ervaren en dat deze vorm van pesten volgens eerdere studies meer impact heeft op de mentale gezondheid. Een tweede bevinding van Bannink et al. (2014) had te maken met de vorm van pesten. Traditioneel pesten kon in hun onderzoek namelijk gelinkt worden aan zelfmoordgedachten bij de follow-up, in tegenstelling tot cyberpesten, waar er geen link gevonden werd.

Kortom, verschillende studies toonden al aan dat pesten heel wat negatieve consequenties kan hebben voor de slachtoffers, zowel op korte als op lange termijn. Maar voor wie gepest wordt op basis van ras, religie/ethniciteit, seksuele geaardheid ... zijn de gevolgen mogelijk zelfs nog erger dan voor diegenen die om een andere reden gepest worden. Swearer en collega's (2008) gingen na of er een verschil was tussen jongens die gepest werden door 'gay' genoemd te worden en jongens die omwille van andere redenen gepest werden. Om te beginnen rapporteerde de eerste groep meer verbaal en fysiek pestgedrag. De jongens werden onder andere vaker uitgesloten, nageroepen, genegeerd, achter de rug bespot, aangevallen... Ze gaven daarnaast ook meer blijk van symptomen van angst en depressie en een externe locus of control. Dit houdt in dat ze geloven dat hun leven bepaald wordt door anderen en ze hier zelf weinig invloed op hebben. Enkele jaren na het onderzoek van Swearer en collega's (2008) werd er een gelijkaardige studie uitgevoerd door Russell en collega's (2012). Ook zij vonden dat gepest worden op basis van persoonlijke eigenschappen, zoals religie, ras/ethniciteit, handicap of seksuele oriëntatie schadelijker is dan 'algemeen' pestgedrag. Ze spreken hierbij over 'bias-based harassment' versus 'general harassment'. Diegenen die getroffen werden door bias-based harassment, rapporteerden beduidend vaker elke mogelijke risico-uitkomst (depressie, zelfmoordgedachten en -pogingen, drank- en druggebruik, bedreigd worden met een wapen, beschadiging van materiaal ...).

Mogelijke Buffers: de Zelfdeterminatieheorie als Basis

Het verband tussen discriminatie- en pestervaringen enerzijds, en verminderd welbevinden anderzijds, wordt consistent teruggevonden in verschillende onderzoeken. Gezien de verhoogde kwetsbaarheid van LGBT+ personen voor de negatieve mentale

gevolgen van discriminatie en pesten, is het raadzaam om hierbij ook op zoek te gaan naar beschermende factoren. De vraag die we ons hierbij stellen is: “Zijn er potentiële buffers die de negatieve effecten van discriminatie en pestgedrag bij LGBT+ personen kunnen tegengaan of verzachten?” In het verleden zijn er inderdaad al enkele mogelijke buffers voorgesteld, zoals sociaal-politieke betrokkenheid (Roberts & Christens, 2020) het voeren van collectieve actie (Velez & Moradi, 2016) en het ervaren van familiale steun (Roberts & Christens, 2020). Geleid door de Zelfdeterminatietheorie (ZDT; Ryan & Deci, 2017) schuift deze masterproef twee andere potentiële buffers naar voor. De ZDT is een motivatietheorie die oppert dat er drie cruciale psychologische basisbehoeftes zijn, buiten welgekende fysiologische basisbehoeftes om. Het gaat om autonomie, competentie en verbondenheid. We bespreken kort de verschillende behoeftes en hun invloed op welbevinden.

De eerste psychologische basisbehoefte is autonomie. Dit begrip werd door Legate en Ryan (2014) treffend beschreven. Het gaat erom dat je ‘jezelf’ kan zijn en een gevoel van keuze in je acties ervaart. Dit wil niet zozeer zeggen dat je alles zelf mag doen, zoals het begrip vaak in de volksmond wordt gebruikt. Belangrijker is dat je je als de ‘authentieke ik’ kan gedragen, in lijn met je eigen gevoelens, gedachten en opvattingen. Het tegenovergestelde van autonomie is een gevoel van controle. Je hebt dan de indruk dat je verplicht wordt tot iets, vanuit de verwachting van mensen om je heen. Er wordt een bepaalde druk ervaren om anderen tevreden te stemmen, waardoor je eigenheid en keuze naar de achtergrond verdwijnt. Dit gaat dikwijls samen met zogenaamde ‘moetivatie’. De tweede behoefte is competentie. Wie zich competent voelt, heeft vertrouwen in de eigen vaardigheden. Het is belangrijk dat je het gevoel hebt over voldoende capaciteiten te beschikken om uitdagingen aan te kunnen. De derde factor die we onder de loep nemen is verbondenheid. Zoals de naam al doet vermoeden, gaat dit over het zich verbonden voelen met anderen. Aangezien de mens een sociaal dier is, hechten we veel belang aan onderlinge banden, zowel binnen een familie als daarbuiten. In deze masterproef zullen twee van deze behoeftes in het bijzonder belicht worden: verbondenheid en autonomie. Hoewel ook competentiesatisfactie zeker een mogelijke bijdrage zou kunnen leveren aan het welzijn van LGBT+ personen, besloten we om enkel verder in te zoomen op de andere twee psychologische basisbehoeftes. Deze keuze was enerzijds gebaseerd op voorgaande literatuur, waarin voornamelijk autonomie en verbondenheid als mogelijke buffer naar vorkwamen. Anderzijds werd het aantal onafhankelijke variabelen ook beperkt met het oog op eenduidige rapportering en interpretatie, aangezien er verder ook interactie-effecten worden opgenomen.

Vervulling van de drie basisbehoeften leidt los van een grotere intrinsieke motivatie ook in het algemeen tot een beter welbevinden. Zo opperen Baumeister en Leary (1995) dat sterke, wederzijds ondersteunende relaties noodzakelijk zijn voor zowel mentaal als fysiek welbevinden. Over het algemeen doet familiale steun depressie verminderen en het welbevinden toenemen. Dit verband wordt consistent teruggevonden in de literatuur, over leeftijden en andere demografische eigenschappen heen (Swendener & Woodell, 2017; Tabaac et al., 2015). Ook het vervullen van de behoefte aan autonomie is geassocieerd met heel wat positieve uitkomsten. Het kan onder andere gelinkt worden aan een betere mentale en fysieke gezondheid (Ryan & Deci, 2000; Williams et al., 1996). Daarnaast kan autonomiebevrediging ervoor zorgen dat mensen een taak langer volhouden (e.g., Deci et al., 1999), ook wanneer er sprake is van een stijgende moeilijkheid (Ntoumanis et al., 2013). Ten derde zijn er ook op het werk positieve effecten, zoals geïllustreerd in een meta-analyse door Van den Broeck et al. (2016). Het vervullen van de behoeftes ging gepaard met een daling in onder andere stress en burn-out. Het algemeen welzijn was beter, net als de levenstevredenheid en de toewijding voor de job. Mensen tonen ook meer betrokkenheid bij de organisatie en zijn minder vaak afwezig. Ook in interpersoonlijke relaties werpt autonomiebevrediging zijn vruchten af. Mensen geven aan meer verbonden en gelukkiger te zijn in relaties waarin hun autonomie ondersteund wordt (Lynch et al., 2009). Dit werd ook experimenteel onderzocht, onder andere met een primingparadigma (Hodgins et al., 2010). De auteurs van deze paper gingen na of het primen van een gevoel van autonomie een impact had op hoe open of defensief mensen in relaties stonden. Participanten moesten een interview afleggen en een speech doen. Zij die waren blootgesteld aan de autonomieprimen lieten meer openheid en minder cardiovasculaire angstreacties zien.

Autonomie en verbondenheid bewezen dus al hun waarde in heel wat settings. De belangrijkste vraag is natuurlijk of ze ook tegemoet kunnen komen aan de specifieke kwetsbaarheden waar gediscrimineerde en gepeste LGBT+ personen mee kampen. Een samenvattend artikel van Legate en Ryan (2014) doet vermoeden dat voor autonomie het antwoord op deze vraag 'ja' is. Enkele jaren voorheen gingen dezelfde auteurs na of de mate waarin mensen in hun nabije omgeving autonomie-ondersteuning ervaren voorspelt in hoeverre ze hun seksuele identiteit durven blootgeven (Legate et al., 2012). Ze voerden hierbij onderzoek in verschillende contexten (zoals vrienden, familie, religieuze gemeenschappen ...) en vonden dat autonomie een sterke predictor is voor de mate van outness of disclosure. Met andere woorden: hoe meer autonomiebevrediging iemand ervaart, hoe meer die persoon geneigd gaat zijn diens ware identiteit te tonen. Hun redenering voor dit verband was als

volgt. Bij wie de behoefte aan autonomie vervuld is, leeft vaak sterk het idee dat men geaccepteerd wordt voor wie men werkelijk is. Daardoor neemt de angst om negatief beoordeeld of verstoten te worden merkbaar af. In samenhang hiermee voelt de persoon zich meer op z'n gemak om iets over zichzelf te onthullen wat gepaard kan gaan met stigma, zoals bijvoorbeeld het feit dat hij/zij op hetzelfde geslacht valt.

De impact van de factor autonomie gaat nog veel verder dan het positieve effect op disclosure. Autonomie modereert namelijk ook de relatie tussen disclosure en welbevinden. Het kan met andere woorden een rol spelen in de mate waarin disclosure positieve dan wel negatieve gevolgen heeft voor het mentaal welbevinden. In contexten waarin autonomie ondersteund wordt, gaat disclosure gepaard met positieve effecten op het psychologisch welbevinden. Wie daarentegen uit de kast komt in een controlerende omgeving, zal niet dezelfde voordelen (en eventueel zelfs nadelen) ervaren. Concreet vonden Legate en collega's (2012) dat een grotere outness geassocieerd kan worden met minder agressie, minder depressie en een verhoogd zelfvertrouwen. Dit geldt echter enkel voor een autonomie-ondersteunende en dus niet voor een controlerende omgeving.

Niet alleen autonomie, maar ook verbondenheid lijkt een veelbelovende kandidaat als buffer. Familiale steun en acceptatie leidt over het algemeen tot een verhoogd welzijn (Swendener & Woodell, 2017; Tabaac et al., 2015). Wie daarentegen niet geaccepteerd wordt door familie, zal hier ook enorm door beïnvloed worden. Ryan en collega's (2009) peilden bij lesbiennes, homo's en biseksuelen naar een verband tussen afwijzing door de familie en heel wat andere variabelen. De jongeren die een hoge mate van afwijzing aangaven, waren niet alleen vaker depressief, maar pleegden ook vaker zelfmoord. Daarnaast was er ook een link met meer illegaal drugsgebruik en meer onveilige seks. Ook bij transpersonen zien we ditzelfde negatieve patroon. Klein en Golub (2016) ontdekten dat volwassenen transpersonen die minder acceptatie rapporteerden ook meer geneigd waren om druggebruik als copingmechanisme aan te wenden of zelfmoordpogingen te ondernemen. Longitudinaal onderzoek wijst eveneens in dezelfde richting: McConnell en collega's (2016) toonden dat, zelfs wanneer er gecontroleerd werd voor victimisatie en algemene steun, LGBT jongeren met een gebrek aan familiale steun meer leed ervaren dan zij die deze steun wel kregen.

Niet alleen familiale steun, maar ook betrokkenheid binnen een overkoepelende groep kan positieve effecten hebben. De specifieke verbondenheid binnen de LGBT+ community is de laatste factor die in deze context besproken wordt. Deze verbondenheid kan eerst en vooral gepaard gaan met sociale steun. Zo leidt de ervaren steun volgens onderzoek tot minder angst en depressie, meer levensgeluk en een verhoogd zelfvertrouwen (Beals et al., 2009; Keleher

al., 2010). Ook buiten de sociale steun om biedt de LGBT+ community andere voordelen (Detrie & Lease, 2007). Het doet eerst en vooral deugd om te behoren tot een groep waarin iedereen weet wat het is om tot een minderheid te behoren. Het is veelal een omgeving waarin er weinig of niet gestigmatiseerd wordt. In zo'n context vertoeven kan je bovendien helpen om zonder al te veel extra obstakels je eigen identiteit te ontwikkelen (Harper et al., 2012). De auteurs van dit artikel maken wel een belangrijke kanttekening bij de gevonden resultaten. Zo is het belangrijk om te beseffen dat er ook binnen de LGBT+ community sprake kan zijn van subgroepen, zoals raciaal/etnische minderheden, die nog extra moeilijkheden ervaren. Lehavot en collega's (2009) deden in deze context een onderzoek naar de betekenis die LGBT personen toekenden aan de verbondenheid met de LGBT+ community. Ze vonden dat welbevinden rechtstreeks toegeschreven werd aan de verbondenheid met de LGBT+ community, maar dat deze verbondenheid voor bepaalde minderheidsgroepen moeilijker te bereiken was. Vrouwen met een donkere huidskleur voelden zich bijvoorbeeld afgewezen wanneer er enkel aandacht werd geschonken aan LGBT+ issues, zonder daarbij oog te hebben voor een andere mogelijke uitlokkende factor voor discriminatie, namelijk huidskleur.

Samenvattend kunnen we stellen dat zowel autonomiesatisfactie als verbondenheidsatisfactie veelbelovende kandidaten zijn als buffer tegen de negatieve effecten die gepaard gaan met pesten en welbevinden. Bovendien toonden Chen en collega's (2014) aan dat zelfs wanneer de omgevings- of financiële veiligheid mogelijks in gevaar is, de vervulling van de basisbehoeftes nog steeds kan bijdragen aan het welzijn. Dit is een interessante bevinding, aangezien het bijvoorbeeld bij transpersonen niet ongewoon is dat zij zich vanwege hun genderidentiteit in een (financieel) onzekere situatie bevinden. Ze ervaren niet alleen vaker discriminatie en geweld, maar hebben het soms ook financieel moeilijker. Dit beperkt zich niet alleen tot de kosten die verbonden zijn aan een eventuele medische transitie en het bijbehorende papierwerk. Zo hebben transpersonen in Amerika 4 keer zo veel kans om een huishoudelijk inkomen van onder de 10 000 dollar per jaar te hebben (National Center for Transgender Equality and National Gay and Lesbian Task Force, 2011). Deze bevinding is bovendien niet te wijten aan het feit dat transpersonen lager geschoold zouden zijn, aangezien 47% onder hen een universiteits- of graduaatsopleiding heeft behaald, wat meer is dan in de gemiddelde populatie.

Onderzoeksvragen en Hypotheses

Voortbouwend op de bestaande literatuur, worden hieronder expliciet enkele onderzoeksvragen en hun bijbehorende hypothesen geformuleerd.

1. Is er een verband tussen LGBT+ discriminatie en pestgedrag enerzijds en metingen van welzijn anderzijds? De bijbehorende hypothesen zijn als volgt:

1a. Ervaren LGBT+ discriminatie is geassocieerd met lager welzijn (minder vitaliteit en tevredenheid, meer depressie en angst) bij LGBT+ personen.

