



# **Bespreekbaar maken van seksualiteit**

Mathieu Heemelaar 20-04-23 Utrecht



# Mathieu Heemelaar

- **Leraar** basisonderwijs 1976 – 1979
- **Groepsleider** kinderpsychiatrie 1979 – 1989
- **Hogeschooldocent** Sociale en pedagogische opleidingen 1989 – 2021
- **LHBTIQA+ activist** COC – Nederland 2006 – 2021
- **Ambtelijk secretaris** NVVS Visitatiecommissie seksuologie-opleidingen 2021





# Kennisontwikkeling over seksualiteit in de zorg

(psychiatrie, ggz, jeugdzorg, zorg mensen met een verstandelijke of lichamelijke beperking)

## ontwikkeling

1. van negeren van seksualiteit naar sekspositieve begeleiding
2. expertisecentra seksualiteit en relaties, gericht op empowerment
3. kennis is beschikbaar: veel onderzoek, richtlijnen en methodiekontwikkeling



**actuele grondige kennis van seksuele ontwikkeling voorwaardelijk voor deskundig bespreekbaar maken van seksualiteit**

### **1. kennis van zaken**

- workshops vandaag
- boek *Seksualiteit, intimiteit en hulpverlening* (2022)
- ondersteunende website bij boek: seksuele ontwikkeling bij alle doelgroepen in zorg en welzijn, methoden en seksuele educatie
- onderzoek en publicaties na 2022:  
[www.mathieuheemelaar.nl](http://www.mathieuheemelaar.nl)

