



Jeanet Muda

Práát over seksualiteit met uw kind

Seksualiteit is ook in het leven van een kind met een verstandelijke beperking een belangrijk thema. Daarom kunnen ouders dit niet aan anderen overlaten. Maar hoe doe je dat?

“Kijk”, zegt moeder tegen Irma en ze pakt haar baby-album erbij. “Toen was je nog heel klein, lief hè? Papa en mama houden jou vast. Wij waren blij met jou.” Irma’s moeder begint met een positieve insteek. Irma vindt het fijn om met mama samen het fotoalbum te bekijken.

Dit voorbeeldje staat op de gesprekskaart “Mijn geboorte” uit de doos van de methode “Wonderlijk gemaakt speciaal voor thuis”. Dit materiaal is ontwikkeld door Driestar Educatief in samenwerking met de belangenverenigingen *dit* Koningskind, Helpende Handen en Op weg met de ander, alsook met verschillende ouders.

Christelijke waarden en normen zijn het uitgangspunt voor het materiaal. In alles wordt benadrukt dat iedereen wonderlijk is gemaakt. Tegelijk is er gebroken-

heid in deze wereld, juist ook op het vlak van seksualiteit en relaties.

Waarom is dit materiaal ontwikkeld? In veel gezinnen is het nog taboe om openlijk over seksualiteit te praten. Denk maar eens terug aan de eigen kindertijd. Hebben de ouders iets verteld over seksualiteit of moest de technische voorlichting uit de onderwijsboeken van biologie worden gehaald?

Ouders geven soms aan dat ze niet met hun kind over seksualiteit praten omdat ze het kind niet ‘wakker’ willen maken. Ze zijn bang dat ze het kind op seksuele gedachten brengen. Maar daarbij vergeten ze dat hun kind vroeg of laat toch in aanraking komt met leeftijdsgenoten die graag over seksualiteit praten en wellicht ook seksueel actief zijn.

Kwetsbaar

Mensen met een verstandelijke beperking zijn kwetsbaar om slachtoffer te worden van seksueel misbruik, omdat ze vaak afhankelijk zijn van anderen. De cijfers liegen er niet om. Uit een Nederlands onderzoek blijkt dat drie van de vijf vrouwen met een verstandelijke beperking een vorm van seksueel geweld heeft meemaakt die varieert van een seksueel bedoelde aanraking, tot en met verkrachting. Bij mannen met een verstandelijke beperking heeft bijna één op de vier dit ondergaan

Daarom wil ook Op weg met de ander als belangenvereniging ouders bewust maken en hen adviseren om in de opvoeding voldoende aandacht te geven aan de seksuele opvoeding van hun kind. Door de inzet van geschikt materiaal met platen, voorbeeldverhalen en regels kan ook een kind met een beperking weerbaarder worden gemaakt.

In de praktijk

Jeanet Muda uit Veenendaal heeft als lid van de klankbordgroep meegewerkt aan “Wonderlijk gemaakt speciaal voor ouders”. Zij toetste verschillende kaarten in de praktijk, bij haar zoontje Laurens. “Onze zoon is 10 jaar en heeft het syndroom van Down. Hij is erg vrolijk; we genieten van hem. Hij is het zonnetje in huis. Hij zit op het speciaal onderwijs; de Rehobothschool in Barneveld. Hij gaat graag naar school en wordt dan opgehaald door een taxibusje.

Op school leert hij veel praktische vaardigheden zoals brood smeren. Op school zijn, naast de juf, ook een logopediste, een ergotherapeut en een orthopedagoog aanwezig. Ook heeft hij iedere week zwemles. Thuis speelt hij graag op zijn keyboard, kijkt hij graag filmpjes en doet actie-reactiespelletjes. Ik vind het erg fijn dat “Wonderlijk gemaakt speciaal” wordt uitgegeven.

Laurens blijft altijd een peuter, hij heeft een laag niveau. Maar zijn lichamelijke ontwikkeling gaat gewoon door. Hij krijgt straks een lichaam van een man. Je voelt een stuk verlegenheid. Zoals: “Hoe moet ik het uitleggen, hoe moet ik hem begeleiden in deze lichamelijke ontwikkeling?”



Omgaan met grenzen

“Toen we hoorden dat dit materiaal er kwam, was ik heel dankbaar. Dit materiaal geeft mij handvatten. Je hebt iets wat je erbij kan pakken, plaatjes om hem iets duidelijk te maken. Vanuit jezelf voel je een stuk onmacht; hoe moet ik hier ooit mee leren omgaan? Nu is er materiaal waardoor ik word geholpen. Laurens is een jongen die graag op schoot zit. Maar hij kent geen grenzen. Ik wil ook niet de hele tijd alles verbieden van: Dit mag niet, dat mag niet. Liever: Wat mag wél.

Een voorbeeld: Laurens wil graag altijd op schoot bij de taxi-chauffeur. Dat kan niet, we willen hem daarin begrenzen. Door dit materiaal kan ik hem duidelijk maken bij wie hij wel op schoot mag en bij wie niet. Bij een vreemde mag je niet op schoot, maar geef je high five. Ik ben hem dit nu aan het aanleren. Je zegt “goede morgen” en geeft de chauffeur een high five en dan ga je op je stoel zitten.

Ik wil dat hij deze regel aanleert, ter bescherming van hemzelf. Want wij weten dat je niet alle vreemden kunt vertrouwen. Als wij het goedvinden dat hij bij een vreemde op schoot gaat zitten, weten we niet wat er gebeurt als wij er niet bij zijn. Hij moet aangeleerd krijgen dat hij zich anders bij familie en vrienden, de zogenoemde binnenste cirkel, gedraagt dan bij mensen in de buitenste cirkel.