1b. Ervaren pestgedrag is geassocieerd met lager welzijn (minder vitaliteit en tevredenheid, meer depressie en angst) bij LGBT+ personen.

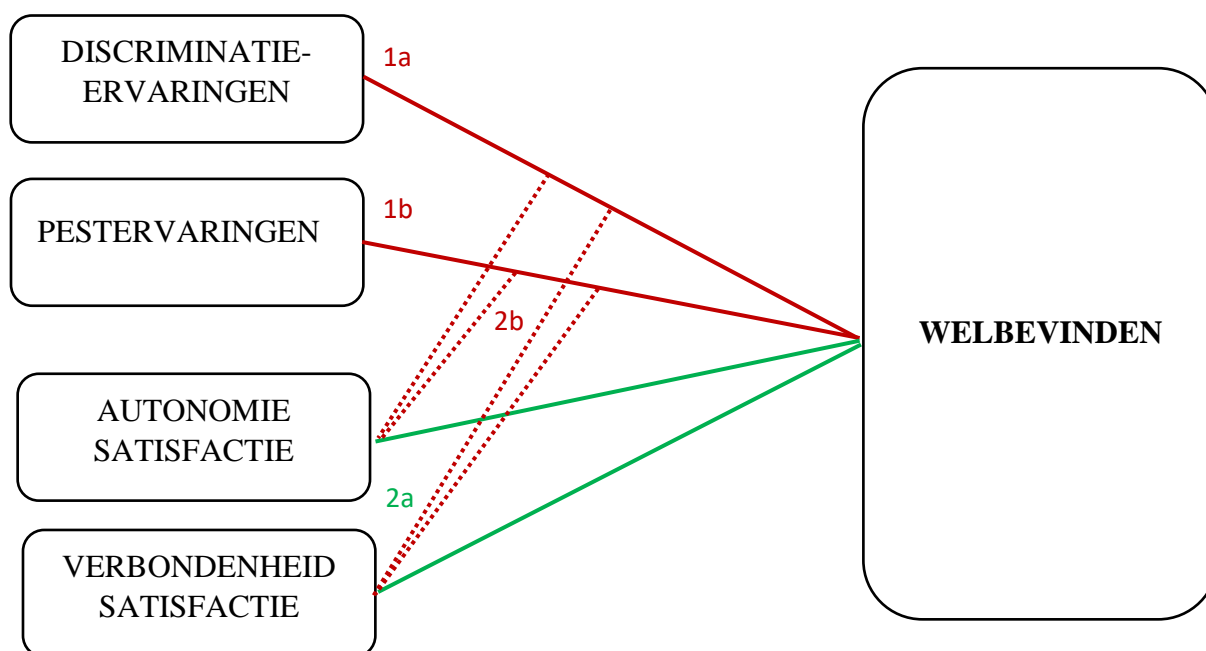
2. Is er een rol weggelegd voor autonomie/verbondenheid? Hierbij wordt enerzijds nagegaan of de vervulling van de behoefte aan autonomie/verbondenheid rechtstreeks gelinkt kan worden aan metingen van welzijn. Anderzijds wordt er gekeken of het een mogelijke moderator kan zijn in de relatie tussen discriminatie/pestgedrag en welzijn. In Figuur 1 worden de besproken verbanden visueel weergegeven.

2a. Wanneer de behoefte aan autonomie/verbondenheid van LGBT+ personen voldaan is, ervaren zij een hoger welzijn (meer vitaliteit en tevredenheid, minder depressie en angst).

2b. De associatie tussen LGBT+ discriminatie en pestgedrag enerzijds en welzijn anderzijds is kleiner wanneer de behoefte aan autonomie/verbondenheid van LGBT+ personen meer voldaan is.

Figuur 1

Visualisatie van de Hypothesen



Noot. Een groene lijn staat voor een positief verband, een rode voor een negatief verband. De rode stippellijn representeert de moderatie van het verband tussen discriminatie- en pestervaringen enerzijds en welbevinden anderzijds, door de psychologische basisbehoeften autonomie en verbondenheid.

Methode

Steekproef en Procedure

De gebruikte steekproef bestond uit meerderjarige (18+) Nederlandstalige respondenten die zich identificeren als niet-heteroseksueel, niet-cisgender of beide. Er waren geen bijkomende exclusiecriteria op basis van andere variabelen. Participanten werden op verschillende manieren gerekruteerd. In de eerste fase werd er een oproep gelanceerd op sociale media (Facebook en Instagram), waarin gevraagd werd of vrienden, kennissen en anderen die voldeden aan de voorwaarden bereid waren deel te nemen. De bijbehorende graphic kan worden teruggevonden in Appendix B. Hiervoor werd samengewerkt met twee andere thesisstudenten, die eveneens dezelfde doelgroep beoogden te bereiken: Cato Frison en Kato Venneman. Bij de oproep op sociale media was er ook sprake van sneeuwbalrekrutering, waarbij deelnemers werden opgeroepen om anderen te contacteren die ook in aanmerking zouden kunnen komen voor het invullen van de vragenlijst. Een tweede wave van participanten werd verkregen na mailverkeer met 84 LGBT+ organisaties. 22 van deze organisaties gingen in op de oproep en verspreidden het onderzoek via mail of op hun sociale media kanalen.

Uiteindelijk namen 359 personen deel aan het onderzoek. Inzake de demografische achtergrond van de deelnemers, was de gemiddelde leeftijd over participanten heen 29.77 jaar ($SD = 12.01$). Bijkomende demografische gegevens kunnen worden teruggevonden in Tabel 1.

Tabel 1

Demografische Gegevens van de Participanten (n = 359)

| Demografische variabele | Label | Aantal personen | Frequentie (% totaal) |
|--------------------------------|--------------|------------------------|------------------------------|
| Geboortegeslacht | Man | 114 | 31.75% |
| | Vrouw | 244 | 67.97% |
| | Missing | 1 | 0.28% |
| Genderidentiteit | Cisgender | 261 | 72.70% |
| | Transgender | 26 | 7.25% |

| | | | |
|---------------------|--|-----|--------|
| | Ander (genderqueer, non-binair, genderfluïde ...) | 72 | 20.06% |
| Seksuele oriëntatie | Heteroseksueel | 19 | 5.29% |
| | Homoseksueel | 182 | 50.70% |
| | Biseksueel | 79 | 22.01% |
| | Aseksueel | 15 | 4.18% |
| | Andere (panseksueel, omniseksueel, geen label ...) | 64 | 17.83% |
| Nationaliteit | Belg | 333 | 92.76% |
| | Andere (dubbel, Nederlander, Duitser ...) | 26 | 7.24% |
| Geboorteland | België | 333 | 92.76% |
| | Ander (Nederland, Duitsland, Suriname, Brazilië ...) | 26 | 7.24% |
| Diploma | Hoogstens middelbaar | 107 | 29.81% |
| | Hoger onderwijs | 252 | 70.19% |
| Werksituatie | Student | 158 | 44.01% |
| | Werkend | 166 | 46.24% |
| | Niet werkend (werkloos, arbeidsongeschikt, pensioen ...) | 25 | 2.23% |
| | Andere (werkstudent ...) | 12 | 3.34% |
| Inkomstenbronnen | Komt makkelijk tot zeer makkelijk toe | 261 | 72.70% |
| | Komt met een beetje moeite tot zeer veel moeite toe | 98 | 27.30% |

Noot. Door afronding van de percentages is de totale som van de uiterst rechtse kolom niet steeds exact gelijk aan 100%.

De vragenlijst werd vervolledigd op de eigen computer, tablet of gsm van participanten en vond volledig online plaats. Na rekrutering kwam iedere participant terecht op Qualtrics (Qualtrics, Provo, UT, 2020), waar een informatietekst volgde. Aansluitend werd gevraagd om een toestemmingsformulier te lezen en ondertekenen. Daarna ging de eigenlijke vragenlijst van start na. Eerst gaven de participanten antwoord op enkele demografische vragen (bv. leeftijd, genderidentiteit ...). Ook werd gepolst of ze de vragenlijst invulden op de

computer, tablet of gsm, zodat de lay-out van de vragenlijst hieraan kon aangepast worden. Vervolgens doorliep elke participant de vragenlijst, die (in volgorde) peilde naar positief welbevinden, negatief welbevinden, pesten, discriminatie en satisfactie van de behoefte aan autonomie en verbondenheid. Verdere informatie omtrent de items van elke schaal kunnen worden teruggevonden in de hieropvolgende materiaalsectie. Op het einde van de vragenlijst werd nog verwezen naar hulpinstanties zoals Zelfmoordlijn 1813. Voor dit onderzoek werd eveneens goedkeuring verkregen van de Ethische Commissie (2021/57, addendum 2019/65).

Materiaal

Discriminatie-ervaringen. Er werden drie items afgenomen die peilen naar de mate waarin LGBT+ respondenten geconfronteerd werden met discriminatie. De vragen zijn afkomstig uit de NELLS studie, een grote Nederlandse survey (Tolsma et al., 2014). Afhankelijk van de antwoorden van de participant op demografische vragen in het begin van de vragenlijst, kregen ze een gepersonaliseerde vraag. Voor wie aangaf niet heteroseksueel te zijn, was het einde van de vraag ‘vanwege je seksuele oriëntatie’. Wie aangaf niet cisgender te zijn, die kreeg dezelfde vraag met ‘vanwege je genderidentiteit’. Voor wie dit beide gold, was het einde: ‘vanwege je genderidentiteit of/en seksuele oriëntatie’. Voorbeelden van items zijn ‘Hoe vaak heb je al discriminatie ervaren vanwege je seksuele oriëntatie?’ en ‘Hoe vaak heb je al persoonlijk last gehad van intimidatie vanwege je seksuele oriëntatie?’. Participanten dienden hierbij telkens op een Likertschaal (gaande van 1 = nooit tot 7 = heel vaak) aan te geven hoe vaak ze dit alles al hebben meegemaakt. De schaalscore werd berekend door het gemiddelde te nemen over de drie items. De betrouwbaarheid van deze schaal was goed ($\alpha = .87$).

Pestervaringen. De mate waarin iemand gepest werd, werd gemeten door twee items, afkomstig uit een samengestelde schaal van DeSmet et al. (2018). Ieder item werd beoordeeld op een Likertschaal gaande van 1 = niet tot 5 = verschillende keren per week. De items zijn ‘Hoe vaak ben je de laatste 6 maanden gepest?’ en ‘Hoe vaak ben je de laatste 6 maanden gepest geweest via het internet (o.a. e-mail, chatten,...) of via SMS berichten (= cyberpesten)?’. De schaalscore werd berekend door het gemiddelde te nemen over de twee items. De interne consistentie voor deze subschaal is acceptabel, met een Chronbach’s alpha van .73.

Vervulling van de Psychologische Basisbehoeften Autonomie en Verbondenheid.

Om autonomie- en verbondenheidsatisfactie te meten, werden in totaal acht items opgenomen: vier in verband met autonomiesatisfactie en vier in verband met verbondenheidsatisfactie (Vandenkerckhove et al., 2019). Voor beide behoeftes peilden

telkens twee items naar behoeftesatisfactie en twee naar behoeftefrustratie. De frustratie-items moesten bijgevolg omgekeerd gescoord worden. Voorbeelden van autonomie-items zijn: 'Ik heb een gevoel van keuze en vrijheid in de dingen die ik onderneem.' (autonomiesatisfactie) en 'De meeste dingen die ik doe voelen aan alsof het moet.' (autonomiefrustratie).

Voorbeelden van verbondenheid-items zijn: 'Ik voel me verbonden met mensen die om mij geven en waar ik ook om geef.' (verbondenheidsatisfactie) en 'Ik voel me uitgesloten uit de groep waar ik bij wil horen.' (verbondenheidfrustratie). Alle items dienden gescoord te worden op een Likertschaal gaande van 1 = helemaal oneens tot 7 = helemaal eens.

Aangezien we geïnteresseerd waren in de unieke rol van elke behoefte, werd de schaalscore voor beide behoeftes berekend door het gemiddelde te nemen over alle vier de items, na omkering van de frustratie-items. Dit werd in het verleden ook al zo gedaan in de paper van Chen et al. (2014). Om ons ervan te vergewissen dat de autonomiegerelateerde items weldegelijk onderling samen clusterden en de verbondenheidsgerelateerde items ook, voerden we een principale componenten analyse (PCA) uit met obliminale rotatie. Het aantal componenten werd vastgelegd op twee. De items in verband met verbondenheid laadden hoog op de eerste component. De twee items die verbondenheidbevrediging maten, laadden negatief op deze component, beide met $-.88$. De twee items die peilden naar verbondenheidfrustratie, laadden positief op deze component: $.58$ en $.73$. Daarnaast werd er ook een tweede component onderscheiden. De items in verband met autonomie laadden hoog op deze tweede component. Hierbij laadden de autonomiebevrediging-items negatief op deze component ($-.80$ en $-.54$) en de autonomiefrustratie-items positief op deze component ($.77$ en $.80$). De verbondenheid-items clusteren met andere woorden samen onder de eerste component, terwijl de autonomie-items onder de tweede component vallen. Zowel de subschaal voor autonomiesatisfactie ($\alpha = .75$), als deze voor verbondenheidsatisfactie hadden een acceptabele betrouwbaarheid ($\alpha = .78$).

Positief Welbevinden. De metingen van positief welbevinden bestonden uit items in verband met levenstevredenheid en vitaliteit. Om de mate van levenstevredenheid na te gaan werd er gebruik gemaakt van een Nederlandse vertaling van de Satisfaction With Life Scale (Diener et al., 1985). Hiervoor werden 5 items opgenomen. Levenstevredenheid werd nagegaan aan de hand van stellingen als 'Als ik mijn leven opnieuw kon beginnen dan zou ik er bijna niets aan veranderen.' en 'De belangrijkste zaken die ik in mijn leven wil, heb ik tot dusver gekregen.' Eerder onderzoek toonde aan dat de interne consistentie voor deze subschaal goed is, met een Chronbach's alpha van $.74$ (López-Ortega et al., 2016). Ook in onze studie had de schaal voor levenstevredenheid een goede betrouwbaarheid ($\alpha = .87$). Het

tweede luik van positief welbevinden, vitaliteit, werd nagegaan aan de hand van een vragenlijst van Ryan en Frederick (1997), die bestond uit 7 items. Voorbeelden van items zijn ‘Op dit moment voel ik me springlevend en dynamisch.’ en ‘Tegenwoordig zit ik barstensvol leven en energie.’ Stellingen werden telkens beoordeeld op een Likertschaal van 1 = helemaal niet eens tot 7 = helemaal eens. De Chronbach’s Alpha van de vitaliteitsschaal bedroeg .95. De totale schaalscore voor positief welbevinden werd berekend door het gemiddelde te nemen over de twaalf items. De interne consistentie van de samengestelde schaal was uitstekend ($\alpha = .95$).