### **2. handelingsvaardigheid**

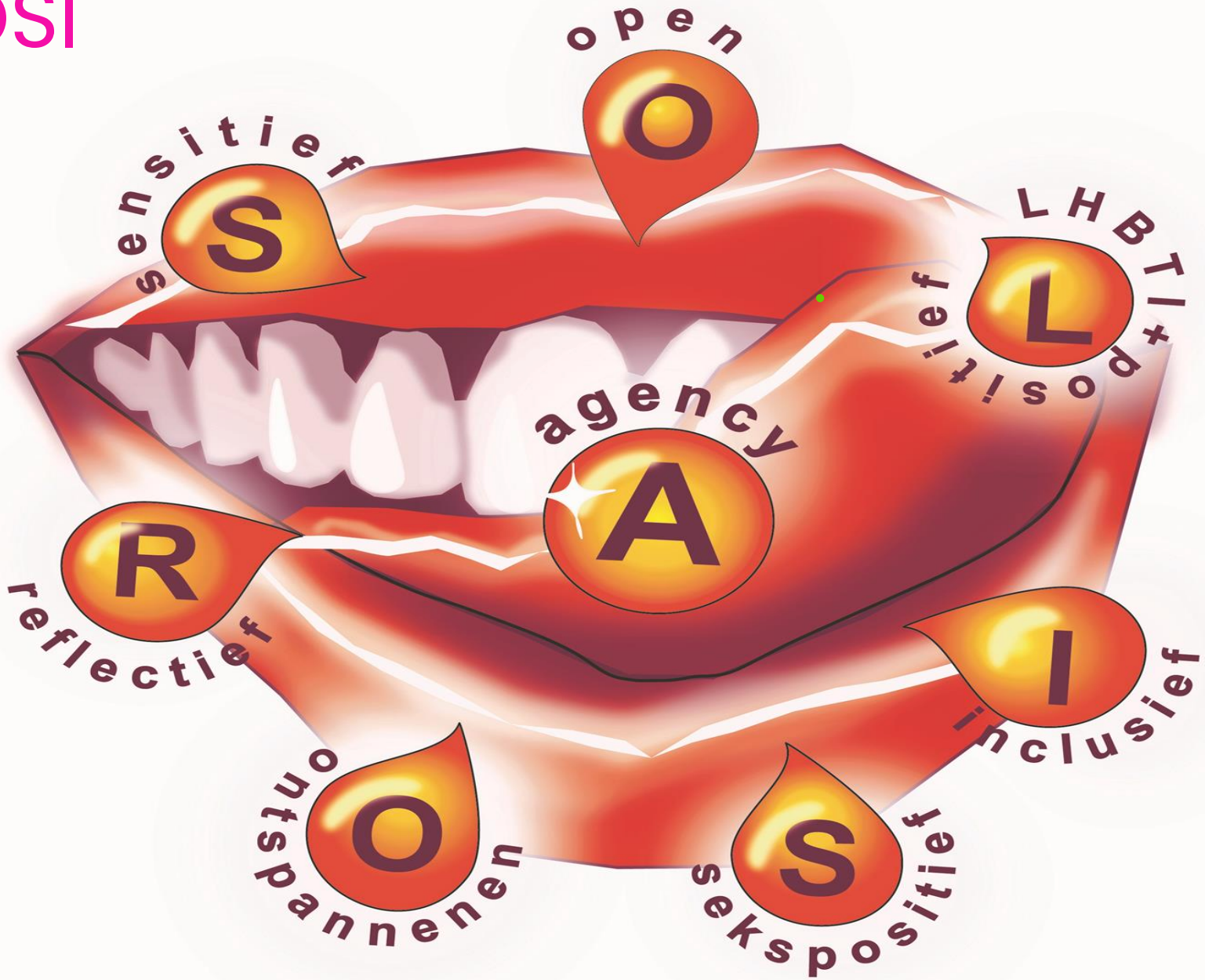


R

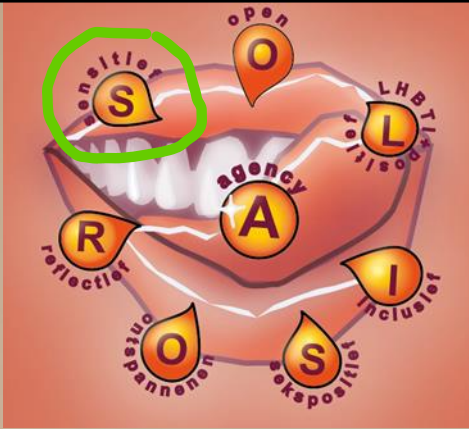
# **Handelingsvaardigheid: competenties van de zorgverlener**

**SOLAROSI**

# SOLAROSI



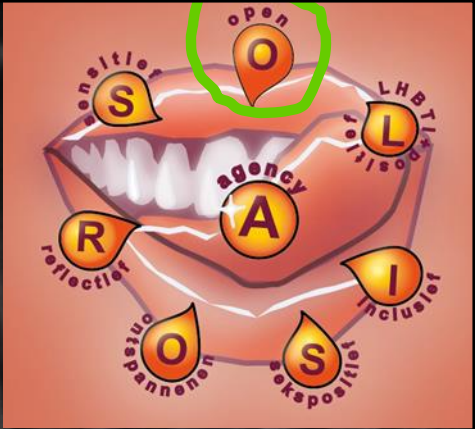
R



# Sensitief

voor etnisch-culturele diversiteit en dilemma's bij orthodox-gelovigen

R



Open

stimuleer open, veilig gesprek



R

## Hoe open?

Grenzen: wat deel je wel niet met je cliënt?

