



Preventie van seksueel misbruik bij vrouwen en mannen met een handicap

noodzaak, doel en effectiviteit van preventieactiviteiten - overzicht programma's en materialen

- *aanpak huiselijk geweld*
- *aanpak seksueel geweld*
- *vraagstukken rond sekse en etniciteit*

Preventie

van seksueel misbruik
bij vrouwen en mannen
met een handicap

noodzaak, doel en effectiviteit van
preventieactiviteiten

overzicht programma's en materialen

TransAct



Landelijk expertisecentrum

- *aanpak huiselijk geweld*
- *aanpak seksueel geweld*
- *vraagstukken rond sekse en etniciteit*

TransAct ondersteunt beleidsmakers, managers, opleiders, (arbo-)artsen, hulpverleners en andere intermediairen in de zorg- en welzijnssector. Evenals beroepskrachten werkzaam bij politie, Openbaar Ministerie, reclassering en Raad voor de Kinderbescherming. De drie kerntaken van TransAct zijn Kennis en Methodieontwikkeling, Beleidsanalyse en Agendering, Training en Advies.

Colofon

Inventarisatie en samenstelling: Marijke Lammers, Els Kok, Annie Oude Avenhuis

Eindredactie: Nonja Meintser

Bijdragen: Rianne van Beurden - Prisma, Waalwijk

Marianne Heestermans - ASVZ Zuid-West, Sliedrecht

Twanny Kemps - Werkenrode, Groesbeek

Dorien Meilink - Werkenrode, Groesbeek

Nico van Oosten - TransAct, Utrecht

Aafke Scharloo - zelfstandige, Den Haag

Layout: Karin Baas

TransAct

Postbus 1413, 3500 BK Utrecht

T: 030 - 232 65 00

F: 030 - 232 65 55

E: algemeen@transact.nl

www.transact.nl

Bureau Training en Advies T: 030 - 234 09 33

E: training-advies@transact.nl

Bestellen of downloaden via www.transact.nl

© TransAct, april 2005

Overname van teksten is toegestaan met bronvermelding.

Inhoud

Inleiding

Deel 1 Inhoudelijke achtergrondinformatie; verantwoording, bevindingen en conclusies van de inventarisatie

1.1	Waarom specifieke aandacht voor preventie?	7
	Omvang seksueel misbruik	7
	Verhoogde kwetsbaarheid van mensen met een handicap voor seksueel misbruik.....	8
	Preventie begint op jonge leeftijd.....	9
	Preventie inbedden in beleid en de dagelijkse omgang en begeleiding	10
	Wiens verantwoordelijkheid is preventie?	11
	Aandacht voor diversiteit	11
1.2	Doelen en voorwaarden voor effectiviteit van preventieprogramma's	13
	Doelen preventie	13
	Het verschil tussen sociale vaardigheden en weerbaarheid	14
	Effectiviteit van preventieprogramma's seksueel misbruik	14
1.3	Inventarisatie: verantwoording, bevindingen en conclusies	17
	Verantwoording	17
	Bevindingen	18
	Conclusies en aanbevelingen.....	20
	Schema preventie- en weerbaarheidprogramma's	23
	Geraadpleegde literatuur	26

Deel 2 Programma's en materialen voor mensen met een handicap

2.1	Preventie- en weerbaarheidprogramma's voor mensen met een handicap	31
	Weerbaarheid van vrouwen en meiden met een handicap	33
	Voel je oké!	35
	Als een meisje nee zegt	37
2.2	Seksuele voorlichtingsprogramma's voor mensen met een handicap	39
2.3	Sociale vaardigheidsprogramma's voor mensen met een handicap	41
	Ben je GROOT of ben je klein	42
	PAD-leerplan.....	43
	Sociaal competentiemodel	44
	Goldsteinmethode	45
	Omgaan met seksuele relaties en intimiteit	46
2.4	Materialen voor mensen met een handicap	47
	(Les)pakketten	49
	Spellen en andere materialen.....	56
	Video's/Dvd's	59
	(Voorlichtings)boeken.....	61
	Websites	63

Deel 3 Programma's en materialen algemeen

3.1	Preventie- en weerbaarheidprogramma's algemeen.....	67
	Marietje Kessels Project.....	69
	Rots en Water.....	71
	Ho, tot hier en niet verder ...!.....	73
	Kanjertaining.....	75
3.2	Seksuele voorlichtingsprogramma's algemeen.....	77
	Relaties en seksualiteit.....	79
3.3	Sociale vaardigheidsprogramma's algemeen.....	81
	Leefstijl voor jongeren.....	83
	Het blauwe boek.....	84
	Klets! Opkomen voor jezelf.....	85
	Ik, jij en wij.....	86
3.4	Materialen algemeen.....	87
	Lespakketten.....	89
	Spellen en andere materialen.....	94
	Video's/Dvd's.....	99
	(Voorlichtings)boeken.....	101
	Websites.....	106

Bijlagen

- Bijlage 1 Materialen ten behoeve van deskundigheidsbevordering van docenten/begeleiders
- Bijlage 2 Adressen

Inleiding

Vrouwen en mannen met een handicap zijn kwetsbaar voor seksueel misbruik. Het is belangrijk, dat in een vroeg stadium aandacht is voor de preventie hiervan. In de praktijk krijgt preventie echter nog te weinig aandacht, blijkt uit een onderzoek van TransAct naar beleid en praktijk van de gehandicaptenzorg rond seksualiteit en seksueel misbruik (Lammers & Pauli, 2003). Professionals geven aan, dat zij behoefte hebben aan handreikingen, programma's en materialen welke zijn toegesneden op de diverse doelgroepen waarvoor zij werken: mensen (mannen en vrouwen, jongeren en volwassenen) met een lichamelijke handicap en/of een lichte, matige of ernstige verstandelijke handicap en/of een visuele, auditieve/communicatieve handicap. Tevens is behoefte aan een overzicht van wat op dit terrein reeds is ontwikkeld.

Via een deskresearch heeft TransAct –binnen en buiten de gehandicaptensector– preventieprogramma's en -materialen geïnventariseerd in Nederland en vlaamstalig België.¹ Het doel van de inventarisatie is drieledig:

1. Het bij elkaar brengen van beschikbare en bruikbare programma's en materialen.
2. Op basis van de inventarisatie in kaart brengen voor welke doelgroepen onvoldoende programma's en materialen voorhanden zijn.
3. Implementatie van de bevindingen bij professionals werkzaam bij zorg- en onderwijsinstellingen in de gehandicaptensector.

Preventieprogramma's die specifiek gericht zijn op het voorkomen van seksueel misbruik, zijn belangrijk. Als die programma's echter niet zijn ingebed in, en aansluiten bij, activiteiten gericht op sociaal-emotionele ontwikkeling, sociale vaardigheden en relationele en seksuele vorming, zullen zij minder effect hebben. Daarom zijn bij de inventarisatie tevens programma's en materialen op het gebied van voornoemde activiteiten betrokken.

De verschillende preventie- en weerbaarheidprogramma's ter voorkoming van seksueel misbruik en andere ongewenste omgangsvormen, worden in deze publicatie uitgebreid beschreven. Daarnaast worden de programma's langs een meetlat gelegd om ze te toetsen aan een aantal criteria waarvan uit onderzoek is gebleken, dat zij bijdragen aan het effect van een programma, zoals: de duur van en het aantal sessies, gehanteerde werkvormen en betrokkenheid van belangrijke derden.

Overige programma's en materialen (sociale vaardigheden en seksuele voorlichting) worden slechts kort beschreven.

De eerste versie van deze inventarisatie is besproken met een aantal professionals uit de sector. Zij hebben tijdens een themabijeenkomst vanuit hun praktijkervaringen aanvullende (rand)voorwaarden voor effectiviteit van preventieprogramma's naar voren gebracht. Tevens hebben zij hun ervaringen met bepaalde programma's of materialen uitgewisseld en hebben zij aangegeven waar lacunes zijn.

Het overzicht dat voor u ligt, wordt door het Landelijk Kennis Netwerk Gehandicapten (LKNG) gebruikt als basis voor een uitgebreidere inventarisatie naar materialen, programma's en trainingen op het gebied van preventie, protocollering, signalering en de begeleiding en behandeling van slachtoffers en plegers met een handicap. Deze inventarisatie mondt uit in een digitaal overzicht.

Wij zullen u hierover blijven informeren via onze website: www.transact.nl.

¹ Bij het schrijven van deze inventarisatie van preventieprogramma's en materialen is dankbaar gebruik gemaakt van enkele recent verschenen artikelen en overzichten: Empelen, 2004; Van Oosten & Höing, 2004; Kok & Midelaar, 2003; Versluis & Verlaan, 2003.

Het rapport is opgedeeld in de volgende drie delen.

Deel 1. Inhoudelijke achtergrondinformatie, verantwoording, bevindingen en conclusies van de inventarisatie

- Hoofdstuk 1 Noodzaak van specifieke aandacht voor de preventie van seksueel misbruik bij meisjes en jongens en mannen en vrouwen met een handicap.
- Hoofdstuk 2 Doel van preventieprogramma's, de effectiviteit van programma's en (rand)voorwaarden voor effectiviteit.
- Hoofdstuk 3 Verantwoording van de wijze van inventarisatie; beschrijft de belangrijkste bevindingen op grond van een analyse van de geïnventariseerde programma's en materialen, bevat conclusies en aanbevelingen en sluit af met een schematisch overzicht van de beschreven programma's.

Deel 2. Programma's en materialen voor mensen met een handicap

- Hoofdstuk 1 Preventie- en weerbaarheidprogramma's
- Hoofdstuk 2 Programma's seksuele voorlichting
- Hoofdstuk 3 Programma's sociale vaardigheden
- Hoofdstuk 4 Materialen rond preventie, sociale vaardigheden en seksualiteit

Deel 3. Programma's en materialen algemeen

- Hoofdstuk 1 Preventie- en weerbaarheidprogramma's
- Hoofdstuk 2 Programma's seksuele voorlichting
- Hoofdstuk 3 Programma's sociale vaardigheden
- Hoofdstuk 4 Materialen rond preventie, sociale vaardigheden en seksualiteit

Bijlagen

- Bijlage 1 Materialen voor deskundigheidsbevordering rond de thematiek
- Bijlage 2 Relevante adressen

Het overzicht, of delen hiervan, is te downloaden via onze website: www.transact.nl. Wij vernemen graag uw reacties op, en ervaringen met, de beschreven programma's en materialen en eventuele aanvullingen op dit overzicht.

Wij hopen met deze publicatie professionals in zowel zorg- en dienstverlening als onderwijs en dagbesteding aan kinderen, jongeren en volwassenen met een handicap te stimuleren om preventieactiviteiten vorm te geven die aansluiten bij leeftijd, handicap, ontwikkelingsniveau, sekse en achtergrond van de perso(o)n(en) waar het om gaat.

Deel 1

Inhoudelijke achtergrondinformatie

Verantwoording, bevindingen en conclusies van de inventarisatie

1.1 Waarom specifieke aandacht voor preventie?

Dit hoofdstuk gaat in op de noodzaak van aandacht voor preventie. Allereerst worden cijfers gegeven over de omvang van seksueel misbruik bij mensen met een handicap. Vervolgens worden risicofactoren voor seksueel misbruik beschreven en de mogelijkheden deze te beïnvloeden. Daarna wordt ingegaan op de inbedding van preventie in de dagelijkse omgang en het beleid, en wie hier verantwoordelijkheid voor is. Tenslotte wordt aandacht geschonken aan het belang van aandacht voor de diversiteit van de doelgroepen waarvoor preventieactiviteiten worden uitgevoerd.

Omvang seksueel misbruik

Het enige Nederlandse landelijke onderzoek naar het vóórkomen van seksueel misbruik onder mensen met een handicap beperkte zich tot de groep mensen met een verstandelijke handicap (Van Berlo, 1995), waarbij de verstandelijk gehandicapten overigens niet zelf bevroegd zijn. In de steekproef is aan een representatieve doelgroep van 500 professionals gevraagd hoe vaak in een periode van twee jaar seksueel misbruik in deze groep aan het licht is gekomen. De respons was 64%. De respondenten meldden, dat over de afgelopen twee jaar 1,2% van de verstandelijk gehandicapten het slachtoffer is geworden van seksueel misbruik en dat bij 1,3% vermoedens bestaan dat zij slachtoffer zijn. In absolute aantallen betekent dit, dat bij ongeveer 1100 verstandelijk gehandicapten seksueel misbruik aan het licht is gekomen en dat bij 1200 daarover een vermoeden bestaat. De respondenten meldden vooral door anderen van het misbruik op de hoogte gesteld te zijn, met name groepsleiders. Bijna éénvijfde heeft het (vermoedelijke) misbruik zelf gesignaleerd en ruim éénvijfde van de slachtoffers heeft het (vermoedelijke) misbruik zelf gemeld. Het gaat hierbij om alle vormen van seksueel misbruik: in 34% van de gevallen was sprake van vormen van penetratie, in ruim een kwart van de gevallen was sprake van seksuele betastingen. Het merendeel van de slachtoffers (viervijfde) was vrouw, de plegers waren voornamelijk mannen. De twee grootste plegergroepen vormden 'andere verstandelijk gehandicapten'(36%) en 'mensen uit de thuissituatie van het slachtoffer'(33%). In mindere mate waren beroepskrachten(16%) en mensen uit het dorp (cafébezoekers) of de regio(12%) de plegers. De slachtoffers waren van alle leeftijden, de grootste groep was tussen 17 en 30 jaar.

De cases waarover is gerapporteerd, betreffen alleen de licht tot matig verstandelijk gehandicapten. Mensen met een ernstige tot zeer ernstige verstandelijke handicap blijven buiten beeld. De onderzoekers vermoeden dat misbruik bij deze personen veel moeilijker aan het licht komt, terwijl zij wel een uitermate kwetsbare groep vormen. Tevens zijn de thuis- of begeleid wonende verstandelijk gehandicapten ondervertegenwoordigd in de doelgroep van het onderzoek. Aangenomen moet worden, dat de werkelijke aantallen betreffende de hele groep mensen met een handicap, hoger liggen.

Een kleinschalig onderzoek door Spanjaard(2000) in een residentiële instelling, laat hogere cijfers zien dan Van Berlo's onderzoek. Van de 20 jongens en 22 meisjes (14-19 jaar) met een lichte verstandelijke handicap rapporteerde respectievelijk 26% en 65% ervaringen met seksueel misbruik. Kanttekening hierbij is, dat het om een specifieke groep jongeren met gedragsproblematiek in een residentiële instelling gaat.

Ook Amerikaans onderzoek laat hogere cijfers zien dan Van Berlo. Kinderen met een handicap lopen volgens Amerikaanse onderzoekers gemiddeld ruim anderhalf tot vijf keer meer kans om enige vorm van misbruik mee te maken dan kinderen zonder handicap (Hingsburger 2000; Douma 1998; Crosse 1993).

Verhoogde kwetsbaarheid van mensen met een handicap voor seksueel misbruik²

Risicofactoren om slachtoffer te worden

De cijfers maken duidelijk, dat mensen met een handicap een verhoogd risico lopen om grensoverschrijdend gedrag en seksueel misbruik mee te maken. Factoren waarvan bekend is dat zij personen kwetsbaar maken voor seksueel misbruik –afhankelijkheid, machtsverschillen en isolement– zijn juist ook factoren, die de leefsituatie van veel mensen met een handicap kenmerken. Deze risicofactoren worden veroorzaakt door kenmerken in de leefomstandigheden, opvoeding, begeleiding en sociaal-economische positie. Tevens kan de specifieke handicap risicofactoren met zich meebrengen. Daarnaast kan sprake zijn van risicofactoren binnen organisaties voor zorg- en dienstverlening aan mensen met een handicap (Belie 2000; Van Berlo 1995; Douma 1998; Heestermans 2000; Lammers 1993 en 1997; Zijda & Wijnen 1989; Zijdel 1999 en 2001).

Hieronder vindt u de verschillende soorten risicofactoren voor seksueel misbruik.

Factoren die met de omgeving samenhangen, zijn:

- Blijvende afhankelijkheid van derden.
- Benaderd worden op onmogelijkheden, de beperking voorop stellen.
- Overbescherming, verwenning en aangeleerde hulpeloosheid.
- Groter sociaal isolement/uitsluiting (minder mogelijkheden om ervaringen op te doen en te experimenteren).
- Ontkennen of negeren van sekse en seksualiteit (sekse-neutrale en seksloze benadering).
- Gebrek aan informatie (ondermaatse kennis over het eigen lichaam, seksualiteit en seksueel misbruik).
- Veelvuldige lichamelijke contacten, minder privacy en zeggenschap over het eigen lichaam.
- Niet begrepen (en soms niet geloofd) worden door de omgeving; onder- of overschat worden door de omgeving.
- Minder goed grenzen leren stellen in de opvoeding (minder goed geleerd hebben te luisteren en coöperatief te zijn; minder goed geleerd te hebben 'nee' te zeggen tegen grensoverschrijding).

Factoren die met de handicap samenhangen, zijn:

- Negatief zelf- en lichaamsbeeld, een lage dunk van zichzelf hebben.
- Verminderde, vertraagde of verstoorde sociale en emotionele ontwikkeling; moeilijker kunnen leren middels ervaring.
- Moeite met inschatten van situaties en personen (veilig of onveilig, goed of niet goed).
- Gemakkelijker beïnvloedbaar zijn; consequenties van eigen gedrag en dat van anderen moeilijker kunnen overzien.
- Moeilijker tot een eigen identiteit kunnen komen (inclusief sekse en seksuele identiteit).

² Met 'handicap' bedoelen we lichamelijke/motorische, auditieve/communicatieve, visuele, verstandelijke, of meervoudige (complexe) handicap. De diverse beperkingen hebben hun eigen gevolgen voor het leven en de leefomstandigheden van de persoon. Ook kan sprake zijn van bijkomende stoornissen of beperkingen, zoals autisme. Er zijn echter grote overeenkomsten als het gaat om factoren die extra kwetsbaar maken voor seksueel misbruik, al kan de mate waarin die factoren een rol spelen, verschillen.

Risicofactoren om pleger te worden

Een aantal van de bovengenoemde factoren kan personen met een handicap tevens kwetsbaarder maken om plegergedrag te ontwikkelen. Naast factoren die met de handicap samenhangen, kan sprake zijn van specifieke situatie- en omgevingsgebonden factoren (Bruinsma 1996; Heestermans 1999).

Factoren die met de omgeving samenhangen, zijn:

- Het ontbreken van openheid en adequate (éénduidige en bij de cliënt aansluitende) seksuele voorlichting en vorming, waardoor normen en waarden over wat wel en niet kan onvoldoende worden geleerd en geïnternaliseerd.
- Niet adequaat handelen door de omgeving bij seksueel grensoverschrijdend gedrag, als gevolg van mythes over seksualiteit bij met name mannelijke cliënten (een man heeft zijn behoeften; hij weet niet beter; hij groeit hier wel overheen) of als gevolg van handelingsverlegenheid, waardoor het seksueel grensoverschrijdend gedrag eerder wordt bekrachtigd dan afgeleerd.
- Het achterwege laten van specifieke diagnostiek bij seksueel grensoverschrijdend gedrag, waardoor onvoldoende zicht is op de oorzaken van dit gedrag, het type pleger waarvan sprake is en welke begeleiding of behandeling nodig is.

Factoren die met de handicap en/of de persoon samenhangen, zijn:

- Een beperkte cognitieve, sociale en emotionele ontwikkeling (een minder gedifferentieerd gevoelsleven; gebrekkige vaardigheid in het leggen van contacten; minder in staat zijn waarden en normen te internaliseren).
- Zich minder kunnen inleven in een ander (gebrekkig sociaal inzicht; ontbreken van het besef dat anderen iets anders kunnen willen en voelen dan zichzelf, theory of mind).
- Een minder ontwikkelde gewetensfunctie (men weet misschien wel dat 'iets niet mag', maar heeft geen idee van het 'waarom').
- Een beperkte(re) impulscontrole (als gevolg van de handicap, het ontwikkelingsniveau, psychische stoornissen of organische problemen).
- Een negatief zelfbeeld waardoor men situaties zoekt waarin men zich veiliger voelt, bijvoorbeeld bij kinderen of 'zwakkere' verstandelijk gehandicapten en waarbij sprake kan zijn van machtsuitoefening.
- Slachtoffer zijn (geweest) van seksueel misbruik of seksueel grensoverschrijdend gedrag en dit gedrag als 'normaal' gaan leren zien.

Preventie begint op jonge leeftijd

Hoe kan het risico van seksueel misbruik worden verminderd? Onderzoek wijst uit dat met preventie op jonge leeftijd belangrijke effecten kunnen worden bereikt. Daarom is het belangrijk reeds vanaf de prille jeugd aandacht te schenken aan zaken als sociale vaardigheden, zelfbeeld, lichaamsbeleving, grenzen stellen en respecteren, seksuele voorlichting, relationele en seksuele vorming (Van Oosten & Höing 2004; Spanjaard 2000 en 1996; Lammers 1997 en 1995).

De sociale en emotionele ontwikkeling heeft bij kinderen met een handicap extra aandacht, omdat de kans dat deze ontwikkeling vertraagd verloopt of verstoord raakt, bij hen groter is. Dit maakt hen extra kwetsbaar om slachtoffer of pleger van seksueel misbruik te worden.

Preventie inbedden in beleid en de dagelijkse omgang en begeleiding

Als specifieke preventieprogramma's voor het voorkómen van grensoverschrijdend gedrag en seksueel misbruik geïsoleerd plaatsvinden, hebben deze weinig effect. Voorwaarde voor succesvolle preventieactiviteiten is, dat deze zijn ingebed in beleid en het alledaagse leven. Om deze inbedding te garanderen, is het noodzakelijk dat de organisatie een heldere visie heeft op (gewenste) omgangsvormen en seksualiteit, preventie en aanpak van seksueel misbruik, en dat deze visie wordt omgezet in beleid en praktijk. Een onderdeel daarvan is, dat er ter zake kundige –bij cliënten/leerlingen bekende– vertrouwenspersonen zijn, en dat de klacht- of meldprocedures toegankelijk is. Op cliëntniveau is de verankering van preventie in het persoonlijke plan van wezenlijk belang. Hiervoor is het nodig concrete begeleidingsdoelen, evaluatieafspraken en -momenten te formuleren rond zaken als zelfbeeld, seksuele voorlichting, relationele en seksuele vorming, weerbaarheid en dergelijke. Het aanzwengelen van deze onderwerpen bij de persoonlijk planbesprekingen maakt cliënten meteen duidelijk, dat het onderwerpen zijn die er toe doen en waarover ze mogen praten.

Om tot begeleidingsdoelen te komen, kan het nodig zijn specifieke aandachtspunten/vragen te formuleren, zoals:

- Hoe is het zelf- en lichaamsbeeld van de cliënt?
- Hoe is de sociaal-emotionele en seksuele ontwikkeling?
- Is de cliënt in staat verantwoordelijkheid te nemen voor zijn/haar gedrag en daden?
- Is de cliënt in staat de eigen privacy, (lichamelijke) integriteit en grenzen te bewaken en die van anderen te respecteren?
- Kan de cliënt 'ja' en 'nee'-gevoelens onderkennen en aangeven? Kan hij/zij onderscheid maken tussen prettige, vervelende of verwarrende opmerkingen en aanrakingen?
- Is de cliënt in staat om te gaan met gevoelens van macht en onmacht?
- Is de cliënt seksueel voorgelicht? Is er aandacht voor de relationele en seksuele vorming? Welke thema's moeten (nog) aan de orde komen of moeten worden herhaald?
- Toont de cliënt seksuele nieuwsgierigheid? Waaruit blijkt dit? Is er sprake van experimenteergedrag en heeft de cliënt hiervoor voldoende ruimte? Heeft de cliënt behoefte aan begeleiding of sturing op dit gebied?
- Is de cliënt in staat zijn/haar wensen en grenzen op seksueel gebied aan te geven en die van anderen te respecteren?
- Heeft de cliënt ervaringen met grensoverschrijding of (seksueel) misbruik?
- Weet de cliënt wat hij/zij kan doen wanneer iemand hem/haar tot iets dwingt en bij wie hij/zij terecht kan?

De alledaagse omgang met cliënten biedt de grootste mogelijkheid voor preventie. Tijdens lessen, samen eten, tv-kijken of persoonlijke gesprekken zijn er vele momenten om in te gaan op opmerkingen, meningen of gedragingen. Reacties van een cliënt op een voorval of een film kunnen een belangrijke bron van informatie zijn om zicht te krijgen op wensen en (begeleidings) behoeften. Het is daarbij belangrijk om niet alleen aandacht te besteden aan negatieve aspecten, maar vooral ook aan positieve, wederzijds gewenste vormen van seksueel- en ander contact en aan het aanleren van gedragsalternatieven. Hiermee wordt voorkomen dat intimiteit/seksualiteit een negatieve lading krijgt. Tegelijkertijd is het nodig om grenzen te stellen. Nog te vaak is in de omgang met mensen met een (verstandelijke) handicap sprake van een tolerantie voor gedrag dat van anderen als onwenselijk of onacceptabel wordt gezien (mensen te pas en te onpas om de nek vliegen; bloot de huiskamer inlopen; in het openbaar masturberen e.d). Hierdoor kunnen normen vervagen, waardoor cliënten onbewust grenzen van anderen gaan overschrijden, of grenzen bij zichzelf laten overschrijden. Specifieke preventieprogramma's vormen een aanvulling op deze 'brede preventie in de dagelijkse omgang'.

Wiens verantwoordelijkheid is preventie?

Aandacht voor preventie in de alledaagse omgang veronderstelt een actieve rol van zowel ouders/verzorgers als professionele leerkrachten en begeleiders. In de praktijk blijkt dit nog moeilijk te zijn. Belgisch onderzoek wijst uit, dat zaken als seksuele voorlichting en relationele vorming door ouders en professionals veelal naar elkaar worden afgeschoven. Het is aannemelijk, dat de situatie in Nederland hetzelfde is.

Belemmerende factoren bij ouders/verzorgers zijn onder meer: schroom en gêne ten aanzien van het onderwerp; zich niet bekwaam genoeg voelen; angst om slapende honden wakker te maken; onbekendheid met materiaal dat zij kunnen gebruiken en het ontbreken van ondersteuning rond de thematiek. Daar komt bij, dat veel kinderen in de puberteit en adolescentiefase vooral met hun ouders niet over seksualiteit willen praten.

Daarnaast is bij veel begeleiders sprake van handelingsverlegenheid en zich niet bekwaam voelen. De jonge leeftijd van veel begeleiders speelt hierbij ook een rol. Tevens zijn begeleiders vaak bang voor wat seksuele voorlichting teweeg kan brengen, zoals het oproepen van seksuele lustgevoelens en riskant experimenteel gedrag. Verder vormt de (veronderstelde) weigerachtigheid van ouders voor bepaalde professionals een alibi om seksuele voorlichting en relationele en seksuele vorming achterwege te laten. Terwijl dit voor andere professionals juist een reden is, om dit zelf vorm te gaan geven (Anthoni, A., et.al., 2002).

Men kan begrip hebben voor de belemmeringen die ouders en professionals ervaren, maar het is toch noodzakelijk, dat zij deze overwinnen en hun verantwoordelijkheid nemen voor een gezonde seksuele ontwikkeling en de preventie van seksueel misbruik. Seksuele voorlichting, relationele en seksuele opvoeding, het doorgeven van waarden en normen rond seksualiteit, zijn een belangrijke taak van ouders/verzorgers en professionele begeleiders/leerkrachten. Hierbij kunnen professionals –voor zover nodig– taken van ouders overnemen. Er zijn bijvoorbeeld kinderen die de seksuele voorlichting door de ouders niet accepteren, waardoor (aanvullende) seksuele voorlichting en vorming door professionals nodig is. Tevens kunnen specifieke vormings- en preventieprogramma's niet binnen de gezinscontext vormgegeven worden, maar wel binnen het onderwijs en de ondersteuning die zorginstellingen bieden. Deze programma's maken ook onderdeel uit van de taken van professionals.

Aandacht voor diversiteit

Er is in de gehandicaptensector lange tijd weinig aandacht geweest voor de verschillen tussen mensen met een handicap. De handicap stond en staat soms nog centraal in de benadering van mensen met een handicap. Hierdoor verdwijnen andere kenmerken zoals leeftijd, sekse, seksuele voorkeur, etniciteit/culturele achtergrond en leefstijl teveel naar de achtergrond.

Een gevolg hiervan is, dat er veel aandacht voor –en kennis over– handicaps en de daaruit voortvloeiende behoeften aan ondersteuning is. Een ander gevolg is, dat er minder kennis is over de onderlinge verschillen tussen mensen met een handicap en over de grote variatie aan behoeften. En die laatste kennis is nodig om (preventie)programma's goed te laten aansluiten bij de doelgroep, en deze daarmee effectiever te maken.

Het is bekend dat maatschappij, cultuur, levensbeschouwing/religie, maatschappelijke positie, sekse en seksuele voorkeur e.d., veel invloed hebben op de manier waarop iemand leeft, denkt en voelt; op iemands normen en waarden; op behoeften en verwachtingen rond zaken als opvoeding; vrouw of man zijn; gehandicapt zijn; omgaan met levensvragen of de hulp die gewenst is. En daarmee ook over zaken als seksuele voorlichting; zelfbeschikking; de manier waarop grensoverschrijdend gedrag wordt beleefd; opkomen voor jezelf; 'nee' zeggen; grenzen stellen of kritiek geven (Rachobier & Van Dillen, 1998). Met deze verschillen dient rekening gehouden te worden. Wil men bijvoorbeeld pubers met een verstandelijke handicap

bereiken met een preventieprogramma, dan dient een dergelijk programma niet te 'kinderachtig' en 'te ouwelijk' te zijn. Bij allochtone pubers kan het nodig zijn om specifiek aandacht te schenken aan zaken als eer en eerwraak. Om meisjes goed te bereiken, dient men de boodschap anders in te kleden dan bij jongens. Bij dit laatste voorbeeld moet een kanttekening worden geplaatst: het is belangrijk om rekening te houden met sekse, maar dit dient niet op een stereotiepe manier te gebeuren waarbij meisjes alleen worden gezien als potentiële slachtoffers van seksueel misbruik en jongens alleen als potentiële pleger. Wél sekse-specifiek, maar niet sekse-stereotiep!