Negatief Welbevinden. De mate van negatief welbevinden werd gemeten door een samengestelde schaal, met daarin zowel items die peilden naar depressie als naar angst. De mate van depressie gedurende de week voor afname werd nagegaan met 12 items. Het gaat hier om een Nederlandse vertaling van Center for Epidemiological Studies Depression Scale (CES-D) (Radloff, 1977), in combinatie met items van Brenning et al. (2014). Dit schaalje bestaat onder andere uit de volgende items: ‘Gedurende de voorbije week kostte alles wat ik deed moeite.’ en ‘Gedurende de voorbije week had ik het gevoel dat men een hekel aan mij had.’ Participanten gaven wederom op een Likertschaal aan in hoeverre ze deze gevoelens hadden, dit keer van 1 = zelden of nooit (minder dan 1 dag) tot 4 = meestal of voortdurend (5 tot 7 dagen). De interne consistentie van de depressie-schaal was goed ($\alpha = .88$). Naast depressie, werden ook angstige gevoelens bevraagd. Deze subschaal bestond uit 6 items. Dit zijn telkens vertalingen van zinnen afkomstig uit de State-Trait Anxiety Inventory (Spielberger et al., 1983). Participanten gaven op een Likertschaal aan in hoeverre ze bepaalde gevoelens hadden, van 1 = zelden of nooit (minder dan 1 dag) tot 4 = meestal of voortdurend (5 tot 7 dagen). Voorbeelden van stellingen zijn ‘Gedurende de voorbije week voelde ik mij gespannen.’ en ‘Gedurende de voorbije week maakte ik mij zorgen.’ Ook voor de angst-subschaal was de interne consistentie goed ($\alpha = .87$). De totale schaalscore werd berekend door het gemiddelde te nemen over de achttien items. De interne consistentie van de totale schaal was uitstekend ($\alpha = .93$). De volledige vragenlijst, zoals hij in Qualtrics getoond werd aan de participanten, kan worden teruggevonden in Appendix C.

Analyse en Resultaten

Preprocessing

De volledige dataset werd gedownload vanop Qualtrics. Aangezien er op geen enkel moment identificeerbare gegevens zoals naam, woonplaats of email-adres werden bevraagd, diende de data niet verder geanonimiseerd te worden. De verdere verwerking van de data gebeurde in het softwareprogramma SPSS. In een eerste stap werden participanten die niet

voldeden aan de deelnamecriteria geëxcludeerd. Zo verwijderden we één participant uit de dataset omdat die ten tijde van het invullen van de vragenlijst slechts 16 jaar was, terwijl de minimumleeftijd volgens onze deelnamecriteria 18 jaar bedroeg. Ook waren er enkele participanten die op één of meer van de informed consent-vragen ‘nee’ hadden geantwoord, en wiens data we bijgevolg ook niet hebben gebruikt. Er werd hierbij ook gekeken naar bepaalde antwoordtendensen (zoals telkens 1-2-3-4-5), om er zeker van te zijn dat de antwoordopties niet random aangeduid waren. Op basis van dit criterium werden er echter geen participanten uitgesloten. In een volgende stap werden alle omgekeerde items herschaald. Vervolgens werd de interne consistentie van iedere schaal nagegaan door middel van de berekening van Chronbach’s Alpha (zie Materiaal). Schaalscores werden berekend in overeenstemming met de beschrijving in de Materiaal-sectie van deze masterproef. Voor elke verderop gerapporteerde test werd het significantieniveau vastgelegd op 0.05.

Preliminaire Analyses

Missing values

Als eerste werd een missing value analysis uitgevoerd. De ontbrekende gegevens in onze dataset (6,04 % van het totaal) bleken missing (completely) at random (M(C)AR), aangezien Little’s MCAR test, die de hypothese van MCAR versus MAR (missing at random) toetst, niet verworpen werd ($X^2 = 74.729$; $df = 57$; $p = .06$). Bijgevolg werden de ontbrekende gegevens geschat met het Expectation Maximization algoritme in SPSS, via 500 iteraties. Voor verdere analyses werd beroep gedaan op deze dataset met complete gegevens.

Effect van Achtergrondvariabelen (MANCOVA)

Aan de hand van een multivariate covariantieanalyse (MANCOVA) werd het verband tussen de verschillende achtergrondvariabelen en de afhankelijke variabelen nagegaan. Alle demografische variabelen die mogelijks een invloed kunnen uitoefenen werden hierin opgenomen. Dit gaat om geboorteland, diploma, werksituatie, inkomstenbronnen, geboortegeslacht, genderidentiteit en seksuele oriëntatie. Als significantieniveau voor de statistische toetsen werd $\alpha = .05$ gehanteerd. Uit de resultaten van de MANCOVA bleek een significant multivariaat effect van de volgende achtergrondvariabelen: werksituatie [Wilk’s $\lambda = .96$, $F(6,684) = 2.46$, $p = .02$, $\eta^2 = .02$], inkomstenbronnen [Wilk’s $\lambda = .91$, $F(2,341) = 16.15$, $p < .001$, $\eta^2 = .08$] en genderidentiteit [Wilk’s $\lambda = .91$, $F(4,684) = 2.46$, $p = .02$, $\eta^2 = .02$].

Voor elk van deze achtergrondvariabelen bleek het gevonden verband ook univariaat significant. Dit was ten eerste het geval voor het verband tussen werksituatie en zowel positief als negatief welbevinden. Zo scoorden studenten ($M = 3.80$, $SD = .16$) significant lager op positief welbevinden in vergelijking met werkenden ($M = 4.30$, $SD = .16$) [$F(3,342) = 4.18$; p

= .01; $\eta^2 = .04$]. Ook scoorde deze groep significant hoger op negatief welbevinden ($M = 2.31, SD = .08$) tegenover werkenden ($M = 2.08, SD = .08$) [$F(3,342) = 4.08; p = .01; \eta^2 = .04$].

Ten tweede bleek het effect van inkomstenbronnen op zowel positief als negatief welbevinden significant. Diegenen die aangaven makkelijk tot zeer makkelijk rond te komen, scoorden significant hoger op positief welbevinden ($M = 4.44, SD = .18$) dan degenen die moeilijk tot zeer moeilijk rondkomen ($M = 3.68, SD = .18$) [$F(1,342) = 33.19; p < .001; \eta^2 = .09$]. Daarnaast scoorde de eerstgenoemde groep significant lager voor negatief welbevinden ($M = 2.01, SD = .09$) dan de laatstgenoemde ($M = 2.32, SD = .09$) [$F(1,342) = 22.13; p < .001; \eta^2 = .06$].

Ten slotte werd ook de univariate invloed van genderidentiteit nagegaan. Cisgenderpersonen rapporteerden in deze studie een hoger positief welbevinden ($M = 4.36, SD = .19$) dan transpersonen ($M = 3.85, SD = .25$) en mensen die de categorie ‘ander’ aanduiden ($M = 3.98, SD = .19$) [$F(2,342) = 4.70; p = .01; \eta^2 = .03$]. Ze scoren eveneens lager op indicatoren van negatief welbevinden ($M = 2.04, SD = .09$) dan transpersonen ($M = 2.21, SD = .13$) en mensen die de categorie ‘ander’ aanduiden ($M = 2.25, SD = .10$) [$F(2,342) = 4.06; p = .02; \eta^2 = .02$]. Concluderend kunnen we stellen dat deze drie achtergrondvariabelen consistent invloed hebben op de afhankelijke variabelen in ons onderzoek. Deze variabelen nemen we bijgevolg op als controlevariabelen in verdere analyses.

Descriptieven en Partiële Correlaties

De gemiddelde scores en standaarddeviaties voor de verschillende schalen kunnen worden teruggevonden in Tabel 2. Om verbanden tussen de verschillende variabelen weer te geven, berekenden we eerst en vooral Pearson correlaties, waarbij gecontroleerd voor de significante achtergrondvariabelen. Het gaat hier met ander woorden om partiële correlaties. Uit onderstaande tabel blijkt dat de meting van positief welbevinden (bestaande uit items in verband met levenstevredenheid en vitaliteit) sterk negatief correleert met de meting van negatief welbevinden (bestaande uit items in verband met depressie en angst). Zowel discriminatie als pesten, die onderling positief gecorreleerd zijn, hangen samen met meer negatief welbevinden. Enkel pesten is echter geassocieerd met minder autonomie- en verbondenheidssatisfactie en minder positief welbevinden. Voor discriminatie zijn de verbanden met psychologische behoeftebevrediging en positief welbevinden telkens niet significant.

Voor de voorgestelde buffers geldt het omgekeerde verband met de afhankelijke variabelen: de vervulling van autonomie en verbondenheid is significant positief gecorreleerd met positief welbevinden en significant negatief met negatief welbevinden. Visualisaties van het verband tussen behoeftesatisfactie en zowel positief als negatief welbevinden (in de vorm van scatter plots) kunnen worden teruggevonden in Appendix D (Figuur D1 tot D4).

Tabel 2

Pearson (Partiële) Correlaties Tussen de Onderzoeksvariabelen

| | <i>M</i> | <i>SD</i> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|------------------------------|----------|-----------|--------|---------|---------|---------|---------|
| 1. Discriminatie-ervaringen | 2.61 | 1.24 | | | | | |
| 2. Pestervaringen | 1.18 | 0.45 | .31*** | | | | |
| 3. Autonomie-satisfactie | 4.85 | 1.02 | -.09 | -.17** | | | |
| 4. Verbondenheid-satisfactie | 5.59 | 0.94 | -.10 | -.34*** | .62*** | | |
| 5. Positief welbevinden | 4.21 | 1.15 | -.06 | -.15** | .64*** | .55*** | |
| 6. Negatief welbevinden | 2.13 | 0.59 | .11* | .24*** | -.58*** | -.57*** | -.82*** |

Noot. * $p \leq .05$, ** $p \leq .01$, *** $p \leq .001$

Primaire Analyses

Aan de hand van een aparte hiërarchische regressieanalyse voor positief en negatief welbevinden werd nagegaan in hoeverre de onafhankelijke variabelen een uniek verband vertoonden met de afhankelijke variabelen. Positief en negatief welbevinden werden apart bekeken om concrete conclusies te kunnen trekken op vlak van levenstevredenheid en vitaliteit, maar ook depressie en angst. Een gecombineerde score zou ons niet toelaten voldoende nuances aan te brengen in het algemene concept welzijn. Werksituatie, inkomstenbronnen en genderidentiteit werden telkens als controlevariabelen opgenomen in de analyses. In stap 1 werd de voorspellende kracht van discriminatie en pesten nagegaan. In stap 2 werd de satisfactie van de behoefte aan autonomie en verbondenheid toegevoegd. De interacties tussen discriminatie en pesten enerzijds en autonomie- en verbondenheidssatisfactie anderzijds werden in stap 3 geïncludeerd. De resultaten van de hiërarchische regressieanalyse kunnen worden teruggevonden in Tabel 3.

Effecten op Positief Welbevinden (Levenstevredenheid en Vitaliteit)

Correlationeel gezien werd er in ons onderzoek een niet-significant verband gevonden tussen discriminatie en positief welbevinden ($r = -.06$) en een significant negatief verband tussen pesten en positief welbevinden ($r = -.15$). Deze bevinding werd ondersteund door een hiërarchische regressieanalyse. Na controle voor de achtergrondvariabelen, zien we dat pesten significant negatief samenhangt met positief welbevinden ($\beta = -.13$, $t = -2.52$, $p = .01$). Het verband met discriminatie was niet significant ($\beta = -.02$, $t = -.30$, $p = .76$). Discriminatie en pesten verklaren 2% van de variantie in positief welbevinden bovenop de achtergrondvariabelen ($\Delta R^2 = .02$, $F(2, 353) = 3.82$, $p = .02$).

Ten tweede waren we geïnteresseerd in de rol van autonomie- en verbondenheidsatisfactie. Partiële correlaties toonden al een positief verband aan tussen zowel de vervulling van autonomiebehoefte en positief welbevinden ($r = .64$) als de vervulling van verbondenheidsbehoefte en positief welbevinden ($r = .55$). De hiërarchische regressieanalyse bevestigt dit vermoeden. Na controle voor de andere variabelen in het model, hangen zowel autonomiesatisfactie ($\beta = .47$, $t = 9.52$, $p < .001$) als verbondenheidsatisfactie ($\beta = .25$, $t = 5.03$, $p < .001$) significant positief samen met positief welbevinden. Het model met potentiële buffers autonomie en verbondenheid verklaart 37% van de variantie in positief welbevinden ($\Delta R^2 = .37$, $F(2, 351) = 136.18$, $p < .001$) bovenop het eerste model (met daarin de controlevariabelen en discriminatie en pesten).

Tot slot keken we nog naar de interactie tussen ervaringen van discriminatie en pesten en de vervulling van de psychologische basisbehoeftes. Uit de hiërarchische regressieanalyse blijkt dat het toevoegen van de interacties aan het model geen extra variantie verklaart ten opzichte van het model zonder interacties [$\Delta R^2 = .00$, $F(4, 347) = .76$, $p = .55$]. Samen verklaren de variabelen 52% van de variantie in positief welbevinden.

Effecten op Negatief Welbevinden (Depressie en Angst)

Een tweede hiërarchische regressieanalyse werd uitgevoerd met negatief welbevinden als afhankelijke variabele (Tabel 3). Correlationeel gezien werd er in ons onderzoek een positief verband gevonden tussen zowel discriminatie en negatief welbevinden ($r = .11$) als pesten en negatief welbevinden ($r = .24$). Deze bevinding werd ondersteund door een hiërarchische regressieanalyse. Na controle voor de andere variabelen in het model, hing pesten significant positief samen met negatief welbevinden ($\beta = .21$, $t = 4.06$, $p < 0.001$). Het verband met discriminatie was niet significant ($\beta = .05$, $t = .84$, $p = .40$). Het model met discriminatie en pesten verklaarde 5% meer variantie bovenop het model met daarin enkel de achtergrondvariabelen ($\Delta R^2 = .05$, $F(2, 353) = 10.66$, $p < .001$).