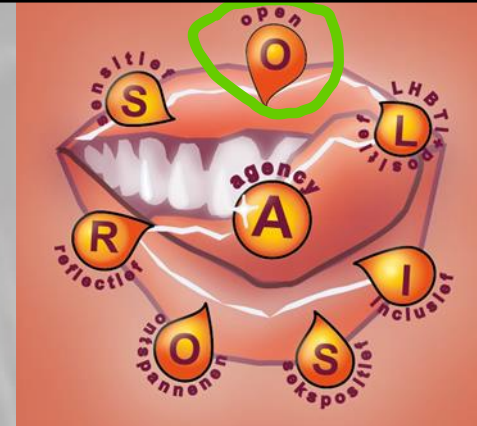
- Open over **geslacht**
- Open over **seksuele gerichtheid (LHB)**
- Open over **genderidentiteit (T)**
- Niet open over **seksuele smaak (seksueel script)**

Mijn persoonlijke opvatting:

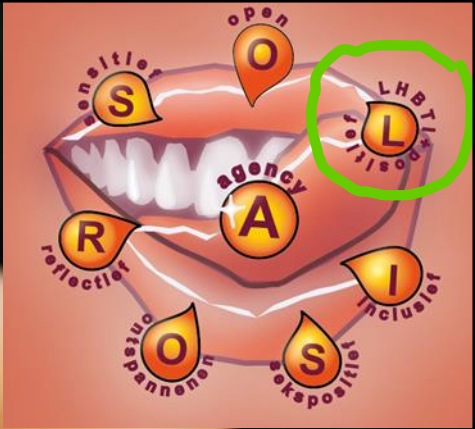
- Seksuele smaak niet delen
- Seksuele gerichtheid en genderidentiteit van belang voor agency (empowerment) LHBTIQ cliënten

**Open**

stimuleer open, veilig gesprek



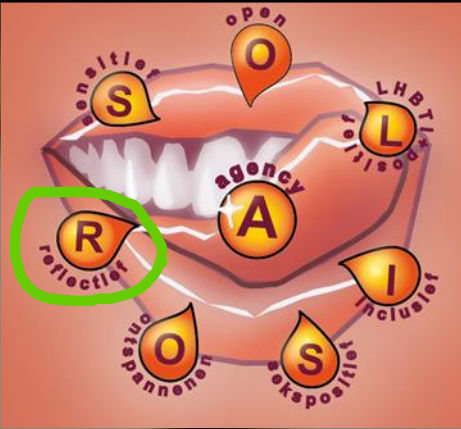
R



LHBTIQA+ positief



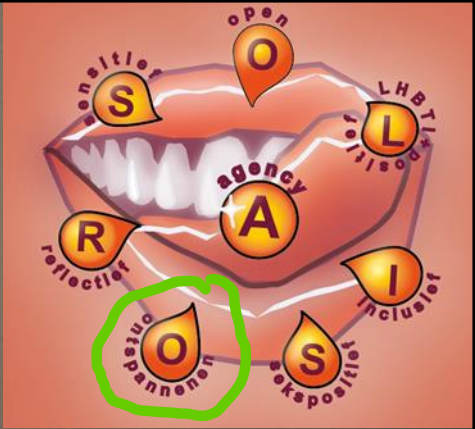
R



# Reflectief

Bezin je op je eigen waarden en normen, vooroordelen, socialisatie

R



# Ontspannen

R

➤ VO-scholieren 5,9 voor seksuele vorming

De Graaf, H., Van der Borne, M., Nikkelen, S., Twisk, D., & Meijer, S. (2017). *Seks onder je 25e: seksuele gezondheid van jongeren in Nederland anno 2017*. Delft: Eburon.

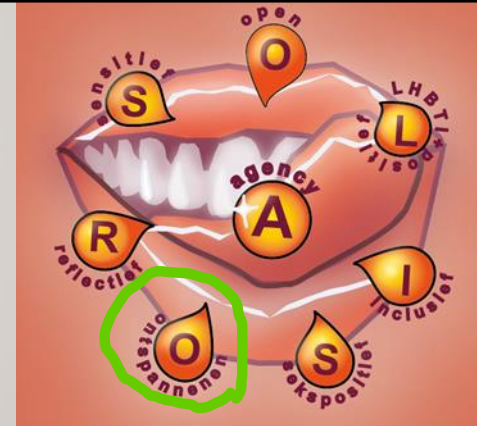
➤ Jongeren vragen ontspannen seksuele vorming

Cense, M., De Grauw, S., & Vermeulen, M. (2019). *Gewoon, het taboe eraf halen. Wat leerlingen willen van seksuele vorming*. Utrecht: Rutgers.

