



Begeleider Veronique Vonk praat met Erica over haar beleving van seksualiteit.  
FOTO NIELS WESTRA

25 juli 2019

## Grenzen en wensen hanteren moet je leren

**Seksueel gedrag kan bij mensen met een beperking eerder grensoverschrijdend zijn. Centrum Seksualiteit MEE Noord gaat deze mensen en hun omgeving in Friesland begeleiden in het hanteren van hun grenzen en wensen.**

„Voorlichting voor mensen met een beperking is vaak heel erg gericht op waarschuwingen, voor een zwangerschap, voor een seksueel overdraagbare aandoening of dat je iets fout doet. Maar bij de seksuele ontwikkeling hoort ook experimenteren. Wij proberen seksualiteit te normaliseren”, legt coördinator Judith Bouwman uit. „Vanochtend kreeg ik nog een hulpvraag van een Friese zorgboerderij over een 15-jarige jongen. Hij blowt en begint seksueel overschrijdend gedrag te vertonen. Hij snapt niet dat jouw lijf van jou is, maar mijn lijf van mij. Daarbij heeft hij opvoeding en uitleg nodig.”

In Groningen zijn ze er al een tijdje mee bezig. Zes medewerkers die een opleiding post-hbo seksuologie hebben gevolgd helpen jongeren, maar ook volwassenen met een beperking hun grenzen en wensen te ontdekken. Trajectbegeleider Margreet van der Meijde gaat er als zevende mee aan de slag in Friesland.

Voor de doelgroep (jongeren, maar ook volwassenen) is het prettig dat ze dit soort intieme gesprekken met een ander dan hun ouder of begeleider hebben, leggen Van der Meijde en Bouwman uit. „Van een ander neem je soms eerder wat aan.” Het gaat om individuele begeleiding, omdat elke jongere een op maat gesneden aanpak nodig heeft. Zo heeft een autistische jongen die in de bus begint te masturberen heel specifieke uitleg nodig waar je zoiets wel of niet kan doen. „Masturberen mag, maar in de bus is dat aanstootgevend.”

In Groningen geeft MEE al zo'n twintig jaar voorlichting en begeleiding aan mensen met een beperking, maar die was aanvankelijk erg gericht op interventies na (vermeend) misbruik. Tot 1 juli 2018 heette het centrum nog Consultatie Seksueel Misbruik. „Terwijl we al veel meer aan preventie deden. Die naam wierp een drempel op, was stigmatiserend van hier tot Tokio.”

### **Alle soorten beperkingen**

De seksuologen richten zich op mensen met alle soorten beperkingen. De grootste doelgroep zijn jongeren met een licht verstandelijke beperking, wat één op de zeven Nederlanders heeft. Een meisje dat recent geholpen is door het CSM is de 13-jarige Erica uit een dorp in Groningen. Haar moeder stapte een klein jaar geleden naar de zedenpolitie, toen ze er achter kwam dat haar toen 12-jarige dochter een relatie had met een vier jaar oudere vriend. „Ze werd geslotener, deed stiekem en zat niet goed in haar vel. Toen heb ik haar telefoon gepakt en zag ik in Whatsapp-gesprekken wat hij allemaal met haar wilde doen.”

De moeder van Erica wilde aangifte doen, maar voelde zich niet serieus genomen. „De politie gaf me het idee dat ik me om niks zorgen maakte, maar stuurde me wel door naar het CSM.” Dochter Erica was woedend over de bemoeienissen van haar moeder en wilde aanvankelijk niet praten met seksuologe Veronique Vonk, maar dat veranderde snel.

Erica ziet er ouder uit voor haar leeftijd, vertelt Vonk. De 16-jarige jongen palmde haar in door een zielig verhaal op te hangen over zijn zieke vader, waardoor Erica zorgzaam wilde zijn. „Ik wilde graag een vriend. Ik vond hem leuk, maar niet wat hij allemaal deed. Ik heb nee gezegd, maar hij ging toch door”, vertelt ze. Het was een knipperlichtrelatie die al uit was toen ze Vonk als begeleidster kreeg. Die won haar vertrouwen en kwam er met behulp van spellen, stellingen en opdrachten achter hoe Erica over seksualiteit denkt. Het traject duurde acht maanden en twintig contacten. „Dat is bovengemiddeld, tien is normaal.”

Seksuele voorlichting had Erica nooit gehad op school, zegt de vmbo-leerlinge. „Dat krijgen we volgend schooljaar.” Vonk lacht: „Dat hoeft niet meer, dan kan ze de leraar wat leren.”

Moeder stelt vast dat haar dochter weer eerlijk en open is. „Als ze geen hulp had gehad, had het van kwaad tot erger kunnen gaan. Met *loverboys* of weet ik niet allemaal.” Erica zegt nu veel beter te weten wat ze wel en niet wil. Haar nieuwe vriend, ook veel ouder, luisterde wel als ze aangaf dat ze iets niet wilde. „Maar hij is vreemdgegaan, dus het is weer uit. Ik ben nu happy single”, zegt ze.

## **Hoe ga je om met sexting?**

Ook sociale media zijn onderdeel van de trainingen die de CSM-medewerkers geven. Hoe ga je om met sexting (het verspreiden van naaktbeelden) en grooming (chatcontacten met een foute agenda). „De twee uitersten van sociale mediacontacten”, verduidelijkt Bouwman. Erica heeft er ook mee te maken gehad, nadat ze het had uitgemaakt met haar 16-jarige knipperlichtvriend. Meisjes dreigden foto's te verspreiden die gemaakt zouden zijn bij het omkleden na gymnastiek.

„Die foto's bestonden waarschijnlijk helemaal niet”, zegt Vonk. „Ik ben naar de school gestapt, die aanvankelijk vond dat ze er niks mee te maken had, omdat de dreigingen buiten school plaatsvonden. Nou ja, uiteindelijk heb ik toch wat gesprekken kunnen voeren met leraren, tips en een stappenplan gegeven.” Erica is er in elk geval alert op geworden. „Ik let goed op waar ik me omkleed. Dat ik ook niet te zien ben in spiegels. Want dat doen ze, via de spiegel meisjes in onderbroek fotograferen.”

Waar het op neer komt, is dat mensen met een beperking soms een andere seksuele ontwikkeling doormaken, besluiten Bouwman en Van der Meijde. „Van ouders, verzorgers en leerkrachten vraagt dit andere vaardigheden en daarbij kunnen wij ondersteunen, nu ook in Friesland.”

*Erica is om privacyredenen niet de echte naam van het meisje*