Tabel 3

Hiërarchische Regressieanalyse met Positief en Negatief Welbevinden als Afhankelijke Variabele

| | Positief welbevinden | | | Negatief welbevinden | | |
|--|----------------------|--------|--------|----------------------|---------|---------|
| | 1 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 |
| 1. Discriminatie en pesten | | | | | | |
| - Discriminatie-ervaringen | .02 | .00 | -.00 | .05 | .04 | .03 |
| - Pestervaringen | -.13* | .02 | -.04 | .21*** | .05 | .11* |
| 2. Behoeftesatisfactie | | | | | | |
| - Autonomiesatisfactie | | .47*** | .47*** | | -.36*** | -.36*** |
| - Verbondenheidsatisfactie | | .25*** | .26*** | | -.31*** | -.31*** |
| 3. Interactie-effecten | | | | | | |
| - Autonomiesatisfactie x Pestervaringen | | | -.04 | | | .10 |
| - Autonomiesatisfactie x Discriminatie-ervaringen | | | .00 | | | .01 |
| - Verbondenheidsatisfactie x Pestervaringen | | | -.07 | | | -.03 |
| - Verbondenheidsatisfactie x Discriminatie-ervaringen | | | .02 | | | .04 |
| ΔR^2 | .02* | .37*** | .00 | .05*** | .30*** | .01 |

Noot. De gerapporteerde getallen stellen telkens de regressiecoëfficiënt bèta voor (behorend tot de links vermelde variabele, in de bovenaan vermelde stap), met uitzondering van de onderste rij, waar per stap ΔR^2 wordt getoond.

Noot. * $p \leq .05$, ** $p \leq .01$, *** $p \leq .001$

Ten tweede waren we ook hier geïnteresseerd in de rol van autonomie- en verbondenheidsatisfactie. Partiële correlaties toonden al een negatief verband tussen zowel de vervulling van autonomiebehoefte en negatief welbevinden ($r = -.58$) als de vervulling van verbondenheidsbehoefte en negatief welbevinden ($r = -.57$). De hiërarchische regressieanalyse bevestigt dit vermoeden. Na controle voor de andere variabelen in het model, hangen zowel autonomiesatisfactie ($\beta = -.36$, $t = -7.01$, $p < .001$) als verbondenheidsatisfactie ($\beta = -.31$, $t = -5.90$, $p < .001$) significant negatief samen met negatief welbevinden. Ook zien we dat na toevoeging van satisfactie van de basisbehoeften het oorspronkelijke verband tussen pesten en negatief welbevinden verdwijnt. Het model met potentiële buffers autonomie- en verbondenheidsatisfactie verklaart 30% van de variantie in negatief welbevinden ($\Delta R^2 = .30$,

$F(2, 351) = 104.87, p < .001$) bovenop het eerste model (met daarin de controlevariabelen en discriminatie en pesten).

Tot slot keken we nog naar de interactie tussen discriminatie en pesten en de vervulling van de psychologische basisbehoeftes.. Uit de hiërarchische regressieanalyse blijkt dat het toevoegen van de interacties aan het model geen extra variantie verklaart ten opzichte van het model zonder interacties ($\Delta R^2 = .01, F(4, 347) = 1.68, p = .16$). Samen verklaren de variabelen 49% van de variantie in negatief welbevinden.

Discussie

Eerder onderzoek toonde aan dat LGBT+ personen zich in een kwetsbare situatie kunnen bevinden op vlak van discriminatie (De Greef, 2020; Van Meldert, 2020) en pesten (e.g. Bickett et al., 2009, Llorent et al., 2016). Ze worden niet alleen vaker gediscrimineerd en gepest, maar de effecten op welzijn en mentale gezondheid zijn binnen deze groep mogelijks nog desastreuzer (Swearer et al., 2008; Russell et al., 2012). Het welbevinden van LGBT+ personen is bovendien lager dan dat van de brede bevolking (Semlyen et al., 2016). In deze masterproef beoogden we het verband tussen discriminatie, pesten en welbevinden bij LGBT+ personen verder in kaart te brengen. Welbevinden werd hierbij ontleed in zowel positief welbevinden (gemeten door items in verband met levenstevredenheid en vitaliteit) als negatief welbevinden (gemeten door items in verband met depressie en angst). Daarenboven werd de mogelijke rol van twee psychologische basisbehoeften uit de Zelfdeterminatietheorie onderzocht: meer specifiek de vervulling van de behoefte aan autonomie en verbondenheid. Dit alles werd bestudeerd aan de hand van vragenlijsten.

Samenvatting van de Resultaten

Pesten en Discriminatie als Kwetsbaarheidsfactor voor Verminderd Welbevinden

Ten eerste ging deze masterproef na of er een verband bestaat tussen ervaren LGBT+ discriminatie/pestgedrag en metingen van welzijn. Volgens de geformuleerde hypothesen zouden zowel ervaren discriminatie (hypothese 1a) als pestgedrag (hypothese 1b) geassocieerd zijn met een lager welzijn (minder vitaliteit en tevredenheid, meer depressie en angst) bij LGBT+ personen. De resultaten van de preliminaire analyses waren overwegend in lijn met deze vermoedens. Zo hing ervaren pestgedrag significant positief samen met negatief welbevinden (depressie en angstgevoelens) en significant negatief samen met positief welbevinden (levenstevredenheid en vitaliteit). Voor discriminatie was enkel het positieve verband met negatief welbevinden significant. De link tussen gediscrimineerd worden als LGBT+ persoon en lagere niveaus van positief welbevinden was dat niet. De sterkte van de correlaties was bovendien in alle gevallen lager dan verwacht. De grootte van de Pearson

correlatiecoëfficiënt was telkens tussen $-.30$ en $.30$., wat over het algemeen als ‘zwak bestempeld wordt. Een belangrijke kanttekening die hierbij gemaakt kan worden, is het feit dat onze steekproef in het algemeen gekenmerkt wordt door lage niveaus van pesten en discriminatie. De overgrote meerderheid van de participanten antwoordde ‘1’ op de vragen naar (cyber)pesten, wat neerkomt op ‘niet gepest in de afgelopen 6 maanden’. Bij discriminatie zien we hetzelfde patroon terug. Een steekproef met meer spreiding in de antwoorden zou mogelijks andere resultaten kunnen bekomen.

Om een duidelijker zicht te krijgen op de specifieke verbanden, werd vervolgens ook een hiërarchische regressieanalyse uitgevoerd, met zowel positief als negatief welbevinden als afhankelijke variabele. Het model met daarin discriminatie en pesten verklaarde telkens meer variantie in de uitkomstvariabelen, bovenop de achtergrondvariabelen. Pesten bleek negatief gelinkt aan positief welbevinden en positief aan negatief welbevinden, na controle voor andere variabelen in het model. Voor discriminatie was het gevonden verband telkens niet significant. Bovendien verdween het effect van ervaren pestgedrag wanneer de metingen van behoeftesatisfactie aan het model werden toegevoegd.

Zowel correlatieel als op basis van de hiërarchische regressieanalyse lijkt de sterkte van de verbanden tussen ervaren discriminatie/pesten bij LGBT+ personen en verminderd welzijn dus eerder beperkt. De trends in de resultaten zijn in lijn met de hypothesen, maar de gevonden partiële correlaties zijn zwak en sommige verbanden blijken niet robuust na toevoeging van bijkomende variabelen. Wanneer we deze resultaten terugkoppelen naar eerder onderzoek rond deze thematiek, zien we dat in bestaande literatuur over het algemeen een duidelijker verband wordt gevonden tussen discriminatie/pesten en welbevinden. Zo scoorden LGBT+ respondenten die zich gediscrimineerd voelden gemiddeld 1 punt (op 10) lager op levenstevredenheid dan niet-gediscrimineerde LGBT+ personen (European Union Agency for Fundamental Rights, 2020). Verschillen van deze grootteorde werden niet teruggevonden in de huidige studie. Ook onderzoek naar pesten in de brede bevolking concludeert over het algemeen dat er weldegelijk een robuuste link is met welbevinden. Prospectieve studies tonen bijvoorbeeld aan dat gepeste kinderen een verhoogde kans hadden op depressieve en emotionele problemen (Zwierzynska et al., 2013) en angststoornissen (Stapinski et al., 2014). Toch waren er ook in het verleden onderzoekers die gemengde resultaten rapporteerden. Zo vonden Bannink et al. (2014) voor jongens geen verband tussen gepest worden en een latere meting van mentale gezondheid. Ook bij cyberpesten was er in dit onderzoek geen link met zelfmoordgedachten. Het ging hier echter om een prospectieve studie bij minderjarigen, terwijl het huidige onderzoek zich richtte op meerderjarige LGBT+

respondenten die hun actuele niveaus (de laatste 6 maanden) van ervaren discriminatie en pesten rapporteerden. Hierdoor kunnen we geen duidelijke parallellen trekken tussen beide studies. De afwijkende resultaten in het huidig onderzoek zijn enerzijds mogelijks te wijten aan methodologische verschillen met eerdere papers. Zoals verderop zal besproken worden, werden in onze vragenlijst slechts een beperkt aantal items afgenomen in verband met ervaren discriminatie en pesten, waardoor misschien niet alle nuances gedetecteerd werden.

Bovendien gaat het hier om online-vragenlijstonderzoek binnen een specifieke Nederlandstalige populatie. Studies in andere landen, of met een verschillende methodologische insteek (kwalitatief onderzoek, interviews ...) komen mogelijks tot andere resultaten. Ten slotte zou een vorm van publicatiebias aan de grondslag kunnen liggen van het verschil. Het overwicht van significante verbanden in de literatuur zou met andere woorden deels te wijten kunnen zijn aan het feit dat papers met nulbevindingen niet of nauwelijks gepubliceerd werden.

De Algemene rol van Autonomie- en Verbondenheidsatisfactie

De tweede onderzoeksvraag focuste op een mogelijke rol voor autonomie- en verbondenheidsatisfactie. Hierbij werd allereerst nagegaan of de vervulling van de behoefte aan autonomie/verbondenheid rechtstreeks gelinkt kon worden aan metingen van welzijn. We verwachtten dat wanneer de behoefte aan autonomie/verbondenheid van LGBT+ personen voldaan was, zij een hoger welzijn (meer vitaliteit en tevredenheid, minder depressie en angst) zouden ervaren (hypothese 2a). Uit zowel de preliminaire analyses als de hiërarchische regressies bleek dat de vervulling van de basisbehoeftes significant positief samenhangt met positief welbevinden en significant negatief met negatief welbevinden. Wie met andere woorden meer behoeftebevrediging ervaart op deze twee domeinen, heeft in deze steekproef over het algemeen een hoger welbevinden. Zowel voor autonomie- als verbondenheidsatisfactie werd een positieve samenhang gevonden met levenstevredenheid en vitaliteit, en een negatieve samenhang met depressie en angst. LGBT+ participanten wiens gevoelens van autonomie en verbondenheid ondersteund worden, zijn ze over het algemeen gelukkiger en zitten beter in hun vel. Bovendien zijn ze ook minder angstig en kampen ze met minder depressieve gedachten.

De gevonden resultaten liggen in lijn met wat in eerder onderzoek werd gevonden, zowel binnen de brede bevolking als specifiek in LGBT+ steekproeven. Over het algemeen leidt de vervulling van de psychologische basisbehoeften, net zoals in onze studie, tot een grotere intrinsieke motivatie en een beter welbevinden. Zo kan verbondenheid in de brede populatie depressie doen verminderen en het welbevinden doen toenemen (Swendener &

Woodell, 2017; Tabaac et al., 2015). Dat ook autonomiesatisfactie gelinkt kan worden aan een betere mentale en fysieke gezondheid (Ryan & Deci, 2000; Williams et al., 1996), wordt ook in deze studie bevestigd. Specifiek in de LGBT+ populatie toonde eerder onderzoek door Legate et al. (2012) al aan dat autonomiesatisfactie in sterke mate voorspelt in hoeverre iemand diens seksuele identiteit durft blootgeven. Deze verhoogde mate van disclosure zou inderdaad één van de mogelijke verklaringen kunnen zijn waarom het welbevinden bij LGBT+ personen met meer behoeftesatisfactie hoger ligt. Een autonomie-ondersteunende omgeving genereert in onze steekproef de sterkste effecten. Mogelijke implicaties van de gevonden resultaten worden verderop bediscussieerd.

De Bufferende rol van Autonomie- en Verbondenheidsatisfactie

Ook werd nagegaan of behoeftesatisfactie als buffer kon optreden, om de eventuele negatieve gevolgen van discriminatie en pesten tegen te gaan. We verwachtten hierbij dat de associatie tussen ervaren discriminatie en pestgedrag enerzijds en welzijn anderzijds kleiner zou zijn wanneer de behoefte aan autonomie/verbondenheid van LGBT+ personen meer voldaan is (hypothese 2b). Uit de hiërarchische regressieanalyse bleek hier geen evidentie voor in deze steekproef. Geen van de vier getoetste interactie-effecten (autonomiesatisfactie x discriminatie-ervaringen, autonomiesatisfactie x pestervaringen, verbondenheidsatisfactie x discriminatie-ervaringen, verbondenheidsatisfactie x pestervaringen) was significant. De vervulling van de twee psychologische basisbehoeftes kan dus niet concreet als buffer functioneren in de relatie tussen discriminatie, pesten en welbevinden. Toch doen de gevonden hoofdeffecten vermoeden dat behoeftesatisfactie in het algemeen wel een helpende factor kan zijn. Bovendien waren in deze studie de gevonden hoofdeffecten van discriminatie en pesten op welbevinden eerder beperkt.

Deze bevindingen omtrent de interacties kunnen op minstens twee mogelijke manieren geïnterpreteerd worden. Enerzijds is het plausibel dat discriminatie-/pestervaringen en psychologische behoeftebevrediging als twee aparte entiteiten gezien moeten worden, die onafhankelijk van elkaar een effect hebben op welbevinden: het eerste een negatief effect en het tweede een positief. Discriminatie/pesten en autonomie- en verbondenheidsatisfactie dienen dan bijgevolg beide apart in rekening gebracht te worden. Anderzijds zou het kunnen dat LGBT+ personen die gediscrimineerd of gepest worden minder welzijn ervaren, doordat ze als gevolg van de discriminatie- of pestervaringen minder behoeftebevrediging ervaren. Dit impliceert dan een mediatie, in plaats van de vooropgestelde moderatie. In dit scenario zou het waarschijnlijk gaan om een gedeeltelijke of partiële mediatie, in plaats van een volledige mediatie. Hierbij is er namelijk nog steeds een relatie tussen de onafhankelijke en

afhankelijke variabele wanneer de mediator niet in het model wordt opgenomen. Dit is het geval in onze studie: het is net wanneer behoeftesatisfactie aan het model wordt toegevoegd, dat het verband tussen pesten en welzijn verdwijnt.

Bijdrage aan de Literatuur

Ten eerste draagt deze masterproef bij aan de literatuur door in kaart te brengen hoe ervaringen van pesten en discriminatie bij LGBT+ personen gerelateerd zijn aan hun welbevinden. Hoewel de sterkte van de onderlinge correlaties eerder laag is, en bij de hiërarchische regressieanalyse het verband tussen pesten en welzijn verdwijnt na toevoeging van autonomie- en verbondenheidsatisfactie, zien we keer op keer dezelfde trend in de data terugkomen. De richting van de verbanden is voor pesten uniform: een LGBT+ participant die meer gepest wordt, ervaart meer depressie en angstgevoelens en lagere niveaus van levenstevredenheid en vitaliteit. Voor discriminatie kunnen we echter niet altijd eenduidige conclusies trekken.