➤ Gemakkelijker voor jonge patiënten om genderidentiteit en seksualiteit te bespreken als hun zorgverlener zich inderdaad op zijn gemak voelt met dergelijke onderwerpen

Bungener SL, Post L, Berends I, Steensma TD, de Vries ALC, Popma A. Talking About Sexuality With Youth: A Taboo in Psychiatry? *J Sex Med.* 2022 Mar;19(3):421-429

**Ontspannen**



R

Van handelingsverlegenheid naar ontspannen seksuele vorming

- Afspraken woordgebruik
- De sekscarrousel

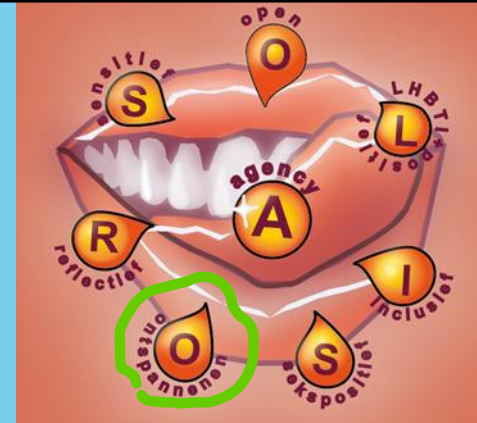
Klik door voor:

- [Instructie voor begeleiders](#)
- [Informatie over de Minor Seksualiteit en diversiteit](#)

**Ontspannen**

Minor

## Seksualiteit en diversiteit



Haagse Hogeschool

# Oefening woordgebruik

R

## Deel 1 Inventariseren

**1A** Maak individueel thuis voor de les een lijstje met alle woorden die je kent voor het vrouwelijk geslachtsorgaan (de vulva). Probeer dit lijstje zo lang mogelijk te maken.

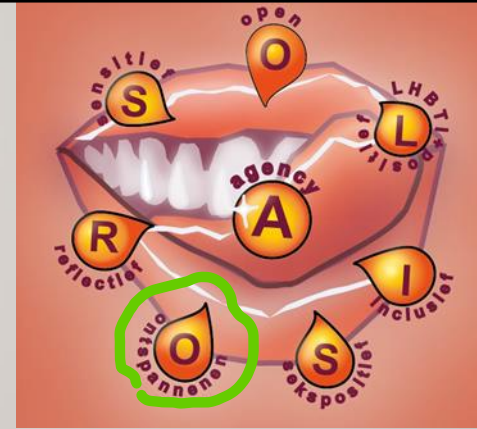
1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10

**1B** Maak daarna een lijstje met alle woorden die je kent voor het mannelijk geslachtsorgaan (de penis). Probeer dit lijstje zo lang mogelijk te maken.

1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8  
9  
10

**1C** In de les inventariseert de docent de woorden voor het vrouwelijk geslachtsdeel. Studenten vullen nieuwe woorden aan die nog niet genoemd zijn tot alle woorden opgeschreven zijn. Daarna gebeurt hetzelfde voor het mannelijk geslachtsdeel.