Zoals reeds eerder vermeld, worden met name kinderen en jongeren met een handicap vaak onterecht bejegend als sekseloze jonge mensen. Het zijn echter jongens en meisjes, die een verschillende socialisatie ondergaan en op een aantal punten van elkaar verschillen. Ze hebben zowel mentaal als fysiek een verschillende ontwikkeling. Voor preventieprogramma's op het gebied van seksualiteit en grensoverschrijding betekent dit, dat deze voor meisjes en jongens het best gescheiden kunnen worden uitgevoerd, of dat op zijn minst in het programma aandacht besteed wordt aan sekseverschillen. Het eerste verdient ons inziens de voorkeur (Verbaan, et.al., 2001; Helvoort & Clarijns, 1999). Uiteraard dient binnen de seksspecifieke benadering tevens oog te zijn voor andere verschillen (handicap, leeftijd, ontwikkelingsniveau en genoemde andere diversiteitsfactoren).

Tot slot van dit hoofdstuk dient opgemerkt te worden, dat niet iedereen bereikt kan worden met preventieactiviteiten. Alleen personen die een zekere mate van 'ik-ontwikkeling' hebben doorgemaakt, zijn in staat om 'dat wil ik niet' aan te geven (Belie et.al., 2000). Bij personen waar dit niet het geval is, zal externe controle nodig zijn om seksueel misbruik te voorkomen. Dit geldt zowel voor potentiële slachtoffers als potentiële plegers.

1.2 Doelen en voorwaarden voor effectiviteit van preventieprogramma's

In dit hoofdstuk gaan we eerst in op de doelen van preventieprogramma's. Vervolgens op de uit onderzoek gebleken (voorwaarden voor) effectiviteit van deze programma's.³ Daarna worden deze voorwaarden voor effectiviteit aangevuld met ervaringen van professionals in de gehandicaptenzorg die met preventieprogramma's werken en met in de literatuur genoemde voorwaarden.

Doelen preventie

Bij preventie dient onderscheid gemaakt te worden in primaire en secundaire preventie, met als doelen:

- Primaire preventie: het voorkomen van grensoverschrijdend gedrag/seksueel misbruik bij potentiële slachtoffers en potentiële plegers.
- Secundaire preventie:
 - stoppen van het misbruik;
 - voorkomen van herhaling van slachtofferschap;
 - voorkomen van recidive bij plegers.

Doelen preventieprogramma's

De meeste preventieprogramma's werken aan primaire en/of secundaire preventie middels het vergroten van de (mentale en fysieke) weerbaarheid om grensoverschrijdend gedrag, machtsmisbruik en seksueel misbruik te voorkomen, dan wel het risico hierop te vermindere-
ren.

In diverse preventieprogramma's of trainingen wordt bovenstaande vertaald in meer concrete doelen. Veel genoemde doelen zijn:

- Vergroten van gevoel van eigenwaarde, zelfbewustzijn, zelfvertrouwen, zelfacceptatie.
- Vergroten van de kennis over en het inzicht in mechanismen van macht en machtsmisbruik, opvattingen over mannelijkheid en vrouwelijkheid, seksualiteit en geweld.
- Verantwoordelijkheid leren nemen voor het eigen leven.
- Eigen gevoelens, wensen, verlangens en grenzen kunnen herkennen en aangeven/verwoorden.
- Leren inschatten van situaties (veilig/onveilig), kunnen herkennen van prettige en onprettige (ja/nee)-gevoelens en prettige en onprettige (seksuele) aanrakingen.
- Negatieve groepsdruk kunnen weerstaan.
- Contact kunnen maken met een ander (bekende/onbekende), zich in kunnen leven in een ander, wensen en grenzen van anderen kunnen respecteren.
- Zich verbaal, non-verbaal en eventueel fysiek kunnen verweren in risicovolle situaties.
- Weten wanneer en hoe hulp te vragen.

Afhankelijk van de doelgroep worden naast bovenstaande doelen vaak specifieke doelen gesteld. Doelen in trainingen voor jongens/mannen kunnen bijvoorbeeld zijn: uitgaan van de eigen kracht zonder die te misbruiken; impulsen kunnen controleren; boosheid/agressie en fysieke kracht kunnen reguleren; om kunnen gaan met groepsdruk.

³ Bronnen: Versluis & Verlaan, 2003; Empelen, 2004; Van Oosten & Höing, 2004.

En in een weerbaarheidstraining voor meisjes/vrouwen met een (lichamelijke) handicap kunnen de doelen zijn: leren kennen en benoemen van de eigen mogelijkheden en beperkingen; inzicht in de eigen positie als vrouw met een handicap; fysieke kracht en uitstraling leren kennen; om kunnen gaan met afhankelijkheid en machtsongelijkheid; inzicht in mechanismen die discriminatie mogelijk maken.

Het verschil tussen sociale vaardigheden en weerbaarheid

In de praktijk wordt vaak ten onrechte ervan uitgegaan, dat men bezig is met het vergroten van de weerbaarheid als men een programma sociale vaardigheden uitvoert. Programma's sociale vaardigheden beogen echter iets anders en zullen daarom een ander effect hebben dan specifieke weerbaarheidstrainingen en programma's.

Het kenmerkende van weerbaarheidstrainingen is de combinatie van verbale, mentale én fysieke oefeningen. De fysieke oefeningen in weerbaarheidstrainingen zijn onder meer bedoeld om de eigen kracht te ervaren, verlamming van machteloosheid te bestrijden, ja-, nee- of woedegevoelens te kunnen laten zien en kwetsbare plekken van een tegenstander te herkennen. Er is veel aandacht voor ademhaling, stemgebruik, houding en lichaamstaal. In een weerbaarheidstraining wordt gewerkt aan voorwaarden om weerbaar te kunnen reageren: een positief zelfbeeld en gevoel van eigenwaarde ontwikkelen; het voelen van de eigen grenzen en de wil/durf om hiervoor op te komen. In een weerbaarheidstraining oefenen de deelnemers om op te komen voor eigen wensen en zich te verdedigen tegen diverse vormen van grensoverschrijdend gedrag. De deelnemers leren situaties in te schatten en strategieën te kiezen om hiermee om te gaan (ontwijken/vluchten, deëscaleren, confrontatie aangaan). Tevens wordt geleerd hoe men hulp en steun kan vragen (Steenbergen, 2004).

In trainingen sociale vaardigheden is de combinatie van verbale, mentale én fysieke oefeningen meestal niet, of in veel mindere mate, aanwezig. Trainingen sociale vaardigheden zijn vooral gericht op het ontwikkelen van vaardigheden die in het algemene maatschappelijke verkeer van belang zijn, en zijn in mindere mate gericht op bijvoorbeeld het herkennen van onveilige situaties.

Gesteld zou kunnen worden dat trainingen in sociale vaardigheden een belangrijke basis vormen om verder aan weerbaarheid te kunnen werken.

Effectiviteit van preventieprogramma's seksueel misbruik

Wat is nu het effect van preventieprogramma's?

Hier is weinig onderzoek naar gedaan. Het is vrijwel onbekend of preventieprogramma's daadwerkelijk voorkómen, dat de deelnemers aan die programma's slachtoffer worden van seksueel misbruik. Wel is, met name in de Verenigde Staten, onderzoek verricht naar de (lange termijn) effecten van preventieprogramma's voor kinderen waarin weerbaarheid centraal staat. Hieruit blijkt dat deze programma's over het algemeen op twee aspecten effectief zijn:

1. Een toename van kennis over wat seksueel misbruik is; ja- en nee-gevoelens kunnen onderscheiden en benoemen; strategieën en vaardigheden hebben om te weigeren.
2. Een toename van de mate waarin deelnemers (kinderen) onthullingen doen over seksueel misbruik.

Verder blijkt uit Amerikaans onderzoek, dat het hebben van een voorgeschiedenis van seksueel geweld, hetzij als slachtoffer hetzij als pleger, de kans op hernieuwd slachtoffer- of plegerschap vergroot. Preventieprogramma's slagen er niet in, dit mechanisme te doorbreken. Verondersteld kan worden dat hier specifiekere en intensievere (therapeutische) interventies voor nodig zijn.

Uit onderzoek gebleken voorwaarden voor effectiviteit

Onderzoek (met name in de Verenigde Staten en in mindere mate ook in Nederland) wijst uit dat de volgende zaken van belang zijn om preventieprogramma's in enige mate effectief te laten zijn:

- **Duur van het programma.**
Een programma dient uit minstens vier sessies te bestaan, opdat vaardigheden en kennis beter beklijven. De ideale lengte van een programma lijkt tussen de acht en twaalf sessies te liggen.
- **Lengte van de bijeenkomsten.**
Lange bijeenkomsten garanderen geen grotere effectiviteit. Meerdere korte bijeenkomsten kunnen zelfs meer effect sorteren (twee sessies van drie uur zijn minder effectief dan zes sessies van een uur).
- **Herhaling van het programma.**
Met name bij jonge kinderen en lage SES-groepen –bij wie het inprentingvermogen minder goed is–, is het belangrijk dat (onderdelen van) het programma worden herhaald (gezien het lagere ontwikkelingsniveau van veel jongens en meisjes met een handicap zal voor hen hetzelfde gelden).
- **Gebruik van diverse verbale, mentale en fysieke methodieken/technieken/werkvormen:**
 - video en/of theater waarin voorbeelden worden getoond (modelling);
 - informatieoverdracht;
 - discussie;
 - spel;
 - oefenen met gedrag;
 - actieve fysieke participatie/oefenen van fysieke vaardigheden (houding, stemgebruik, zelfverdediging).
- **Betrokkenheid van, of een parallel programma voor, belangrijke anderen.**
Goed is om –parallel aan het programma voor kinderen– een programma voor ouders/verzorgers, begeleiders/leerkrachten te hebben, met als onderdelen:
 - informatie over weerbaarheid en het preventieprogramma alsook over het mogelijke effect ervan op de deelnemers;
 - inzicht krijgen in de effecten van het eigen handelen;
 - informatie over belangrijke onderwerpen op het terrein van seksueel misbruik en grensoverschrijdend gedrag;
 - informatie over waar men terecht kan voor meldingen, hulp en verdere informatie;
 - inzicht krijgen in de rol van ouders en leerkrachten m.b.t. (het melden van) seksueel misbruik.
- **Inzet van een (inhoudelijk en didactisch) deskundige trainer.**

Aanvullende voorwaarden voor effectiviteit vanuit praktijk en literatuur

Professionals werkzaam in de gehandicaptenzorg⁴, geven aan dat niet te optimistisch moet worden gedacht over het effect van weerbaarheidprogramma's. Zulke programma's zijn zeker nodig vinden zij, maar ze dienen, zoals hiervoor gezegd, een aanvulling te zijn op en ingebed te zijn in de dagelijkse omgang en begeleiding. Met name in de dagelijkse omgang en begeleiding is het belangrijk om aandacht te besteden aan wensen en grenzen, keuzemogelijkheden, sociale contacten en relaties, seksualiteit, sociale vaardigheden en weerbaarheid.

Voor scholen zou het goed zijn, dat in het gehele schoolcurriculum aandacht besteed wordt aan preventie en weerbaarheid.

Als specifieke preventieactiviteiten niet goed aansluiten bij het dagelijkse leven, hebben zij minder effect. Dit omdat cliënten de overdracht naar de dagelijkse praktijk dan nauwelijks

⁴ Meelezers van het overzicht en deelnemers aan de netwerkbijeenkomst: *Implementatie beleid seksualiteit, preventie en seksueel misbruik in de gehandicaptenzorg*, TransAct Utrecht, 17 juni 2004.

kunnen maken. Iemand die tijdens een programma leert, dat zijn/haar wensen, grenzen, keuzes en gevoelens belangrijk zijn, maar in het dagelijkse leven niet mag kiezen welke kleur kousen hij/zij aanmoet, of wiens (opstandige) gevoelens worden afgestraft, raakt alleen meer in verwarring.

Aanvullend op de in de literatuur genoemde voorwaarden voor effectiviteit, worden door professionals de volgende (rand)voorwaarden genoemd, die in de praktijk belangrijk blijken voor de effectiviteit van preventieactiviteiten.

- Geen standaardprogramma's gebruiken, maar op de specifieke deelnemer(s) toegesneden programma's, gebaseerd op de ondersteuningsvraag.
- Het programma mag niet alleen op het negatieve (seksueel misbruik, grensoverschrijdend gedrag) gericht zijn, maar dient tevens aandacht te schenken aan het positieve (wederzijds gewenste contacten, intimiteit en seksualiteit).
- Deelnemers dienen reeds seksuele voorlichting en vorming te hebben gehad, of dit moet een onderdeel zijn van het programma.
- Er moet duidelijkheid zijn over de door de trainer te nemen route als tijdens de training misbruik naar voren komt (de route dient tevens voor de deelnemers duidelijk te zijn).
- Ouders, begeleiders en leerkrachten moeten weten hoe te handelen wanneer hun kind/cliënt/leerling naar aanleiding van het programma een spontane onthulling doet over misbruik (niet het slachtoffer uithoren, geen geheimhouding beloven, vertrouwenspersoon inschakelen, melden volgens protocol et cetera).
- Er dient achtervang te zijn tijdens en na de training, zodat eventuele heftige gevoelens of spontane onthullingen opgevangen kunnen worden (training geven met twee personen, de vertrouwenspersoon stand-by laten zijn).

Inbedding programma

- Belangrijke derden dienen betrokken te worden in het programma, middels informatieverstrekking en bewustmaking van ouders, begeleiders en/of leerkrachten. Zij moeten er op voorbereid zijn, dat hun kind/cliënt/leerling zich mondiger op gaat stellen. Verder is aandacht nodig voor de nog steeds aanwezige misvatting, dat mensen met een handicap geen seksuele wezens zouden zijn.
- Er dient aandacht te zijn voor de transfer naar het dagelijkse leven, middels ondersteuning van leerlingen/cliënten bij eventuele huiswerkopdrachten door ouders, begeleiders of leerkrachten.
- Deelnemers met een beperkte cognitieve en sociaal-emotionele ontwikkeling dienen gestimuleerd te worden om gemotiveerd aan het programma deel te blijven nemen.

Gebruik van hulpmiddelen

- Een mogelijkheid is om tijdens de training een persoonlijk boek te maken met de cliënt, zodat het getrainde beter beklijft.
- Het inzetten van rolmodellen kan goed werken, bijvoorbeeld middels videobeelden of het inschakelen van een terzake kundige docent/trainer die zelf een handicap heeft.
- Zoek naar voorbeelden die goed aansluiten op de belevingswereld van de doelgroep.

Beleid binnen de organisatie

- De organisatie dient een heldere beleidsvisie geformuleerd te hebben en uit te voeren rond omgangsvormen en veiligheid, seksualiteit en de preventie en aanpak van grensoverschrijdend gedrag/seksueel misbruik.
- Er dient een protocol te zijn voor het melden van (vermoedens van) grensoverschrijdend gedrag.

Daarnaast pleiten Van Oosten en Hoïng (2004) er voor, dat preventieprogramma's (meer) aandacht schenken aan de verschillende machtsrelaties waarin seksueel misbruik zich kan voordoen (ouder-kind; hulpverlener-cliënt; partner-partner; date raping; loverboys, etc).

1.3 Inventarisatie: verantwoording, bevindingen en conclusies

In dit hoofdstuk geven we allereerst een verantwoording van de manier waarop de inventarisatie heeft plaatsgevonden en de hierbij gehanteerde definities. Vervolgens worden de belangrijkste bevindingen van de inventarisatie beschreven. Van de geïnventariseerde preventie- en weerbaarheidprogramma's die bruikbaar zijn voor mensen met een handicap, worden de doelen, doelgroepen, voorwaarden voor effectiviteit en overdraagbaarheid beschreven. Vervolgens worden conclusies en aanbevelingen geformuleerd. Het hoofdstuk sluit af met een schematisch overzicht van de beschreven programma's en de geraadpleegde literatuur.

Verantwoording

Voor deze inventarisatie is gebruik gemaakt van de bij TransAct aanwezige kennis en informatie (onder andere verworven door eerdere onderzoeken⁵), van kennis bij mensen die deel uitmaken van het netwerk 'Implementatie beleid seksualiteit, preventie en seksueel misbruik in de gehandicaptenzorg' en van informatie via relevante websites. Voor aanvulling van deze informatie zijn daarnaast deskundigen in het veld gemaïld en gebeld. Velen van hen hebben welwillend hun kennis beschikbaar gesteld.

De kern van de inventarisatie vormen preventie- en weerbaarheidprogramma's die bruikbaar zijn voor mensen met een handicap. Daarvan zijn doelen, doelgroepen, voorwaarden voor effectiviteit en overdraagbaarheid beschreven. Voorafgaand aan de programmabeschrijvingen is een schema ingevoegd waarmee in een oogopslag zichtbaar wordt in hoeverre de preventieprogramma's aan de voorwaarden voor effectiviteit voldoen. In de beschrijvingen zelf zijn, waar bekend, ervaringen uit de praktijk vermeld. Naast programma's voor mensen met een handicap zijn tevens een aantal uitgebreide en goede preventieactiviteiten, vertaald in een verscheidenheid aan materialen, zoals het 'Koffertje Weerbaarheid' van de Stichting Philadelphia Zorg. Deze zijn beschreven onder de noemer 'Materialen', omdat zij –anders dan de preventieprogramma's– geen duidelijk omschreven opbouw en sessies kennen en doelstellingen niet altijd expliciet zijn geformuleerd.

Tevens is er een overzicht gemaakt van materialen die gebruikt kunnen worden in preventieprogramma's. Daarnaast is een aantal websites opgenomen die verwijzen naar Engelstalige preventieprogramma's en materialen voor mensen met een handicap. Waar mogelijk staan bij de programma's en materialen prijzen vermeld. Aan de gepubliceerde prijzen en/of beschikbaarheid kunnen geen rechten worden ontleend.

Omdat seksuele voorlichting en sociale vaardigheden een basis vormen voor preventieprogramma's en onontbeerlijk zijn voor de effectiviteit ervan, zijn deze middels een korte omschrijving in het overzicht opgenomen. Folders en brochures zijn niet in het overzicht opgenomen.

Het overzicht pretendeert niet volledig te zijn. Mogelijk zijn interessante en geschikte programma's en materialen over het hoofd gezien. Tevens worden steeds weer nieuwe zaken ontwikkeld, waardoor aanvullingen nodig blijven. Mocht u op de hoogte zijn van programma's en materialen die niet in dit overzicht zijn opgenomen, vernemen we dit graag van u.

⁵ Kok (et.al.), *Geen kopietjes meer*, TransAct 2003; Lammers (et.al.) *Van calamiteit naar preventiebeleid*, TransAct 2003.

Bevindingen

Preventie- en weerbaarheidprogramma's

Een schematisch overzicht van de hieronder beschreven programma's vindt u aan het einde van dit hoofdstuk.

Aantal en doelgroepen

Er zijn in totaal drie preventie- en weerbaarheidprogramma's die specifiek bedoeld zijn voor mensen met een handicap: 'Voel je oké'; 'Weerbaarheid van vrouwen en meiden met een handicap'; 'Als een meisje nee zegt'.

Van deze programma's is het programma 'Voel je oké', bestemd voor jongens en meisjes met een lichamelijke handicap, een bewerking van het tweede oudere programma 'Weerbaarheid van vrouwen en meiden met een handicap', welke is gericht op meiden en vrouwen met een lichamelijke handicap. Het derde programma 'Als een meisje nee zegt', is gericht op moeilijk lerende jongeren en heeft voor zowel jongens als meisjes een programma.⁶

Daarnaast zijn er vier 'algemene' programma's, die tevens in de praktijk (in aangepaste vorm) gebruikt worden binnen de gehandicaptensector en/of het speciaal onderwijs. Dat zijn: 'Ho, tot hier en niet verder', oorspronkelijk ontwikkeld voor kinderen met gedragsproblemen, maar door het non-verbale karakter voor vele doelgroepen geschikt; 'Rots en Water', gericht op jongens, maar in de praktijk ook bruikbaar gebleken voor meisjes; 'Marietje Kessels' of hierop gebaseerde projecten, die gericht zijn op jongens en meisjes in het basisonderwijs; de 'Kanjertraining', een vrij nieuw programma dat voor kinderen uit het speciaal onderwijs ondersteunend blijkt te werken.

Doelen van de programma's

Een aantal programma's zijn van oorsprong gericht op de preventie van seksueel misbruik. Door maatschappelijke ontwikkelingen en inzichten zijn ze in de praktijk uitgebreid met doelen als (preventie van) agressie, geweld, pesten en dergelijke. Dit geldt voor bijvoorbeeld 'Marietje Kessels' en 'Weerbaarheid van vrouwen en meiden met een handicap'.

Voorwaarden voor effectiviteit

Wat betreft het voldoen aan de voorwaarden voor effectiviteit, kan het volgende worden geconstateerd.

- Aantal sessies en duur bijeenkomsten.
Alle zeven programma's voldoen aan de eis van het aantal sessies (minimaal acht) en de duur van de bijeenkomst (één tot twee uur).
- Gebruik van diverse werkvormen.
Vijf van de zeven programma's maken gebruik van een combinatie van verbale, mentale en fysieke oefeningen/methoden. Bij 'Als een meisje nee zegt' en de 'Kanjertraining' worden geen fysieke oefeningen gebruikt.
- Herhaling van het programma.
De 'Kanjertraining' kan twee- tot driemaal tijdens de schoolloopbaan worden aangeboden. Bij geen van de overige programma's is herhaling in het programma ingebouwd. In de praktijk wordt bij sommige 'Marietje Kessels'-projecten in het speciaal onderwijs per keer het uitgevoerde onderdeel herhaald. 'Rots en Water' biedt een vervolg op het basisprogramma.
- Betrekken van belangrijke derden.
In vier van de zeven programma's is het betrekken van belangrijke derden in het programma ingebouwd. Bij de 'Kanjertraining' spelen de ouders een essentiële rol. Daarnaast betreft het programma 'Ho, tot hier en niet verder' ouders/verzorgers er expliciet bij.

⁶ Er is een programma gevonden, gericht op de preventie van seksueel misbruik voor licht verstandelijk gehandicapte plegers (Spanjaard & Grijpma, 1998). Omdat dit programma echter niet is gericht op primaire preventie, is het niet in dit overzicht opgenomen.

Men kent een speciaal programma en werkboek voor hen. Bij 'Marietje Kessels' worden ouders betrokken via ouderavonden en leerkrachten via een informatiebijeenkomst. 'Als een meisje nee zegt' voorziet in een informatieavond voor ouders.

Ondanks het feit dat het betrekken van belangrijke derden bij de overige programma's niet in het programma is ingebouwd, blijkt dit in de praktijk wel vaak te gebeuren.

- Inzet deskundige trainer.

Of de uitvoering van de programma's daadwerkelijk plaatsvindt onder begeleiding van een deskundige, speciaal opgeleide trainer, kan op grond van de inventarisatie niet goed worden beoordeeld. Bij de 'Kanjertraining' is de driedaagse training een voorwaarde voor de aanschaf van Het Grote Kanjerboek. Bij vier van de zes andere programma's is sprake van trainingsprogramma's om trainers op te leiden, te weten 'Marietje Kessels', 'Rots en Water', 'Ho, tot hier en niet verder' en 'Voel je oké'. Bij de aanschaf van deze programma's is de training niet verplicht.

Voor het programma 'Weerbaarheid van vrouwen en meiden met een handicap' is door een organisatie (Werkenrode) zelf een interne train-de-trainer programma ontwikkeld, dat verplicht is voor medewerkers die deze weerbaarheidstrainingen geven.

Programma's seksuele voorlichting en vorming

Er zijn géén specifieke voorlichtings- en vormingsprogramma's voor kinderen, jongeren of volwassenen met een handicap.

Er is wel een 'algemeen' programma voor kinderen in het basisonderwijs, te weten 'Relaties en seksualiteit'. Dit programma biedt een doorlopende leerlijn voor de onder-, midden- en bovenbouw en heeft bovendien specifieke aandacht voor intercultureel onderwijs. Hoewel dit programma niet specifiek is gericht op kinderen of jongeren met een handicap, biedt het zeer waarschijnlijk wel een goed houvast bij het zelf samenstellen of aanpassen van een programma voor jongens en meisjes met een lichamelijke, verstandelijke, visuele, auditieve of communicatieve handicap.

Programma's sociale vaardigheden

Er zijn vijf programma's sociale vaardigheden gevonden die gericht zijn op mensen met een handicap: 'Ben je GROOT of ben je klein?'; 'PAD-leerplan'; 'Sociaal competentiemodel'; 'Goldsteinmethode'; 'Libermanmodule, omgaan met (seksuele) relaties en intimiteit'. Daarnaast zijn er vier algemene programma's sociale vaardigheden, die –in aangepaste vorm– geschikt zouden kunnen zijn voor jongens en meisjes met een handicap: 'Leefstijl voor jongeren'; 'Het Blauwe boek'; 'Klets!: opkomen voor jezelf'; 'Ik, jij en wij'.

Materialen

Er zijn redelijk veel materialen voor seksuele voorlichting en vorming, specifiek ontwikkeld voor met name mensen met een verstandelijke of lichamelijke handicap. Hieronder vallen een aantal uitgebreide preventie- en voorlichtingsmethoden, zoals het 'Koffertje Weerbaarheid' en 'Deurtje open, deurtje dicht', beide van de Stichting Philadelphia Zorg, alsmede voorlichtingspakketten als 'Geen kind meer', 'Lief en Lijf', 'Jij en ik' en 'Seks@Relaties.com' (België).

Daarnaast bestaan er spellen, video's en dvd's –al dan niet met handleiding–, en boeken. Voorbeelden hiervan zijn de video's 'EigenWijs' (programma over weerbaarheid), 'Aan harts-tocht geen gebrek' en het kijk-en-voelboek 'Van wie ben jij, ik ben die ik ben'.

Tevens is er veel leuk en veelzijdig 'algemeen' materiaal, dat bruikbaar is of aangepast kan worden voor diverse doelgroepen binnen de gehandicaptensector. Enkele mooie voorbeelden zijn 'Krachtige kinderen', een lespakket seksuele weerbaarheid, en het theaterproject 'Bijvoorbeeld de liefde'.

De praktijk en de overdraagbaarheid van producten

Uit gesprekken met professionals wordt duidelijk, dat binnen de gehandicaptensector veel door henzelf wordt ontwikkeld, dan wel bestaande programma's en materialen op maat worden gemaakt voor de specifieke doelgroep waar het op dat moment om gaat. Veelvuldig wordt door professionals opgemerkt, dat je nooit een standaard training/programma kunt geven. Elke individuele cliënt of cliëntengroep vraagt om iets specifiek, oftewel om aanpassing van programma's. Hiervoor vindt veel 'knip- en plakwerk' plaats, met de opmerking vanuit het veld, dat men hierdoor helaas nooit echt mooi materiaal krijgt, terwijl dat voor het zelfbeeld en het gevoel van eigenwaarde van cliënten positief zou zijn. Er worden tevens levensboeken rond seksualiteit gemaakt dan wel werkboeken voor cliënten in het kader van voorlichtings- of preventieactiviteiten, zodat de training beter beklijft. Om goed en reëel voorbeeldmateriaal te vinden, zoeken de professionals ook in sekscatalogi op internet of in seksshops.

De indruk bestaat, dat er veel mooie producten zijn en worden gemaakt in organisaties binnen en buiten de gehandicaptensector. Deze producten zijn echter vaak niet bekend buiten de instelling en niet of nauwelijks beschikbaar of toegankelijk voor derden.

Bij de inventarisatie bleek verder, dat (algemene) programma's, zelfs programma's die als goed zijn beoordeeld, zomaar kunnen verdwijnen. Dit betreft vaak programma's die in een specifieke organisatie ontwikkeld en beschreven zijn door één of meerdere individuen en die in de vergetelheid raken als de betreffende personen een andere functie krijgen dan wel de instelling verlaten. Er blijkt op dat moment, dat niemand meer de beschrijvingen kan vinden en/of de knowhow heeft. Dit geldt bijvoorbeeld ook voor de train-de-trainer opleiding, behorend bij het preventieprogramma 'Weerbaarheid van vrouwen en meiden met een handicap'. Deze opleiding werd aangeboden door het toenmalige instituut De Hunneschans. Na wijziging van de functie en taken van dit vormingsinstituut, viel het train-de-trainer programma weg. De knowhow is weliswaar nog steeds aanwezig bij de (freelance) trainers, maar is niet algemeen beschikbaar voor derden. Voor Werkenrode was dit een reden om een interne train-de-trainer opleiding te ontwikkelen.

Een goed voorbeeld van het intern ontwikkelen en beschikbaar stellen aan het veld van een programma, is het boek van de Stichting Aveleijn 'Van wie ben jij, naar ik ben ik'. Dit is een schoolvoorbeeld van eigen initiatief en creativiteit, waarvan het resultaat ook voor derden beschikbaar is.

Conclusies en aanbevelingen

Preventieprogramma's voor specifieke groepen binnen de doelgroep 'mensen met een handicap'

Conclusies

Er zijn alleen specifieke preventieprogramma's voor meisjes en jongens met een lichamelijke handicap en voor moeilijk lerende jongens en meisjes. Voor jongens en meisjes of mannen en vrouwen met een ernstigere verstandelijke-, visuele-, auditieve of communicatieve handicap en voor mensen met hersenletsel of autisme, zijn geen specifieke programma's beschikbaar. Tevens zijn niet voor iedere specifieke groep pasklare materialen voorhanden, terwijl het evident is, dat voor elke specifieke groep een eigen specifieke benadering en aanpak nodig is.