Ten tweede zet dit onderzoek nogmaals het belang van de psychologische basisbehoeften autonomie en verbondenheid (e.g., Swendener & Woodell, 2017; Tabaac et al., 2015) in de verf. Uit de resultaten komt er namelijk een consistent verband naar voren tussen de bevrediging van deze twee behoeftes en scores op zowel positief als negatief welbevinden. De ondersteuning vanuit je netwerk kan met andere woorden een cruciale rol spelen in de mate waarin je angst of depressie ervaart, of net veel levenstevredenheid en vitaliteit hebt. Toekomstige interventies vanuit hulpverleningsorganisaties zouden eventueel specifiek kunnen inzetten op de onderlinge verbondenheid en ervaren autonomie van LGBT+ personen. Dit is zeker van groot belang voor ieder LGBT+ persoon die thuis, op school of in een werkomgeving behoeftefrustratie ervaart. Zoals reeds meerdere malen aangehaald in de inleiding van deze masterproef, kan het gevoel van verbondenheid heel wat positieve effecten met zich meedragen. Daardoor kan het nuttig zijn om verder in te zetten op LGBT+ groepen. Deze bieden namelijk sociale steun, geruststelling en een plek waarin minder gestigmatiseerd wordt (Detrie & Lease, 2007), wat de identiteitsontwikkeling ten goede komt (Harper et al., 2012). Ook de oprichting van LGBT+ groepen op het werk (Drydakis, 2018) zou kunnen bijdragen aan een beter welbevinden. Daarnaast kunnen activiteiten die een gevoel van autonomie in LGBT+ personen bewerkstelligen, een toegevoegde waarde hebben. Denk hierbij bijvoorbeeld aan het stimuleren van de persoonlijke interesses op school of in de thuissituatie. Ook kan het aangemoedigd worden dat LGBT+ personen kledij dragen waar ze zich het comfortabelst in voelen, en zichzelf naar de buitenwereld uitdrukken zoals ze dat zelf

wensen. Op deze manier wordt er niet de verwachting gecreëerd dat je moet voldoen aan de verwachtingen van de maatschappij, wat kan aanvoelen als een erg controlerende omgeving.

Ten derde geeft dit onderzoek – naast de antwoorden op de specifieke onderzoeksvragen – ook inzicht in het effect van verschillende achtergrondvariabelen. Zo bleek onder meer dat welbevinden in onze steekproef beïnvloed werd door onder andere werksituatie, inkomstenbronnen en genderidentiteit. Qua werksituatie rapporteerde de groep studenten lagere niveaus van levenstevredenheid en vitaliteit, alsook hogere niveaus van depressie en angst, vergeleken met werkende mensen. Verschillende factoren kunnen aan de basis liggen van deze bevinding. Gezien er geen significant verband werd gevonden voor leeftijd, zou het eerder kunnen gaan over de concrete studiegerelateerde omstandigheden dan om de leeftijdsperiode.

Ook qua inkomstenbronnen zien we in deze studie een duidelijk effect. Aangezien blijkt dat de financiële situatie van de LGBT+ personen in onze steekproef doorslaggevend kan zijn voor hun welzijn, zou dit namelijk ook een punt kunnen zijn waarop organisaties of onderzoekers kunnen inzetten. Hierbij houden we in het achterhoofd dat LGBT+ jongeren soms zelfs op straat belanden omdat ze (financieel) niet meer ondersteund worden door familie (Lolai, 2015). Het is echter onzeker of de verminderde financiële zekerheid van participanten in onze steekproef expliciet te wijten is aan het feit dat ze LGBT+ zijn. Zoals in de inleiding aangehaald, hebben de psychologische basisbehoeften echter ook in zulke situaties een positieve impact (Chen et al., 2014). Zelfs bij diegenen die veel discriminatie ervaren, werpt de vervulling van psychologische basisbehoeftes nog steeds haar vruchten af.

Ten slotte bleek ook genderidentiteit significant samen te hangen met de gemeten indicatoren van zowel positief als negatief welbevinden. Personen die zichzelf als cisgender identificeren hebben in onze steekproef een hoger welbevinden dan transpersonen. Hieruit blijkt mogelijk een extra kwetsbaarheid voor transpersonen. Wanneer we dit terugkoppelen naar onderzoek in verband met gerapporteerde discriminatie, zien we ditzelfde patroon ook hier terugkomen. Zo tonen cijfergegevens van European Union Agency for Fundamental Rights aan dat transjongeren meer discriminatie ervaren dan homoseksuele of lesbische jongeren. Ook qua zelfmoordcijfers (Missiaen & Seynaeve, 2016) scoren transpersonen opmerkelijk hoger. Bovendien ervaart deze groep het meest van al ongelijkheid in gezondheid (Safer et al., 2016). In de context van gezondheidsvoorzieningen moeten ze vaak opboksen tegen stigma en discriminatie, waardoor ze ingrepen uitstellen of vermijden. Dit kan ervoor zorgen dat de impact op hun welzijn op deze manier dus nog versterkt wordt. Bijgevolg is het belangrijk dat er ook voor hen passende ondersteuning wordt voorzien.

Sterktes en Beperkingen

Dit onderzoek kent verschillende sterktes en beperkingen. Eerst en vooral betreft het hier een cross-sectioneel onderzoek. Dit design laat ons niet toe om met zekerheid oorzaak-gevolg relaties vast te stellen. Zo zou het bijvoorbeeld kunnen dat het gevonden effect in de omgekeerde richting geldt, met name dat LGBT+ personen met lagere niveaus van welbevinden door deze kwetsbaarheid gemakkelijker ten prooi vallen aan ervaringen van discriminatie en pesten. Ook andere, niet onderzochte, variabelen kunnen een rol hebben gespeeld. Iemands welzijn is namelijk mogelijks ook bepaald door de levenssituatie op het moment waarop de vragenlijst werd ingevuld. Ingrijpende gebeurtenissen, zoals het overlijden van een dierbare, werden bijvoorbeeld niet in rekening gebracht bij de beoordeling. Ook de Covid-pandemie kan een impact gehad hebben. Deze crisis heeft LGBT+ personen mogelijks in meer of mindere mate getroffen. Die gevolgen situeren zich niet alleen op financieel vlak, maar ook op sociaal vlak. Minder sociale contacten kunnen namelijk resulteren in gevoelens van eenzaamheid, en hierdoor ook in meer depressieve gevoelens of angst (Loades et al., 2020), onafhankelijk van discriminatie- of pestervaringen.

Een tweede belangrijke punt is de representativiteit van de steekproef. Hoewel er gepoogd is om een zo breed en representatief mogelijke steekproef te verkrijgen, geeft deze masterproef mogelijks geen eenduidig beeld voor de volledige LGBT+ community. Zo zien we in onze steekproef voornamelijk veel jonge deelnemers, aangezien het netwerk van de onderzoekers hoofdzakelijk uit studenten of net afgestudeerden bestond. Iets minder dan de helft ($n = 158$) deelnemers gaf aan te studeren. Ook organisaties voor 45- en 60-plussers werden gecontacteerd, maar uit deze hoek kwam er over het algemeen veel minder respons. Bovendien identificeerde de overgrote meerderheid zich qua seksuele oriëntatie als homo of lesbienne ($n = 180$). Ten slotte was de vragenlijst ook opgesteld in het Nederlands, waardoor we geen inzicht hebben in de resultaten voor bijvoorbeeld het Franstalig landsgedeelte, of andere landen. Hoewel kan vermoed worden dat bepaalde trends universeel zijn (Chen et al., 2014; Magson et al., 2022), kunnen we hier dus geen sluitende uitspraken over doen.

Een derde opmerking gaat over het aantal items in de vragenlijst. Om de vragenlijst niet onnodig lang te maken, werd ervoor geopteerd om soms vrij korte schalen te gebruiken om bijvoorbeeld pesten en discriminatie te meten. Die kunnen mogelijk onvoldoende de nuances bevatten. Zo zou het kunnen dat participanten de omschrijvingen breed interpreteerden en zich daardoor niet echt een concreet geval van pesten of discriminatie konden voorstellen. Moest er expliciet gepeild zijn naar specifieke voorbeelden die vaak

voorkomen, zoals nageroepen worden etc., zouden het aantal gerapporteerde gevallen waarschijnlijk iets hoger liggen.

Naast de hierboven opgenoemde beperkingen kent dit onderzoek ook enkele sterktes. Ten eerste heeft dit onderzoek met 359 volledige deelnames een tamelijk grote steekproef kunnen verzamelen. Het gaat hierbij zowel om deelnemers verspreid over heel Vlaanderen als Nederlandstalige deelnemers die geboren zijn in buurlanden. Een post-hoc power analyse gaf aan dat voor de gegeven effectgrootte en het gegeven significantieniveau ($\alpha = 0.05$) de power afgerond 1 bedroeg. Dit is gelijk aan de kans dat de uitgevoerde statistische toets een effect detecteerde dat daadwerkelijk aanwezig was. Gezien de hoge power is de kans op een type II fout in deze studie bijna onbestaande.

Ten tweede werden qua genderidentiteit en seksuele oriëntatie verschillende groepen bereikt. Hoewel zoals vermeld het merendeel zich als homoseksueel identificeerde, waren er ook deelnemers die zich als asexueel, panseksueel of omniseksueel bestempelen. Ook voor deze groepen is het belangrijk dat ze gerepresenteerd worden in onderzoek, zeker gezien het feit dat ze in de media vaak ondergerepresenteerd worden. Zo zijn er amper asexuele personages in films of series, of wordt dit nooit expliciet zo benoemd (Malti-Douglas, 2007).

Ten derde richtte dit onderzoek zich voornamelijk op het identificeren van protectieve factoren, waar voorgaande literatuur zich vooral focust op negatieve ervaringen bij LGBT+ personen. Uiteraard is het van belang de kwetsbaarheden voldoende te benoemen en te onderzoeken, maar ook het identificeren van helpende factoren kan een meerwaarde betekenen. Zo werd er oplossingsgericht gedacht. Door de focus te verleggen van negatieve naar helpende factoren, kunnen er concrete aanbevelingen gedaan worden voor de praktijk.

Toekomstig Onderzoek

Voor toekomstig onderzoek kan het zeker interessant zijn om de diversiteit van de LGBT+ steekproeven nog verder te verhogen. Om een zo representatief mogelijke steekproef te bekomen, is het van groot belang om mensen uit verschillende culturen te bevragen, met verschillende huidskleuren, politieke en religieuze achtergronden en leeftijden. Dit sluit eveneens aan bij het belang van niet-WEIRD deelnemers (Western, Industrialized, Intelligent, Rich, Democratic) binnen sociaalwetenschappelijk onderzoek (Konečni, 2010). Veel studies spitsen zich bijvoorbeeld specifiek toe op westerse psychologiestudenten, waardoor bepaalde zaken niet worden opgepikt.

Ook zou het leerzaam zijn om in het bijzonder te peilen naar welbevinden en beschermende factoren bij LGBT+ personen die hogere levels van discriminatie en pesten rapporteren. Zo kan worden nagegaan of zij meer of minder baat hebben bij de bevrediging

van psychologische basisbehoeftes. Aangezien in de huidige studie voornamelijk participanten werden bevraagd die lage niveaus van pesten en discriminatie rapporteren, laat dit nog een hiaat in de literatuur open.

Een andere mogelijkheid voor vervolgonderzoek is het verder uitdiepen van andere mogelijke verklaringen voor verminderd welbevinden bij LGBT+ personen. Zoals bleek uit de resultaten van deze studie, verklaren de opgenomen variabelen ongeveer de helft van de variantie in welbevinden. Naast autonomie en verbondenheid bestaan er waarschijnlijk nog andere factoren die het welzijn kunnen helpen verhogen, en eventueel zelfs interageren met het verband tussen discriminatie en pesten en welbevinden. Denk hierbij aan de gegeven voorbeelden van sociaal-politieke betrokkenheid (Roberts & Christens, 2020) en het voeren van collectieve actie (Velez & Moradi, 2016). Collectieve actie omvat alle zaken die meerdere mensen samen ondernemen om een maatschappelijk doel te kunnen bereiken. Samen streven naar een LGBT+ vriendelijke maatschappij, door bijvoorbeeld te protesteren op straat of studenten te onderrichten over de impact van pestgedrag, kan dus ook voor de leden van de groep z'n vruchten afwerpen. Ook kunnen de persoonlijke eigenschappen van individuele LGBT+ personen een beschermende factor zijn. Moore en Woodcock (2017) onderzochten in deze context het belang van veerkracht in de context van pestuitkomsten. Interventies die inzetten op het verhogen van onder andere optimisme, vertrouwen en tolerantie zouden in dit geval mogelijk effectief kunnen zijn om de negatieve effecten van pesten tegen te gaan. Hoewel een strikte opdeling niet noodzakelijk is, zouden eventuele vervolgstudies ook niet-LGBT+ personen kunnen bevragen, om zo na te gaan of er significante verschillen zijn in verbanden of effecten.

Ten slotte zou toekomstig onderzoek andere methodologische keuzes kunnen maken. Zo zouden open vragen of interviews een meer genuanceerd beeld kunnen schetsen van de specifieke discriminatie- of pestervaringen van LGBT+ personen. Kwalitatief onderzoek kan zeker een meerwaarde hebben, aangezien participanten hierbij het volledige verhaal kunnen vertellen, waar in dit onderzoek alles werd uitgedrukt in cijfermateriaal. Zo komt er misschien een beter begrip van het hoe en waarom van de vatbaarheid voor discriminatie, pesten, verlaagd welbevinden en het verband met andere factoren.

Conclusie

Concluderend kunnen we stellen dat dit onderzoek voornamelijk de positieve effecten van autonomie- en verbondenheidsatisfactie op welzijn bevestigt. Het belang van de psychologische basisbehoeftes uit de Zelfdeterminatietheorie wordt hierdoor nogmaals in de verf gezet. LGBT+ personen die meer behoeftebevrediging ervaren, rapporteren namelijk

over het algemeen hogere niveaus van positief welbevinden (levenstevredenheid en vitaliteit) en lagere niveaus van negatief welbevinden (depressie en angstgevoelens). Behoeftesatisfactie lijkt met andere woorden een cruciale rol te spelen in het mentaal welbevinden van de LGBT+ personen in onze steekproef, net zoals dit reeds het geval bleek voor de algemene populatie (e.g., Lynch et al., 2009; Swendener & Woodell, 2017; Tabac et al., 2015).