# Ontspannen



Minor  
**Seksualiteit  
en  
diversiteit**



Haagse Hogeschool

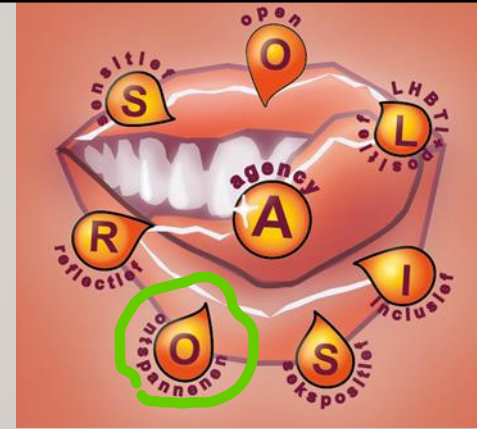


# Oefening woordgebruik

R

- startopdracht voor alle groepen waar over seksualiteit wordt gesproken
- eerste les op een basisschool
- eerste les voortgezet onderwijs
- eerste les Seksualiteit hbo-opleiding of academische opleiding
- eerste les minor Seksualiteit en diversiteit
- eerste gesprek in een groep cliënten over seksualiteit

**Ontspannen**



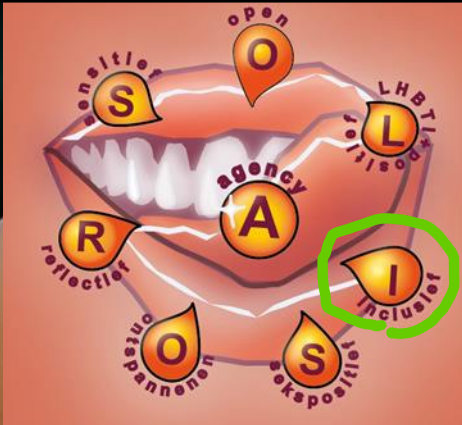
Minor  
**Seksualiteit  
en  
diversiteit**



Haagse Hogeschool



R






# Inclusief



Bij jouw seksuele vorming voelen alle mensen ongeacht gender, seksuele voorkeur, leeftijd en beperking zich erkend en veilig