Deze vaststelling betekent niet, dat voor de genoemde specifieke groepen helemaal geen preventieactiviteiten plaatsvinden. Werkers in de praktijk geven aan, dat voor elke doelgroep telkens weer programma's en materialen op maat worden gemaakt, door aanpassing van bestaande programma's en materialen of het zelf maken ervan. Deze motivatie en creativiteit is zeer toe te juichen, maar betekent wel dat bepaalde groepen mensen met een handicap

(weer) geconfronteerd worden met hun 'niet normaal zijn'. Voor hen is geen goed en mooi materiaal voorhanden. Zij dienen tevreden te zijn met knutsel-, plak- en knipwerk, daar waar voor mensen zonder handicap prachtige materialen voorhanden zijn.

Nu zal dit, gezien de grote variatie aan specifieke groepen, nooit geheel te voorkomen zijn. Het is echter wel een belangrijk punt van aandacht, omdat het kunnen werken met mooie materialen bijdraagt aan een positiever zelfbeeld, het besef dat je ertoe doet.

Aanbevelingen

Omdat de praktijk uitwijst, dat programma's eigenlijk altijd dienen te worden aangepast aan de specifieke doelgroep van dat moment, is het niet reëel om aan te bevelen dat voor elke specifieke groep binnen de gehandicaptensector aparte, nieuwe programma's moeten komen. Ons inziens is een betere aanbeveling, dat één of meerdere handreikingen ontwikkeld worden over hoe je een programma opzet of hoe je bestaande programma's toegankelijk(er) maakt voor een specifieke doelgroep.

Wat betreft materiaal is het wenselijk, dat meer kant-en-klaar, aantrekkelijk en up-to-date materiaal beschikbaar komt, welke geschikt is voor gebruik in diverse specifieke doelgroepen en dat ingezet kan worden in (bestaande of zelf opgestelde) preventieprogramma's.

Voorwaarden voor effectiviteit van preventieprogramma's

Conclusies

De drie genoemde preventieprogramma's voor meisjes en/of jongens met een handicap voldoen aan veel voorwaarden voor effectiviteit: aantal sessies; lengte van het programma; en gebruik van een combinatie van verschillende werkvormen. Hetzelfde geldt voor de drie algemene programma's.

Een aandachtspunt voor de programma's gericht op mensen met een handicap, is dat ouders niet of te weinig worden betrokken.

Herhaling van het programma is alleen bij de 'Kanjertraining' een vast onderdeel, terwijl dit juist zo belangrijk is voor de overdracht naar het dagelijkse leven. Met name bij jonge kinderen of personen met een verminderde cognitieve en sociaal-emotionele ontwikkeling.

De inzet van een deskundige trainer is alleen bij de 'Kanjertraining' gegarandeerd. Bij de overige programma's is dit niet het geval, omdat de programma's ook los –zonder een trainersopleiding– verkrijgbaar zijn (uitgezonderd de verplichte, zelf ontwikkelde interne train-de-trainer opleiding binnen Werkenrode). Praktijk en onderzoek (Anthoni, A., 2002) wijzen uit, dat meer nodig is voor het goed uitvoeren van een preventieprogramma dan het kunnen beschikken over een goed (aangepast) programma. Een kwalitatief goede uitvoering veronderstelt een ervaren trainer, die beschikt over inhoudelijke deskundigheid, communicatieve en didactische vaardigheden en kennis over de methodische inzet van programma's en materialen.

Aanbevelingen

Het is nodig dat nieuwe train-de-trainer opleidingen bij preventieprogramma's en materialen ontwikkeld worden of dat de beschikbaarheid van bestaande (interne) trainersopleidingen vergroot wordt. Daarnaast dienen organisaties de noodzaak te onderkennen van de inzet van specifieke deskundigheid voor de uitvoering van preventieprogramma's en dienen zij hun professionals te faciliteren om train-de-trainer opleidingen te kunnen volgen.

De eerder genoemde aanbevelingen betreffende de ontwikkeling van handleidingen over hoe programma's te maken en aan te passen zijn, en de beschikbaarheid van meer mooi maatwerkmateriaal, zullen tevens de effectiviteit van programma's ten goede komen.

Overdraagbaarheid van programma's

Conclusies

Goede preventieprogramma's, materialen en train-de-trainer opleidingen, en dan met name die welke binnen één specifieke organisatie zijn ontwikkeld, blijken soms opeens verdwenen te zijn. De beschrijving is zoekgeraakt en/of de knowhow die 'in de hoofden' van enkelingen zat, is niet bijtijds overgedragen.

De overdraagbaarheid wordt af en toe ook belemmerd, doordat organisaties en/of individuen het 'eigen product' (dat vaak een samenstelling is van eerder ontwikkelde producten en inzichten) bewust of onbewust onder zich houden.

Aanbevelingen

Preventieprogramma's en train-de-trainer opleidingen die binnen individuele organisaties of door individuen zijn ontwikkeld of aangepast aan specifieke doelgroepen en/of nieuwe inzichten, zouden dienen te worden beschreven en aan derden beschikbaar te worden gesteld. Tevens zou het goed zijn, wanneer ze worden ondergebracht in documentatiecentra van relevante landelijke organisaties. TransAct kan organisaties hierbij ondersteunen.

Schema preventie- en weerbaarheidprogramma's

Schema preventie- en weerbaarheidprogramma's

Preventieprogramma's voor mensen met een handicap				
	Doelgroep	Overdraagbaar	Duur van het programma	Combinatie van werkvormen
Weerbaarheid van vrouwen en meiden met een handicap	Vrouwen en meisjes met een lichamelijke handicap (met aanpassing ook geschikt voor zintuiglijke of sociaal-emotionele handicap)	In 2003 is op Werkenrode een eigen interne train-de-trainer opgezet en uitgevoerd	13 bijeenkomsten van 1,5 uur	Combinatie van mentale, sociale en fysieke oefeningen
Voel je oké!	Jongens en meisjes (12-18 jaar) met een lichamelijke handicap (met aanpassing ook voor jongeren met zintuiglijke handicap)	Door PJ Partners wordt een train-de-trainer programma aangeboden	12 bijeenkomsten van 2 uur	Combinatie van mentale, sociale en fysieke oefeningen
Als een meisje nee zegt: programma's ter voorkoming van seksueel geweld	Moelijk lerende jongens en meisjes vanaf 12 jaar	Via bijbehorende docentenhandleiding en gebruiksaanwijzing	14 bijeenkomsten	Rollenspelen worden afgewisseld met andere werkvormen, zoals video en (huiswerk)opdrachten
Preventieprogramma's algemeen				
Marietje Kessels Project	Bovenbouw basisonderwijs (jongens en meisjes)	Via Handboek MKP en door deskundigheidsbevordering via NISB	12 bijeenkomsten	Groepsgesprekken, fysieke oefeningen, rollenspelen en opdrachten
Rots en Water	Jongens binnen de bovenbouw van het basisonderwijs; voortgezet onderwijs; jeugdhulpverlening en jeugd detentie (met enige aanpassing ook geschikt voor meisjes)	Driedaags trainersprogramma	14 bijeenkomsten, het is mogelijk meerdere jaren achtereenvolgend met het programma te werken	Fysieke oefeningen, spelactiviteiten en groepsgesprekken
Ho, tot hier en niet verder ...!	Kinderen (7-12 jaar) (ook kinderen met verstandelijke handicap, bijvoorbeeld op VSO, MLK of ZMLK)	Op basis van het trainingsboek kan de training worden uitgevoerd, er is ook een éénjarige trainersopleiding	12 bijeenkomsten voor de kinderen, 4 bijeenkomsten voor de ouders	Spel, beweging, tekenen, verbeelding en verwoorden
Kanjertraining	Kinderen (6-14 jaar), er wordt in verschillende leeftijdsgroepen gewerkt	Middels driedaagse training	Terugkerende lessenreeks van 10 weken	Verschillende spelvormen en gesprekstechnieken

Preventieprogramma's voor mensen met een handicap			
Betrokkenheid derden	Seksuele voorlichting	(Effect)evaluatie	Opmerkingen
Nee	Seksualiteit komt duidelijk aan de orde, seksuele voorlichting wordt niet gegeven	Interne evaluatie	Op Werkenrode is de training aangevuld en aangepast, zij wordt daar ook aan jongens aangeboden
Nee	Seksualiteit is wel een thema dat aan bod komt, seksuele voorlichting wordt niet gegeven	Nee, wel is bruikbaarheid getest middels twee proefcursussen	Cursus is voor een groot deel gebaseerd op de training Weerbaarheid (zie boven)
Ouders; via een informatieavond en de huiswerkopdrachten	Nee	Onbekend	Hoewel de banden al wat ouder zijn, blijken ze in de praktijk nog goed bruikbaar
Preventieprogramma's algemeen			
Ouders; via een informatieavond Leerkrachten worden actief betrokken	Het is belangrijk dat kinderen al seksuele vorming hebben gehad	Ja, onder andere door Regioplan (2001)	In diverse plaatsen is ervaring opgedaan met Marietje Kessels projecten in het (voortgezet) speciaal onderwijs
Bij voorkeur het gehele schoolteam, Ouders worden niet betrokken	Nee	Interne evaluatie, wordt nu extern geëvalueerd	In 2001 bekroond met eerste prijs ter preventie van kindermishandeling
Ouders en soms ook leerkrachten	Nee	Nee, wel een inventariserend onderzoek waaruit de bruikbaarheid van de training voor ZMOK-kinderen blijkt	Met aanpassingen wordt de training nu voor verschillende doelgroepen gebruikt
Ouders krijgen binnen de kanjertraining een belangrijke rol	Nee	Ja, zie www.kanjertraining.nl	De training wordt ook gegeven in verschillende scholen voor speciaal onderwijs

Geraadpleegde literatuur

- Anthonie, A., et.al., *Noden van begeleiders van kinderen en jongeren met een handicap bij het opzetten van vormingen rond relaties en seksualiteit*, Jeugd en seksualiteit VZW, Mechelen, België, 2002 (www.jeugdensexualiteit.be).
- Belie, E., de; Lesseliers, J.; Ivens, C.; Hove, G., van (redactie), *Seksueel misbruik van mensen met een verstandelijke handicap, handboek preventie en hulpverlening*, Acco, Leuven/Leusden, 2000.
- Berlo, W., van, *Seksueel misbruik bij mensen met een verstandelijke handicap, een onderzoek naar omvang, kenmerken en preventiemogelijkheden*, NISSO-studies nr. 16, Delft: Eburion, 1995.
- Bruinsma, F., *Incesthulpverlening, diagnostiek, opvang en behandeling van incest*, SWP, Utrecht, 1994.
- Bruinsma, F., *Behandeling verstandelijk zwakbegaafde zedendelinquenten*, Tijdschrift voor orthopedagogiek nr. 35, 4-17, 1996.
- Crosse, S.; Kaye, E.; Ratnofsky, A., *A report on the maltreatment of children with disabilities*, Washington DC: National Clearinghouse on Child Abuse and Neglect Information, 1993.
- Douma, J.; Bergh, P.; Hoekman, J., van den, *Verstandelijk gehandicapten en seksueel misbruik*, Lemniscaat, Rotterdam, 1998.
- Empelen, P., van, *Mag het ook ietsjes meer zijn? Bespreking onderzoek Eva Jané-Llopis naar effectiviteit gezondheidsbevorderende en preventieprogramma's psychische problemen*, De Psycholoog, april 2004.
- Franssen, J., *Lezing op studiedag Blind voor misbruik*, Gehandicaptenraad, 1993.
- Grand, B., le, *Met terugvallen en opstaan, diagnostiek en behandeling van licht verstandelijk gehandicapte plegers van seksueel misbruik*, Nederlands Tijdschrift Zwakzinnigenzorg nr. 4, december 1995.
- Heestermans, H., *De verstandelijk gehandicapte als verdachte*, lezing themadag Rechercheschool, Zutphen, 21 januari 1999.
- Heestermans, M.; Lammers, M., *Horen van verstandelijk gehandicapte slachtoffers/getuigen van seksueel misbruik*, Somma, Utrecht, 2000.
- Helvoort, K., van; Clarijs, Y., *Marietje Kessels Project, weerbaarheidvergroting bij kinderen van 10 tot 13 jaar*, NIZW, Utrecht, 1999.
- Hingsburger, D.; Melberg Schwier, K., *Sexuality: Your Sons and Daughters With Intellectual Disabilities*, Paul Brookes Pub Co, 2000.
- Kok, E.; Middelaar, M., *Geen kopietjes meer, seksuele voorlichtingsmaterialen en seksuele voorlichting aan dove kinderen en jongeren*, TransAct, Utrecht, 2003.
- Kool, J., *Ho, tot hier en niet verder...! Training sociale weerbaarheid voor kinderen van 7 tot 12 jaar en hun ouders*, ACCO, Leuven/Leusden, 2000.
- Kranenburg, K.; Marneth, A.; Visser, E., *Je moet er wel wat voor doen, lespakket handicap en seksualiteit*, Gehandicaptenraad/Rutgers Stichting, Utrecht, 1993.
- Lammers, M.; Vrijdlandt, M.; Shepherd, L., (redactie), *Blind voor misbruik? Herkennen, signaleren en bespreekbaar maken van seksueel misbruik bij mensen met een lichamelijke handicap*, Medusa/TransAct, 1993.
- Lammers, M., *Seksualiteit, doen en laten, Modelbeleidsplan*, Vereniging Gehandicaptenzorg Nederland, Utrecht, 3e druk 1996.

- Lammers, M., *Intimiteit met beleid*, Vereniging Gehandicaptensector Nederland, Utrecht, 1997.
- Lammers, M., *Over Grenzen, trainershandleiding bij de gelijknamige video van KLOS-tv over grenzen, grensoverschrijdend gedrag en seksueel misbruik van mensen met een verstandelijke handicap*, NIZW, Utrecht, 1997.
- Lammers, M., *Van calamiteit naar preventiebeleid*, TransAct, december 2003.
- Meihuizen, G.; Reniers, M.; Visser, E.; Waal, M., de, *Grenzen (ver)leggen*, Medusa, Utrecht, 1993.
- Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen, website: www.weerbaarheid.nisb.nl.
- NIZW, *Gehandicapten en seksueel misbruik (deel 2), lichamelijk gehandicapten en seksueel misbruik*, Congresverslag, Utrecht, 1990.
- Oosten, N., van; Hoïng, M., *Primaire preventie van seksueel geweld*, Tijdschrift voor seksuologie (redactie: Gijs, L.; Gianotten, W.; Vanwesenbeeck, I.; Weijnenborg, P.), Bohn Stafleu van Lochum, Houten, 2004.
- Rachoebier, R.; Dillen, T., van, *Intercultureel management in de zorg voor gehandicapten, een kwestie van kwaliteit*, Schakels, SDG, Utrecht, 1998.
- Spanjaard, H., *Jongens het kan anders*, NIZW, Utrecht, 1992.
- Spanjaard, H.; Haspels, M.; Roos, I., *Grenzen stellen en respecteren: onderzoek naar effecten van programmaontwikkeling omtrent seksualiteit*, Nederlands Tijdschrift Zwakzinnigenzorg, 2000, nr. 26, 211-228.
- Spanjaard, H.; Grijpma, G., *Werkboek therapie LVG-plegers van seksueel geweld, werkboek met hulpmiddelen en werkvormen voor individuele en groepstherapie*, Groot Emaus/Pedologisch Instituut, Ermelo/Amsterdam-Duivendrecht, 1998.
- Steenberg, B., *Mozaïek, deel vier: weerbaarheidstrainingen*, TransAct, NIGZ en Forum, Utrecht, 2004.
- Verbaan, D.; Spil, S.; Coolen, T., *Handleiding lesgeven aan jongens, bijlage handboek Marietje Kessels Project*, NISB, Landelijke Platform Marietje Kessels Projecten, Arnhem, 2001.
- Versluis, W.; Laan, E., *Effectiviteit van seksueel misbruik preventieprogramma's ter voorkoming van seksueel misbruik*, Tijdschrift voor seksuologie, 2003, nr. 27, 187-195.
- Wertheim, A.; Zijdel, L.; Ruijgers, L., *Weerbaarheid van vrouwen en meiden met een handicap, handboek voor begeleiders van trainingen*, VUGA, Den Haag, 1993.
- Zijda, H.; Wijnen, A., van, *Het komt vaker voor dan je denkt, een verslag van een studiereis naar Amerika, de situatie in Nederland, beleidsaanbevelingen*, Gehandicaptentraad, Utrecht, 1989.
- Zijdel, L., *Nee kunnen zeggen*, lezing in 'Gehandicapten en seksueel misbruik', NIZW, Utrecht, 1990.
- Zijdel, L., *Disabled people and violence*, lezing t.b.v. Mobility International, Brussel, 3 december 1999.
- Zijdel, L., *Selfdefence courses for disabled women and girls*, lezing Daphne congres in Falerna, Italië november 2001 en Amsterdam, 2001.

Deel 2

Programma's en materialen voor mensen met een handicap

2.1 Preventie- en weerbaarheidprogramma's voor mensen met een handicap

Weerbaarheid van vrouwen en meiden met een handicap

'Weerbaarheid van vrouwen en meiden met een handicap,' Handboek voor begeleiders van trainingen, Anne Ruth Wertheim, Lieke Ruijgers en Lydia Zijdel, Den Haag, VUGA, 1993 (ISBN: 90 525 054 97).

Doel

Vergroten van de fysieke en mentale weerbaarheid van vrouwen en meisjes met een fysieke handicap. Concreet gaat het hierbij om:

- vergroten van zelfbewustzijn en innerlijke weerbaarheid;
- verwerven van een positief zelfbeeld;
- verwerven van inzicht in de eigen positie van vrouw/meid met een handicap;
- verwerven van inzicht in de mechanismen die overheersing en ongewenste toenaderingen mogelijk maken;
- uitbreiden van het denk- en handelingsrepertoire.

Korte beschrijving

De weerbaarheidscursus is oorspronkelijk ontwikkeld op De Hunneschans te Uddel in samenwerking met de Gehandicaptenraad. In 1993 is het gelijknamige handboek voor begeleiders van trainingen verschenen bij VUGA Uitgeverij.

In het mentale deel van de weerbaarheidscursus wordt aandacht besteed aan maatschappelijke achtergronden (discriminatie, vrouwelijkheidbeelden, beeldvorming) en aan bewustwording en versterking van zelfvertrouwen. In het fysieke deel worden oefeningen gedaan om cursisten te leren hun zelfvertrouwen met betrekking tot fysieke weerbaarheid te vergroten. Cursisten ontwikkelen een positief zelfbeeld, zij leren 'nee' te zeggen en om te gaan met afwijzing en kritiek, grenzen te stellen en lichamelijk uitdrukking te geven aan hun gevoelens in lastige situaties en daarbinnen op te treden. Er zijn een aantal zelfverdedigingbijeenkomsten en in de loop der tijd zijn nieuwe thema's toegevoegd (bijvoorbeeld pesten).

Doelgroep

Meisjes vanaf twaalf jaar en vrouwen met een zichtbare of onzichtbare lichamelijke handicap (dwarslaesie, spina bifida, spierziekte, spastisch, kleine mensen, et cetera).

De cursus is in eerste instantie niet ontwikkeld voor vrouwen/meiden met een zintuiglijke (auditieve/visuele) handicap. Veel van de methoden zijn echter wel bruikbaar mits aangepast aan de wijze van communicatie. Hetzelfde geldt voor vrouwen/meiden waarbij (naast de lichamelijke handicap) sprake is van achterstand in de sociale en/of emotionele en/of cognitieve ontwikkeling.

Voorwaarden voor effectiviteit

Duur van het programma

De oorspronkelijke cursus bestaat uit dertien bijeenkomsten van ongeveer anderhalf uur.

Combinatie van werkvormen

Er wordt een combinatie van mentale, sociale en fysieke oefeningen gebruikt. Vaardigheden worden geleerd middels het doen van rollenspelen –waarbij praktijksituaties worden nagebootst– en het doen van (huis)werkopdrachten.

Betrokkenheid belangrijke derden

Niet.

Seksuele voorlichting

Seksualiteit en ja/nee-gevoelens zijn thema's die duidelijk aan de orde komen binnen de

cursus. Er wordt echter geen seksuele voorlichting gegeven.

(Effect)evaluatie

De cursussen worden na afloop intern geëvalueerd. Een externe evaluatie heeft niet plaatsgevonden.

Overdraagbaarheid

Het voormalige vormings-, trainings- en adviescentrum De Hunneschans heeft één keer een train-de-trainer training voor toekomstige begeleiders van weerbaarheidstrainingen aangeboden. Een vervolg is niet van de grond gekomen.

In 2003 is op Werkenrode een eigen interne train-de-trainer opgezet en uitgevoerd. De behoefte bestaat om deze te beschrijven. Het betreft een vierdaagse training, bestaande uit een stage waarin meegelopen wordt met een weerbaarheidstraining, een examenopdracht, een terugkomdag en twee coachingsgesprekken.

Ervaringen uit de praktijk

Op Werkenrode te Groesbeek worden sinds begin jaren negentig weerbaarheidstrainingen gegeven. Eén van de pilottrainingen, op basis waarvan het bovengenoemd handboek is geschreven, is op Werkenrode uitgevoerd. Vanaf die eerste pilottraining zijn op Werkenrode met grote regelmaat weerbaarheidstrainingen aan meiden met een lichamelijke beperking gegeven. De bijeenkomsten zelfverdediging en seksualiteit worden uitgevoerd door ervaren en opgeleide trainers met een lichamelijke handicap. Zij fungeren zo ook als rolmodel voor de deelnemers.

Op Werkenrode is de weerbaarheidstraining voor meiden in de loop van jaren aangepast aan, en aangevuld met nieuwe thema's (bijvoorbeeld pesten) en andere werkvormen. Tevens is de training aangepast voor meiden met een lager (cognitief, sociaal, emotioneel) niveau van functioneren. Hierbij wordt onder meer gebruik gemaakt van 'Voel je oké!' (PJ Partners, Rotterdam); 'Als een meisje nee zegt' (GGZ Buitenamstel); 'Weerbaarheid' (Philadelphia) en werkvormen uit de methode 'Leefstijl' (www.leefstijl.nl).

De laatste jaren wordt op Werkenrode tevens aan jongens met een lichamelijke handicap een training aangeboden. Deze is voor een deel gebaseerd op 'Rots en Water'.

Op scholengemeenschap Mariëndael (Arnhem) is de cursus gedurende een schooljaar onderdeel van het lesprogramma. De cursus wordt op de deelnemers afgestemd, waarbij tevens wordt ingespeeld op het groepsproces. In de loop der jaren is een eigen cursus ontwikkeld, gebaseerd op 'Weerbaarheid voor vrouwen en meiden met een handicap'. In de cursus wordt gebruik gemaakt van de video 'Aan hartstocht geen gebrek' en 'EigenWijs'.

Praktische informatie

Het handboek 'Weerbaarheid van vrouwen en meiden met een handicap' is uitverkocht. Te leen bij de bibliotheek van de Rutgers Nisso Groep: 030 – 231 34 31 www.rutgersnissogroep.nl.

Voor informatie over de cursus op Werkenrode:

Dorien Meilink
Nijmeegsebaan 9
6561 KE Groesbeek
Tel.: 024 – 399 71 11
dmeilink@werkenrode.nl

Voor informatie over de cursus op Mariëndael:

m.cannegieter@grootklimmendaal.nl

Voel je oké!

Handleiding weerbaarheidscursus voor tieners met een lichamelijke handicap.
Hoey-Eikelhof, E.; Eikelhof, M.; Rotterdam: PJ Partners, 2000.

Doel

Het doel van de cursus is tieners met een lichamenlijk handicap in groepsverband vaardigheden aan te leren die hun weerbaarheid vergroten. Het gaat hierbij om de weerbaarheid in het sociale verkeer en om het adequaat leren omgaan met de beperkingen die de handicap oplegt.

Korte beschrijving

De cursus is voor een groot deel gebaseerd op de training 'Weerbaarheid voor vrouwen en meiden met een handicap' (Wertheim e.a., 1993). Zij is onderverdeeld in een mentaal en een fysiek deel waarin de volgende thema's worden behandeld: opkomen voor jezelf, omgaan met pesterijen, zelfverdediging (drie bijeenkomsten), zelfbeeld, zelfvertrouwen intimiteit/seksualiteit, seksueel geweld, vrienden en vriendinnen maken. In rollenspelen worden praktijksituaties nagebootst en door middel van huiswerkopdrachten oefenen de deelnemers met stemgebruik en houding. In het mentale deel van de cursus (negen bijeenkomsten) staat het ontwikkelen van een positief zelfbeeld centraal. In het fysieke deel worden oefeningen gedaan om cursisten te leren hun zelfvertrouwen met betrekking tot fysieke weerbaarheid te vergroten. Cursisten ontwikkelen een positief zelfbeeld, zij leren 'nee' te zeggen en om te gaan met afwijzing en kritiek, zij leren vrienden en vriendinnen maken.

De handleiding bevat twaalf hoofdstukken waarin het programma van iedere bijeenkomst wordt beschreven en toegelicht. In de bijlagen is materiaal opgenomen om uit te delen aan de deelnemers.

Doelgroep

Jongens en meisjes (12-18 jaar) met een lichamenlijk handicap. Met aanpassingen tevens geschikt voor jongeren met een zintuiglijke- of auditieve handicap. De cursus wordt door de ontwikkelaars minder geschikt geacht voor jongeren met gedragsstoornissen en/of psychiatrische problemen. De aard van de problematiek bij deze jongeren vraagt om een individuele en gestructureerde aanpak.

Voorwaarden voor effectiviteit

Duur van het programma

De cursus bestaat uit twaalf bijeenkomsten van twee uur.

Combinatie van werkvormen

Vaardigheden worden geleerd in oefeningen en rollenspelen –waarin praktijksituaties worden nagebootst– en (huis)werkopdrachten. De video 'EigenWijs' en de video uit het lespakket 'Wat je pest ben je zelf!' van Jopla worden regelmatig in de training gebruikt.

Betrokkenheid belangrijke derden

Niet.

Seksuele voorlichting

Seksualiteit is wel een thema dat aan bod komt, maar seksuele voorlichting is geen onderdeel van het programma.

(Effect)evaluatie

Nee.

Overdraagbaarheid

Cursussen kunnen worden verzorgd door de auteurs. Zij hebben tevens een train-de-trainer programma ontwikkeld voor onder andere leerkrachten, sportdocenten, begeleiders en sociaal-cultureel werkers.

Ervaringen uit de praktijk

De cursus is tot oktober 2004 tweemaal gegeven.

Praktische informatie

'Voel je oké!': Handleiding weerbaarheidscursus voor tieners met een lichamelijke handicap, Hoey-Eikelhof, E.; Eikelhof, M.; Rotterdam: PJ Partners, 2000 (ISBN: 90 713 813 4X).
Prijs: € 20,50

PJ Partners
Tel.: 010 – 43 62 166
info@pjpartners.nl

Als een meisje nee zegt

Programma's ter voorkoming van seksueel geweld voor moeilijk lerende jongens en meisjes. Han Spanjaard m.m.v. Olga ten Hove; Amsterdam: RIAGG Zuid Nieuw-West, 1993.

Doel

Het doel van het programma is primaire preventie. Het is gericht op het leren verkennen van eigen en andermans grenzen en op positief contact maken.

De subdoelstellingen voor het programma voor jongens zijn:

- herkennen van prettige en onprettige aanrakingen;
- herkennen van eigen grenzen en die van anderen;
- contact maken met meisjes;
- omgaan met situaties waarin de ander iets anders wil;
- omgaan met groepsdruk.

De subdoelstellingen voor het programma voor meisjes zijn:

- herkennen van prettige en onprettige aanrakingen;
- herkennen van eigen grenzen;
- leren 'nee' zeggen;
- leren hulp vragen;
- tegengaan van het idee, dat meisjes zelf seksueel geweld uitlokken.

Korte beschrijving

Het preventieprogramma bestaat uit: een uitgebreide handleiding voor begeleiders waarin de bijeenkomsten zijn uitgewerkt; een video voor jongens getiteld 'Omgaan met elkaar'; een video voor meisjes getiteld 'Als je lastig gevallen wordt'; een gebruiksaanwijzing bij de videobanden voor de begeleider; een werkschrift voor jongens en één voor meisjes. Op de videobanden worden scènes, zoals beschreven in de handleiding, nagespeeld door jongeren van 15 tot 18 jaar. Iedere scène heeft zowel een negatieve- als een positieve afloop. Hierbij wordt ingegaan op het omgaan van afwijzingen (jongens) en het 'nee' zeggen bij ongewenste situaties (meisjes). Het werkschrift voor jongens en meisjes geeft onderwerpen weer als machtsmisbruik, eigenwaarde, seksueel geweld en veiligheid.

Doelgroep

Zwakbegaafde, moeilijk lerende jongens en meisjes vanaf twaalf jaar.

Voorwaarden voor effectiviteit

Duur van het programma

Er zijn zeven bijeenkomsten waarin vaardigheden worden getraind door bij voorkeur een mannelijke en vrouwelijke begeleider. Tussendoor vinden zeven bijeenkomsten plaats waarin andere werkvormen worden gebruikt. Deze kunnen door één begeleider worden gedaan.

Combinatie van werkvormen

Rollenspelen waarin vaardigheden worden getraind, worden afgewisseld met andere werkvormen, zoals videofragmenten en (huiswerk)opdrachten uit het werkschrift.

Betrokkenheid belangrijke derden

Ouders worden bij het programma betrokken, in die zin dat voor de start van het programma een informatieavond voor hen wordt georganiseerd. Tevens wordt aan ouders gevraagd hun kinderen te begeleiden bij huiswerkopdrachten.

Seksuele voorlichting

Is geen onderdeel van het programma.

(Effect)evaluatie

Onbekend.