Een minder doorslaggevende rol voor welzijn was weggelegd voor discriminatie en pesten in dit onderzoek. De verwachte verbanden tussen discriminatie-/pestervaringen en een verminderd welbevinden bleken minder sterk dan verwacht, en verdwenen soms zelfs nadat behoeftebevrediging in rekening werd gebracht. Toch mogen de gevonden linken niet zomaar genegeerd worden, hoe klein ze ook zijn. Het blijft uiteraard van groot belang om er preventief voor te zorgen dat discriminatie en pesten bij LGBT+ personen (en bij uitbreiding bij de gehele bevolking) tot een minimum beperkt worden.

Ook bleken de interacties tussen pesten/discriminatie en de vervulling van de twee basisbehoeftes niet significant. De eerder besproken hoofdeffecten doen echter vermoeden dat het ook binnen deze groep een enorme meerwaarde kan zijn om in te zetten op de vervulling van de behoefte aan autonomie en verbondenheid. Ze kunnen dan misschien niet concreet optreden als buffer in de relatie tussen discriminatie, pesten en welbevinden, maar zorgen in het algemeen wel voor een hoger welzijn. Verwijzend naar de titel van deze masterproef, is er inderdaad een mogelijke rol weggelegd voor een ondersteunend netwerk. Dit netwerk kan onder andere de vorm aannemen van LGBT+ groepen of organisaties. Maar ook individueel kan iedereen zijn steentje bijdragen, door een warme omgeving te creëren waarin iedereen zijn authentieke ik kan zijn. Hopelijk kan er zo in de toekomst voor gezorgd worden dat LGBT+ personen even hoge niveaus van welzijn bereiken als de rest van de bevolking. En bovenal: dat quotes zoals die van Ban-Ki-Moon verbannen worden naar een ver verleden.

Referenties

- Arseneault, L. (2017). The long-term impact of bullying victimization on mental health. *World Psychiatry, 16*(1), 27–28. <https://doi.org/10.1002/wps.20399>
- Bannink, R., Broeren, S., Van de Looij – Jansen, P. M., De Waart, F. G., & Raat, H. (2014). Cyber and Traditional Bullying Victimization as a Risk Factor for Mental Health Problems and Suicidal Ideation in Adolescents. *PLoS ONE, 9*(4), e94026. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0094026>
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin, 117*(3), 497–529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Beals, K. P., Peplau, L. A., & Gable, S. L. (2009). Stigma Management and Well-Being: The Role of Perceived Social Support, Emotional Processing, and Suppression. *Personality and Social Psychology Bulletin, 35*(7), 867–879. <https://doi.org/10.1177/0146167209334783>
- Birkett, M., Espelage, D. L., & Koenig, B. (2009). LGB and Questioning Students in Schools: The Moderating Effects of Homophobic Bullying and School Climate on Negative Outcomes. *Journal of Youth and Adolescence, 38*(7), 989–1000. <https://doi.org/10.1007/s10964-008-9389-1>
- Brenning, K., Van Petegem, S., Vanhalst, J., & Soenens, B. (2014). The psychometric qualities of a short version of the Experiences in Close Relationships Scale - Revised Child version. *Personality and Individual Differences, 68*, 118-123.
- Casey, L. S., Reisner, S. L., Findling, M. G., Blendon, R. J., Benson, J. M., Sayde, J. M., & Miller, C. (2019). Discrimination in the United States: Experiences of lesbian, gay, bisexual, transgender, and queer Americans. *Health Services Research, 54*(S2), 1454–1466. <https://doi.org/10.1111/1475-6773.13229>
- Chen, B., Van Assche, J., Vansteenkiste, M., Soenens, B., & Beyers, W. (2014). Does Psychological Need Satisfaction Matter When Environmental or Financial Safety are

at Risk? *Journal of Happiness Studies*, 16(3), 745–766.

<https://doi.org/10.1007/s10902-014-9532-5>

Centers for Disease Control and Prevention. (2020, augustus). *Youth Risk Behavior Surveillance - United States, 2019*.

<https://www.cdc.gov/healthyyouth/data/yrbs/pdf/2019/su6901-H.pdf>

Christens, B. D., Peterson, N. A., & Speer, P. W. (2011). Community Participation and Psychological Empowerment. *Health Education & Behavior*, 38(4), 339–347.

<https://doi.org/10.1177/1090198110372880>

De Greef, J. (2020, 15 december). Hongarije verbiedt adoptie door holebi's en transgenders en neemt "traditioneel gezin" op in de grondwet. *vrtnws.be*.

<https://www.vrt.be/vrtnws/nl/2020/12/15/hongarije-verbiedt-adoptie-door-holebi-koppels-en-neemt-traditi/>

Deboutte, G., Schuerman, E., & Neuts, M. (2010). *Leven met een pestverleden/ druk 1*. CEGO.

Deci, E. L., Koestner, R., & Ryan, R. M. (1999). A meta-analytic review of experiments examining the effects of extrinsic rewards on intrinsic motivation. *Psychological Bulletin*, 125(6), 627–668. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.6.627>

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1980). Self-determination theory: When mind mediates behavior. *Journal of Mind and Behavior*, 1(1), 33–43.

DeSmet, A., Rodelli, M., Walrave, M., Soenens, B., Cardon, G., & De Bourdeaudhuij, I. (2018). Cyberbullying and traditional bullying involvement among heterosexual and non-heterosexual adolescents, and their associations with age and gender. *Computers in Human Behavior*, 83, 254–261. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.02.010>

Detrie, P. M., & Lease, S. H. (2007). The Relation of Social Support, Connectedness, and Collective Self-Esteem to the Psychological Well-Being of Lesbian, Gay, and Bisexual Youth. *Journal of Homosexuality*, 53(4), 173–199.

<https://doi.org/10.1080/00918360802103449>

- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49.
- Discriminatie. (2021). In *Van Dale* (15de editie). Van Dale. <https://www.vandale.nl/gratis-woordenboek/nederlands/betekenis/discriminatie#.YEJlhtzvI2w>
- Drydakis, N. (2014). Bullying at school and labour market outcomes. *International Journal of Manpower*, 35(8), 1185–1211. <https://doi.org/10.1108/ijm-08-2012-0122>
- Drydakis, N. (2018). School-Age Bullying, Workplace Bullying and Job Satisfaction: Experiences of LGB People in Britain. *The Manchester School*, 87(4), 455–488. <https://doi.org/10.1111/manc.12257>
- Earnshaw, V. A., Reisner, S. L., Juvonen, J., Hatzenbuehler, M. L., Perrotti, J., & Schuster, M. A. (2017). LGBTQ Bullying: Translating Research to Action in Pediatrics. *Pediatrics*, 140(4), e20170432. <https://doi.org/10.1542/peds.2017-0432>
- European Union Agency for Fundamental Rights. (2020). *A long way to go for LGBTI equality*. (Nr. 2). <https://doi.org/10.2811/7746>
- Gini, G., & Pozzoli, T. (2013). Bullied Children and Psychosomatic Problems: A Meta-analysis. *PEDIATRICS*, 132(4), 720–729. <https://doi.org/10.1542/peds.2013-0614>
- Haas, A., Rodgers, P., & Herman, J. (2014). Suicide attempts among transgender and gender non-conforming adults: finding of the national transgender discrimination survey. *American Foundation for Suicide Prevention*, 1, /. <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.4639.4641>
- Harper, G. W., Brodsky, A., & Bruce, D. (2012). What's Good About Being Gay? Perspectives from Youth. *Journal of LGBT Youth*, 9(1), 22–41. <https://doi.org/10.1080/19361653.2012.628230>
- Hodgins, H. S., Weibust, K. S., Weinstein, N., Shiffman, S., Miller, A., Coombs, G., & Adair, K. C. (2010). The Cost of Self-Protection: Threat Response and Performance as a Function of Autonomous and Controlled Motivations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36(8), 1101–1114. <https://doi.org/10.1177/0146167210375618>

- Huyberechts, P. H., & Smits, H. S. (2020, 17 augustus). *Chatgroep met 600 leden roept op holebi's 'af te slachten'*. De Standaard.
https://www.standaard.be/cnt/dmf20200816_97579351
- ILGA-Europe. (2020). *Annual review of the human rights situation of lesbian, gay, bisexual, trans and intersex people covering the period of january 2019 to december 2019*.
<https://www.ilga-europe.org/sites/default/files/Attachments/Annual%20Review%202020.pdf>
- Keleher, J., Wei, M., & Liao, K. Y.-H. (2010). Attachment, Positive Feelings about Being a Lesbian, Perceived General Support, and Well-Being. *Journal of Social and Clinical Psychology, 29*(8), 847–873. <https://doi.org/10.1521/jscp.2010.29.8.847>
- Klein, A., & Golub, S. A. (2016). Family Rejection as a Predictor of Suicide Attempts and Substance Misuse Among Transgender and Gender Nonconforming Adults. *LGBT Health, 3*(3), 193–199. <https://doi.org/10.1089/lgbt.2015.0111>
- Konečni, V. J. (2010). Responsible behavioral science generalizations and applications require much more than non-WEIRD samples. *Behavioral and Brain Sciences, 98*(9).
<https://doi.org/10.1017/S0140525X10000142>
- L1ght. (2020, april). *Rising Levels of Hate Speech & Online Toxicity During This Time of Crisis*. https://l1ght.com/Toxicity_during_coronavirus_Report-L1ght.pdf
- Lardier, D. T., Garcia-Reid, P., & Reid, R. J. (2018). The interacting effects of psychological empowerment and ethnic identity on indicators of well-being among youth of color. *Journal of Community Psychology, 46*(4), 489–501.
<https://doi.org/10.1002/jcop.21953>
- Legate, N., Ryan, R. M., & Weinstein, N. (2011). Is Coming Out Always a “Good Thing”? Exploring the Relations of Autonomy Support, Outness, and Wellness for Lesbian, Gay, and Bisexual Individuals. *Social Psychological and Personality Science, 3*(2), 145–152. <https://doi.org/10.1177/1948550611411929>
- Legate, N., & Ryan, W. S. (2014). Autonomy Support as Acceptance for Disclosing and Developing a Healthy Lesbian, Gay, Bisexual or Transgendered Identity. *Human*

Motivation and Interpersonal Relationships, 191–212. https://doi.org/10.1007/978-94-017-8542-6_9

- Lehavot, K., Balsam, K. F., & Ibrahim-Wells, G. D. (2009). Redefining the American quilt: definitions and experiences of community among ethnically diverse lesbian and bisexual women. *Journal of Community Psychology*, 37(4), 439–458. <https://doi.org/10.1002/jcop.20305>
- Llorent, V. J., Ortega-Ruiz, R., & Zych, I. (2016). Bullying and Cyberbullying in Minorities: Are They More Vulnerable than the Majority Group? *Frontiers in Psychology*, 7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01507>
- Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., Linney, C., McManus, M. N., Borwick, C., & Crawley, E. (2020). Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents in the Context of COVID-19. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 59(11), 1218–1239.e3. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.05.009>
- Lolai, D. (2015). You're Going to Be Straight or You're Not Going to Live Here: Child Support for LGBT Homeless Youth. *Tul. JL & Sexuality*, 24, 35.
- López-Ortega, M., Torres-Castro, S., & Rosas-Carrasco, O. (2016). Psychometric properties of the Satisfaction with Life Scale (SWLS): secondary analysis of the Mexican Health and Aging Study. *Health and Quality of Life Outcomes*, 14(1). <https://doi.org/10.1186/s12955-016-0573-9>
- Lynch, M. F., La Guardia, J. G., & Ryan, R. M. (2009). On being yourself in different cultures: ideal and actual self-concept, autonomy support, and well-being in China, Russia, and the United States. *The Journal of Positive Psychology*, 4(4), 290–304. <https://doi.org/10.1080/17439760902933765>
- Magson, N. R., Craven, R. G., Ryan, R. M., Dillon, A., Mooney, J., Blacklock, F., Yeung, A. S., Kadir, M. S., & Franklin, A. (2022). A Cross-Cultural Investigation of Basic Psychological Need Satisfaction at Work in an Indigenous and Non-Indigenous

- Australian Sample Across Occupation Types. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 53(2), 213–238. <https://doi.org/10.1177/002202212111060441>
- Malti-Douglas, F. (2007). *Encyclopedia of Sex and Gender: A-C*. Macmillan Publishers.
- McConnell, E. A., Birkett, M., & Mustanski, B. (2016). Families Matter: Social Support and Mental Health Trajectories Among Lesbian, Gay, Bisexual, and Transgender Youth. *Journal of Adolescent Health*, 59(6), 674–680. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2016.07.026>
- McDermott, D. T., & Luyt, R. (2016, June). Still Out There: An exploration of LGBT Londoners' unmet needs. A technical report produced for Trust for London. Cambridge: Anglia Ruskin University.
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129(5), 674–697. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674>
- Minten, D. (2021, 16 maart). Vaticaan noemt homoseksualiteit toch weer ‘zonde’. *De Standaard*. https://www.standaard.be/cnt/dmf20210315_98111628?&articlehash=B4F1A671F70AF667515AB025BEB9142E4FC345B2C24971DE7F83AA166C43ABD74C9AFCDAC4BF7A47E7BE9EECC9A89E7BFC2150A4C36E32FCFB3A01E686EC0ACF
- Missiaen, J., & Seynaeve, H. (2016). *Onderzoek naar het psychisch welzijn van holebi's en/of transgenderpersonen* (Thesis). <https://www.scripriebank.be/scriptie/2016/onderzoek-naar-het-psychisch-welzijn-van-vlaamse-holebis-enof-transgender-personen>
- Moore, B., & Woodcock, S. (2017). Resilience, bullying, and mental health: factors associated with improved outcomes. *Psychology in the Schools*, 54(7), 689–702. <https://doi.org/10.1002/pits.22028>
- National Center for Transgender Equality and National Gay and Lesbian Task Force. (2011). *Injustice at every turn: A Report of the National Transgender Discrimination Survey*. https://www.transequality.org/sites/default/files/docs/resources/NTDS_Report.pdf