Ook al is er bij Laurens nog geen sprake van seksuele gevoelens, ik kan toch al dingen uit de methode



gebruiken. Zoals: wie zijn je relaties en: bloot is privé. Alles dat met dit onderwerp te maken heeft, komt aan de orde. Ouders kunnen zelf kiezen welk onderwerp ze willen behandelen. Op de kaart staan afbeeldingen en er zitten picto's in de doos. Je kunt er zo mee aan de slag."

Het materiaal

In de koffer van "Wonderlijk gemaakt speciaal voor thuis" zitten een handleiding en 53 gesprekskaarten. Er komen thema's aan de orde zoals: Dit ben ik, Volwassen worden, Relaties, Seksualiteit en voortplanting, Grenzen, Als het mis gaat, Onze samenleving en Mijn leven nu en later. Ouders kunnen kiezen welke gesprekskaart binnen het thema ze willen bespreken. De kaarten zijn los van elkaar te gebruiken.

Er zijn vier rode draden vanuit een christelijke, pedagogische visie door de thema's verweven. Deze kernwaarden komen in de verschillende fases van het leven aan de orde:

1. Zelfbeeld en zelfrespect
2. Goed omgaan met jezelf en de ander
3. Weerbaarheid
4. Relaties en netwerk

De eerste rode draad is de ontwikkeling van een goed zelfbeeld. Dat is een belangrijke basis voor de seksuele opvoeding. Tips zijn om samen met het kind het bab-

yalbum te bekijken of samen in de spiegel te kijken en te benoemen wat mooi is en bijzonder.

De tweede rode draad staat voor het leren omgaan met zichzelf en de ander. Op gesprekskaarten binnen dit thema staat de goede verzorging van het lichaam en goede omgangsvormen met anderen centraal. Daarbij hoort het aanleren van goede regels rond wat is privé, maar ook seksueel gedrag, zoals omgaan met zelfbevrediging.

De derde rode draad gaat over het weerbaar maken, het leren omgaan met eigen grenzen en daarover kunnen praten, maar ook leren om hulp te vragen of leren wie het kind in vertrouwen kan nemen als het een slecht geheim heeft wat het niet zou mogen doorvertellen. Op elke gesprekskaart staat een regel om te onthouden, bijvoorbeeld: "Slechte geheimen zijn geen echt geheim, die mag je doorvertellen!"

Onder de vierde rode draad valt het werken aan goede relaties en kennis van het eigen netwerk. Door het praten over wie er bij het kind hoort, zoals de familie, een gemeenschap, kerk, school en/of instelling. Binnen het netwerk zijn er mensen die het kind willen helpen. Of het kind nu wel of niet trouwt, wel of niet zelfstandig woont, de hulp van mensen om hem heen blijft belangrijk.

Jenneke Wolvers-ten hove

Volg de cursus "Wonderlijk gemaakt speciaal voor thuis"

Vereniging Op weg met de ander organiseert een cursus voor de methode voor seksuele opvoeding "Wonderlijk Gemaakt Speciaal voor thuis" voor de ouders van kinderen met een verstandelijke beperking. Op twee avonden maakt u kennis met de methode en worden u handreikingen gedaan om thuis met het materiaal aan de slag te gaan.



"Wonderlijk Gemaakt Speciaal voor thuis" is materiaal dat u kan helpen om met uw kind met een verstandelijke beperking in gesprek te gaan over seksualiteit. Het is praktisch en eenvoudig opgezet aan de hand van acht hoofdthema's. Per thema zijn er diverse kaarten waarop praktische vragen en thema's staan. Aan de hand van die kaarten kunt u bekijken welke onderwerpen geschikt zijn om met uw kind te bespreken.

Op de eerste avond van de cursus maakt u kennis met het materiaal en wordt er aan de hand van voorbeelden nagedacht over seksualiteit. Ook krijgt u uitleg over hoe u in gesprek kunt gaan met uw kind aan de hand van eigen gekozen kaarten uit de methode. Aan het eind van de avond krijgt u een opdracht mee naar huis die we op de tweede cursusavond zullen bespreken.

De tweede avond staat in het teken van het zelf aan de slag gaan. We gaan nadenken over hoe u kunt reageren op gedrag van uw kind. Ook staan we stil bij seksueel misbruik en hoe u dat kunt voorkomen en signaleren.

Voor wie is de cursus?

Voor alle ouders van een kind met een verstandelijke beperking die "Wonderlijk Gemaakt Speciaal thuis" willen gebruiken of daarmee willen kennismaken.

Concreet materiaal en duidelijke afbeeldingen bieden een handreiking voor een gesprek, zowel in de

cursus als op de kaarten. Voorbeelddialogen tijdens de cursus geven u ideeën over welke woorden u kunt gebruiken bij het bespreken van dit kwetsbare onderwerp met uw kind.

De combinatie van achtergrondinformatie, praktische instructies en eenvoudige kaarten maakt "Wonderlijk Gemaakt Speciaal voor thuis" tot een bruikbaar pakket. Met de cursus rusten we u toe om thuis met het materiaal aan de slag te gaan.

Data

De vereniging Op weg met de ander organiseert twee cursussen die beide uit twee avonden bestaan. Deze avonden vinden plaats in:

- Nijkerk (28 maart en 11 april)
Landelijk Bureau, Beatrixstraat 20a
- Hardinxveld-Giessendam (4 en 18 april)
Zalencentrum De Parel, Talmastraat 9

De avonden beginnen om 19.45 uur en duren tot ongeveer 22.00 uur.

De methode Wonderlijk Gemaakt Speciaal kost 35 euro. De cursus wordt kosteloos aangeboden door vereniging Op weg met de ander. De cursus kan alleen doorgaan als er voldoende aanmeldingen zijn.

Opgeven kan via www.opwegmetdeander.nl.