Overdraagbaarheid

Met behulp van de docentenhandleiding en gebruiksaanwijzing. Verder dienen de begeleiders te beschikken over kennis en ervaring met betrekking tot seksualiteit en seksueel geweld.

Ervaringen uit de praktijk

Hoewel de banden al wat ouder zijn, blijken ze in de praktijk nog goed bruikbaar.

Opmerkingen

Naast programma's voor jongeren is een stappenplan en een workshop voor leerkrachten ontwikkeld voor het handelen na situaties van seksueel geweld tussen jongeren binnen de school of instelling.

Praktische informatie

'Als een meisje nee zegt': Programma's ter voorkoming van seksueel geweld voor moeilijk lerende jongens en meisjes.

Han Spanjaard m.m.v. Olga ten Hove; Amsterdam: RIAGG Zuid Nieuw-West, 1993.

Prijs: € 35,50 (gehele pakket)

GGZ Buitenamstel, afdeling Preventie

Tel.: 020 – 78 84 555

2.2 Seksuele voorlichtingsprogramma's voor mensen met een handicap

Er zijn geen seksuele voorlichtingsprogramma's specifiek gericht op mensen met een handicap.

Een aantal methoden en pakketten die gebruikt (kunnen) worden om voorlichting te geven over seksualiteit en relaties aan mensen met een handicap, zoals 'Lief en lijf: vriendschap en seks', zijn opgenomen in hoofdstuk 2.4: Materialen voor mensen met een handicap.

Wij beschouwen ze in dit rapport niet als een programma, welke wij zien als een reeks activiteiten met een bepaalde opbouw en die in een bepaalde tijd, met een bepaald doel en meestal in een bepaalde volgorde worden uitgevoerd.

2.3 Sociale vaardigheidsprogramma's voor mensen met een handicap

Ben je GROOT of ben je klein

Provinciaal Steunpunt Groningen 'Aandacht voor levensvragen'.

Korte beschrijving

De cursus is ontwikkeld voor mensen met een tekort aan weerbaarheid. Mensen met een verstandelijke handicap leren door rollenspellen hoe ze moeten omgaan met betutteling en met teveel bescherming. De cursus is uitdrukkelijk een aanvulling en niet bedoeld om in de plaats te komen van wat er op een woonplek zou kunnen gebeuren of als cursus voor het aanleren van vaardigheden of zelfverdediging.

De cursus begint met zelfonderzoek: welke beleving ervaren mensen in verschillende situaties, hoe stevig voelen ze zich? Het is een individueel leertraject waarbij het niet alleen om praten, maar ook om denken, voelen, lichamelijk reageren en keuzes maken in handelen gaat. Dit gaat in interactie met anderen, met elementen van vaardigheden, ervaringsleren en bewustwordingsprocessen rondom eigen gevoelens, gedachten en gedrag en in relatie tot wat mensen meemaken in hun leven. De beleving 'Ben je groot of ben je klein' is daarmee niet afhankelijk van het verstandelijke niveau.

De cursus bestaat uit twintig bijeenkomsten. Aan de cursus gaat een kennismakingsbijeenkomst vooraf, zodat cursisten met elkaar en met de opzet van de cursus kennis kunnen maken.

De cursus wordt begeleid door een team van drie docenten: een procesbegeleider voor de rode draad, een docent voor het 'tussen de oren'-gedeelte en een voor het lichaamswerk. Gedrieën kunnen zij de cursisten nauwlettend in de gaten houden.

Doelgroep

De cursus is bedoeld voor mensen van vijftien jaar en ouder, maar deze leeftijdsgrens wordt niet strikt gehanteerd. Bij de intake wordt gekeken naar de achterliggende problematiek, de mate van handicap en de groepsverhouding (bijvoorbeeld ten aanzien van niveau). Soms wordt eerst met een voortraject begonnen.

Praktische informatie

Er bestaat een handleiding voor het opzetten van een cursus en een bijbehorende videoband. Samen met de kennismakingsdag bieden ze stof en inspiratie voor het ontwikkelen van een cursus die past binnen de eigen zorginstelling. Daarnaast verzorgt het Steunpunt workshops op locatie.

Cursuskosten: € 750,00

Provinciaal Steunpunt Groningen 'Aandacht voor levensvragen'

Plutolaan 329-a

9742 GK Groningen

Tel.: 050 – 57 77 447

Fax: 050 – 57 90 158

info@aandachtvoorlevensvragen.nl

Informatie via de heer P. Brongers

PAD-leerplan

Programma Alternatieve Denkstrategieën.

Korte beschrijving

Het Programma Alternatieve Denkstrategieën (PAD-leerplan) is een vertaling en bewerking van het Amerikaanse PATHS-curriculum. In de loop der jaren is het leerplan zowel in de VS als in Nederland meermaals bijgesteld, uitgebreid en toegespitst voor gebruik in diverse onderwijssituaties in het regulier en speciaal onderwijs. De lessen richten zich op vier aspecten van de sociale competentie, te weten:

1. Zelfbeeld: hoe waardeer en zie ik mijzelf?
2. Zelfcontrole: hoe stem ik mijn gedrag op mijn emoties af?
3. Emoties: hoe ga ik om met de emoties van mijzelf en de ander?
4. Probleemoplossingstrategieën: hoe kan ik op bevredigende wijze een probleem oplossen?

PAD kent twee vormen: PAD voor de Brede Doelgroep en PAD voor Specifieke Doelgroepen. De kern van het PAD-leerplan voor de Brede Doelgroep bestaat uit drie delen met lesbeschrijvingen. Deel 1 gaat over het ontwikkelen van zelfcontrole (de zogenaamde Schildpadmethode), deel 2 over gevoelens en deel 3 over probleem oplossen. Het PAD-leerplan voor Specifieke Doelgroepen bevat 103 lessen en kent grotendeels dezelfde opbouw als het reguliere programma. Speciaal voor deze doelgroep is een extra lessenserie ontwikkeld die vooraf gaat aan bovenstaande onderwerpen, genaamd 'Ik ga voor PAD'. De lessen kunnen worden gezien als een basale inleiding op de overige lessen. Bij de ontwikkeling van de lessen is uitgegaan van het gegeven, dat bij veel kinderen in het speciaal onderwijs, het lichaamsbeeld en zelfbesef onvoldoende geïntegreerd zijn in de totale persoonlijkheidsontwikkeling van het kind. Hierdoor ontwikkelt het kind zich onvoldoende in sociaal- en emotioneel opzicht. De lessen zijn opgebouwd rondom de volgende drie thema's: opbouwen en verkennen van het lichaamsbeeld; visualiseren van je eigen geschiedenis; opnieuw beleven van diverse zintuiglijke ervaringen.

Doelgroepen

1. Het PAD-leerplan voor de Brede Doelgroep
Dit wordt gebruikt in het regulier basisonderwijs, het speciaal basisonderwijs en het speciaal onderwijs binnen een Regionaal Expertise Centrum (REC). Het PAD-leerplan voor de brede doelgroep is gericht op kinderen van zes tot twaalf jaar, maar de ideeën en principes kunnen in de gehele basisschoolperiode worden toegepast.
2. Het PAD-leerplan voor Specifieke Doelgroepen
Deze vorm verscheen in oktober 1999 op de markt en is geschikt voor kinderen en jonge mensen met een verstandelijke en/of meervoudige handicap. Men kan hierbij denken aan scholen voor zeer moeilijk lerende kinderen, pedologische instituten en scholen of afdelingen van scholen voor kinderen die naast een auditieve of motorische handicap, ernstige ontwikkelingsproblemen hebben.

Praktische informatie

De invoering van het PAD-leerplan dient een beslissing te zijn van het gehele team. Het werken met PAD stelt namelijk hoge eisen aan de vaardigheden en attitudes van leerkrachten. Het is om die reden, dat schoolteams –voorafgaand aan de invoering– een teamgerichte cursus volgen. De cursus heeft normaliter een omvang van twintig contacturen.

Seminarium voor Orthopedagogiek, telefoon 030 – 25 47 378, www.svo.feo.hvu.nl/padleerplan. Voor algemene informatie over PAD kunt u bij het Seminarium een mapje met artikelen aanvragen via telefoonnummer 030 – 25 47 361.

Sociaal competentiemodel

PI Research, Amsterdam/Duivendrecht.

Korte beschrijving

Het sociaal competentiemodel is in Nederland ontwikkeld en geïmplementeerd door PI Research (voorheen de afdeling gedragstherapieprojecten van het Pedologisch Instituut te Amsterdam). Over competentie wordt gesproken wanneer iemand over voldoende praktische-, cognitieve-, emotionele- en sociale vaardigheden beschikt, om de taken waarmee hij of zij in het dagelijks leven geconfronteerd wordt op adequate wijze te vervullen. Deze taken veranderen per levensfase. Een belangrijke inspiratiebron voor het sociaal competentiemodel vormt de ontwikkelingspsychologie en de leertheorieën.

Werken volgens het sociaal competentiemodel richt zich enerzijds op het verminderen van problemen en anderzijds op het versterken van aanwezige ontwikkelingsmogelijkheden. De begeleidingsmethodiek sluit aan bij de behoeften en belangen van de cliënten. De nadruk ligt op een positieve benadering, waarbij het in eerste instantie gaat om het leren van nieuw gedrag.

Doelgroep

Het sociaal competentiemodel wordt in uiteenlopende sectoren toegepast (management, onderwijs, hulpverlening). In Nederland wordt binnen de sector zorg en welzijn het competentiemodel vooral toegepast in residentiële instellingen voor jongeren in jeugddetentie, instellingen voor licht verstandelijk gehandicapte jongeren en binnen instellingen voor doven en slechthorenden (bijvoorbeeld Koninklijke Effatha Guyot Groep).

Praktische informatie

PI Research heeft op basis van het sociaal competentiemodel diverse hulpvormen ontwikkeld en geïmplementeerd in een groot aantal ambulante en residentiële instellingen in Nederland en Europa. PI Research heeft dit model en de ontwikkelde hulpvormen middels een groot aantal ontwikkelingsprojecten, trainingstrajecten en publicaties verspreid.

Tel.: 020 – 77 45 650

www.pi-research.nl

Albrecht, G.; Slot, W.; *Competentiegericht werken met licht verstandelijk gehandicapte kinderen, handleiding voor het werken in residentiële groepen*, Duivendrecht: PI Research (1999). Te bestellen bij OZC Alkmaar: 072 – 56 71 200.

Geeraets, M.; Spanjaard, H.; *Toekomstcursus, competentievergroting bij dove en slechthorende jongeren, een sociale vaardigheidstraining*, Amsterdam/Duivendrecht: Pedologisch Instituut, Afdeling GT-projecten en Voorburg/Zoetermeer: Effatha, Christelijk Instituut voor doven (1997).

Goldsteinmethode

Korte beschrijving

De Goldsteinmethode, genoemd naar Arnold Goldstein, is gericht op het vergroten van vaardigheden. Via het aanleren van vaardigheden wordt autonomie, assertiviteit, interne controle, accuraatheid van waarnemen en communiceren en tolerantie voor frustratie van de cliënt vergroot, zodat deze beter is opgewassen tegen de eisen die het (dagelijkse) leven aan hem stelt. Deze vaardigheden worden de cliënten aangeleerd via modeling (leren door middel van rolmodellen), gedragsoefening, sociale bekrachtiging en transfertraining. Dit gebeurt in groepen die, afhankelijk van het niveau van de groep en van het aantal en de complexiteit van de vaardigheden, drie tot acht zittingen in beslag nemen.

Voor het onderdeel modeling zijn de videobanden een effectief hulpmiddel. Het beoogde leren wordt beter bereikt, omdat het gedrag meermalen wordt getoond, irrelevante gedragingen worden weggelaten en verschillende modellen het gedrag vertonen. De Stichting Werken heeft met Goldstein verschillende video's ontwikkeld. Elk model van de videoband is als volgt opgebouwd:

- inleiding van de skill;
- voorbeeld van niet-effectief gedrag;
- de skill in leerpunten uiteengezet;
- voorbeeld volgens de leerpunten getoond;
- de skill in stilstaande fragmenten, waarbij de leerpunten in beeld komen.

De volgende video's zijn beschikbaar:

- basisvideo Sociale Vaardigheden;
- Agression Replacement Theory (ART);
- solliciteren, waarbij er een aparte band voor mannen en één voor vrouwen is;
- pesten (voor kinderen tot twaalf jaar);
- blinden (zelfstandigheid, kennismaken, jezelf presenteren, hulp vragen, omgaan met vervelende opmerkingen), deze is tevens geschikt voor mensen met een andere handicap.

Doelgroep

De Goldsteinmethode is oorspronkelijk ontwikkeld voor mensen met een lage sociaal-economische status. In Nederland (en ook elders) wordt zij tevens toegepast voor kinderen (vanaf acht jaar), zwakbegaafden en voor mensen met een handicap. Vooral MEE's werken bij het trainen van specifieke vaardigheden veel met de Goldsteinmethode.

Praktische informatie

Bij de Stichting 'Werken met Goldstein' zijn tevens andere materialen ontwikkeld (bordposters, oefenschriften en kaartjes), welke niet specifiek voor mensen met een handicap zijn bedoeld.

Postbus 7533
5601 JM Eindhoven
Fax: 0497 – 51 82 25
www.goldstein.nl

Zee, S., van der; Molen, H., van der; Beek, D., van der; *Sociale vaardigheden voor zwakbegaafde jongeren: Praktijkboek Goldsteintraining*, Deventer: Van Loghum Slaterus, 1989.
Prijs: € 27,50 (1^e druk, los exemplaar, ISBN: 90 368 014 94)

Omgaan met seksuele relaties en intimiteit

Stichting Liberman Modules.

Korte beschrijving

De module is gericht op het aanleren van noodzakelijke vaardigheden om cliënten in staat te stellen zelfstandig contacten en relaties aan te gaan en deze te onderhouden op een voor hen zelf en de ander bevredigende manier. De nadruk ligt hierbij op communicatievaardigheden.

De module bestaat uit twee afzonderlijk te gebruiken delen. Deel 1 focust op het aangaan en onderhouden van allerlei, meer of minder intieme, relaties. Deel 2 richt zich op het aangaan en onderhouden van een intieme relatie, inclusief het aangaan en hebben van seks met een ander. Vaardigheden worden volgens vaststaande stappen getraind, waarbij gebruik wordt gemaakt van sociale bekrachtiging en beloning. Ieder deel is onderverdeeld in vier vaardigheidsdomeinen, te weten:

Deel 1 Communicatievaardigheden, het aangaan van sociale relaties, het onderhouden van sociale relaties en beslissingen nemen;

Deel 2 Praten over intimiteit, hoe werkt jouw zin, hoe wil je dat ik doe en probleem oplossen.

Beide delen zijn onafhankelijk van elkaar te gebruiken, afhankelijk van het vaardigheidniveau en de behoefte van de deelnemer. De groepsgewijze aanpak levert een bijdrage aan de empowerment van de doelgroep. In de training worden onderwerpen behandeld en geoefend die door de begeleiders of deelnemers aangegrepen kunnen worden om hier na de trainingssessies in groepjes verder over te praten en aan te gaan werken.

Doelgroep

De module richt zich op mensen, die zich bezighouden met de zorg voor mensen met een (licht) verstandelijke of psychiatrische handicap. Het tempo en de intensiteit waarmee de module in de groep wordt uitgevoerd, kan worden aangepast aan het niveau en de grootte van de groep. Het taalniveau van het werkboek voor de deelnemers is behoorlijk hoog.

Praktische informatie

Een complete module bestaat uit een handleiding voor de trainer die zowel deel 1 als deel 2 omvat. Daarnaast uit tien werkboeken voor cliënten deel 1, tien werkboeken voor cliënten deel 2, een instructie-dvd en een tweedaagse kennismakingstraining voor een professional. De module is deels gebaseerd op de Amerikaanse module Conversational Skills en Friendship, waarbij vooral in het tweede deel veel nieuw is ontwikkeld.

Prijzen

- complete module, inclusief twee trainingdagen: € 1.031,83
- losse handleiding: € 97,00
- werkboeken: € 130,00 (set van tien)
- dvd: € 79,83

Stichting Liberman Modules
Saal van Zwanenbergweg 11
5026 RM Tilburg
Tel.: 013 – 592 01 00
info@liberman.nl
www.liberman.nl

2.4 Materialen voor mensen met een handicap

Materialen die gebruikt kunnen worden bij voorlichting over seksualiteit en relaties aan mensen met een handicap.

(Les)pakketten

Weerbaarheid: baas over mijn eigen lijf

Korte beschrijving

Het (les)pakket bestaat uit een trainingskoffer met drie videobanden, een werkboek, gekleurde platen, een pictoserie en een spel. Het doel van de koffer is mensen met een handicap weerbaar te maken tegen seksueel misbruik. Naast het bieden van informatie ligt de nadruk op het (aan)leren van vaardigheden, waarmee mensen zich te weer kunnen stellen tegen ongewenste intimiteiten. De video's bevatten korte en concrete filmbeelden en hebben een rustige montage. Door de herhaling van boodschappen is de serie voor veel mensen begrijpelijk. De video werkt met herkenbare praktijkvoorbeelden en probeert op die manier 'seksueel misbruik' ook in een breder verband te plaatsen.

Video 1 (30 minuten) Lichaamsbewustzijn

Getoond wordt een lichamelijke aanraking, die al dan niet prettig is, in combinatie met normen; bijvoorbeeld allebei willen. Elk voorbeeld wordt begeleid met vragen en keuzemogelijkheden, die geïllustreerd en ondersteund worden met pictogrammen.

Video 2 (25 minuten) Gevoelens rond seksueel misbruik

Centraal in deze video staat het verhaal van een meisje, dat in het gezinsvervangend tehuis door een mannelijke medebewoner seksueel geïntimideerd wordt. In een studiogesprek reageren verstandelijk gehandicapten op dit verhaal en wordt vooral stilgestaan bij gevoelens die door seksueel misbruik kunnen worden opgeroepen. De kijker wordt door middel van vragen gestimuleerd hierover ook zelf na te denken en te praten.

Video 3 (35 minuten) Voorbeeldgedrag; vaardigheden om te reageren

Achtereenvolgens komen seksueel misbruik door een taxichauffeur, groepsleider en (homoseksuele) aanranding door een medebewoner aan de orde. Gerichte vaardigheden worden herhaaldelijk getoond en toegepast.

De videoserie gaat vergezeld van een handleiding met methoden die hulpverleners in staat dient te stellen seksueel geweld bespreekbaar te maken en mensen met een verstandelijke handicap te trainen in weerbaarheid.

Doelgroep

Mannen en vrouwen vanaf zestien jaar met een lichte of matige verstandelijke handicap (aanpassing nodig voor autisme, gedragsproblematiek e.d.).

Ervaringen uit de praktijk

Uit een evaluatie komt naar voren, dat transfer naar de dagelijkse situatie snel dreigt weg te zakken. Enerzijds doordat begeleiders uitvallen of weggaan, waardoor de continue aandacht voor de effecten van de training verdwijnt. Anderzijds doordat vanuit het management onvoldoende inzicht en ondersteuning plaats vindt betreffende het leerproces, waardoor onvoldoende ruimte gecreëerd wordt om het programma uit te voeren. Uit de evaluatie blijkt tevens, dat het koffertje bereikt waarvoor het bedoeld is. Dat wil zeggen, dat meer dan de helft van de mensen (met lichte en matige verstandelijke handicap) die het programma hebben gevolgd, situaties beter herkennen en sneller hulp van buiten inroepen.

De afwisseling in spel, video en opdrachten maakt het een interessant pakket. Wel vereist het een goede voorbereiding en ondersteuning van de begeleiders die er mee gaan werken.

Praktische informatie

'Koffertje Weerbaarheid'

Prijs: € 125,00

Nunspeet: Stichting Philadelphia Zorg, 1997/2000

Tel.: 0341 – 27 85 00

hk@philadelphia.nl

Christine van Andel

vanandel@jwerkhoven.demon.nl

Deurtje open, deurtje dicht

Sociale weerbaarheid en relatievorming.

Korte beschrijving

'Deurtje open, deurtje dicht' is een aanvulling op het 'Koffertje Weerbaarheid'. De inhoud van het pakket is breder dan dat van het koffertje en omvat sociale weerbaarheid en relatievorming. Thema's die aan de orde komen zijn:

- eigenwaarde en zelfvertrouwen aanleren;
- gevoelens herkennen en uiten (o.a. eenzaamheid, jaloezie, boosheid, verdriet en spijt hebben);
- vriendschap en relaties en de verschillen daartussen;
- pesten;
- seksuele intimidatie;
- macht binnen relaties.

Er is veel aandacht voor fysieke- en verwerkingsoefeningen en voor het leerproces er omheen. Evenals bij het koffertje kunnen de teksten van de presentatrice letterlijk door de begeleiders worden overgenomen. Uit een evaluatie die is uitgevoerd, blijkt dat deze opzet goed werkt en vaak wordt toegepast.

Doelgroep

Mannen en vrouwen vanaf zestien jaar met een lichte of matige verstandelijke handicap. De opzet is stapsgewijs en de thema's zijn heel concreet uitgewerkt, waardoor mensen met een zwaardere handicap er ook profijt van kunnen hebben. Het pakket kan in zijn geheel en 'ad hoc' –onderdelen kunnen tevens los worden getraind– gebruikt worden. Bovendien kan het op maat worden toegesneden, doordat de snelheid waarmee thema's worden behandeld aangepast kunnen worden aan de cursist. Voor het daadwerkelijk verwerven van een gevoel van zelfvertrouwen en sociale weerbaarheid is het wel belangrijk om het gehele programma te trainen.

Praktische informatie

Het pakket bestaat uit twee dvd's van ieder 60 minuten –met veel kleine spelscènes die grotendeels worden gespeeld door mensen met een handicap–, een werkboek van ± 100 bladzijden –met inhoudelijke informatie voor begeleiders–, oefeningen en voor cursisten een speluitleg en een doe-boek.

Het is de bedoeling, dat er tevens een train-de-trainer programma komt. Deze training wordt eerst binnen de Stichting Philadelphia Zorg gegeven.

'Deurtje open, deurtje dicht', Sociale weerbaarheid en relatievorming

Prijs: € 275,00 (ISBN: 90 755 851 44)

Stichting Philadelphia Zorg, Ingrid Schaap

Tel.: 0341 – 27 85 94

info@philadelphia.nl

Nee = Nee

Weerbaarheidstraining.

Korte beschrijving

Weerbaarheidstraining voor kinderen en jongeren met een visuele beperking. Bij de training wordt vooral gewerkt met werkvormen waarin het lijfelijk contact een grote rol speelt. Daarnaast wordt gebruik gemaakt van videocomposities die geschikt zijn voor zeer slechtziende en blinde kinderen en jongeren, ook als zij daarnaast een auditieve beperking hebben. De doelstellingen van de training zijn: herkennen van gevoelens en grenzen, het bewaken van grenzen in dagelijkse situaties en het bewaken van grenzen wanneer lichamelijke integriteit wordt aangetast. De training is onderverdeeld in drie delen die oplopen in moeilijkheidsgraad. Iedere trainingsbijeenkomst heeft dezelfde opzet.

Doelgroep

Kinderen en jongeren met een ernstige visuele beperking. De training is tevens bruikbaar voor (zeer) moeilijk lerende kinderen en jongeren met een pervasieve ontwikkelingsstoornis.

Praktische informatie

'Nee = Nee: Weerbaarheidstraining', Verhoof-van Gool, I.; Vermeer, G.; Doorn: Bartiméus, 2003. Het pakket bestaat uit een trainingshandleiding, videoband met de benodigde fragmenten, diskette met huiswerkopdrachten, smiles, kaarten en platen.

Prijs: € 125,00

Bartiméus Informatiepunt Publicaties en Presentaties
Postbus 340
3940 AH Doorn
Tel.: 0343 – 526 844
www.bartiméus.nl

Seks@relaties.com

Voorlichtingsmateriaal rond relaties en seksualiteit.

Korte beschrijving

Seks@relaties.com bestaat uit een werkboek met theoretische achtergronden en methodieken en een materialenmap. De materialenmap bevat 250 dia's, 50 tekeningen en werkbladen, en een cd-rom met materiaal voor individuele deelnemers of een vormingssessie. De gedetailleerde uitleg kan zowel individueel als in groepswork worden aangewend. Veel aandacht is besteed aan het uitgebreid ondersteunend visueel materiaal. Thema's die aan bod komen zijn:

- Seksualiteit: het lichaam en lichamelijke veranderingen, seksuele gevoelens en masturbatie, voortplanting en vrijen, zwangerschap en geboorte, voorbehoedsmiddelen en seksueel overdraagbare ziektes;
- Relaties: zelfbeeld, gevoelens verkennen, relaties en verschillen in relaties, nieuwe relaties maken, relaties onderhouden, afstand in relaties en passend gedrag, grenzen, relaties afbreken en weerbaarheid.

Doelgroep

Mensen/jongeren met een verstandelijke handicap.

Praktische informatie

'Seks@relaties.com': Voorlichtingsmateriaal rond relaties en seksualiteit, Rijckaert, A.; Clae-rhout, H.; Conix, G.; VMG Vormingswerk voor mensen met een verstandelijke handicap, 2003 (werkmap: € 300,00).

Om met het pakket te werken, wordt een train-de-trainer programma aangeboden van twee dagdelen (docentenhandleiding: € 300,00).

VZW VMG

Tel.: 00 32 (0)9 – 22 89 698

vzwvmg@planetinternet.be

www.vzwvmg.be

Lief en lijf: vriendschap en seks

Voorlichtingspakket over relaties en seksualiteit voor mensen met een handicap.

Korte beschrijving

Het pakket bestaat uit vier video's, drie boekjes en een handleiding voor begeleiders. Het doel van het lespakket is de educatie van volwassen verstandelijk gehandicapten op het gebied van seksualiteit en relaties. Een speciaal oogmerk van het pakket is seksuele voorlichting met het oog op aids-preventie. Praten over seks is in het pakket ingebed middels praten over relaties. In het bijzonder, praten over de meest elementaire vorm van relaties: vriendschap.

De begeleiderhandleiding vormt de verbinding tussen de leesboeken en films enerzijds en de ervaringen van verstandelijk gehandicapten anderzijds. De handleiding omvat 91 lessen. De begrippen vriendschap en seksualiteit worden in kleinere eenheden opgesplitst, die zich gemakkelijk laten vertalen in termen van gedrag. Het is zo mogelijk om te werken rond begrippen als vriendschap, vrijen en neuken. Het is een erg visueel en concreet programma, hetgeen tevens betekent dat het vrijen en neuken open en bloot getoond worden.

De drie boekjes gaan over 'Vrijen', 'Vriendschap' en 'Met elkaar naar bed gaan'. De vier video's gaan over 'Vriendschap', 'Het eigen lichaam', 'Seks' en 'Voorbehoedmiddelen'.

Doelgroep

Volwassen mensen met een verstandelijke handicap. Het lespakket wordt tevens gebruikt in het voortgezet dovenonderwijs.

Praktische informatie

'Lief en lijf', Gesthuizen, S. (redactie); Leuven/Apeldoorn: Garant uitgevers, 1994 (2^e druk 1995, 353 pagina's).

Prijzen

- compleet pakket: € 123,70

- video's: € 98,40

Jij en ik

Relaties en seksualiteit.

Korte beschrijving

Een videoserie met handleiding bestaande uit zeven videofilms, waar mensen met een verstandelijke handicap onder begeleiding naar kunnen kijken en waarop ze kunnen reageren. Daarbij worden via gesprekken in de studio en scènes uit het leven de thema's relaties en seksualiteit zodanig binnen hun belevingswereld gebracht, dat ze voor henzelf herkenbaar

en bespreekbaar kunnen worden. Bij de serie is een handleiding ontwikkeld, bestemd voor de begeleiding. Tevens is een versie met ondertiteling van de video's verkrijgbaar.

De video's kennen de volgende titels:

- Deel 1: Jongen en meisje.
- Deel 2: Ik geniet van mijn lijf.
- Deel 3: Hoe krijg ik verkering?
- Deel 4: Vrijen: hoe gaat dat verder?
- Deel 5: Een kind krijgen... of toch maar niet?
- Deel 6: Ik heb al een tijdje verkering.
- Deel 7: Verkering en vriendschap.

Doelgroep

Jongeren met een verstandelijke handicap.

Praktische informatie

'Jij en ik', Provinciaal Steunpunt Groningen 'Aandacht voor levensvragen' (samensteller), 1995.

Prijzen

- per deel: € 25,00
- alle delen, inclusief handleiding: € 150,00

Steunpunt 'Aandacht voor levensvragen'

Plutolaan 329-a

9742 GK Groningen

Tel.: 050 – 57 77 447

info@aandachtvoorlevensvragen.nl

Informatie via de heer P. Brongers

Sterke verhalen

Jongeren in gesprek over handicap en seksualiteit.

Korte beschrijving

Video, handleiding en brochure over seksualiteit en (lichamelijk) gehandicapte jongeren.

'Sterke verhalen' geeft informatie over veranderingen tijdens de puberteit op lichamelijk en gevoelsmatig gebied en over het aangaan van relaties. De thema's worden in de film door jongeren met een handicap zelf aan de orde gesteld. In de handleiding wordt aandacht besteed aan het belang van een positief zelfbeeld voor de seksualiteitsbeleving, de rol van de ouders/opvoeders en docent/begeleiders. Er is een voorbeeldplan relationele- en seksuele ontwikkeling in opgenomen.

Doelgroep

De videoband en de brochure zijn bestemd voor jongeren met een handicap of chronische ziekte, in de leeftijd van 12 tot 18 jaar. De handleiding is voor docenten VSO.

Praktische informatie

'Sterke verhalen': Jongeren in gesprek over handicap en seksualiteit, Bijsterveld, M.; Elskamp, E.; Utrecht: Gehandicaptenraad, 1998.