- Ntoumanis, N., Healy, L. C., Sedikides, C., Duda, J., Stewart, B., Smith, A., & Bond, J. (2013). When the Going Gets Tough: The “Why” of Goal Striving Matters. *Journal of Personality*, 82(3), 225–236. <https://doi.org/10.1111/jopy.12047>
- Priebe, G., & Svedin, C. G. (2012). Online or off-line victimisation and psychological well-being: a comparison of sexual-minority and heterosexual youth. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 21(10), 569–582. <https://doi.org/10.1007/s00787-012-0294-5>
- Qualtrics, Qualtrics. (2005). Provo, Utah, USA. <https://www.qualtrics.com/>
- Radloff, L.S. (1977). The CES-D Scale: A Self-Report Depression Scale for Research in the General Population. *Applied Psychological Measurement*, 1, 385-401.
- Rivers, I., & Smith, P. K. (1994). Types of bullying behaviour and their correlates. *Aggressive Behavior*, 20(5), 359–368. [https://doi.org/10.1002/1098-2337\(1994\)20:5](https://doi.org/10.1002/1098-2337(1994)20:5)
- Roberts, L. M., & Christens, B. D. (2020). Pathways to Well-being among LGBT adults: Sociopolitical Involvement, Family Support, Outness, and Community Connectedness with Race/Ethnicity as a Moderator. *American Journal of Community Psychology*, 1–14. <https://doi.org/10.1002/ajcp.12482>
- Ronan, W. (2020, 17 november). New FBI Hate Crimes Report Shows Increases in Anti-LGBTQ Attacks. *Human Rights Campaign*. <https://www.hrc.org/press-releases/new-fbi-hate-crimes-report-shows-increases-in-anti-lgbtq-attacks>
- Ruigrok, J. (2010). *Handboek “Alles over pesten”* (1ste editie). Uitgeverij Quirijn.
- Russell, S. T., Sinclair, K. O., Poteat, V. P., & Koenig, B. W. (2012). Adolescent Health and Harassment Based on Discriminatory Bias. *American Journal of Public Health*, 102(3), 493–495. <https://doi.org/10.2105/ajph.2011.300430>
- Ryan, C., Huebner, D., Diaz, R. M., & Sanchez, J. (2009). Family Rejection as a Predictor of Negative Health Outcomes in White and Latino Lesbian, Gay, and Bisexual Young Adults. *PEDIATRICS*, 123(1), 346–352. <https://doi.org/10.1542/peds.2007-3524>

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, *55*(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.55.1.68>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness* (1ste editie). The Guilford Press. <https://doi.org/10.1521/978.14625/28806>
- Ryan, R. M., & Frederick, C. (1997). On Energy, Personality, and Health: Subjective Vitality as a Dynamic Reflection of Well-Being. *Journal of Personality*, *65*(3), 529–565. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1997.tb00326.x>
- Safer, J. D., Coleman, E., Feldman, J., Garofalo, R., Hembree, W., Radix, A., & Sevelius, J. (2016). Barriers to healthcare for transgender individuals. *Current Opinion in Endocrinology & Diabetes and Obesity*, *23*(2), 168–171. <https://doi.org/10.1097/med.0000000000000227>
- Schneider, S. K., O'Donnell, L., Stueve, A., & Coulter, R. W. S. (2012). Cyberbullying, School Bullying, and Psychological Distress: A Regional Census of High School Students. *American Journal of Public Health*, *102*(1), 171–177. <https://doi.org/10.2105/ajph.2011.300308>
- Semlyen, J., King, M., Varney, J., & Hagger-Johnson, G. (2016). Sexual orientation and symptoms of common mental disorder or low positief welbevinden: combined meta-analysis of 12 UK population health surveys. *BMC Psychiatry*, *16*(1), 16–67. <https://doi.org/10.1186/s12888-016-0767-z>
- Stapinski, L. A., Bowes, L., Wolke, D., Pearson, R. M., Mahedy, L., Button, K. S., Lewis, G., & Araya, R. (2014). Peer Victimization During Adolescence and Risk for Anxiety Disorders in Adulthood: A Prospective Cohort Study. *Depression and Anxiety*, *31*(7), 574–582. <https://doi.org/10.1002/da.22270>
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R. L., Lushene, R., Vagg, P. R., & Jacobs, G. A. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

- Stigt, M. (2014). *Alles over pesten* (1ste editie). Boom Lemma.
- Swearer, S. M., Turner, R. K., Givens, J. E., & Pollack, W. S. (2008). “You’re So Gay!”: Do Different Forms of Bullying Matter for Adolescent Males? *School Psychology Review*, 37(2), 160–173. <https://doi.org/10.1080/02796015.2008.12087891>
- Swendener, A., & Woodell, B. (2016). Predictors of Family Support and Well-Being Among Black and Latina/o Sexual Minorities. *Journal of GLBT Family Studies*, 13(4), 357–379. <https://doi.org/10.1080/1550428x.2016.1257400>
- Tabaac, A. R., Perrin, P. B., & Trujillo, M. A. (2015). Multiple Mediational Model of Outness, Social Support, Mental Health, and Wellness Behavior in Ethnically Diverse Lesbian, Bisexual, and Queer Women. *LGBT Health*, 2(3), 243–249. <https://doi.org/10.1089/lgbt.2014.0110>
- Takizawa, R., Maughan, B., & Arseneault, L. (2014). Adult Health Outcomes of Childhood Bullying Victimization: Evidence From a Five-Decade Longitudinal British Birth Cohort. *The American Journal of Psychiatry*, 171(7), 777–784. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2014.13101401>
- The Trevor Project. (2020). *The Trevor Project’s 2020 National Survey on LGBTQ Youth Mental*. <https://www.thetrevorproject.org/survey-2020/?section=Introduction>
- Tolsma, J., Kraaykamp, G.L.M., Graaf, P.M. de, Kalmijn, M., & Monden, C.M. (2014): *Netherlands Longitudinal Lifecourse Study - NELLS Panel Wave 1 2009 and Wave 2 2013 - version 1.1*.
- Toomey, R. B., & Russell, S. T. (2013). The Role of Sexual Orientation in School-Based Victimization. *Youth & Society*, 48(2), 176–201. <https://doi.org/10.1177/0044118x13483778>
- Van den Broeck, A., Ferris, D. L., Chang, C. H., & Rosen, C. (2016). De basisbehoeften van de Zelf-Determinatie Theorie: een samenvatting van de literatuur. *Journal of Management*, 42(5), 1195–1229. <https://doi.org/10.1177/014920631663205>
- Vandenkerckhove, B., Soenens, B., Van der Kaap-Deeder, J., Brenning, K., Luyten, P., & Vansteenkiste, M. (2019). The role of weekly need-based experiences and self-

- criticism in predicting weekly academic (mal)adjustment. *Learning and Individual Differences*, 69, 69–83. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2018.11.009>
- Van Meldert, D. (2020, 14 mei). 2 op de 3 Belgische holebi's durven niet hand in hand over straat: "Als je niet LGBTI bent, sta je daar niet bij stil". *vrtnews.be*.
<https://www.vrt.be/vrtnews/nl/2020/05/14/belgie-opnieuw-op-tweede-plaats-rainbow-europe-index/>
- Van Stigt, M. (2014b). *Alles over pesten* (1ste editie). Boom Lemma.
- Velez, B. L., & Moradi, B. (2016). A Moderated Mediation Test of Minority Stress: The role of collective action. *The Counseling Psychologist*, 44(8), 1132–1157.
<https://doi.org/10.1177/0011000016665467>
- Verhoeven, E. (2020, 14 mei). België en Europa hebben nog werk aan LGBTI-welzijn. *De Standaard*. https://www.standaard.be/cnt/dmf20200514_04959454
- Wensley, K., & Campbell, M. (2012b). Heterosexual and Nonheterosexual Young University Students' Involvement in Traditional and Cyber Forms of Bullying. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(12), 649–654.
<https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0132>
- Wiederhold, B. K. (2014). Cyberbullying and LGBTQ Youth: A Deadly Combination. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(9), 569–570.
<https://doi.org/10.1089/cyber.2014.1521>
- Williams, G. C., Grow, V. M., Freedman, Z. R., Ryan, R. M., & Deci, E. L. (1996). Motivational predictors of weight loss and weight-loss maintenance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(1), 115–126. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.1.115>
- Zwierzynska, K., Wolke, D., & Lereya, T. S. (2012). Peer Victimization in Childhood and Internalizing Problems in Adolescence: A Prospective Longitudinal Study. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 41(2), 309–323. <https://doi.org/10.1007/s10802-012-9678-8>

Appendix A

Lijst van Benamingen i.v.m. Seksuele Oriëntatie en Genderidentiteit

| Engelse term (vertaling) | Korte omschrijving |
|--------------------------|--|
| Lesbian (Lesbisch) | Je als vrouw romantisch en/of seksueel aangetrokken voelen tot andere vrouwen. |
| Gay (Homoseksueel) | Je seksueel en/of emotioneel aangetrokken voelen tot mensen met dezelfde genderidentiteit. Deze term wordt voornamelijk gebruikt door mannen die op mannen vallen. |
| Bisexual (Biseksueel) | Je aangetrokken voelen tot zowel mannen als vrouwen. |
| Transgender | Wanneer je geslacht toegewezen bij de geboorte niet overeenkomt met je genderidentiteit. |
| Queer | Overkoepelende term voor verschillende LGBT+-identiteiten. |
| Intersex (Intersekse) | Iemands lichaam past niet volledig in wat traditioneel als een mannen- of vrouwenlichaam wordt beschouwd. |
| Asexual (Aseksueel) | Je niet of zelden seksueel aangetrokken voelen tot iemand. |
| Pansexual (Panseksueel) | Wanneer je genderidentiteit niet belangrijk vindt bij een potentiële partner. Wordt ook wel genderblind genoemd. |

Noot. De korte omschrijvingen zijn grotendeels gebaseerd op een bestaande woordenlijst van Çavaria, terug te vinden op <https://cavaria.be/woordenlijst>.

Appendix B

Graphic voor Online Oproep tot Deelname

Jouw ervaringen als LGBTQIA+ persoon

Wie?
LGBTQIA+ meerderjarigen

Waarom?
Je helpt ons inzicht krijgen in de diverse ervaringen van LGBTQIA+ personen. Zo kunnen we het welzijn van LGBTQIA+ personen beter ondersteunen.

Hoe?
Surf naar <http://bit.do/mijnervaring> of scan hieronder de QR-code.

Wat?
Vragenlijst van +/- 10 minuten



UNIVERSITEIT GENT

FACULTEIT PSYCHOLOGIE EN PEDAGOGISCHE WETENSCHAPPEN

Noot. Opgesteld door Dora Proost, met medewerking van Kato Venneman en Cato Frison

Appendix C

Volledige Vragenlijst

Welkom

Beste,

Bedankt voor uw interesse in onze studie!

Deze vragenlijst maakt deel uit van een universitair onderzoek aan de UGent dat in kaart wil brengen welke ervaringen LGBTQIA+ personen hebben en hoe dit hun welbevinden beïnvloedt. Bijzondere aandacht gaat hierbij naar het gevoel van identiteit en het belang van een netwerk.

Praktisch

Deze survey zal hoogstens 10 minuten in beslag nemen. Behalve de onderzoekers krijgt niemand persoonlijke inzage in jouw gegevens. We behandelen jouw gegevens dus volledig vertrouwelijk. Bovendien hoef je nergens jouw naam in te vullen, waardoor ook de onderzoekers niet weten wie de vragenlijst heeft ingevuld. Bij dit alles beklemtonen we dat deelname aan dit onderzoek geheel vrijwillig is en dat je steeds je deelname aan de studie kan stopzetten, zonder gevolgen. In [deze informatietekst](#) vind je meer details.

Waarom deelnemen?

Door jouw deelname aan dit onderzoek kunnen wij inzicht krijgen in de complexe realiteit waar LGBTQIA+ personen mee in aanraking komen, waardoor we in de toekomst handvaten kunnen bieden aan mensen om met die complexe realiteit om te gaan. Alleen zo kunnen we het welbevinden van LGBTQIA+ personen verder verbeteren. **Vragen?** Bij vragen kun je steeds de betrokken onderzoekers contacteren. De contactgegevens zijn hieronder te vinden. **Nogmaals heel erg bedankt voor jouw medewerking!**

Jasper Van Assche & Branko Vermote
Henri Dunantlaan 2 9000 Gent
Jasper.VanAssche@UGent.be / Branko.Vermote@UGent.be

Toestemmingsformulier

Let op: je kunt enkel aan de studie deelnemen als je voor elke stelling toestemming geeft.

| | Ja (1) | Nee (2) |
|---|-----------------------|-----------------------|
| IC_1 Ik neem vrijwillig deel aan deze wetenschappelijke studie. (1) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| IC_2 Ik weet dat ik me op elk ogenblik uit de studie mag terugtrekken zonder een reden voor deze beslissing op te geven en zonder dat dit op enige wijze een invloed zal hebben op mijn verdere relatie met de onderzoeker. (2) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| IC_3 Ik heb het informatieformulier gelezen en heb voldoende uitleg gekregen over de aard, het doel, de duur, en de voorziene effecten van de studie. Ik kreeg de gelegenheid om vragen te stellen en ik heb op al mijn vragen een bevredigend antwoord gekregen. (3) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| IC_4 Ik heb het informatieformulier gelezen en ik weet dat ik rechten heb om mijn privacy te vrijwaren (o.a. inzage, verbetering, verwijdering) en tot wie ik me moet richten om deze rechten uit te oefenen. (4) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| IC_5 Ik geef toestemming aan de onderzoekers om voor de doelstellingen van deze studie (persoons)gegevens van mij te verzamelen, verwerken, bewaren, analyseren en erover te rapporteren. (5) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| IC_6 Ik geef toestemming om mijn gegevens te hergebruiken voor verder wetenschappelijk onderzoek buiten het kader van de huidige studie. (6) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| IC_7 Ik geef toestemming aan de onderzoekers om mijn | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

gegevens te delen voor verder wetenschappelijk onderzoek. Hierbij worden alle nodige maatregelen genomen om de vertrouwelijkheid van mijn persoonsgegevens te beschermen. (7)

Achtergrondgegevens

Wat is jouw leeftijd (in jaren)?

Wat is je huidige nationaliteit?

- Belg (1)
- Dubbele nationaliteit (2)
- Andere, namelijk (3) _____

In welk land ben je geboren?

- België (1)
- Elders, namelijk (2) _____

Wat is je hoogst behaalde diploma?

- Geen opleiding / lagere school niet afgemaakt (1)
- Lager onderwijs (2)
- Middelbaar / geen diploma (3)
- Middelbaar / wel diploma (4)
- Hoger beroepsonderwijs (5)
- Professionele bachelor (hogeschool) (6)
- Universitaire academische bachelor (7)
- Universitair masterdiploma (8)
- Doctoraat (9)
- Anders, namelijk (10) _____

Wat was jouw werksituatie in het afgelopen jaar? Duid aan wat het meest van toepassing was.

- Ik ben/was student of leerling (1)
- Ik ben/was voltijds werknemer of ambtenaar (2)
- Ik ben/was deeltijds werknemer of ambtenaar (3)
- Ik ben/was zelfstandige of helper van een zelfstandige (4)
- Ik ben/was werkloos (5)
- Ik ben/was op (brug)pensioen (6)
- ik ben/was arbeidsongeschikt (7)
- Ik ben/was thuis om voor familieleden te zorgen (8)
- Andere, namelijk (9) _____

Als je denkt aan alle inkomstenbronnen waarover je huishouden beschikt, hoe makkelijk of hoe moeilijk is het voor je huishouden om daarvan rond te komen? Is dit...

- Erg makkelijk (1)
- Makkelijk (2)
- Vrij makkelijk (3)
- Met een klein beetje moeite (4)
- Met moeite (5)
- Met heel veel moeite (6)

Bij jouw geboorte werd je geregistreerd als... (geslacht zoals geregistreerd op de geboorteakte)?