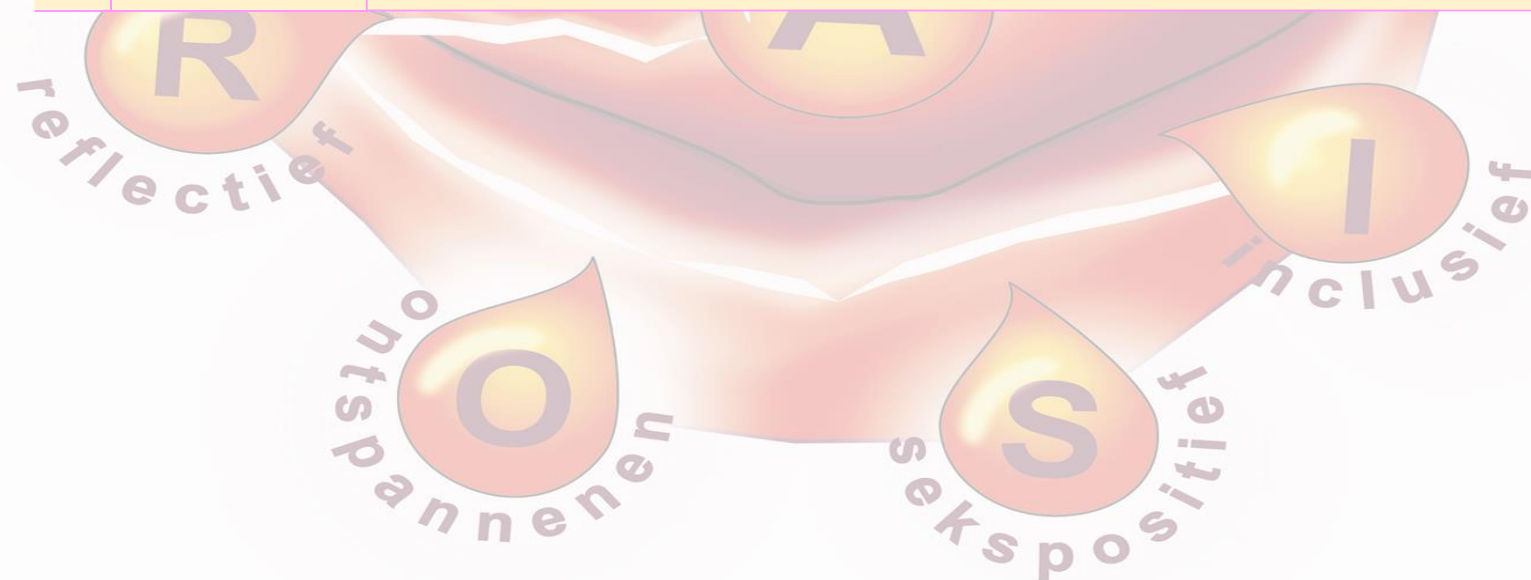


S		<p>Je toont sensitiviteit voor taboes, handelingsverlegenheid, privacy en voor grenzen &amp; wensen op het gebied van seksualiteit en intimiteit.</p> <p>Je toont sensitiviteit voor etnisch-culturele diversiteit en voor dilemma's bij orthodox-gelovigen over seksuele vrijheid.</p> <p>Sensitiviteit is fijngevoeligheid voor signalen die anderen geven, ook als die nauwelijks merkbaar zijn. Sensitiviteit vereist dus inlevingsvermogen.</p>
O		<p>Je stelt je open op in gesprekken over seksualiteit, seksuele diversiteit, genderdiversiteit en seks en stimuleert een open, veilig gesprek over seks en seksualiteit. cliënt</p>
L		<p>Je toont een LHBTI-positieve houding, waarbij je er altijd van uitgaat dat er in je doelgroep één of meer niet-heteroseksuele of niet-cisgender mensen zijn.</p> <p>Je toont sensitiviteit in taal en houding voor seksuele diversiteit en genderdiversiteit en bestrijdt discriminatie. Je toont in taal en houding op geen enkele wijze traditionele of moderne LHBTI-negativiteit.</p>

A		<p>Seksuele agency is het geheel van strategische onderhandelingen van een individu om zichzelf en zijn of haar seksuele keuzes te plaatsen in een sociale context, relaties te behouden en betekenis te geven aan seksuele ervaringen (Cense 2019a).</p> <p>Agency is het centrale doel van seksuele vorming. Het middel om dat doel te bereiken is empowerment. Je bent gericht op empowerment waarmee je de agency van seksuele partners over seksuele wensen en grenzen versterkt.</p>
R		<p>Je bezint je op je eigen normen, waarden, (voor)oordelen, cultuur, religie en opvoeding en de effecten daarvan op je attitudes bij seksuele educatie bij mensen in verschillende levensfasen en mensen met een beperking.</p> <p>Je hanteert eigen seksuele waarden en normen op professionele wijze bij seksuele educatie.</p>
O		<p>Je communiceert op een ontspannen wijze over seksualiteit en seks. Je maakt gebruik van luchtige (niet seksistische of agressieve) humor, maar neemt het onderwerp ook serieus zodat iedereen zich veilig voelt en zich kan uiten.</p>



S+		<p>Je staat positief tegenover seks en draagt dit over op de doelgroep.</p> <p>Je uit je expliciet positief over individuele seksuele beleving, seksueel gedrag en leefstijl bij alle doelgroepen en leeftijden mits zij grenzen en wensen van anderen respecteren.</p>
I		<p>Je toont actief een inclusieve houding. Bij jouw seksuele vorming voelen alle mensen ongeacht gender, seksuele voorkeur, leeftijd en beperking zich erkend en veilig. Je toont een niet-seksistische en niet-genderstereotype houding. Je toont een niet-oordelende houding, ook als een leefstijl en seksueel gedrag anders zijn dan bij jou. Je bestrijdt ongelijke M-V-verhoudingen, seksueel grensoverschrijdend gedrag, <i>slut shaming</i> en <i>victim blaming</i>, heteronormativiteit en cisgendernormativiteit, discriminatie, uitsluiting en achterstelling.</p>





Dank voor je aandacht