Prijzen

- video(25 minuten) en brochure: € 19,75
- handleiding voor docenten VSO: € 2,30

Verkrijgbaar bij: Rutgers Nisso Groep, Utrecht
Tel.: 030 – 231 34 31
www.rutgersnissogroep.nl

Geen kind meer

Seksuele voorlichting aan jongeren met een verstandelijke handicap vanaf twaalf jaar.

Korte beschrijving

Het pakket bestaat uit drie delen, te weten:

1. Voorlichtingsmethode voor ouders, verzorgers en groepsleiding. Deze bestaat uit een groot aantal foto's en tekeningen met een bijbehorende handleiding. Behandeld wordt onder andere algemene seksuele voorlichting, lichaamsveranderingen, rolpatronen, seksueel misbruik, veilig vrijen en aids. De handleiding heeft onder meer aandacht voor vragen en problemen rond seksualiteit.
2. Ideeënboek ten aanzien van seksuele voorlichting voor groepsleiders, hulpverleners en opvoeders die werkzaam zijn in de gehandicaptenzorg. Naast tips en oefeningen voor de groepsleiders zelf, beschrijft het spel- en werkvormen waarmee men op vrij speelse wijze allerlei aspecten van seksualiteit en relaties bespreekbaar kan maken.
3. De brochure voor ouders, verzorgers en groepsleiding bevat achtergrondinformatie en tips voor het geven van seksuele voorlichting.

Het pakket heeft als uitgangspunt: een positieve kijk op seksualiteit. De methode biedt ondersteuning aan degene die seksuele voorlichting wil geven en is geschikt voor individueel en groepsgebruik. Dat wil zeggen voor ouders of verzorgers die hun eigen kind willen voorlichten en voor groepsleiding die voorlichting wil geven aan een groepje jongeren. Behandeld worden de veranderingen die op lichamelijk en gevoelsmatig gebied spelen, de relaties van de jongere met anderen, en de interactie tussen de jongere en zijn of haar omgeving. Er is tevens een gelijknamige brochure voor ouders en verzorgers.

Doelgroep

Jongeren en volwassenen met een verstandelijke handicap (vanaf twaalf jaar) en hun verzorgers. Het materiaal wordt tevens gebruikt bij meervoudig gehandicapten.

Praktische informatie

'Geen kind meer': Seksuele voorlichting aan jongeren met een verstandelijke handicap vanaf 12 jaar, Braeken, D.; Marneth, A. (samensteller); Den Haag: Rutgers Stichting/PSVG, 1992.

Materiaal is niet meer te koop. Kopieën zijn verkrijgbaar bij de Rutgers Nisso Groep ad € 15,00. Te bestellen per mail: rng@rng.nl.

Tel.: 030 – 231 34 31

www.rutgersnissogroep.nl

Daarnaast is het materiaal te leen via GGD of schoolbegeleidingsdienst.

Stel je voor

Sociale vaardigheden voor zwakbegaafde jongeren.

Korte beschrijving

Een lesmethode bestaand uit een multiband met een uitgebreide handleiding, bladen met stappenkaartjes, kopieerbladen, aftekenlijsten en een leerlingvolgsysteem. De thema's die behandeld worden zijn onder meer: kennismaken, luisteren, iets vragen, nee zeggen, praatje beginnen, iets bepraten, kritiek krijgen en geven, compliment geven en ontvangen.

Doelgroep

Voortgezet onderwijs voor leerlingen met leermoeilijkheden (VSO, Praktijkschool, LWOO).

Praktische informatie

'Stel je voor': Sociale vaardigheden voor zwakbegaafde jongeren, Schraven, J.; Didam: Stichting Spondi, 2^e druk 2002.
Prijs: € 80,00

Stichting Spondi
Tel.: 0316 – 22 75 85 / 22 16 07
www.spondi.nl

Zelfzorg

Verzorging en biologie.

Korte beschrijving

Programma voor de vakken verzorging en biologie in het VSO/Praktijkonderwijs. De insteek bij seksualiteit is vooral biologisch en minder gericht op relaties en gevoelens. Het programma bestaat uit zes delen, waarbij ieder deel bestaat uit een leer/leesboek, kopieerboek en handleiding. De delen één tot en met drie bevatten tevens een puzzelset. In het programma worden onder andere de volgende thema's behandeld: verzorging van het eigen lichaam, puberteit, zwangerschap, geboorte, anticonceptie, homoseksualiteit en SOA. In deel vier komen 'moeilijke onderwerpen' aan de orde: ongewenste intimiteiten, verkrachting en incest. De delen vijf en zes behandelen geen thema's rond seksualiteit, maar gaan over gewoonten en verslavingen en over verzorging van de omgeving (als voorbereiding op meer zelfstandig wonen).

Doelgroep

Voortgezet onderwijs voor leerlingen met leermoeilijkheden (VSO, Praktijkschool, LWOO).

Praktische informatie

'Zelfzorg', Zegwaard-Braam, C.E.; Didam: Stichting Spondi, 2000-2003.
Prijzen variëren tussen € 55,00 en € 130,00 per deel.

Stichting Spondi
Tel.: 0316 – 22 75 85 / 22 16 07
www.spondi.nl

Spellen en andere materialen

Van wie ben jij, ik ben die ik ben

Voorlichtingsboek seksualiteit.

Korte beschrijving

Een kijk- en voelboek met illustraties, eenvoudige tweedimensionale weergave van penis en vagina en simpele teksten die een begeleider/verzorger samen met een cliënt kan doorne-
men. Met behulp van de figuren (poppetjes) –die herinneringen losmaken– en andere illu-
straties, kan het eigen verhaal van de cliënt met begeleiding, maar zonder invulling van de
begeleiding, worden opgeroepen. Het boek is ontworpen en uitgewerkt door de auteur om op
eenvoudige en voorzichtige wijze hulp te bieden bij situaties en gedragingen op het gebied
van seksualiteit, relatievorming en seksueel misbruik. Het kan worden gebruikt om in geval
van seksueel misbruik het verhaal boven water en/of duidelijker te krijgen op een veilige, niet
bedreigende manier. Het boek kan als een gefigureerde vragenlijst dienen. Tevens is het
bruikbaar als start voor het geven van voorlichting over seksualiteit, het weerbaarder maken
van cliënten en ter verduidelijking van wat wel en niet aanvaardbare gedragingen zijn.

Doelgroep

Het boek is voor meerdere doelgroepen bruikbaar, doordat hierin gebruik gemaakt wordt van
eigen (pas)foto's, de eigen ervaringen van de cliënt centraal staan en de wijze waarop het
wordt gebruikt eenvoudig aan het niveau van cliënten kan worden aangepast. Het minimale
sociale-, emotionele- en cognitieve niveau zou dat van een 2,5 jarige moeten zijn.

Praktische informatie

Het is de bedoeling, dat er een cursus van twee dagdelen voor begeleiders komt. Deze zal in
eerste instantie alleen intern binnen de stichting Aveleijn worden gegeven.

'Van wie ben jij, ik ben die ik ben': Voorlichtingsboek seksualiteit, Anna ten Hove; Hengelo:
Stichting Aveleijn, 2004.

Bestellen door overmaking van € 50,00 op rekeningnummer 110998731, Rabobank Hengelo
o.v.v. 'Boek'.

Stichting Aveleijn
Tel.: 074 – 255 66 00
info@aveleijn.nl
www.aveleijn.nl

Samenspel (werktitel)

Spel over vriendschap, relaties en seksualiteit.

Korte beschrijving

Het spel bestaat uit kijkkaarten, onderverdeeld in zes categorieën: lichaam, vriendschap,
relaties, seksualiteit, voorbehoedsmiddelen en weerbaarheid. De kaarten kunnen ook ge-
combineerd worden met een spelbord of kleurendobbelstenen (apart verkrijgbaar). De kaar-
ten zijn bedoeld om een associatie op te roepen bij de deelnemer en daardoor een thema
bespreekbaar te maken. Er kan individueel dan wel met een groep mee worden gewerkt. Het
spel is ontwikkeld als actuele aanvulling op het lespakket 'Lief en lijf', maar kan tevens zelf-
standig worden gebruikt. In de toekomst zullen meer thema's op deze wijze worden uitge-
werkt, zoals 'kinderen krijgen', 'kinderen opvoeden' en 'homoseksualiteit'.

Doelgroep

Mensen met een verstandelijke handicap.

Praktische informatie

'Samenspel': spel over vriendschap, relaties en seksualiteit (werktitel), Wilco de Schouwer. Het spel wordt begin 2005 verwacht.

Bureau Edubooks & Training
Tel.: 024 – 39 703 66
edubooks@tiscali.nl

Fotoserie Vrouwenzaken*Korte beschrijving*

De foto's over vrouwenzaken bestaan uit vier series die bedoeld zijn om meisjes en vrouwen informatie te geven over menstruatie, tampongebruik, borstsonderzoek door arts en via mammografie, inwendig onderzoek en het uitstrijkje. De foto's kunnen communicatieve ondersteuning bieden bij het bezoek aan een instantie, huisarts of ziekenhuis en als bijvoorbeeld voorbereid moet worden op de menstruatie. Met behulp van de fotoserie kunnen stappenplannen worden samengesteld, om de gang van zaken rondom deze onderwerpen te verduidelijken: wat gebeurt er als je menstrueert, welke hygiënische maatregelen tref je, hoe breng je een tampon in, wat doet een arts als een uitstrijkje wordt gemaakt, welke apparatuur wordt gebruikt bij een borstsonderzoek en welke handelingen horen daarbij?

Doelgroep

Meisjes en vrouwen met een verstandelijke- en/of communicatieve handicap.

Praktische informatie

Vier series:		Geplastificeerd	Ongeplastificeerd
- Inwendig onderzoek	13 foto's	€ 19,00	€ 15,00
- Menstruatie	33 foto's	€ 48,00	€ 38,00
- Borstsonderzoek	15 foto's	€ 21,00	€ 17,00
- Tampongebruik	14 foto's	€ 26,00	€ 16,00

Bestellen via: www.kegg.nl

Koninklijke Effatha Guyot Groep/methode Weerklank
Saskia Voortman
Tel.: 020 – 667 86 78
s.voortman@kegg.nl

Competentie Lijst Seksualiteit (CLS)*Korte beschrijving*

Jongeren dienen over een minimum aan vaardigheden omtrent seksualiteit te beschikken om de taken waarmee zij geconfronteerd worden te kunnen vervullen. De Competentie Lijst Seksualiteit (CLS) is een hulpmiddel om zicht te krijgen op de seksuele ontwikkeling van jongeren. Er is een CLS voor meisjes en één voor jongens. De CLS is ontwikkeld in het kader van het project 'Preventie van seksueel grensoverschrijdend en gewelddadig gedrag van en tussen moeilijk lerende jongeren' op Groot-Emaus.

De CLS is onderverdeeld in elf subtaken:

1. verzorging van eigen lichaam en uiterlijk en omgaan met lichamelijke veranderingen;
2. omgaan met 'nieuwe' seksuele gevoelens, fantasieën en gedachten;
3. kiezen van een sekserol en seksuele voorkeur;
4. vrijen met jezelf;
5. contact maken;
6. relaties onderhouden;
7. vrijen met anderen;
8. veilig vrijen;
9. omgaan met regels uit de samenleving t.a.v. gewenste en ongewenste vormen van seksualiteit;
10. praten over en hulp vragen bij seksuele problemen;
11. omgaan met waarden, normen en regels van ouders t.a.v. seksualiteit.

In de CLS vult de mentor van een jongere per vaardigheid aan in hoeverre de jongere de betreffende vaardigheid beheerst. Tevens kan op basis van de CLS een plan gemaakt worden omtrent vaardigheden die een jongere op korte termijn dient te leren.

Doelgroep

Begeleiders/mentoren van jongeren met een handicap.

Praktische informatie

'Competentie Lijst Seksualiteit', Haspels, M.; Spanjaard, H.; Duivendrecht: De Bascule. (O.a.) opgenomen in beleidsnotitie 'Seksualiteit en seksueel misbruik': Elbers, M.; et al; Ermelo: Groot-Emaus, 1998.

Bestellen per fax (0341 – 56 22 46) bij Groot-Emaus.

De Bascule

Tel.: 020 – 89 01 900

info@debascule.com

www.pi-amsterdam.nl

Anticonceptie-voorlichtingskoffer

Korte beschrijving

Voor sommige doelgroepen is het effectief om informatie over de verschillende anticonceptiemiddelen en hun werking te visualiseren. Daarom ontwikkelde de Rutgers Nisso Groep de anticonceptie-voorlichtingskoffer, met name gericht op voorlichting aan jongeren en allochtonen. De koffer bevat alle vormen van anticonceptie die in Nederland verkrijgbaar zijn, plus de brochure 'anticonceptiemiddelen'. Bij de koffer bevindt zich een handleiding voor het geven van voorlichting.

Doelgroep

Jongeren.

Praktische informatie

Anticonceptie-voorlichtingskoffer, Rutgers Nisso Groep

Prijs: € 73,00

Bestellen via: www.rutgersnissogroep.nl

Video's/Dvd's

EigenWijs

Programma over weerbaarheid.

Korte beschrijving

Een video met korte handleiding over weerbaarheid voor jongeren met een lichamelijke handicap. Het videoprogramma probeert jongeren te leren (seksuele) intimidatie voor te zijn door hen meer adequate reacties op vervelende of juist prettige situaties te laten zien. In tien scènes laten een aantal jongeren zien waar ze over struikelen, waar hun grenzen liggen en hoe je adequaat kunt reageren in lastige situaties. Deze scènes zijn: zwemmen, mannen en vrouwen, het kinderdagverblijf, een taxirit, in de groep, bij het opstaan, op kantoor, de stagiaire, een feestje en verkering.

De handleiding bevat tips voor de voorbereiding, uitvoering en nabespreking en opdrachten naar aanleiding van de verschillende scènes.

Praktische informatie

'EigenWijs': Programma over weerbaarheid, STUG videoproducties, Arnhem: STUG videoproducties, 2002.

Gemaakt in opdracht van Groot Klimmendaal, Arnhem.

Prijzen (inclusief verzendkosten en handleiding)

- dvd: € 35,00

- video(VHS): € 25,00

STUG videoproducties

Tel.: 026 – 35 10 281

y.linders@stugvideo.nl

www.stug.nl

Aan hartstocht geen gebrek

Over handicap, erotiek en lichaamsbeleving.

Korte beschrijving

De video is een vervolg op het boek met de gelijknamige titel. Het gaat om een gedramatiseerde documentaire waarin mensen met een handicap laten zien hoe zij met hun lichaam omgaan en er plezier aan beleven. Zij laten zien hoe zij hun lichaam ervaren, er soms mee vechten, maar er ook mee verleiden en van genieten. De video is bedoeld voor mensen met een handicap, bewoners of revaliderenden in instellingen, maar tevens voor andere betrokkenen, zoals ouders, verzorgenden en leerkrachten. Bij de video wordt een begeleidende brochure geleverd met informatie over het mogelijk gebruik van de video in groepen.

Praktische informatie

'Aan hartstocht geen gebrek': Over handicap, erotiek en lichaamsbeleving (34 minuten), Folkerts, A.; Weijer, A., van de; Utrecht: CG-Raad, 1995.

Te huur via de CG-Raad

Tel.: 030 – 291 66 50

www.cg-raad.nl

Knoop in je zakdoek

Vier uitzendingen over seksualiteit en over seksueel misbruik bij verstandelijk gehandicapten.

Handen thuis!

28 april 1996

Aanklachten van seksueel misbruik van verstandelijk gehandicapten lopen vaak op niets uit, omdat getuigenissen niet kunnen worden gebruikt in de rechtszaal.

Het geheim van Mirjam

15 juni 1997

Uitzending over seksueel misbruik. Mirjam heeft een probleem. Een van de begeleiders, Rob, heeft haar getroost toen zij zich triest voelde. Rob deed heel lief tegen Mirjam en dat gaf haar het idee, dat zij een speciale band met elkaar hadden, anders dan alle anderen.

't Laat me niet los

14 maart 1999

Pedoseksuelen zoeken weerloze slachtoffers. Mensen met een mentale handicap komen daar perfect voor in aanmerking: ze zijn vaak afhankelijk van de dader, kunnen zich vaak verbaal noch psychisch verweren, worden niet geloofd door de omgeving en zijn geen goede getuigen, doordat zij de misdaad moeilijk kunnen navertellen (het aantal keer, de plaats en door wie). Harriët Hofstede, orthopedagoge, slaagt erin met deze slachtoffers om te gaan: ze verstaat en spreekt hun taal en helpt ze te herstellen.

Relaties

09 mei 2004

Er zijn verschillende soorten relaties: een relatie met collega's, vrienden, of een liefdesrelatie. Sjaak en Esmeralda zijn op zoek naar liefde. Ze doen dat via een advertentie in de krant. Maar of dat nu zo'n goed idee was...

Praktische informatie

Afleveringen van 'Knoop in je zakdoek' kunnen besteld worden bij de Publieksservice van Teleac, telefoonnummer: 0900 – 13 44 (20 ct/min).

Video(VHS) bestaande uit de tien Infoprogramma's van 'Knoop in je zakdoek'. Artikelcode V1430, prijs: € 81,00.

(Voorlichtings)boeken

Indien geen bestelinformatie staat vermeld, zijn de boeken verkrijgbaar via de boekhandel.

Laura's geheim

Otten, M.; 't Harde: Van Tricht, 88 pagina's, 2002.

Jeugdboek over het meisje Laura, dat seksueel misbruikt wordt. Eerst vertelt ze een vriendin en daarna haar moeder over haar ervaringen en gevoelens. Het boek is geschreven voor jongeren met een taalachterstand.

Bestelinformatie:

Troefreeks, categorie 'moeilijk lezen'

Prijs: € 9,40

Emotieboekjes

Zoetermeer: Effatha Guyot, Afdeling Arentshof.

Een serie boekjes ontwikkeld voor kinderen en jongeren met een auditieve en/of verstandelijke handicap. In de boekjes worden verschillende gevoelens uitgewerkt in tekeningen en het bijbehorende gebaar. Er zijn boekjes over de volgende thema's: bang, blij, verdrietig, aardig, boos, plagen, helpen, natte dromen en ongesteldheid.

Bestelinformatie:

Koninklijke Effatha Guyot Groep

info@effathafuyot.nl

www.effathaguyot.nl

Prijzen

- de hele serie: € 30,40

- per stuk: € 4,50

Seksueel misbruik! Wat is dat?

Een informatief boek voor doven en slechthorenden, Hinkley, Karen R.; Nelson, Mary F.; (vertaling FODOK), Amsterdam: Algemeen Pedagogisch Studiecentrum, 1991.

Het boek geeft informatie over wat seksueel misbruik is en hoe je er iets tegen kan doen. Dit boek is in eerste instantie bedoeld voor dove en ernstig slechthorende kinderen en jongeren. De materie wordt zeer expliciet en op visuele wijze aan de orde gesteld.

Bestelinformatie:

FODOK, Utrecht

Tel.: 030 – 290 03 60

www.fodok.nl

Prijs: € 9,10

Vriendschap

Vrienden maken en vrienden blijven, SOMMA (nu MEE) en Federatie van Ouderverenigingen(FvO), 2001.

Een titel uit de serie 'Gewoon zo!' voor jongeren met een (verstandelijk) handicap. Het gaat over: hoe je contact maakt, wanneer iemand een vriend is, vriendschap onderhouden, afspraken maken, ruzie, verliefd, grensoverschrijdend gedrag en seksueel misbruik. Het boek bestaat uit korte teksten, met enkele tekeningen ter illustratie.

Boek is niet meer verkrijgbaar.

MEE Nederland
www.meenederland.nl
www.mee.nl
Tel.: 030 – 236 37 07

Federatie van Ouderverenigingen
www.fvo.nl
Tel.: 030 – 236 37 67

Safe without sight

Crime prevention and self-defense strategies for people who are blind, David, W.; Kollmar, K.; McCall, S.; Martin, S.R.(Editor); Boston: National Braille Press, 1998.

Handboek over en met zelfverdedigingstechnieken en -strategieën voor blinde mensen. Het handboek bestaat uit twee delen. Het eerste deel gaat voornamelijk over criminaliteit in de VS en (voor)oordelen ten aanzien van slachtoffers en daders. Daarnaast wordt specifiek de situatie van blinde mensen belicht. Vervolgens wordt ingegaan op hoe je gevaarlijke situaties kunt vermijden en hoe je, mocht je er toch in verzeild zijn geraakt, weer uit kunt komen. Daarbij worden verdedigingstechnieken beschreven en wordt aangeraden deze te oefenen met vrienden. Een bijzondere en lastige bijkomstigheid is, dat voor veel oefeningen de blinde persoon beide handen nodig heeft en dus de blindenstok dient neer te leggen.

Bestelinformatie:

In braille, op geluidscassette en cd-rom verkrijgbaar via de uitgever: www.nbp.org.
In boekvorm via: www.amazon.com (ISBN: 09 391 731 23, paperback, 90 pagina's).

Aan hartstocht geen gebrek

Handicap, erotiek en lichaamsbeleving: Gon Buurman (foto's) en Karin Spaink (tekst), Amsterdam: Ploegsma/De Brink, 1991.

In het fotoboek laten mensen met een lichamelijke handicap op ontwapenende manier zien hoe zij met hun lichaam omgaan en er plezier aan beleven. Alleen of samen, ieder op hun eigen wijze in hun eigen omgeving. Zij poseren zonder spoor van heimelijkheid of schaamte. Hun lichaam functioneert misschien anders, maar het functioneert wel degelijk, ook seksueel. Gemaakt in opdracht van de Gehandicaptenraad.

Bestelinformatie:

Uitverkocht. Te leen bij de bibliotheek.

Websites

www.zoenenenzo.nl

Site over relaties en seksualiteit voor jongeren met een lichamelijke en/of visuele handicap. Ontwikkeld door de Rutgers Nisso Groep.

De website gaat over puberteit, versieren, seks, relaties en kinderen krijgen. En dat alles rekening houdend met verschillende handicaps. Een handicap heeft veel invloed op seksualiteit en relaties. De site bespreekt hoe je hiermee kunt omgaan, bijvoorbeeld bij het versieren of het aangaan van een relatie. Of hoe de handicap, en de eventuele medicijnen die hiervoor gebruikt worden, invloed kunnen hebben op vruchtbaarheid, het krijgen en opvoeden van kinderen en zwangerschap. Daarnaast worden diverse hulpmiddelen voor het hebben van seks nader toegelicht. De site biedt de mogelijkheid aan jongeren om met elkaar te praten en vragen te stellen over hun persoonlijke problemen.

De website is zo ontworpen, dat deze zeer toegankelijk is voor blinden en slechtzienden. De website is zonder muis te bedienen en biedt de mogelijkheid om lettergrootte en kleurcontrasten aan te passen.

www.weetal.nl

Site over liefde, relaties, intimiteit en seks voor dove- en slechthorende jongeren en voor iedereen die hier meer over wil weten.

De website is een initiatief van de Rutgers Nisso Groep, FODOK, CG-Raad, Koninklijke Effatha Guyot Groep en Viataal.

Op www.weetal.nl wordt alle informatie aangeboden in de Nederlandse gebarentaal, gesproken Nederlands en (eenvoudig) geschreven Nederlands, dit alles met behulp van illustraties. De website bevat een naslagwerk met onderwerpen als je eigen lichaam, voorbehoedsmiddelen en seks. De site heeft tevens een interactief gedeelte, te weten drie interactieve stripverhalen over seksualiteit en seksueel misbruik. De jongeren kunnen zelf het gedrag van de stripfiguren in bepaalde situaties beïnvloeden.

www.handicapenseksualiteit.nl

Site van de Stichting Handicap en Seksualiteit die tot doel heeft: praktische seksuele dienstverlening in de regio Zuid-Limburg. De stichting werkt met vrijwilligers.

De stichting heeft een spreekuur waar mensen met een lichamelijke handicap terecht kunnen, die behoefte hebben om te praten over hun seksualiteitsbeleving en/of informatie, advies, ondersteuning wensen. In overleg is een afspraak voor een gesprek of huisbezoek mogelijk.

De stichting biedt praktische dienstverlening, dat wil zeggen dat de vrijwilliger luistert naar wat iemand wenst en hierin meedenkt. Daarnaast kan de dienstverlening bestaan uit zaken als: naar iemand toe gaan en experimenteren met hulpmiddelen, het kopen ervan en eventueel aanpassen, hulp bieden bij masturbatie en bevrediging op andere wijzen. Dit alles binnen de grenzen die dienstverlener en dienaarvrager van elkaar respecteren. Voor vragen die buiten deze grenzen vallen, bouwt de stichting aan een netwerk van mensen die tegen betaling diensten verlenen. De dienstverlening geschiedt tegen een geringe vergoeding. Dit om een zakelijk aspect in de dienstverlening te suggereren. De cliënt draagt zelf de verantwoordelijkheid voor wat er gebeurt.

Rond de stichting is een projectgroep gerealiseerd, bestaande uit instellingen en organisaties die iets met seksualiteit en/of handicap te maken hebben zoals Thuiszorg, GGD, RIAGG, COC, Symbiose, Vrouwengezondheidscentrum en het Meldpunt Zorg van de gemeente Maastricht.

Het spreekuur is iedere tweede en vierde dinsdag van de maand van 19.30 tot 21.00 uur, telefoonnummer: 043 – 328 85 38.

www.stichtingtact.nl

Een site voor de relatiebemiddeling van mensen met een lichamelijke handicap.

Stichting TACT is opgericht in 1993 door twee medewerkers van Werkenrode. Zij ontdekten, dat op het gebied van begeleiding bij werk, woning, vervoer en dergelijke van alles geregeld werd voor lichamelijk gehandicapten, maar dat dit niet voldoende was. Bij sommige jongeren bleek tevens behoefte te zijn aan begeleiding bij het zoeken van een partner. Zo ontstond TACT. Het bureau heeft inmiddels circa 200 inschrijvingen, waarbij bemiddeld wordt op karakters en niet beoordeeld wordt op de chronische aandoening of handicap. Belangrijkste voorwaarde van inschrijving is, dat de mensen in staat dienen te zijn om te kunnen communiceren en zelf een relatie te kunnen aangaan en onderhouden.

Vanaf 2002 is TACT met name op internet aanwezig. De oorspronkelijke aanpak, waarin op basis van uitgebreide intakegesprekken voorstellen werden gedaan tot bemiddeling, is vervuld voor een digitale aanpak middels deze website.

Buitenlandse websites met interessante uitgaven en verwijzingen

www.diverse-city.com

Website van een kleine Canadese uitgeverij die veel educatieve materialen voor mensen met een handicap en hun verzorgers/begeleiders uitgeeft.

www.stanfield.com

Website van een instelling voor educatieve programma's en materialen ten behoeve van speciaal onderwijs. De site bevat een uitgebreide catalogus met onder andere preventieprogramma's en materialen voor mensen met een handicap.

www.disability-abuse.com

Website van het Disability, Abuse and Personal Rights Project over mishandeling, misbruik en handicap. Nora Baladerian is directeur van het project. Zij heeft zelf talloze publicaties over handicap en seksueel misbruik geschreven. De site is weinig overzichtelijk, maar bevat veel informatie, documenten en verwijzingen.

www.sexsupport.org

Persoonlijke website over seksualiteit met veel informatie, literatuur en verwijzingen betreffende seksualiteit en mensen met een handicap.

Deel 3

Programma's en materialen algemeen

3.1 Preventie- en weerbaarheidprogramma's algemeen

Marietje Kessels Project

Doel

Het Marietje Kessels Project (MKP) is een preventieproject dat oorspronkelijk is gestart als zelfverdedigingproject voor meisjes. Het huidige doel is het vergroten van de weerbaarheid bij kinderen (jongens en meisjes) in situaties van machtsmisbruik. Het doel is niet alleen om te voorkomen dat kinderen slachtoffer worden van machtsmisbruik door leeftijdsgenoten of volwassenen, maar tevens –hoewel in mindere mate– om te voorkomen dat zij zichzelf schuldig (gaan) maken aan (seksueel) intimiderend of grensoverschrijdend gedrag.

Korte beschrijving

Het Marietje Kessels Project werkt in gescheiden jongens- en meisjesgroepen aan de fysieke en mentale weerbaarheid. In de eerste helft van het programma worden de basisvaardigheden voor zelfbescherming (zowel fysiek als mentaal) aangeleerd. De basisvaardigheden die centraal staan zijn: eigen gevoelens kunnen herkennen en benoemen, negatieve gevoelens op een adequate manier kunnen uiten, conflicten oplossen, hulp vragen en bieden en het inleven in een ander. Vervolgens kan gekozen worden uit zes themalessen, die specifieke onderwerpen aansnijden als: achtervolgd worden, veiligheid, pesten, groepsdruk, kindermishandeling en seksueel misbruik. Er wordt afgesloten met een examen en diploma. De lessen vinden plaats aan het eind van de basisschool (voor kinderen een vertrouwde en veilige omgeving) en worden gegeven door preventiewerkers.

Het Marietje Kessels Project is oorspronkelijk in Tilburg ontwikkeld. Op basis van het in de loop der jaren in Tilburg ontwikkeld model is een handboek geschreven, dat professionals in andere plaatsen ondersteunt in de voorbereiding en uitvoering van een MKP. Het handboek is in 2001 uitgebreid met een bijlage 'Lesgeven aan jongens'.

Doelgroep

Groep zeven en acht van de basisschool. Het gaat om jongens en meisjes in de leeftijd van tien tot dertien jaar.

Voorwaarden voor effectiviteit

Duur en spreiding programma

Het project bestaat uit een reeks van twaalf lessen over mentale en fysieke weerbaarheid.

Combinatie van werkvormen

Er wordt een combinatie gehanteerd van groepsgesprekken, fysieke (zelfverdedigings)oefeningen, rollenspelen en opdrachten in een huiswerkschrift.

Seksuele vorming

Het is belangrijk, dat de kinderen reeds lessen over seksuele vorming hebben gehad, voordat ze de interventie krijgen aangeboden.