- Man (1)
- Vrouw (2)

Hoe omschrijf je op dit moment jouw genderidentiteit? In jouw gevoelens en gedachten ben je...

- cisgender (Iemand wiens gender in lijn is met de biologische geslachtskenmerken) (1)
- genderqueer (2)
- non-binair (3)
- polygender (4)
- genderfluïde (5)
- man met transgender verleden (8)
- vrouw met transgender verleden (9)
- man die aan travestie doet (10)
- vrouw die aan travestie doet (11)
- trans man (12)

- trans vrouw (13)
 - anders, namelijk (14) _____
-

Hoe omschrijf je op dit moment jouw seksuele oriëntatie? In jouw gevoelens en gedachten ben je...

- heteroseksueel (1)
 - homoseksueel (2)
 - biseksueel (3)
 - asexueel (4)
 - panseksueel (5)
 - polyseksueel (6)
 - autoseksueel (7)
 - omniseksueel (8)
 - andere, namelijk (9) _____
-

Ik vul deze vragenlijst in met

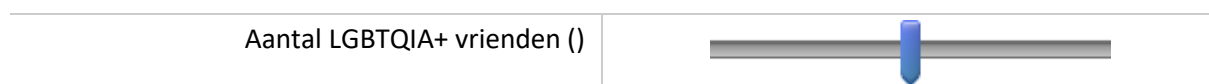
- Een computer (1)
- Een smartphone (2)
- Een tablet (3)

Ik heb vaak contact met andere LGBTQIA+ personen

- Helemaal niet akkoord (1)
 - Eerder niet akkoord (2)
 - Neutraal (3)
 - Eerder wel akkoord (4)
 - Helemaal wel akkoord (5)
-

Hoeveel vrienden heb je binnen de LGBTQIA+ community?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20



Ik voel me nu krachtig.
(12)

○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

Hieronder vind je een lijst met gevoelens die je de voorbije week kunt gehad hebben. Duid bij elke uitspraak aan hoe vaak je je zo hebt gevoeld gedurende de voorbije week.

Gedurende de voorbije week...

| | Zelden of nooit (minder dan 1 dag) (1) | Een paar keer (1 tot 2 dagen) (2) | Nu en dan of regelmatig (3 tot 4 dagen) (3) | Meestal of voortdurend (5 tot 7 dagen) (4) |
|--|--|--------------------------------------|---|--|
| Illbeing_1... voelde ik me net zo goed als anderen (1) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... voelde ik mij kalm (2) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... kon ik er moeilijk mijn gedachten bijhouden als ik met iets bezig was (3) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... voelde ik mij gespannen (4) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... voelde ik me gedeprimeerd (depressief) (5) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... voelde ik mij benauwd (6) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... kostte alles wat ik deed moeite (7) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... was ik ontspannen (8) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... had ik vertrouwen in de toekomst (9) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

| | | | | |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| ... voelde ik mij tevreden (10) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... heb ik slecht geslapen (11) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... maakte ik mij zorgen (12) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... was ik goedgezind (13) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... waren de mensen onvriendelijk (14) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... genoot ik van het leven (15) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... had ik huilbuien (16) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... had ik het gevoel dat men een hekel aan mij had (17) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| ... geraakte ik niet op gang (18) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Bedankt! Je vulde reeds heel wat vragen in. Jouw deelname helpt ons goed de verschillende ervaringen van LGBTQI+-personen in kaart te brengen.

De volgende vragen gaan over pesten. We spreken van pesten als mensen gemene dingen zeggen of doen, ze de bedoeling hebben om de anderen zich slecht te laten voelen en degene die gepest wordt, zich moeilijk kan verdedigen. We spreken dus niet over pesten als het gaat om elkaar plagen of ruzie maken. Beantwoord de volgende stellingen.

| | Niet (1) | 1 of 2 maal in de afgelopen zes maand (2) | 2 of 3 keer per maand (3) | ongeveer 1 maal per week (4) | Verschillende keren per week (5) |
|---|-----------------------|---|---------------------------|------------------------------|----------------------------------|
| Hoe vaak ben je de laatste 6 maanden gepest? (1) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Hoe vaak ben je de laatste 6 maanden gepest geweest via het internet (o.a. e-mail, chatten,...) of via SMS berichten (= cyberpesten)? (2) | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

groep waar ik bij wil horen.

Ik heb er vertrouwen in dat ik dingen goed kan doen.

Ik voel dat mijn beslissingen weerspiegelen wat ik echt wil.

Ik voel me gedwongen om veel dingen te doen waar ik zelf niet voor zou kiezen.

Ik voel me verbonden met mensen die om mij geven en waar ik ook om geef.

Ik voel dat mensen die belangrijk voor me zijn koud en afstandelijk zijn tegen mij.

Ik voel me bekwaam in wat ik doe.

Ik voel me teleurgesteld in veel van mijn prestaties.

Ik voel me onzeker over mijn vaardigheden.

Ik heb een warm gevoel bij mensen waarmee ik tijd doorbreng.

Bedankt voor je deelname!

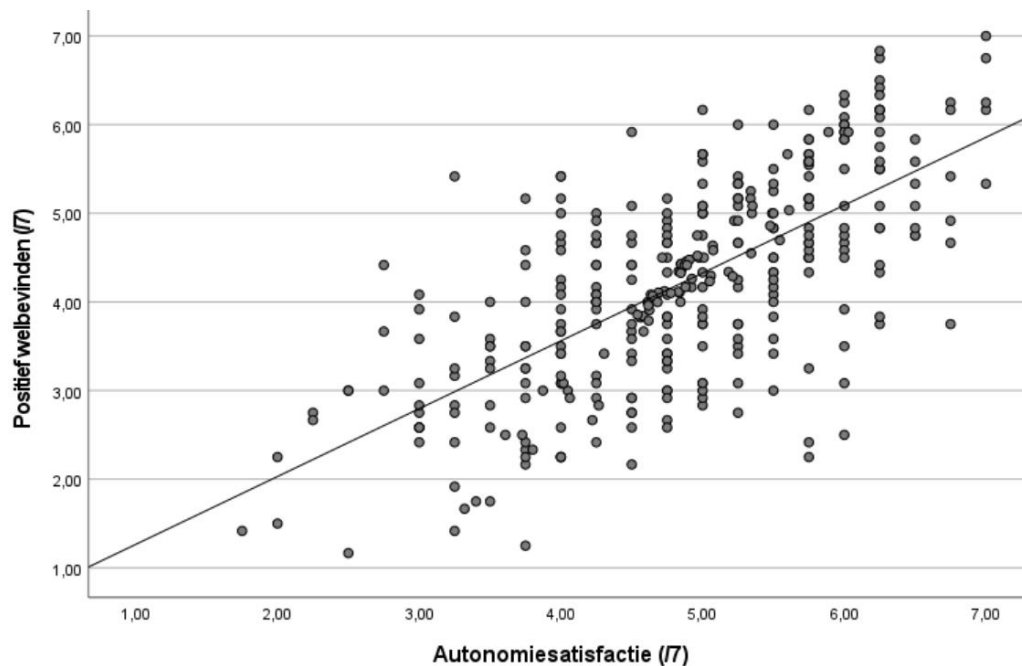
Wens je het onderzoek nog verder te steunen? Dan kun je ons zeker helpen door onderstaande afbeelding op te slaan en te delen via **sociale media** (facebook, instagram, twitter...). Zo bereiken we veel mensen en kunnen we ook meer bereiken.

Appendix D

Visualisatie van de Verbanden tussen Autonomie-/ Verbondenheidsatisfactie en Positief/Negatief Welbevinden

Figuur D1

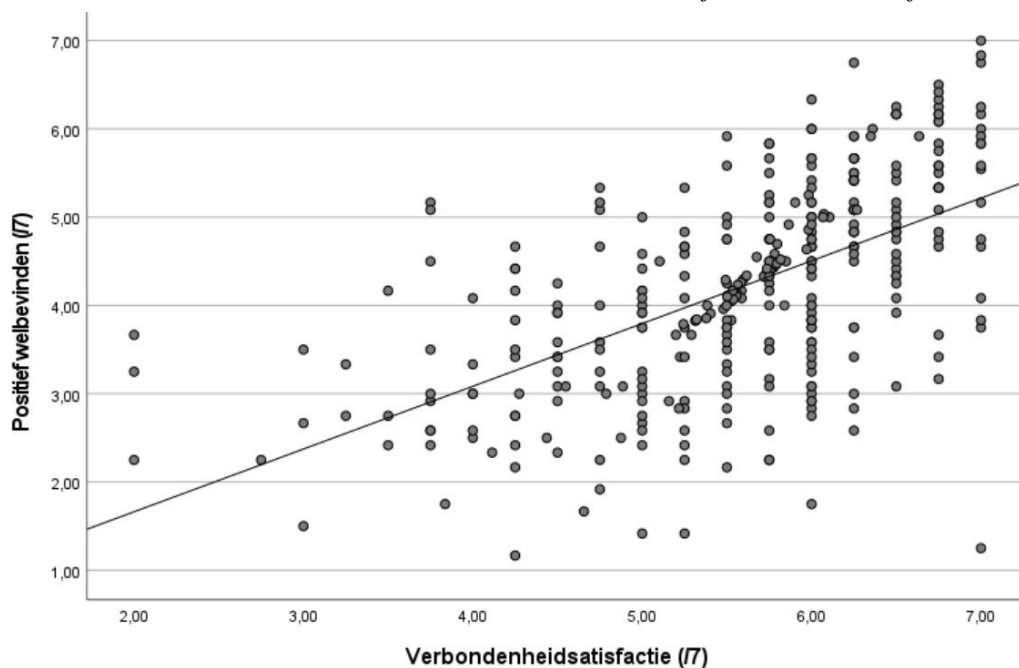
Scatter Plot: het Verband tussen Autonomiesatisfactie en Positief Welbevinden



Noot. De getekende lijn representeert de regressielijn.

Figuur D2

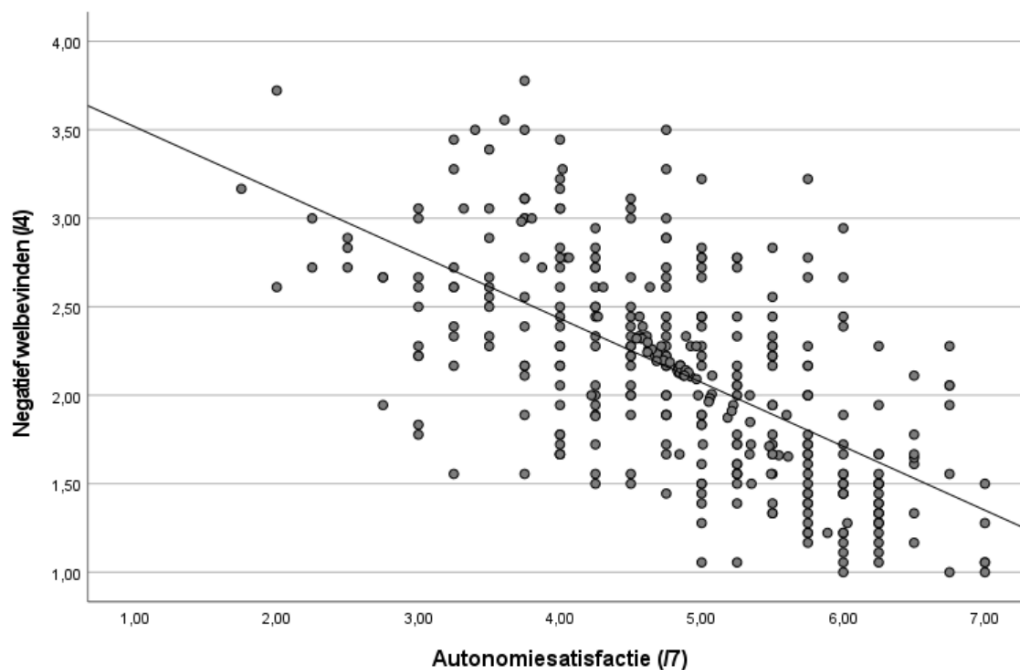
Scatter Plot: het Verband Tussen Verbondenheidsatisfactie en Positief Welbevinden



Noot. De getekende lijn representeert de regressielijn.

Figuur D3

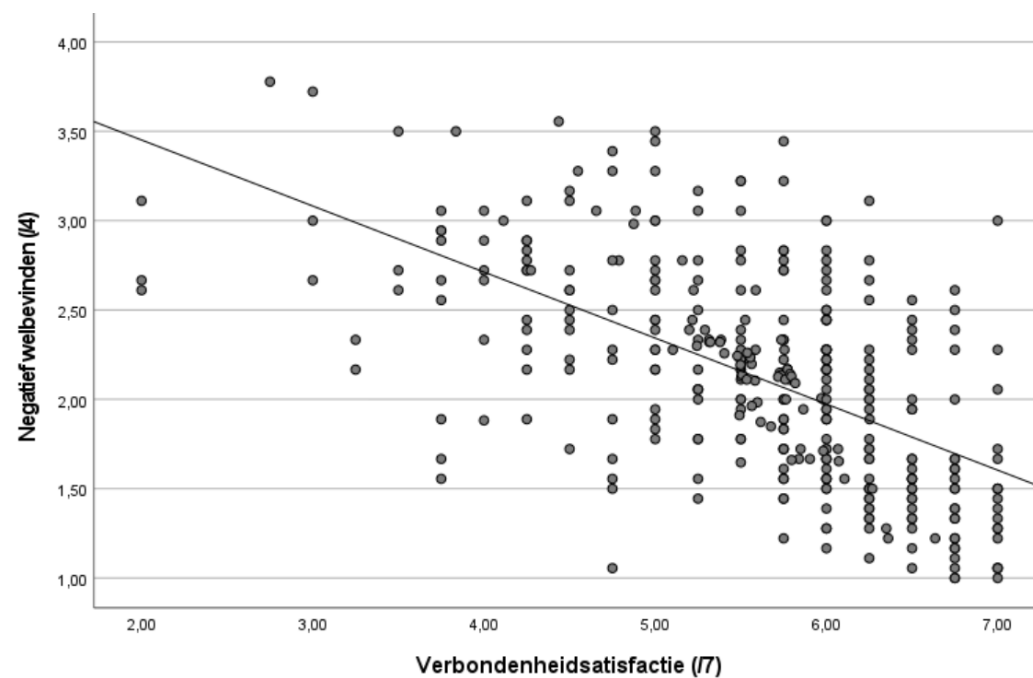
Scatter Plot: het Verband Tussen Autonomiesatisfactie en Negatief Welbevinden



Noot. De getekende lijn representeert de regressielijn.

Figuur D4

Scatter Plot: het Verband Tussen Verbondenheidsatisfactie en Negatief Welbevinden



Noot. De getekende lijn representeert de regressielijn.