Betrekken van derden

De rol van de leerkracht tijdens de lessen is observeren en assisteren. Naast de lessen is er aandacht voor het zorgsysteem binnen en buiten school (o.a. afspraken met hulpverlening) en wordt leerkrachten een handvat geboden voor het signaleren en bespreekbaar maken van grensoverschrijdend gedrag. Ouders worden aan het begin van de lessencyclus middels een informatieavond geïnformeerd om hen bij het project te betrekken, zodat ze thuis kunnen inspelen op hetgeen in de lessen aan bod komt.

(Effect)evaluatie

In Nederland zijn verschillende onderzoeken naar de effectiviteit van Marietje Kessels Projecten gedaan. Enkele resultaten zijn:

- De interventie bij meisjes heeft een significant effect op hun kennis, gedragsintentie en eigen effectiviteit. De kennis van de meisjes over (seksueel) machtsmisbruik is toegenomen, ze kiezen relatief vaker voor een adequate weerbare gedragsreactie en het gevoel van de eigen effectiviteit is bij meisjes toegenomen. De gedragsintentie wordt significant beïnvloed door de etnische herkomst van de meisjes. Bij Turkse en Marokkaanse meisjes is de gedragsintentie het minst veranderd. Tevens wordt de kennisverandering bij de meisjes beïnvloed door hun leeftijd: hoe lager hun leeftijd, des te groter de kennisverandering.
- Bij de jongens heeft de interventie ertoe geleid, dat hun kennis over (seksueel) machtsmisbruik significant is toegenomen en hun attitude ten aanzien van macho- en stoer gedrag is veranderd in gunstige zin. Er is niet of nauwelijks effect op hun gedrag en hun eigen effectiviteit.

Overdraagbaarheid

De landelijke 'Opleiding Docent(e) Weerbaarheid in het basisonderwijs', opgesteld in samenwerking met het Nederlands Instituut voor Sport en Beweging (NISB) en de landelijke Beroepsvereniging docenten Weerbaarheid en Zelfverdediging (BWZ), bestaat als zodanig niet meer. Zie voor meer informatie over de opleidingen bijlage 2.

Daarnaast is er een 'Landelijk Platform Marietje Kessels Projecten' welke beoogt een bijdrage te leveren aan beleids-, product- en methodiekontwikkeling van Marietje Kessels Projecten.

Ervaringen uit de praktijk

Marietje Kessels Projecten zijn tevens uitgevoerd op scholen in het (voortgezet) speciaal onderwijs, te weten scholen voor moeilijk en zeer-moeilijk lerende kinderen en scholen voor kinderen met spraak/taalstoornissen. Het programma wordt daarvoor aangepast aan de verschillende doelgroepen middels: meer herhaling, kleinere stapjes, (taal)aanpassing in de werkboekjes, meer visualisatie voor de moeilijk lerende kinderen, meer structuur en fysieke oefeningen voor kinderen met gedragsproblematiek. Extra aandacht is er voor de transfer naar andere situaties om te voorkomen, dat bijvoorbeeld agressieve kinderen vechtsportoefeningen op verkeerde momenten gebruiken. Andere aanpassingen betreffen: lengte en frequentie van het programma, meer terugkoppeling in de reguliere lessen, meer inspelen op momenten in de groep en een grotere betrokkenheid van leerkrachten. MKP lijkt voor kinderen met autistische stoornissen minder goed te werken.

Er zijn inmiddels door GGD-en en het reguliere onderwijs een aantal preventie- en weerbaarheidstrainingen ontwikkeld die in meer of mindere mate op MKP lijken dan wel voor andere (oudere) doelgroepen zijn bedoeld. Voorbeelden hiervan zijn: 'Kom op voor jezelf', 'Weerbare tieners' en 'Weerbaarheid in het basisonderwijs' (WIBO), welke tevens is toegepast bij kinderen met een licht verstandelijke handicap (al dan niet met gedrag- en leerstoornissen) tussen de 12 en 16 jaar. Voor meer gegevens zie bijlage 2.

Praktische informatie

Handboek 'Marietje Kessels Project': Weerbaarheidvergroting bij kinderen van 10 tot 13 jaar, Helvoort, K., van; Clarijs, Y.; Utrecht: NIZW, 384 pag., 2^e druk, 2002 (ISBN: 90 505 080 49). Te bestellen bij SWP-uitgeverij: www.swpbook.com, telefoonnummer: 020 – 330 7200. Prijs: € 31,25

Meer informatie over MKP staat op: www.weerbaarheid.nisb.nl. Via deze site is tevens de bijlage 'Lesgeven aan jongens' en de inventarisaties van MKP-en –waarin de scholen voor SO te vinden zijn die MKP hebben uitgevoerd– te downloaden.

Rots en Water

Een psychofysieke training voor jongens (praktijk- en theorieboek en videobanden) van Freerk Ykema.

Doel

Het doel van het 'Rots en Water' programma is jongens te leren hun energie op een positieve manier in te zetten en hen zelfrespect en respect voor anderen bij te brengen. Jongens worden ondersteund bij het ontwikkelen van sociale vaardigheden, innerlijke kracht, morele ontwikkeling en richtingsgevoel.

Korte beschrijving

Het 'Rots en Water' programma is een weerbaarheidprogramma met een meervoudige doelstelling en een breed pedagogisch perspectief. Er wordt met een psychofysieke didactiek gewerkt. Met behulp van veel fysieke oefeningen worden mentale en sociale vaardigheden aangereikt en verworven. Daarnaast is het programma ondersteunend voor korte groeps gesprekken waarin ruimte is voor zelfreflectie. Tevens hoort het maken van korte opdrachten bij de methode.

De thema's zijn zelfbeheersing, zelfreflectie en zelfvertrouwen. Hierop voortbouwend is het mogelijk aandacht te hebben voor de thema's: veiligheid, integriteit, assertiviteit, communicatie en het innerlijk kompas (het vinden van een eigen weg die met anderen verbindt en richting geeft). Het thema solidariteit vervult een belangrijke functie en heeft een direct verband met een toenemend besef van waarden, normen en omgangsvormen. Een aantal thema's wordt in het programma door vier rode draden met elkaar verbonden:

1. Het leren gronden (stevig en ontspannen staan), centreren (adem in de buik) en concen treren.
2. De ontwikkeling van de psychofysieke driehoek: lichaamsbewustzijn, emotioneel bewust zijn en zelfbewustzijn.
3. De ontwikkeling van fysieke communicatievormen als basis voor de ontwikkeling van an dere, meer verbaal georiënteerde vormen van communicatie.
4. Het 'Rots en Water' concept: de harde onwrikbare rotshouding versus de beweeglijke verbindende waterhouding op fysiek-, mentaal- en sociaal niveau.

Doelgroep

'Rots en Water' is ontwikkeld als een seksespecifiek programma voor jongens binnen de bovenbouw van het basisonderwijs (basisprogramma), het voortgezet onderwijs (basis- en vervoloprogramma), jeugdhulpverlening en jeugdetentie.

De ervaring heeft echter geleerd, dat ook meisjes veel profijt en plezier kunnen beleven aan het programma. Veel meisjes vinden het moeilijk zich actief te verweren als zij worden bedreigd. Dat maakte het noodzakelijk voor de meisjes (en voor sommige jongens) een extra bouwsteen aan het programma toe te voegen: leren in actie te komen in een bedreigende of stressvolle situatie.

Het programma komt het best tot zijn recht als met afzonderlijke jongens- en meisjesgroepen wordt gewerkt.

Voorwaarden voor effectiviteit

Duur en spreiding programma

Het basisprogramma bestaat uit veertien lessen, waarin veel verschillende oefeningen zijn opgenomen. Het is mogelijk meerdere jaren aaneengesloten met het programma te werken. Herhaling van de oefeningen, met variaties, wordt aanbevolen.

Combinatie van werkvormen

Er worden op verschillende manieren mentale-, sociale- en fysieke vaardigheden geoefend, bijvoorbeeld met fysieke oefeningen, spelactiviteiten en groeps gesprekken.

Seksuele vorming

Is geen onderdeel van het programma.

Betrekken van derden

In 'Rots en Water' getrainde docenten lichamelijke opvoeding en leerlingbegeleiders zijn geschikt voor het werken met het volledige lesprogramma bij schoolklassen, specifieke doelgroepen en individuen.

Om een breed draagvlak te creëren wordt aanbevolen om het gehele schoolteam te informeren en een (deel)training te laten ondergaan.

(Effect)evaluatie

De cursussen worden na afloop intern geëvalueerd.

Overdraagbaarheid

Om docenten en begeleiders op te leiden als trainer van 'Rots en Water' programma is een driedaagse trainersprogramma beschikbaar. Deze vindt plaats op Papendal en is inclusief twee boeken, twee video's en een lunch. Deelnemers ontvangen een certificaat. Na het behalen van het certificaat zijn zij in staat met alle 14 lessen van het programma te werken, binnen de pedagogische setting waarin zij werkzaam zijn.

Het idee is, de komende jaren de expertise van de 'Rots en Water' docenten via herhalings-trainingen op een steeds hoger niveau te brengen. Uiteindelijk moet dit gaan resulteren in het trainen van een kernteam, dat in Nederland trainingen aan volwassenen, schoolteams en andere docenten gaat verzorgen.

Ervaringen uit de praktijk

In 1993 startte de maker met de ontwikkeling van het 'Rots en Water' programma, waarvan het resultaat een volledig uitgewerkt lesprogramma is. Verspreid over verschillende landen zijn meer dan 2000 docenten getraind. De auteur is oprichter van beide 'Rots en Water' instituten en trainer en presentator van het 'Rots en Water' programma.

Overige opmerkingen

In 2001 werd dit programma bekroond met de gedeelde eerste 'Jan Brouwer prijs', ter preventie van kindermishandeling.

In opdracht van Zorgonderzoek Nederland-MV doet Lauk Woltring een onderzoek naar het draagvlak voor en de bruikbaarheid van 'Rots en Water' in onderwijs, jongerenwerk, jeugdhulpverlening, GGZ en jeugd detentie.

Scholen of instellingen die overwegen 'Rots en Water' in te voeren, worden verzocht dit te melden bij Lauk Woltring, zodat zij eventueel betrokken kunnen worden bij dit verkennende onderzoek.

Praktische informatie

'Rots en Water', Gadaku Instituut

Prijs training: € 540,00

Tel.: 0224 – 55 18 87

www.rotsenwater.nl (inschrijving training)

Freerk Ykema

f.ykema@quicknet.nl

Lauk Woltring

lauk.woltring@planet.nl

Ho, tot hier en niet verder ...!

Jooske Kool

Doel

De methode 'Ho, tot hier en niet verder ...!' richt zich op de bevordering van de psychosociale weerbaarheid van kinderen en jeugdigen door de beïnvloeding van de persoonlijke, relationele en omgevingsfactoren.

Korte beschrijving

Specifiek aan de methode is het vergroten van de psychosociale weerbaarheid door de bevordering van de ik-ontwikkeling en ik-versterking middels: het versterken van het zelfvertrouwen, het omgaan met de eigen grenzen en die van de andere en het leren opkomen voor zichzelf. Invalshoek is het 'bewegen' in de brede zin van het woord. Door spel en beweging leren zij beter te luisteren naar hun lichaamssignalen en hun intuïtie. Met de ontwikkeling van vaardigheden doen zij iets voor zichzelf, de anderen en de omgeving. Er worden methodieken uit de bewegingstherapie, de cognitieve gedragstherapie, Neuro-Linguïstisch Programmeren (NLP) en imaginatie gebruikt.

De ouders/opvoeders komen vier maal bij elkaar om zich bewust te worden van hun eigen communicatiepatronen, te leren actief naar de gevoelens van hun kind te luisteren en te onderscheiden wie het meest actief dient te zijn bij het oplossen van problemen. De training/cursus ondersteunt kinderen en ouders in hun groei naar zelfvertrouwen en acceptatie van zichzelf en de ander.

Doelgroep

De training is oorspronkelijk ontworpen voor kinderen in de leeftijd van 7 tot 12 jaar. Inmiddels wordt de methode met succes toegepast bij kleuters, verstandelijk gehandicapten van alle leeftijden, jeugdigen van 12 tot 18 jaar, jong volwassenen en volwassenen. De training kan zowel met seksespecifieke groepen als in gemengde groepen worden uitgevoerd.

Voorwaarden voor effectiviteit

Duur en spreiding programma

De kinderen komen wekelijks twaalf maal 1,5 uur bij elkaar in groepjes van zes tot acht. De ouders en andere opvoeders komen vier keer, eens in de drie weken 2,5 uur, bij elkaar.

Combinatie van werkvormen

Met spel, beweging, tekenen, verbeelding, verwoorden van eigen ervaringen en het werkboek leren de kinderen (weer) trots te zijn op zichzelf en hun eigen kracht te vinden.

Seksuele vorming

Maakt geen onderdeel uit van de training.

Betrekken van derden

Niet alleen de kinderen, ook de ouders/opvoeders krijgen ondersteuning vanuit de overtuiging, dat kinderen moeilijk de leerervaringen en gedragsveranderingen kunnen bestendigen, wanneer het thuis- en leefmilieu geen passende basis biedt. Uitgangspunt is, dat ouders en kinderen elkaar ontmoeten en benaderen vanuit wederzijds respect. Via de ouders kunnen tevens leerkrachten bij de training worden betrokken. Als de training op school wordt gegeven, geldt als voorwaarde de betrokkenheid en inzet van zowel leerkrachten, kinderen als ouders.

(Effect)evaluatie

In 2003 is een inventariserend onderzoek gedaan naar de bruikbaarheid van de training in de sociale weerbaarheid binnen het speciaal onderwijs (F.T. Hoogendoorn, 2003).

De bevindingen bij het geven van een weerbaarheidstraining aan zeer moeilijk opvoedbare kinderen, worden beschreven voor leerkrachten en therapeuten, die van plan zijn een training aan dergelijke kinderen te geven. De conclusie luidt, dat de training zeker is aan te passen, zodat deze aansluit en aanslaat bij het werken met teruggetrokken, zeer moeilijk opvoedbare kinderen.

Overdraagbaarheid

Jooske Kool beschrijft in het boek 'Ho, tot hier en niet verder...!' de uitgangspunten en theorie achter de methode en biedt therapeuten, begeleiders, leerkrachten en anderen die met de kinderen aan psychosociale weerbaarheid en vaardigheid willen werken, een handleiding voor het uitvoeren van de training/cursus.

Er is een eenjarige opleiding bestaande uit acht blokken van twee dagen, intervisie en een praktijkgedeelte onder supervisie. De aspirant-trainers die de opleiding goed doorlopen hebben, ontvangen een certificaat, waarmee men zich tevens kan aansluiten bij de landelijke Kwaliteitskring. Om deel te kunnen nemen wordt een HBO-opleiding in de geestelijke gezondheidszorg, jeugdwelzijn of onderwijs vereist.

Ervaringen uit de praktijk

Reacties bestaan vooral uit persoonlijke ervaringen van ouders wiens kind de training heeft gevolgd en van trainers en docenten die het train-de-trainer programma hebben gevolgd (zie: www.home.hetnet.nl/~kool-jm).

Overige opmerkingen

In januari 2005 gaat de derde trainersopleiding van start.

Praktische informatie

'Ho, tot hier en niet verder...!' Training in sociale weerbaarheid voor kinderen van zeven tot twaalf jaar en hun ouders (ISBN: 90 334 455 81) Prijs: 30,99 (335 p.)

Cursusboek voor kinderen (ISBN: 90 334 474 44) Prijs: 11,20

Cursusboek voor ouders (ISBN: 90 334 474 52) Prijs: 6,85

Alle drie boeken, genre 'onderwijs/opvoeding', zijn uitgegeven door uitgeverij ACCO (Voorburg) en zijn verkrijgbaar bij de boekhandel en de auteur.

Stichting 'Uit eigen beweging'

Jooske Kool (auteur)

Tel.: 043 – 326 18 47

www.home.hetnet.nl/~kool-jm

Kanjertraining

G. Weide

Korte beschrijving

De 'Kanjertraining' is oorspronkelijk bedoeld voor kinderen die op school gepest worden en voor ouders en leerkrachten die daar mee te maken hebben. De 'Kanjertraining' heeft als doel dat het individuele kind zich gesterkt voelt, meer zelfvertrouwen heeft, beter grip heeft op sociale situaties en zijn/haar gevoelens beter kan uiten. Het werken in groepen levert hierbij een gezonde wisselwerking op. In de training leren de kinderen onderscheid te maken in manieren van reageren.

Tijdens de training wordt gebruik gemaakt van verschillende dierfiguren. De dierfiguren zijn vergelijkingen van (kinder)gedrag. Zo kan men zich gedragen als:

- Aapje; deze probeert contact te krijgen door met de pestvogel mee te doen en overall een grapje van te maken, het aapje neemt niets en niemand serieus.
- Konijn; deze denkt dat hij minder waard is dan anderen, is vaak bang en heeft last van faalangst.
- Pestvogel; deze vindt zichzelf geweldig, alle anderen deugen niet en hij bepaalt zelf wel wat hij doet.
- Tijger; dit is een kanjer, een kind dat assertief maar niet agressief is en zich in allerlei situaties goed weet te handhaven.

Door verschillende opdrachten worden kinderen zich bewust van de gedragsvormen en oefenen ze zich in het gedrag van de tijger.

In de training komen onder andere de volgende onderwerpen aan de orde: gespreksvaardigheid, interesse tonen, mening durven geven, stoppen met treiteren, zelfvertrouwen, trots zijn, uit slachtofferrol stappen en heft in eigen hand nemen. De kernwoorden daarbij zijn: vertrouwen, veiligheid en wederzijds respect.

Doelgroep

De 'Kanjertraining' is voor kinderen van zes tot veertien jaar, waarbij in verschillende leeftijdsgroepen wordt gewerkt. De methode loopt door in het voortgezet onderwijs.

De 'Kanjertraining' is vrij nieuw. De training is ontwikkeld voor het reguliere basisonderwijs, maar wordt tevens gegeven op verschillende speciale scholen, met name in het onderwijs voor doven en slechthorenden en MLK- en ZMLK-scholen.

Voorwaarden voor effectiviteit

Duur van het programma

Kinderen komen gedurende twee of drie keer in hun schoolloopbaan en tijdens schooltijd in aanraking met de lessen van de kanjermethode. Leerkrachten zijn gedurende tien weken met de lessen van de 'Kanjertraining' bezig. De lessen uit 'Het Grote Kanjerboek' duren 1,5 uur.

Combinatie van werkvormen

Tijdens de training wordt gebruik gemaakt van verschillende spelvormen en gesprekstechnieken. Fysieke weerbaarheid is geen onderdeel van de training.

Betrokkenheid belangrijke derden

Ouders krijgen binnen de 'Kanjertraining' een belangrijke rol. Het is van belang, dat zij de ontwikkelingen die hun kind doormaakt, begrijpen. De training is niet alleen van invloed op het gedrag van het kind, maar tevens op zijn omgeving en het gezin waar hij/zij deel van uitmaakt. Ouders worden begeleid in hun manier van reageren en er worden verschillende opvoedingsmogelijkheden besproken.

Seksuele voorlichting

Seksualiteit en seksuele voorlichting zijn geen onderdeel van de training.

(Effect)evaluatie

Er is onderzoek gedaan, met als doel in grote lijnen na te gaan wat de mogelijke effecten zijn van de 'Kanjertaining'. Binnen het onderwijs blijkt de training aantoonbaar positieve invloed te hebben op zowel het gedrag als de leerresultaten. Voor kinderen uit het speciaal onderwijs ((Z)MLK) is de 'Kanjertaining' vooral ondersteunend.

Overdraagbaarheid

Aanschaf van 'Het Grote Kanjerboek' is alleen mogelijk indien de bijbehorende training is gevolgd. Deze bestaat uit een tweedaagse training, aangevuld met een terugkomdag. De licentie wordt verleend aan de leerkracht die de lessenreeks goed heeft uitgevoerd. Trainingen vinden op diverse plaatsen in het land plaats.

Ervaringen uit de praktijk

'Kanjertainingen' zijn, met positieve resultaten, gegeven binnen het speciaal onderwijs voor doven en slechthorenden en het MLK-, ZMLK-, en LOM-onderwijs.

Praktische informatie

'Het Kleine Kanjerboek' (2002) voor groep twee tot en met vier in het basisonderwijs bevat zestien lessen, waarin verschillende dieren een belangrijke rol spelen. In het boek is een algemene toelichting opgenomen voor leerkrachten. Het boek kost € 50,00.

'Het Grote Kanjerboek' (2001) is een lessenserie, die zich richt op de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen in groep vijf tot en met acht. Door de verhalen en oefeningen krijgen kinderen inzicht in hun eigen gedrag en dat van de ander. Het boek kost € 13,00.

Het cursusmateriaal bestaande uit 'Het Kleine Kanjerboek', 'Het grote Kanjerboek', een werkboek voor de bovenbouw, een handleiding en vier dierenpetten, kost –inclusief training voor de leerkracht– € 540,00.

'Kanjertainingen' aan kinderen kunnen tevens op verzoek van de ouders worden gestart en worden op verschillende plaatsen in het land gegeven. Ouders kunnen zich daarvoor aanmelden bij het Instituut voor Kanjertainingen. Een intakegesprek maakt deel uit van de procedure. Kosten voor de training zijn € 250,00.

Momenteel werkt het Instituut voor Kanjertainingen aan een werkboek voor groep drie en vier, een aanvullend boek voor groep zeven en acht en een werkboek 'Kanjers in de sport'. Er volgt tevens een boekje voor ouders en mogelijk ook tekenfilmmpjes om grensoverschrijdend gedrag te visualiseren.

Instituut voor Kanjertainingen

Tel.: 036 – 54 894 05

info@kanjertaining.nl

www.kanjertaining.nl

3.2 Seksuele voorlichtingsprogramma's algemeen

Relaties en seksualiteit

Korte beschrijving

Een lespakket waarmee voorlichting gegeven kan worden over relaties en seksualiteit aan de groepen één tot en met acht van het basisonderwijs. In het pakket zitten vier katernen met lesmateriaal, te weten:

- Eén schoolkatern met suggesties voor een teambrede aanpak en een zinvolle communicatie met ouders. Daarnaast bevat de schoolkatern gegevens over de seksuele ontwikkeling van kinderen en een compleet overzicht van de doelen voor onder-, midden- en bovenbouw.
- Drie leskaternen voor de onder-, midden- en bovenbouw met lessuggesties over verschillende onderwerpen die te maken hebben met relationele en seksuele vorming. Het gaat om een methodische opbouw voor de gehele school.

In het pakket komen de volgende drie onderwerpen steeds aan bod:

- lichamelijke en emotionele ontwikkeling;
- sociale ontwikkeling en relaties;
- seksualiteit en gezondheid.

Het doel van 'Relaties en seksualiteit' is kinderen te ondersteunen in hun ontwikkeling tot een persoon met respect voor zichzelf en anderen. Iemand die zich bewust is van eigen en andermans gevoelens, wensen, opvattingen en mogelijkheden, en die beslissingen kan nemen op het gebied van seksualiteit. 'Relaties en seksualiteit' richt zich naast kennisverwerving vooral op meningsvorming en het aanleren van persoonlijke vaardigheden. Speciale aandacht wordt besteed aan diverse aspecten van intercultureel onderwijs en preventie van seksueel misbruik.

Doelgroep

Leerlingen in het reguliere basisonderwijs (groep één tot en met acht). De leerlijn die is uitgezet in het materiaal, is over te nemen voor een leerlijn voor mensen met een andere ontwikkeling. Tevens is de opbouw in thematiek bruikbaar. Het programma behoeft aanpassing voor de doelgroep 'mensen met een handicap'.

Praktische informatie

'Relaties en seksualiteit' is een actualisatie van de uitgave uit 1996, opgesteld in samenwerking met de Rutgers Stichting. De herziene uitgave is ontwikkeld door het NIGZ in samenwerking met SLO. Thieme Meulenhoff heeft het lespakket uitgegeven (ISBN: 90 066 410 06, prijs: € 77,30). Bestellen kan via telefoonnummer 030 – 23 92 111.

Meer informatie over het lespakket is te verkrijgen bij de auteur, Sanderijn van der Doef (NIGZ, tel.: 0348 – 43 98 74).

Het NIGZ biedt de cursus 'Beginnen met Seksuele vorming' aan voor leerkrachten, die met het pakket willen gaan werken. De cursus biedt advies en ondersteuning bij de aanpak van het onderwerp seksuele voorlichting aan basisschoolleerlingen. De kosten zijn € 550,00 per deelnemer (10-16 deelnemers per cursus).

NIGZ-Centrum Kennis en Kwaliteit
Cursussen en congressen
Tel.: 0348 – 43 76 26
cursuscongres@nigz.nl
www.nigz.nl

3.3 Sociale vaardigheidsprogramma's algemeen

Leefstijl voor jongeren

Korte beschrijving

'Leefstijl voor jongeren' is een methode om sociaal-emotionele en gezondheidsvaardigheden in het basis- en voortgezet onderwijs te oefenen. Het doel van deze methode is het stimuleren van een gezonde ontwikkeling en het voorkomen van ongewenst gedrag.

Vaardigheden die geoefend worden zijn onder andere: vriendschap, luisteren en zeggen wat je voelt, omgaan met pesten en groepsdruk, nee zeggen, weten waar je goed in bent, complimenten geven, weten wat je belangrijk en goed of slecht vindt, keuzes maken, nadenken over risico's, omgaan met verliefdheid, seksualiteit en puberteitsproblemen. Voor ieder thema is materiaal beschikbaar om meer of minder uitgebreid aan de slag te gaan, afhankelijk van wat speelt in de groep en van de beschikbare tijd. De lessen beginnen met kennismaking, creëren van veiligheid in de groep en luisterhouding. In de lessen wordt gebruik gemaakt van verschillende oefeningen, waaronder veel doe-opdrachten. Extra aandacht is er voor transfer naar andere situaties.

Er is een uitgewerkt programma voor acht ouderworkshops, om ouders zo te informeren over wat hun kinderen in de 'Leefstijllessen' leren en om ouders een aantal ondersteunende vaardigheden te leren voor de opvoeding van hun kinderen.

Doelgroep

De methode is voor het regulier onderwijs ontwikkeld. Er zijn programma's voor verschillende doelgroepen: groep één tot en met acht van het basisonderwijs, de onderbouw van het voortgezet onderwijs en de bovenbouw van het voortgezet onderwijs/MBO.

Er zijn een aantal scholen voor speciaal onderwijs, waaronder dovenscholen, ZMLK en Mytyscholen, die met 'Leefstijl' werken. Docenten aan deze scholen volgden een training, waarin ze een vertaling maakten van het 'Leefstijlconcept' naar hun specifieke doelgroep.

Momenteel wordt onderzocht of het mogelijk is de 'Leefstijlmaterialen' digitaal beschikbaar te maken, zodat zij in het kader van trainingen aan leerkrachten kunnen worden aangepast aan de eigen doelgroep van de leerkracht.

Praktische informatie

Bij de 'Leefstijlprogramma's' hoort een docententraining. De docententraining (totaal zeven dagdelen; vijf aaneengeschakelde dagdelen en één terugkomdag) is bedoeld om het programma toe te lichten en zoveel mogelijk inzicht te geven in de achtergrond, doelstellingen en didactische werkvormen van 'Leefstijl'. Op de meeste scholen voor voortgezet onderwijs is de mentor de aangewezen docent om 'Leefstijl' te geven. De docententraining van 'Leefstijl' geldt daarom als mentortraining. 'Leefstijl' wordt meestal ingeroosterd in de mentoruren. De methode kan tevens worden ingepast in het projectonderwijs of vakken als maatschappijleer, godsdienst, gezondheidskunde of als een apart vak sociale vaardigheidstraining.

Voor ouders is het boekje 'Het begin van de puberteit' beschikbaar, welke op ouderavonden gebruikt kan worden. Het bevat tips voor het omgaan met veranderingen en problemen in de puberteit, het krijgen van meer zelfvertrouwen, het omgaan met gevoelens, jezelf zijn en blijven, het omgaan met vrienden en thuis.

Prijs docententraining:

- voortgezet onderwijs € 550,00
- basisonderwijs € 440,00

Teamtrainingen op locatie zijn ook mogelijk.

'Leefstijl voor jongeren'

Tel.: 020 – 42 636 90

info@leefstijl.nl

www.leefstijl.nl

Het blauwe boek

Korte beschrijving

'Het blauwe boek' bestaat uit een inleiding, instructiegedeelte en een gedeelte waarin de rollenspelen worden beschreven. Er zijn achtentwintig rollenspelen (inclusief twee reservespelen), die zijn bedoeld om de ontwikkeling van de sociale cognitie en de interactievaardigheden te stimuleren. Elk spel is erop gericht bezig te zijn met gevoelens, gedachten en wensen van anderen. Elk spel wordt gevolgd door een discussie, waarin de verschillende rollen en gebeurtenissen worden besproken aan de hand van het verloop van het spel en de eigen ervaringen van de kinderen.

De eerste vijf bijeenkomsten zijn voornamelijk bedoeld als warming-up. In de echte rollenspelen (6 tot en met 25) worden emoties uitgebeeld en kleine toneelstukjes gespeeld met één of twee kinderen. De spelletjes klimmen op in complexiteit.

De laatste bijeenkomst (rollenspel 26) lijkt sterk op de tweede en is bedoeld als herhaling en afsluiting van het programma. Ten slotte zijn twee reservespelletjes opgenomen waarop teruggegrepen kan worden.

Een bijeenkomst duurt ongeveer 25 minuten en dient volgens een vast patroon te verlopen. Per bijeenkomst worden vermeld: benodigde materialen, rolverdeling, thema, verhaal, tips (onder andere om het verhaal op gang te houden), vragen over het verhaal, een samenvatting en is er ruimte voor het noteren van aantekeningen en observaties. De bijbehorende illustraties kunnen eventueel als kleurplaat gebruikt worden. In de bijlagen zijn afbeeldingen opgenomen, die gebruikt worden bij de lessen.

Doelgroep

Het programma is bedoeld voor kleuters, die weinig contact hebben met leeftijdgenootjes en vaak worden afgewezen. Het wordt ook wel gebruikt in de bovenbouw van het speciaal (do-ven) onderwijs, maar daar wordt het soms toch als te moeilijk bevonden. In de tekst wordt aandacht besteed aan de verschillende kinderen die met het programma kunnen werken, zoals angstige kinderen maar ook drukke en/of agressieve kinderen en allochtone kinderen.

Praktische informatie

'Het blauwe boek'

Harcourt Test Publishers, 2^e druk 2002

Prijs: € 31,00

Te bestellen via www.bol.com of de boekhandel

www.harcourttestpublishers.nl

Klets! Opkomen voor jezelf

Korte beschrijving

De methode bestaat uit één grote map, waarin per groep: een handleiding met lees- en luistertips, beschrijving van de lessen, werkmappen, kopieerbladen en brieven voor ouders/verzorgers. Het programma heeft een preventieve insteek; door kinderen effectieve sociale vaardigheden bij te brengen, leren ze op te komen voor zichzelf en rekening te houden met anderen. Voor de groepen twee tot en met acht zijn leeftijdsspecifieke programma's ontwikkeld. De thema's zijn: de ander, ik, ik en de ander, de ander en ik. Per jaar zijn er twaalf lessen van een uur. Kinderen krijgen bij iedere les opdrachten, die vaak thuis dienen te worden gemaakt. Op die manier worden ouders/verzorgers bij het programma betrokken. Bij de methode zijn werkmappen voor de kinderen verkrijgbaar, die gevuld worden met de opdrachten en werkbladen.

Doelgroep

Groep twee tot en met acht van het basisonderwijs.

Praktische informatie

'Klets! Opkomen voor jezelf'

Rosmalen: GGZ Oost-Brabant, Bureau Communicatie, 2003

Prijs totaalpakket: € 350,00

Tevens is een geactualiseerde versie van 'Opkomen voor jezelf zonder de ander te kwetsen' beschikbaar.

klets@ggzoostbrabant.nl

Ik, jij en wij

Korte beschrijving

Het pakket 'Ik, jij en wij' maakt deel uit van het programma 'Sociale redzaamheid en gezond gedrag'. Het pakket is een concrete uitwerking van de kerndoelen voor het basisonderwijs betreffende deze vormingsgebieden. Het doel van het thema 'Ik, jij en wij' is de sociale en emotionele ontwikkeling van ieder kind te stimuleren. Daarbij wordt de volgende driedeling gehanteerd:

1. Bevorderen van zelfvertrouwen (zelfbeeld, zelfbewuste houding en faalangst);
2. Leren omgaan met gevoelens, wensen en opvattingen van jezelf en anderen (positieve en negatieve gevoelens, seksuele gevoelens, rolname en rolgedrag, vooroordelen en discriminatie);
3. Ontwikkelen van sociale vaardigheden (samenwerken en omgaan met conflicten).

'Ik, jij en wij' bestaat uit een ringband met een schoolkatern en zeven groepskaternen. Het schoolkatern bestaat uit twee delen.

- Deel 1 bevat suggesties om de dagelijkse omgangssituaties in school en omgeving te verbeteren. Daarbij wordt aandacht besteed aan sfeerverbetering, zelfvertrouwen, gevoelens, wensen en opvattingen en sociale vaardigheden. Er zijn opdrachten geformuleerd, die tijdens een ouderbijeenkomst door groepjes ouders kunnen worden uitgevoerd. Hierbij wordt een route gevolgd door de hele school. Op deze manier maken de ouders op een actieve manier kennis met de inhoud, bedoeling en aanpak van het thema 'Ik, jij en wij'.
- Deel 2 geeft informatie over zelfvertrouwen, gevoelens, wensen en opvattingen en sociale vaardigheden.

Elk groepskatern geeft suggesties om de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen te bevorderen door middel van geplande lessen en/of door in te spelen op actuele situaties. In elk groepskatern, dus elk schooljaar, wordt aandacht besteed aan de drie hoofdthema's: zelfvertrouwen; gevoelens, wensen en opvattingen; en sociale vaardigheden. Het aantal lessen dat gegeven wordt per aandachtsgebied, kan per groep verschillen. In de lessen wordt gebruik gemaakt van verschillende materialen en lesactiviteiten (verhalen, versjes, liedjes, toneelstukjes, spelcircuit in de speelzaal, rollenspelen et cetera).

Doelgroep

Leerlingen van groep drie tot en met acht van het reguliere basisonderwijs.

Praktische informatie

'Ik, jij en wij' (pakket)

Houterman, K.; Snoek, C.; Glazenborg, I. (e.a.); Houten: Wolters-Noordhoff Basisonderwijs, 1993-1994

Prijs: € 750,00

Te bestellen bij HCO (Haags Centrum voor Onderwijsbegeleiding)

Tel.: 070 – 44 828 17

www.hco.nl

3.4 Materialen algemeen

(Les)pakketten

Lang leve de liefde

Wat jij moet weten over aids en andere soa's.

Korte beschrijving

'Lang leve de liefde' is een lespakket over veilig vrijen, relaties en seksualiteit. Het bestaat uit een video, leerlingentijdschrift en docentenhandleiding. In het lespakket komen naast kennisoverdracht over veilig vrijen en onveilig seksueel gedrag, tevens het stimuleren van een positieve verantwoordelijke houding ten aanzien van seksualiteit, de leuke kanten van verliefdheid en seks, en gevoelens van kwetsbaarheid en onzekerheid aan de orde. In het leerlingentijdschrift worden de onderwerpen in korte artikels behandeld. De video is opgedeeld in vijf korte scènes die aanzetten tot discussies. De docentenhandleiding bevat voor elk van de zes lessen een lesopzet met verschillende werkvormen en bevat kopieerbare werkbladen en achtergrondinformatie.

Doelgroep

Basisvorming binnen het VMBO (twaalf tot en met zestien jaar).

Praktische informatie

'Lang leve de liefde': Wat jij moet weten over aids en andere soa's, Leiden: Zorn Uitgeverij, 2002

Prijzen:

- docentenhandleiding € 20,00
- leerlingentijdschrift € 0,90
- video € 16,00

Mevrouw L. Mentink

Tel.: 071 – 51 49 141

info@zorn-uitgeverij.nl

www.kenmerk-reeks.nl

Er is een draaiboek voor GGD-medewerkers die met het lespakket 'Lang leve de liefde' op scholen werken. Met dit draaiboek kan een ouderavond georganiseerd worden, toegespitst op de specifieke situatie van de school. Het draaiboek is voorzien van een checklist, standaardnodigheden, lesopzet, sheets, kennisquiz, situatiespel, literatuur- en adressenlijst et cetera. Prijs: € 12,50.

NIGZ

De heer J. Luteijs

Tel.: 0348 – 43 98 19

nigz@nigz.nl

www.nigz.nl

Krachtige kinderen

Lespakket voor seksuele weerbaarheid voor kinderen.

Korte beschrijving

'Krachtige kinderen' is een lespakket voor een seksueel weerbaarheidprogramma. De centrale boodschap van het pakket luidt: 'krachtige kinderen zijn weerbare kinderen'. Krachtige kinderen stralen een weerbare 'basishouding' uit. Ze voelen zich goed in hun vel en vinden zichzelf de moeite waard. Een lespakket bestaat uit een boekje voor de leerkracht, het les-

programma, boekjes voor het kind, krachtkettingen voor kind, knuffel en badges. Het boek voor de leerkracht bevat informatie over seksueel misbruik en de ingrediënten van het weerbaarheidprogramma. In het lesprogramma staan drie uitgewerkte 'toverlessen', waarin een veelheid van methodieken (verhalen, liedjes, kringgesprekken, werkbladen, rollenspelletjes en muziekspelletjes) worden aangewend. Thema's die aan bod komen zijn: verschil tussen vechten en krachtig zijn, ja-plekjes, nee-plekjes, ik-weet-niet-plekjes, ja/nee leren zeggen, goede- en slechte geheimen en schuldgevoelens. Het bevat tevens lessuggesties voor integratie in andere lessen, die het hele jaar door kunnen worden gebruikt.

Doelgroep

Kinderen in de onderbouw van de basisschool (zes tot acht jaar).

Praktische informatie

'Krachtige kinderen'

Prijs: € 25,00

CAW De Poort, Brugge (België)

Tel.: 00 32 (0)50 – 33 69 70

www.sensoa.be/shop.php

Uit de schaduw

Korte beschrijving

De lesmap bevat een modelregeling, pestprotocol en vier lesseries, te weten:

- 'Uit de schaduw'; gericht op versterken weerbaarheid door ontwikkelen van een positief zelfbeeld voor groep 1/2, 3/4, 5/6 en 7/8;
- 'Recht op veiligheid' voor jongens en meisjes van tien tot twaalf jaar;
- 'Techniek' voor meisjes uit groep zes, zeven en acht;
- 'Zorgzelfstandigheid' voor jongens.

De lesmap is gebaseerd op een aantal doelstellingen. Ieder kind is uniek en heeft –afhankelijk van leeftijd en ontwikkeling– de verantwoordelijkheid voor zichzelf en voor de ander bestaande uit: respect voor elkaar, ruimte om verschillend te zijn; activiteiten gericht op het versterken van de weerbaarheid van kinderen door het ontwikkelen van een positief zelfbeeld.

Doelgroep

Leerlingen van groep één tot en met acht in het basisonderwijs.

Praktische informatie

'Uit de schaduw'

De lesmap is door GGD Zuid-Holland Noord verspreid op de scholen in de regio en is niet te koop.

GGD Zuid-Holland Noord

Tel.: 071 – 51 63 337

Mijn lijf is van mij!

Een lesprogramma over seksueel misbruik.

Korte beschrijving

'Mijn lijf is van mij!' is een Nederlandstalige bewerking van Feeling Yes, Feeling No (1984), een Canadese video die onderdeel is van een seksueel misbruik preventieprogramma gericht op jonge kinderen. Het pakket bestaat uit een videoband en schriftelijk ondersteuningsmateriaal. Het doel is kinderen weerbaar te maken inzake seksueel misbruik. Naast de film voor leerlingen maakt tevens een film voor ouders deel uit van het programma.

De ouders worden geleerd, hoe zij met hun kind over seksueel misbruik kunnen praten, welke signalen op mogelijk misbruik duiden en hoe het kind opgevangen kan worden. De kinderen worden geleerd, hoe zij aan hulp kunnen komen wanneer zij seksueel misbruikt worden.

Doelgroep

Groep drie tot en met acht in het basisonderwijs.

Praktische informatie

'Mijn lijf is van mij!'

Langelaan, M.; Amsterdam: Stichting Cinemien, 1988

Het lesprogramma is niet meer te koop, maar eventueel te leen bij GGD of schoolbegeleidingsdienst.

Dollen of stilstaan

Een lessenserie voor leerlingen in het voortgezet onderwijs over jongeren, relaties en seksueel geweld, 1996.

Korte beschrijving

'Dollen of stilstaan' is ontwikkeld met het oog op het voorkomen van seksueel gewelddadig gedrag van jongeren. In het eerste deel van de lessenserie wordt achtergrondinformatie gegeven over inbedding van het programma in de school en over seksueel geweld in het algemeen. Het tweede deel omvat de lessenserie zelf, bestaande uit drie lessen over grenzen, vormen van seksueel geweld, definities, ideaalbeelden en mythes. De herziene versie is een compleet product, dat zonder training kan worden uitgevoerd. De video 'Buitenspel' speelt een belangrijke rol in de lessenserie.

Doelgroep

VMBO bovenbouw (dertien tot en met zeventien jaar).

Praktische informatie

Prijzen:

- 'Dollen of stilstaan', lessenserie, 2^e druk 1994 € 5,67
- video 'Buitenspel', 1994 € 37,44

Rijngroep Groep Kinder en Jeugd GGZ, Leiden

Mevrouw drs. Gemma Straathof

Tel.: 071 – 52 39 555

gstraathof@rijngroep.nl

Seksuele voorlichting Infoboek

Leerlijn Cultuur en Maatschappij, leerlinggebruiksmateriaal.

Korte beschrijving

Het 'Seksuele voorlichting Infoboek' behandelt de stof van vier thema's: contact leggen, veilig vrijen, een baby en samenleven. Het boek bevat feitelijke informatie en herkenbare verhalen, zogenoemde ervaringsverhalen. Naast biologische kennis is er aandacht voor de verschillen in seksuele voorkeuren, beleving en verschillen tussen culturen. De ervaringsverhalen zijn op diverse manieren weergegeven. Bijvoorbeeld met een fotostripverhaal, krantenartikel, het tonen van sms'jes of het door de leerlingen laten lezen van het verhaal als e-mail correspondentie. Alle verhalen geven herkenbare situaties weer en leiden tot discussie en gesprek. Bij elk thema hoort een werkboek, met allemaal dezelfde opbouw: herkenning, feitelijke kennis, meningsvorming en sociaal communicatieve vaardigheden. Met de vier werkboeken gaan de leerlingen samen met de docent verder aan het werk met feiten en ervaringsverhalen.

Werkboek 1 Thema 'Contact leggen'; gaat over vriendschappen, verliefd zijn, verkering krijgen, verschillen tussen jongens en meisjes en dergelijke.

Werkboek 2 Thema 'Veilig vrijen'; gaat over onder andere: wel of niet vrijen, voorbehoedsmiddelen en seksueel overdraagbare aandoeningen(SOA's).

Werkboek 3 Thema 'Een baby'; gaat onder andere over: zwanger zijn, kinderen krijgen, abortus, tienermoeders/-vaders.

Werkboek 4 Thema 'Samen leven'; gaat over onder andere: verschillende samenlevingsvormen, respect, seksuele intimidatie, waar hulp te krijgen.

Doelgroep

Leerjaren één tot en met vijf van het praktijkonderwijs.

Praktische informatie

Prijzen:

- Infoboek (ISBN: 90 605 350 30) € 20,00

- Werkboeken 1 t/m 4 € 10,00

(ISBN: 90 605 349 99, 90 605 350 06, 90 605 350 14, 90 605 350 22)

Bestellen via Uitgeverij Edu'Actief, Meppel

Tel.: 0522 – 23 52 35

www.edu-actief.nl/

Ik ben weerbaar

Korte beschrijving

Het pakket bestaat uit een docentenhandleiding voor negen lessen. Bij het pakket horen een overzicht van mogelijke signalen bij (seksuele) kindermishandeling, een routekaart over hoe te handelen bij een vermoeden hiervan en een werkschrift voor de kinderen. Na afloop van de lessenserie kan een diploma 'Ik ben weerbaar' worden uitgereikt. Het doel van het pakket is (seksueel) misbruik van kinderen te voorkomen. De lessen zijn gericht op de verhoging van mentale weerbaarheid en het zelfvertrouwen van kinderen. Daarbij staan de volgende uitgangspunten centraal:

- er is een gezamenlijke opzet voor meisjes en jongens;
- de lessen worden gegeven door de leerkrachten zelf, met het oog op de implementatie in de toekomst;
- het is belangrijk, dat de leraren leren om kindermishandeling/seksueel misbruik te signaleren en daarop te reageren.

Doelgroep

Leerlingen in de bovenbouw van het basisonderwijs (groep zeven en acht).

Praktische informatie

'Ik ben weerbaar'

Herziene druk in 2004

Prijzen: € 25,00 docentenhandleiding inclusief werkschrift voor leerlingen

GGD West-Brabant, Breda, 1996

Tel.: 076 – 52 82 000

info@ggdwestbrabant.nl

www.ggdwestbrabant.nl

Tiran-nie-soe

Korte beschrijving

'Tiran-nie-soe' is een jongerenproject in de vorm van een theaterproductie voor het voortgezet onderwijs. Er is een begeleidende werkmap voor ouders en leerkrachten, die een aanzet geeft om met tieners te praten over kwaliteit in relaties. Naast inzichten in een dergelijk complex gegeven als mishandeling, worden aandachtspunten aangereikt voor leerkrachten om een luisterend oor te bieden, de eerste opvang te verzekeren en doorverwijzing mogelijk te maken. Het programma kent geen vaste indeling.

Het lesmateriaal (onder andere een stellingenspel en balans van de liefde in de vorm van een vragentest) en het theoretisch kader over kwaliteit in relaties, zijn erop gericht om inzicht te krijgen in relatievorming, stil te staan bij normen en waarden, om te gaan met gevoelens en een open communicatie. Een positieve benadering over een dergelijke complexe problematiek als geweld in relaties, zorgt ervoor dat leerlingen nadenken over gelijkwaardigheid en wederzijds respect, zelfrespect en verantwoordelijkheid.

Doelgroep

Jongeren op het voortgezet onderwijs (twaalf tot en met negentien jaar).

Praktische informatie

'Tiran-nie-soe'

Dewil, I.; Bilzen: LRV-producties, 2001

De voorstelling kost € 1.050,00 (inclusief vervoerskosten, auteursrechten en gratis boek).

De begeleidende werkmap voor ouders en leerkrachten is te downloaden van de website www.mishandeling.info/pandora_hasselt. Het lesmateriaal is te downloaden vanaf de website.

LRV-Producties vzw

Hoeselt, België

Tel./fax: 00 32 (0)89 – 75 48 98

info@lrvproducties.be

www.lrvproducties.be

Spellen en andere materialen

Bijvoorbeeld de liefde

Forumtheater

Korte beschrijving

Forumtheater wil zeggen, theater waarbij de spelers de onderwerpen aandragen en het publiek (in dit geval vluchtelingenjongeren) een heel actieve rol vervult. Het boek 'Bijvoorbeeld de liefde' is een nauwgezette methodische beschrijving van het educatieve theaterproject 'De liefde', dat gebruikt werd als middel bij seksuele voorlichting. De auteurs beschrijven in het boek het gebruik van forumtheater gedetailleerd. Daarbij gaat het niet alleen om het educatieve effect van de voorstelling op het publiek, maar tevens om het proces dat bij de spelers plaatsvindt. De theateroefeningen hebben ontspannende en andere heilzame effecten zoals toename van zelfwaardering en saamhorigheid. De werkvormen die gebruikt worden, dagen jongeren uit om met hun eigen verhalen te komen.

Instellingen en organisaties hebben behoefte aan nieuwe, minder verbale methodes voor seksuele voorlichting aan vluchtelingenjongeren. Deze jongeren vormen op het gebied van seksuele- en reproductieve gezondheid een kwetsbare groep, omdat de kennis die zij van huis uit meekregen, onvoldoende is om in Nederland zelfstandig te kunnen functioneren. Zij zijn niet goed voorbereid op een samenleving, waarin op dit terrein niet de omgeving, maar de jongere zelf beslissingen neemt en grenzen trekt. Veel voorlichters en docenten die met vluchtelingenjongeren werken, zijn op zoek naar creatieve methodes voor hun werk. Met reguliere programma's komen ze vaak in de knel: ze zijn te 'talig', sluiten niet goed aan op de leefwerelden en culturen van de jongeren, dagen de jongeren niet uit om met hun eigen mening en gevoelens te komen en zijn niet leuk. De effecten van de interactieve theatermethode 'De liefde' waren dermate positief, dat de methode nu in dit boek beschreven is.

Doelgroep

Vluchtelingenjongeren.

Praktische informatie

'Bijvoorbeeld de liefde': Forumtheater bij voorlichting en educatie van vluchtelingenjongeren, Nieuwenhuijzen, I., van; met bijdragen van Tuk, B.; Utrecht: Pharos, 2002

Training forumtheater 'Bijvoorbeeld de liefde'

Na deelneming aan de training en bestudering van het boek zijn voorlichters en docenten in staat om de methode in hun eigen werkveld toe te passen. 'Bijvoorbeeld de liefde' is niet te 'talig', sluit goed aan op de leefwerelden en culturen van de jongeren en is leuk.

Prijs boek: € 16,00

(ISBN: 90 759 552 6x, paperback, geïllustreerd, 112 p., bestelnummer: 9P2002.02)

Pharos

Tel.: 030 – 234 98 00

www.pharos.nl

Sociale weerbaarheid

'Stop de pestkop!' en 'Weerbaar tegen seksueel misbruik' (cd-rom)

Korte beschrijving

De cd-rom behandelt de thema's: pesten, weerbaar zijn, macht en machtsmisbruik, opkomen voor jezelf, gehoorzaamheid, hulp vragen/geven, vriendschap/verliefdheid en seksueel misbruik. Door middel van kernachtige teksten, illustraties en voorbeelden worden kinderen geholpen inzichten te verwerven rond pesten en seksueel grensoverschrijdend gedrag. Daarbij worden ideeën en strategieën aangereikt om weerbaarder te worden. Raadgevingen en oefeningen rond zowel mentale- als fysieke weerbaarheid komen aan bod. De cd-rom kan goed worden gebruikt bij het maken van werkstukken en spreekbeurten.

Doelgroep

Leerlingen (en docenten) van bovenbouw in het basisonderwijs en onderbouw van het voortgezet onderwijs.

Praktische informatie

Sociale weerbaarheid: 'Stop de pestkop!' en 'Weerbaar tegen seksueel misbruik', cd-rom, Assen: DMS Clipart, 2002
Prijs: € 18,00
info@clipart-cdrom.nl
www.clipart-cdrom.com

Goed Gedaan Map

Complimentjes daar groeien ze van!

Korte beschrijving

De map is bedoeld als een hulpmiddel om een planmatige aanpak te ontwikkelen gericht op het positief beïnvloeden van het zelfbeeld van kinderen, het vergroten van het zelfvertrouwen en het verbeteren van de sociale contacten tussen kinderen onderling en kinderen met volwassenen. De 'Goed Gedaan Map' bestaat uit drie onderdelen:

1. Lessuggesties Goed Gedaan-oefeningen voor de onder-, midden- en bovenbouw;
2. Suggesties voor het behandelen van het Goed Gedaan-thema met ouders;
3. Suggesties voor Goed Gedaan-dramalessen voor kinderen rond het thema samenwerking.

Voorafgaand aan de drie onderdelen treft u een algemene inleiding aan over het ontstaan van de 'Goed Gedaan Map', de theoretische principes en de gebruiksmogelijkheden van de map.

Doelgroep

Leerlingen van groep één tot en met acht in het basisonderwijs.

Praktische informatie

'Goed Gedaan Map', Complimentjes daar groeien ze van!; Den Haag: Haags Centrum voor Onderwijsbegeleiding (HCO), 1996
Prijs: € 23,10
Tel.: 070 – 44 828 28
info@hco.nl
www.hco.nl

Doos vol gevoelens (1994) / Huis vol gevoelens en axen (2001)

Korte beschrijving

Het woordje 'ax' geeft de mogelijkheid aan die een mens heeft om tot een relationele 'actie' over te gaan. Het is een geheel van vaardigheden die een mens kan gebruiken om 'goed' te functioneren. Een goed functionerende mens slaagt erin, in elke situatie vanuit de juiste ax te handelen en te spreken. Bij gezond handelen zal men dus van de ene ax naar de andere overstappen. Wie erin slaagt in alle axen zeer stabiel te verblijven, zal een sterke persoonlijkheid ontwikkelen. Als in het functioneren een bepaalde ax 'overdreven' wordt, zal deze dienen te worden aangepast. De axen worden voor kinderen 'vertaald' in dieren met bepaalde herkenbare eigenschappen.

De 'Doos vol gevoelens' bevat grote en kleine platen met gevoelsfiguren, situatieplaatjes, gevoelshuisjes, vingerpopjes, maskers, draaischijf en cd-rom. Daarnaast is er een handleiding met activiteitenfiches en kopieerbladen. Het doel van de methode is kinderen te helpen hun gevoelens en die van anderen te leren (h)erkennen, benoemen en differentiëren.

Het 'Huis vol gevoelens en axen' bevat een handleiding met kopieerbladen en een doos met een gevoelswaaier, gevoelsplaatjes met verhalen rondom gevoelens, beelddomino's, vertelplaten met verhalen over de axen, dierenbordspel, grabbelhuisjes en cd-rom. De belangrijkste doelstellingen van het huis zijn: het creëren van een open klassensfeer, kinderen leren waarnemen, begrijpen van gevoelens en het verband zien tussen gevoelens en relationeel gedrag, leren uiten van gevoelens en probleemoplossend te denken in een sociale context. De materialen kunnen op velerlei wijze worden gebruikt en zijn flexibel inzetbaar.

Doelgroep

'Doos vol gevoelens': groep één tot en met vier van de basisschool.

'Huis vol gevoelens en axen': groep twee tot en met acht van de basisschool.

Praktische informatie

'Doos vol gevoelens' en 'Huis vol gevoelens en axen'; Uitgever: Centrum voor Ervaringsgericht Onderwijs (CEGO), Leuven België. De kosten zijn € 186,00 respectievelijk € 199,00.

www.cego.be

Te bestellen bij Boom Distributiecentrum Meppel.

Tel.: 013 – 52 884 35

bcd@boom.nl

De eerste keer en meer..., de cd-rom voor als je jong bent en wat wilt

Met deze interactieve cd-rom kunnen jongeren een antwoord zoeken op vragen die te maken hebben met opgroeien, veranderen, verliefd worden, contact leggen, seks, voorbehoedmiddelen, et cetera.

Het programma begint op een klein schoolplein waar zes jongeren (drie jongens en drie meisjes) rondhangen. Je kan met één van deze jongeren meegaan naar hun kamer en daar door zijn of haar persoonlijke voorwerpen snuffelen, bijvoorbeeld door op de spiegel te klikken, die in elke kamer staat. Vervolgens kan je de persoon 'uitkleden' terwijl je een filmpje bekijkt over de veranderingen die jongens en meisjes ondergaan. Je kan deze jongeren ook vergezellen naar de disco en daar hun gesprekken volgen en mee ervaren hoe zij contact zoeken met elkaar. 'Onderwerpen' is een deel van het programma, waarin je informatie krijgt over diverse thema's zoals verliefd, vruchtbaar en de eerste keer. In dit onderdeel zit tevens een zoekspel om je kennis uit te testen. Daarnaast is er een woordenlijst waar de belangrijkste begrippen in verband met seksualiteit verklaard worden. Op de cd-rom staan onder 'materiaal' aanbevelingen voor literatuur.

De cd-rom bevat tevens verschillende tests (Wat is jouw droomman of –vrouw, hoe is de relatie met je ouders, hoe ben je zelf als vriend(in)?), een dagelijks fitnessprogramma en een vruchtbaarheidskalender.

Doelgroep

Jongeren vanaf twaalf jaar. Het programma is geschikt om twee à drie leerlingen –met een opdracht– zelfstandig aan het werk te zetten.

Praktische informatie

'De eerste keer en meer...', de cd-rom voor als je jong bent en wat wilt', Tilburg, Zwijsen, 1996. De kosten bedragen € 39,00.

Anticonceptie-voorlichtingskoffer

Korte beschrijving

Om informatie over de verschillende anticonceptiemiddelen en hun werking te visualiseren ontwikkelde de Rutgers Nisso Groep in 2002 als proefproject een 'anticonceptie-voorlichtingskoffer', met name gericht op voorlichting aan jongeren en allochtonen. De koffer bevat alle vormen van anticonceptie die in Nederland verkrijgbaar zijn, plus de brochure 'anticonceptiemiddelen'. In 2003 is de koffer geactualiseerd met de nieuwste conceptiemethoden en opnieuw in productie genomen. Bij de koffer bevindt zich een handleiding voor het geven van voorlichting.

Doelgroep

Jongeren en allochtonen.

Praktische informatie

'Anticonceptie-koffer'

Prijs: € 73,00

Rutgers Nisso Groep

Tel.: 030 – 231 34 31

rng@rng.nl

www.rng.nl

Bloosdoos

Een spel waar je kleur van krijgt.

Korte beschrijving

De 'Bloosdoos' is een methode om met jongeren een gesprek op te zetten over verliefd zijn en alles wat daar mee te maken heeft. Het spel bestaat uit een vragenset met verschillende categorieën: verliefd zijn, liefdesverdriet, contact maken en versieren, vrienden en vriendinnen. Daarbij hoort een aangepaste dobbelsteen met dezelfde categorieën, weergegeven door een tekening en boekje met speluitleg voor begeleiding.

Doelgroep

Jongeren vanaf veertien jaar.

Praktische informatie

'Bloosdoos'

Prijs: € 9,90

Jeugd en Seksualiteit
Tel.: 00 32 (0)15 – 20 69 68
jeugd.en.seksualiteit@jeugdwerknet.be
www.jeugdwerknet.be/jeugd.en.seksualiteit

Tastbaar

Een handboek voor meer dan één hand.

Korte beschrijving

'Tastbaar' is een spelhandboek. Het boek gaat over aanraken en aangeraakt worden. Het aanraken dat mag, kan en zelfs heel prettig kan zijn, maar soms ook gepaste begeleiding vraagt om er ten volle van te genieten. Naast tips voor de begeleiders bevat het 60 activiteiten om met kinderen en jongeren te werken rond lichaamscontact. Het spelenaanbod bekijkt 'aanraken' vanuit vier invalshoeken:

1. Warmen - opwarmers, activiteiten om vertrouwd te worden met aanraken;
2. Tasten - activiteiten om vertrouwd te worden met aanraken;
3. Zorgen - vertroetelende activiteiten;
4. Erin vliegen - gezamenlijke activiteiten om er eens hevig in te vliegen.

Doelgroep

Jongeren vanaf twaalf jaar.

Praktische informatie

'Tastbaar'
Prijs: € 10,00
Jeugd en Seksualiteit
Tel.: 00 32 (0)15 – 20 69 68
jeugd.en.seksualiteit@jeugdwerknet.be
www.jeugdwerknet.be/jeugd.en.seksualiteit

Raamwerk seksuele vorming

Korte beschrijving

Deze uitgave wil een antwoord geven op veel voorkomende vragen bij het begeleiden van kinderen en jongeren bij hun seksuele ontwikkeling. Het boek biedt een checklist voor het geven van goede en leeftijdsspecifieke vorming. Er wordt een uitwerking gegeven van de zes kernbegrippen (lichamelijke en emotionele ontwikkeling; persoonlijke vaardigheden; relaties; seksueel gedrag; seksualiteit en gezondheid; maatschappij, cultuur en religies) naar subthema's en ontwikkelingsniveau (vier leeftijdscategorieën).

Doelgroep

Ouders, docenten en voorlichters.

Praktische informatie

Raamwerk seksuele vorming
Prijs: € 8,30
Rutgers Nisso Groep
Tel.: 030 – 231 34 31
rng@rng.nl
www.rng.nl

Video's/Dvd's

Het liefdespaleis

Korte beschrijving

'Het liefdespaleis' geeft docenten de mogelijkheid om op een aansprekende manier over relaties en seksualiteit te praten met leerlingen. Het pakket bestaat uit een docentenhandleiding en videoband. De handleiding bevat uitgewerkte programma's voor ouderbijeenkomsten en programma's voor het bij kinderen bespreekbaar maken van een thema. Op de videoband staan een ouderavondprogramma en drie programma's voor kinderen, te weten:

1. Wat gebeurt er nu weer met me?: over lichamelijke en emotionele ontwikkeling;
2. Ben jij ook op mij?: over sociale ontwikkeling en relaties;
3. En dit moet je ook nog even weten!: over seksualiteit en gezondheid.

De thema's die aan bod komen zijn: zelfbeeld, vriendschap, verliefdheid, lichamelijke ontwikkeling, omgangsregels, weerbaarheid, rol van de media, verschillende relatievormen, voorbehoedmiddelen en lichaamsverzorging. Het doel van 'Het liefdespaleis' is kennisvergroting bij de kinderen, kinderen stimuleren in het ontwikkelen van een mening en het verkrijgen van waarden en normen op het gebied van seksualiteit en relaties.

Doelgroep

Bovenbouw van het basisonderwijs.

Praktische informatie

'Het liefdespaleis' bestaat uit een video met vier programma's, gemaakt in samenwerking met de Rutgers Stichting en onder verantwoordelijkheid van de ACAB/ACOO en Teleac/NOT, 1999

Prijzen:

- video € 36,30
- handleiding € 6,81

www.schooltv.nl

Waar kom ik vandaan?

Hoe vertel je het de kinderen zonder omhaal en met plezier.

Korte beschrijving

'Waar kom ik vandaan?' is een tekenfilm voor kinderen vanaf vijf jaar, naar het gelijknamige boek van Peter Mayle. Alle onderwerpen, zoals de lichamelijke verschillen tussen man en vrouw, vrijen, bevruchting, zwangerschap en bevalling worden uitgelegd met een flinke dosis humor. De humoristische aanpak maakt de informatie/overdracht minder concreet, waardoor het voor kinderen met een verstandelijke of communicatieve handicap moeilijker te begrijpen is.

Doelgroep

Kinderen van vijf tot en met tien jaar.

Praktische informatie

'Waar kom ik vandaan?' Hoe vertel je het de kinderen zonder omhaal en met plezier; Peter Mayle, Nederlands gesproken, VHS(30 minuten)

Prijs: € 12,50

Te koop bij o.a. Sensoa, www.sensoa.be

Te leen bij GGD, schoolbegeleidingsdienst of bibliotheek

Wat gebeurt er nu weer met me?

Korte beschrijving

'Wat gebeurt er nu weer met me?' is een humoristische tekenfilm naar het gelijknamige boek van Peter Mayle, voor oudere kinderen en pubers. De film gaat over de lichamelijke en psychische veranderingen die jongeren allemaal doormaken tijdens hun puberteit. De humoristische aanpak maakt de informatie/overdracht minder concreet, waardoor het voor kinderen met een verstandelijke of communicatieve handicap moeilijker te begrijpen is.

Doelgroep

Kinderen van tien tot en met veertien jaar.

Praktische informatie

'Wat gebeurt er nu weer met me?'; Peter Mayle, Nederlands gesproken, VHS (30 minuten)

Prijs: € 12,50

Te koop bij o.a. Sensoa, www.sensoa.be

Te leen bij GGD, schoolbegeleidingsdienst of bibliotheek

(Voorlichtings)boeken

Haar op gekke plekken

Cole, B.; Lemniscaat, 1999 (ISBN: 90 563 721 73)

Boekje over wat er met je gebeurt in de puberteit. Op een komische wijze worden meneer en mevrouw Hormoon ten tonele gebracht. Met duivels plezier brouwen ze drankjes die van kinderen volwassenen maken. Voor kinderen vanaf elf jaar.

Prijs: € 12,50

Het ei van mama

Cole, B.; Davidsfonds, Infodok, 2001 - 6^e druk (ISBN: 90 656 557 9)

Prentenboek dat voorgelezen kan worden. Als papa en mama onzin vertellen over hoe baby's worden gemaakt, maken hun twee kinderen hen feilloos duidelijk hoe het wel zit. Voor kinderen van acht tot en met twaalf jaar.

Prijs: € 12,25

Ik vind jou lief

Doef, S., van der; Amsterdam: Ploegsma, 32 pagina's, 1997 (ISBN: 90 216 115 03)

Informatief prentenboek voor peuters en kleuters: combinatie van een prentenboek en voorleesboek, waarin duidelijke voorlichting gegeven wordt over verliefdheid, seksualiteit, zwangerschap en geboorte.

Prijs: € 11,95 (4-jarigen)

Ben jij ook op mij?

Doef, S., van der; Ploegsma i.s.m. Rutgers Stichting, 1995

Voorlichtingsboek, waarin in woord en beeld onder andere wordt uitgelegd wat het (lichamelijke) verschil is tussen jongens en meisjes, wat seks inhoudt en wat erfelijkheid is. Er wordt ingegaan op voortplanting en kinderen krijgen en verschillende samenlevingsvormen komen aan de orde. Het boek wordt besloten met een overzicht van woorden (met verklaring) die met seksualiteit te maken hebben. Voor kinderen van zeven tot en met elf jaar.

Prijs: € 15,90

En dan is er seks

Doef, S., van der; Utrecht/Antwerpen: Kosmos, 1995

Informatief boek voor jongeren. De schrijfster sprak met honderden jongens en meisjes over wat seks betekent en bracht het samen in dit boek. Het boek gaat over verliefdheid, vrijen, seks, relaties en hoe heerlijk dat kan zijn, maar ook over de problemen die je daarbij kunt tegenkomen.

Waar kom ik vandaan?

Hoe vertel je het de kinderen zonder omhaal en met plezier?

Peter Mayle; Baarn: Tirion, 1987 (ISBN: 90 512 104 50)

In dit humoristisch geschreven boek worden de belangrijkste punten over seks en bevruchting begrijpelijk uitgelegd. Alles komt ter sprake: vrijen, orgasme, de groei van de baby in de baarmoeder en de geboorte. Voor kinderen vanaf vijf tot acht jaar.

Het boek is niet meer leverbaar. Lenen is mogelijk via GGD, schoolbegeleidingsdienst of bibliotheek.

Er is tevens een gelijknamige video beschikbaar voor kinderen van vijf tot en met tien jaar.

Wat gebeurt er nu weer met me?

Een open en bloot gids voor pubers en hun ouders.

Peter Mayle; Baarn: Tirion

Voorlichtingsboek, waarin veel aandacht wordt besteed aan de lichamelijke en seksuele veranderingen tijdens de puberteit. Voor kinderen van ongeveer tien tot veertien jaar.

Het boek is niet meer leverbaar. Lenen is mogelijk via GGD, schoolbegeleidingsdienst of bibliotheek.

Knuffel heeft zorgen

Meier, K.; Bley, A. (illustrator); Antwerpen/Rotterdam: De Vries-Brouwers, 28 pagina's, 1997 (ISBN: 90 534 133 40)

Prentenboek dat voorgelezen kan worden. Het gaat over Marjolein, die seksueel misbruikt wordt door haar stiefvader. Haar knuffel geeft advies en Marjolein zoekt hulp. Het prentenboek kan kinderen in vergelijkbare situaties een aanmoediging geven hun zwijgen te verbreken. Het boekje vraagt zorgvuldige begeleiding. Voor kinderen vanaf vier jaar.

Prijs: € 12,50

Oh, zit dat zo!

Müller, J.; 1993 (ISBN: 90 269 134 27)

Informatie met grappige illustraties (strips) over de verschillen tussen jongens en meisjes, verliefdheid, seksualiteit, voorbehoedsmiddelen et cetera. Voor kinderen vanaf elf jaar.

Het boek is niet meer leverbaar. Lenen is mogelijk via GGD, schoolbegeleidingsdienst of bibliotheek.

Het grote wonder

Nilsson, L.; Uitgeverij Ploegsma (ISBN: 90 216 700 03)

Boek met kleurenfoto's die de bevruchting tot aan de geboorte in beeld brengen. Het is een boek met prachtige foto's over de conceptie en groei van de foetus en baby. De foto's geven een beeld van het technische verhaal van de bevruchting en de groei van het kind in de buik van de vrouw. De vertaalslag van de foto's naar de werkelijkheid vraagt extra aandacht en kan ondersteund worden door tekeningen. Geen specifieke doelgroep.

Prijs: € 31,95

Wij krijgen een baby

Nilsson, L.; Uitgeverij Ploegsma (ISBN: 90 216 127 71)

Een boek over zwangerschap, met de beroemde foto's van het ongeboren kind in de buik uit 'Het grote wonder'. Voor kinderen van vijf tot en met tien jaar.

Prijs: € 18,90

Ik ben ook op jou

Jacques Vriens; Van Goor; Amsterdam, 1992 (ISBN: 90 269 964 11)

Een boekje voor kinderen over verliefd zijn. Niet alleen op de juf maar ook op je vriendje of vriendinnetje. Voor kinderen van acht tot en met twaalf jaar.

Prijs: € 11,99

Martine Delfos

Martine Delfos heeft een serie seksuele voorlichtingsboekjes geschreven in een heldere stijl en met aandacht voor zowel lichamelijke als relationele aspecten van seksualiteit. In de teksten worden zaken bij de naam genoemd, maar tegelijkertijd is getracht de onderwerpen respectvol en warm te benaderen. Achter in het boekje staat aanvullende informatie voor volwassenen. Kinderen kunnen deze informatie ook lezen.

De boekjes zijn geïllustreerd door Sjeng Schupp, uitgegeven bij uitgeverij Pereboom te Bussum (voorheen Trude van Waarden producties) en verkrijgbaar in de boekhandel. Veel openbare bibliotheken hebben de boekjes van Delfos eveneens in hun collectie.

Voor meisjes en jongens van acht tot en met twaalf jaar schreef Martine Delfos de volgende boekjes.**Een vrolijke drukte: seksuele voorlichting over menstruatie**

2002 (ISBN: 90 755 640 74)

In dit boekje wordt uitgelegd, wat ongesteld worden is en waar het toe dient. De verschillen tussen meisjes en jongens, de weg die het eitje aflegt, de functie van de baarmoeder en de bloeding worden duidelijk uitgelegd. Er is tevens aandacht voor de emotionele kant van de zaak, zoals de stemmingswisselingen bij menstruatie.

Prijs: € 9,50 (te bestellen bij Uitgeverij Pereboom)

Kop en staart: seksuele voorlichting over zaadlozing

1997 (ISBN: 90 755 640 82)

In dit boek wordt uitgelegd, wat een zaadlozing is en waar die toe dient. De verschillen tussen jongens en meisjes, het aanmaken en de samenstelling van het zaad, de penis en wat daarmee gebeurt, de natte droom en seksuele prikkels worden duidelijk besproken. Er is tevens aandacht voor de emotionele kant van de zaak, al die veranderingen aan je lichaam zijn tenslotte niet niks.

Prijs: € 9,50

Alles erop en eraan: seksuele voorlichting over zwangerschap en bevalling

1998 (ISBN: 90 755 641 12)

In dit boek wordt uitgelegd, wat gebeurt tijdens de bevruchting en de zwangerschap. Wat in het lichaam van een vrouw verandert, hoe een baby in de baarmoeder groeit en hoe de geboorte mogelijk is, wordt duidelijk besproken. Er is tevens aandacht voor de emotionele kant van de zaak, zoals de heftige gevoelens van een zwangere vrouw.

Prijs: € 9,50

Dat heb je van mij: over evolutie en erfelijkheid

1998 (ISBN: 90 755 641 20)

In dit boek wordt informatie gegeven over evolutie en erfelijkheid. Ingewikkelde begrippen als DNA, chromosomen en genen worden op heldere wijze uitgelegd. Wat houdt de evolutietheorie van Darwin in? Hoe komt het dat sommige soorten, zoals de dinosauriërs, uitgestorven zijn? Waarom heb je blauwe ogen, of bruine? Dit boek geeft een heldere kijk op het ontstaan van de wereld en de ontwikkeling van de soorten.

Prijs: € 9,50

Zin in jezelf: seksuele voorlichting over masturbatie

1999 (ISBN: 90 755 642 52)

In dit boek wordt informatie gegeven over masturbatie. Plezier beleven aan je eigen lichaam kan heel prettig zijn. Toch is seks ook heel ingewikkeld. Niet iedereen wil seks, niet iedereen wil het op hetzelfde moment, niet iedereen wil hetzelfde met seks en niet iedereen wil evenveel seks. Wat is masturberen en hoe komt het dat jongens en mannen daar meestal meer behoefte aan hebben dan meisjes en vrouwen? Met veel respect voor verschillende standpunten en levensovertuigingen wordt verteld wat masturbatie is, hoe het lichaam werkt en welke gevoelens een rol spelen. Tevens wordt verteld welke problemen kunnen ontstaan. Duidelijk wordt het functioneren van het lichaam uitgelegd, zonder de emotionele kant te verwaarlozen.

Prijs: € 9,50

Dat nare gevoel: seksuele voorlichting over seksueel misbruik

1999 (ISBN: 90 755 642 60)

De ene arm om je heen is prettig en de andere voelt plotseling vreemd. Hoe kan dat? Het erge van seksueel misbruik zit in het nare gevoel dat je erbij krijgt. Je raakt ervan in de war, begrijpt het niet goed, voelt je schuldig. Je weet niet of je nog wel iedereen kan vertrouwen. In heldere taal wordt beschreven hoe je als kind in een complex web van machtsmisbruik, schaamte en onlustgevoelens terecht kan komen. Er wordt verteld, wat je eraan kunt doen en hoe je het kunt stoppen.

Prijs: € 9,50

Voor kinderen van elf jaar en ouder schreef Martine Delfos de volgende boekjes.

De dicht-bij-je-bed-show: seksuele voorlichting over geslachtsziekten

2000 (ISBN: 90 755 643 41)

Hoe loop je seksueel overdraagbare aandoeningen(soa's) op? Waar moet je op letten, wat moet je doen als je het hebt en hoe kun je het voorkomen? Tevens wordt ingegaan op gevoelens van schaamte en verlegenheid en de onterechte angst van mensen voor iemand met aids en de isolatie die dat met zich meebrengt.

Prijs: € 9,50

Overal te koop: seksuele voorlichting over voorbehoedmiddelen

2000 (ISBN: 90 755 643 34)

Waarom zijn voorbehoedmiddelen nodig en waarom juist als je de eerste keer vrijt? Waar beschermen voorbehoedmiddelen je tegen en waartegen niet? Welke voorbehoedmiddelen zijn er en hoe betrouwbaar zijn ze? Is vrijen met een condoom prettig? Is nee zeggen tegen seks een voorbehoedmiddel?

Prijs: € 9,50

Zoek de verschillen: verschillen tussen jongens en meisjes

2000 (ISBN: 90 755 643 34)

De verschillen tussen jongens en meisjes kunnen aanleiding zijn voor verbazing, onbegrip, conflicten, maar we kunnen ook genieten van die verschillen en van elkaar leren.

Prijs: € 9,50

Verliefd is verliefd: seksuele voorlichting over homoseksualiteit

2002 (ISBN: 90 755 645 70)

Een jongen en een meisje die van elkaar houden, willen graag alles van elkaar weten en samen leuke dingen doen. Ze willen tevens hand in hand lopen, knuffelen en vrijen. Een jongen die van een jongen houdt, of een meisje dat van een meisje houdt, wil hetzelfde. Dit boek gaat over homoseksualiteit, over het anders voelen, de reactie van de omgeving en hoe je tot wederzijdse acceptatie kunt komen.

Prijs: € 9,50

Verwacht in deze serie.

Vrijen kun je leren. Over geslachtsgemeenschap en vrijen, deel 1.

In een andere reeks van uitgeverij Pereboom verschenen van Martine Delfos de volgende boeken.

Blijf van me af: over seksueel misbruik bij meisjes

2001 (ISBN: 90 638 611 33)

Marijke weet niet hoe zij dat vervelende gedoe van haar stiefvader moet stoppen. De schoolarts gaat haar daarbij helpen. 'Blijf van me af' is een therapeutisch voorleesverhaal voor kinderen van zes tot twaalf jaar. Het is bedoeld voor meisjes die te maken hebben met seksueel misbruik. Dit boek is een hulpmiddel bij het uitleggen en bespreekbaar maken van het probleem.

Prijs: € 19,90

Blijf van me af: over seksueel misbruik bij jongens

2001 (ISBN: 90 638 611 41)

Peter weet niet hoe hij dat vervelende gedoe van zijn stiefvader moet stoppen. De schoolarts gaat hem daarbij helpen. 'Blijf van me af' is een therapeutisch voorleesverhaal voor kinderen van zes tot twaalf jaar. Het is bedoeld voor jongens die te maken hebben met seksueel misbruik. Dit boek is een hulpmiddel bij het uitleggen en bespreekbaar maken van het probleem.

Prijs: € 11,50

Het is niet leuk: over kinderen die andere kinderen seksueel misbruiken

2001 (ISBN: 90 638 611 5X)

Maarten en Jan hebben een hut gebouwd. Marieke wil deze graag zien, maar de hutregels zijn heel vreemd. 'Het is niet leuk' is een therapeutisch voorleesverhaal voor kinderen van zes tot twaalf jaar. Het is bedoeld voor kinderen die te maken hebben met seksueel misbruik. Dit boek is een hulpmiddel bij het uitleggen en bespreekbaar maken van het probleem.

Prijs: € 11,50

Vogel: over omgaan met leeftijdsgenootjes

1997 (ISBN: 90 755 640 4X)

'Vogel' maakt verre reizen en raakt zo vervuld van zichzelf en zijn vliegkunst, dat hij alleen nog aan zichzelf denkt. Op zijn verste reis komt 'Vogel' tot de ontdekking, dat andere vogels ook belangrijk zijn en dat de wereld niet alleen om hem draait. 'Vogel' is een therapeutisch verhaal voor kinderen van zes tot twaalf jaar. Het laat kinderen ervaren, dat ieder mens even belangrijk is en zijn eigen wereld heeft. Het boek bevat twee versies: één voor meisjes en één voor jongens. Het is geschikt om te gebruiken voor kinderen met een stoornis binnen het autismespectrum om hen te helpen bij hun omgang met leeftijdgenoten.

Prijs: € 11,50

Websites

www.sjn.nl/16ofzo/seks

Onderdeel van de site van NIZW Jeugd waarin aan de hand van concrete thema's en vragen allerlei voorbeelden rondom seksualiteit worden uitgelegd.

www.lover-boys.nl

Site met een strip en informatie over loverboys en hun werkwijze.

www.bewareofloverboys.nl

Site geeft informatie over loverboys, prostitutie, liefde en meer. Hoe kan je loverboys herkennen? Heb ik zelf of heeft mijn vriendin een fout vriendje? Wat is prostitutie eigenlijk? Wat zijn de ervaringen van andere meisjes?

Bijlagen

Bijlage 1 Materialen ten behoeve van deskundigheidsbevordering van docenten/begeleiders

Je moet er wel wat voor doen

Lespakket Handicap en Seksualiteit
Gehandicaptenraad, 1993

Het lespakket Handicap en Seksualiteit is bestemd voor opleidingen voor verzorgenden van mensen met een lichamelijke handicap. Het pakket bevat twee uitgewerkte lessenseries, en kan als zodanig ingepast worden in de opleiding van opvoeders en begeleiders. Er hoort een brochure bij voor de jongeren zelf.

Verkrijgbaar bij de CG-Raad

Prijzen:

- handleiding € 7,50
- brochure € 2,30

Seksuele vorming in het voortgezet speciaal onderwijs

Voorbeeldplan voor moeilijk lerende kinderen (VSO-MLK)
Woerden: NIGZ, 1998

Dit voorbeeldplan kan als hulpmiddel dienen bij het opzetten van relationele en seksuele vorming aan moeilijk lerende kinderen. Het 'raamwerk seksuele vorming' (uitgebracht door de Rutgers Nisso Groep) is als uitgangspunt gehanteerd. De publicatie gaat zowel in op de randvoorwaarden die dienen te zijn vervuld binnen de school als op de informatie die specifiek van belang is voor docenten binnen de lessituatie.

Verkrijgbaar bij de NIGZ, www.nigz.nl

Over grenzen

Video over grensoverschrijdend gedrag en seksueel misbruik bij mensen met een verstandelijke handicap
Klos TV(video) en Lammers, M.; (handleiding); Utrecht: NIZW, 1997

Deze video is bedoeld voor begeleiders die werken met mensen met een verstandelijke handicap. Het doel is om in teams grensoverschrijdend gedrag en seksueel misbruik te signaleren en bespreekbaar te maken. De video is opgedeeld in twee delen. In deel één worden fragmenten getoond uit het dagelijkse leven. In het tweede deel wordt een rondetafelgesprek getoond.

Denken, voelen, doen

Boek met cd-rom over de sociaal-emotionele ontwikkeling in het basisonderwijs
Deley, T.; Antwerpen/Apeldoorn: Garant uitgevers, 61 pag. (ISBN: 90 441 156 93)

Om meer grip te krijgen op kinderen in sociaal-emotionele kwesties is het belangrijk voor jezelf, helder te krijgen wat sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen inhoudt. Wat bezielt een kind dat opstandig is? Wat gaat in dat kind om, in zijn denken, voelen en doen? Wat

bezielt een kind om zich steeds zo angstig te gedragen bij nieuwe activiteiten? Wat denkt het? Wat voelt het? Wat is het verband tussen hoe het kind zich voelt, gedraagt en denkt? In het boek worden twee methodieken gepresenteerd, te weten de uitsprakenmethodiek en de competentiemethodiek. Hiermee kun je leren wat het verband is tussen het denken, het voelen en het doen van kinderen in probleemsituaties en wat dat betekent voor het effectief omgaan ermee. De beschrijving is voorzien van praktische voorbeelden en een handleiding voor het werken met een sociaal-emotioneel handelingsplan. Bij beide methodieken staat het verhaal, dat de leerkracht vertelt over het kind, centraal. Daarmee sluit de benadering aan bij de beginselen van de narratieve psychologie, de psychologie van het verhaal. Het boek verschaft verder veel informatie over sociaal-emotionele ontwikkeling, plus de achterliggende theorie van 'Denken, voelen, doen'. Met de cd-rom kunnen de uitspraken en competenties digitaal worden verwerkt. Naast dit basisboek verschijnt onder dezelfde naam een reeks met verhalenboeken van leerkrachten over het omgaan met kinderen in sociaal-emotionele kwesties.

Verkrijgbaar bij Maklu, telefoon: 055 – 522 06 25, info@maklu.nl
Prijs: € 14,80

Wat je pest ben je zelf!

Een lespakket met een video voor de onderbouw en bovenbouw van de school; inclusief een docentenhandleiding. Met het lespakket 'Wat je pest ben je zelf!' van Jopla krijgt de school sneller in de gaten wat er aan de hand is. Tevens laat het manieren zien om er voor te zorgen, dat het pesten van kinderen en jongeren met een handicap stopt. Jopla is het project gestart, omdat kinderen met een handicap of chronische ziekte veel sneller de kans lopen gepest te worden dan kinderen zonder handicap. Het lespakket bestaat uit een videofilm, een handleiding voor leraren en twee 'pestschriften': een voor de basisschool en een voor het voortgezet onderwijs.

Bestellen via de distributeur, telefoon: 030 – 215 51 88

Prijzen:

- basispakket (docentenhandleiding en 20 schriften) € 38,50
- proefpakket (handleiding en schrift) € 7,25

Voor informatie: jopla@fris.nl, www.jopla.nl

Weerbaarheid van jongeren

Een denk- en doeboek (ISBN: 90 441 118 92)
Ideler, I.; Antwerpen/Apeldoorn: Garant, 2001

Werken aan weerbaarheid (zelfrespect, emoties en grenzen) helpt jongeren bij het vergroten van hun gevoel van eigenwaarde en zelfrespect. Daardoor heeft het tevens een remmend effect op het stijgende agressieve en antisociale gedrag van jongeren. Vanuit dit uitgangspunt hebben de auteurs, allen werkzaam binnen het weerbaarheidcentrum Refleks, het denk- en doeboek samengesteld. Het richt zich tot iedereen die binnen een educatieve context met jongeren werkt. In deel één wordt basiskennis gegeven rondom agressie, gender en emoties en worden bouwstenen voor het omgaan met agressie en ondersteuning van slachtoffers aangereikt. Deel twee is opgevat als een praktisch oefenboek waarbinnen talloze werkmethodeken en spelvormen worden aangeboden. De oefeningen zijn onderverdeeld in zes hoofdthema's: fundamenten van weerbaarheid, oefeningen rond omgaan met emoties, methodeken om de kennis van jongeren te vergroten, oefeningen rond keuzestrategieën om met agressie om te gaan, oefeningen rond experimenteren met verschillende strategieën, en fysieke zelfverdedigingstechnieken.

Bestellen via boekhandel dan wel Maklu, telefoon: 055 – 522 06 25, info@maklu.nl
Prijs: € 36,00

Gezond op school

www.gezondopschool.nl

'Gezond op School'(GOS) is ontwikkeld om docenten in het onderwijs een actueel en volledig overzicht te bieden van les- en achtergrondmateriaal over gezondheid. Uitgangspunt bij het selecteren van de materialen die op de GOS-site worden gepresenteerd, zijn de 'leerlijnen voor gezond en redzaam gedrag in het onderwijs' voor vier- tot achttien jarigen (SLO, 1999). Een leerlijn is een beschrijving van de volgorde waarin (en momenten waarop) de onderwijsgevenden leerstof en leeractiviteiten dienen aan te bieden, opdat de leerlingen een reeks van samenhangende doelen kunnen bereiken. De leerlijnen zijn gebaseerd op ontwikkelingschetsen die het gemiddelde van een bepaalde leeftijdsgroep aangeven gericht op ontwikkeling/rijping. Daarnaast zijn zij gericht op kritische momenten in de ontwikkeling en op risico's. Er worden vier domeinen onderscheiden binnen het terrein van gezond en redzaam gedrag: sociaal-emotionele ontwikkeling, gezond gedrag, veilig gedrag en consumentengedrag.

Op de website vindt u tevens de schoolSlag checklist waarmee de kwaliteit van 28 preventieprogramma's voor scholen zijn beoordeeld. De schoolSlag checklist beoordeelt op grond van negen criteria: aangetoonde effectiviteit; planmatigheid, efficiëntie voor ondersteunende instelling, efficiëntie voor school, onderwijsgerichtheid, participatie docent en ondersteuning, aandacht voor de omgeving, kwaliteit van begeleiding en diversiteit.

Sociaal-emotioneel

www.sociaalemotioneel.nl

Betreft een databank van Stichting Leerplan Ontwikkeling(SLO) voor docenten in het basisonderwijs. De databank biedt informatie over het stimuleren van de sociaal-emotionele ontwikkeling bij kinderen in het basisonderwijs. De informatie is vormgegeven aan de hand van vragen uit de praktijk. Per onderwerp bieden ze achtergrondinformatie, tips, lessuggesties en verwijzingen naar meer informatie.

Wat is er?

'Wat is er?' is de titel van een praktisch boek, dat ouders en begeleiders handvatten biedt om de sociaal-emotionele ontwikkeling van cliënten met een verstandelijke-, auditieve- of communicatieve beperking te begeleiden. Onderzoek heeft uitgewezen dat vier gebieden van groot belang zijn bij het begeleiden van de sociaal-emotionele ontwikkeling van deze doelgroep. Daarom lopen deze gebieden, te weten: het ontstaan van veilige hechting; de autonomie ontwikkeling; de emotionele ontwikkeling; en de sociale ontwikkeling, als een rode draad door het boek. Het boek biedt een methode om aan te sluiten bij het juiste niveau en van daar uit te stimuleren en tot ontwikkeling te komen.

Bestellen via: www.kegg.nl

Prijs: € 12,00

Koninklijke Effatha Guyot Groep/methode Weerklank

Saskia Voortman

Tel.: 020 – 667 86 78

s.voortman@kegg.nl

Bijlage 2 Adressen

NISB

Het Nederlands Instituut voor Sport en Beweging (NISB) is het landelijk kennis en innovatiecentrum dat lokale-, provinciale- en landelijke organisaties in het brede veld van sport en bewegen ondersteunt door middel van advisering, begeleiding, voorlichting en deskundigheidsbevordering.

Het NISB organiseerde en ondersteunde diverse opleidingen weerbaarheid, zowel landelijk als regionaal. Deze opleidingen zullen niet meer door NISB worden aangeboden, maar door verschillende opleidingsinstituten. Dit implementatieproject is gestart in 2002.

De opleiding docent weerbaarheid wordt –voor zover nu (december 2004) bekend is– door de volgende reguliere opleidingsinstituten verzorgd:

- ROC/CIOS Leeuwenborgh te Sittard kent twee trajecten, namelijk voor de CIOS-studenten in het reguliere onderwijs en voor deelnemers (zij-instromers) aan de opleiding Docent Gevaarsbeheersing (start 24 april 2004). Voor meer informatie: de heer Leo Verhoeven.
- ROC Doetinchem heeft de opleiding docent weerbaarheid geïntegreerd in haar reguliere opleiding, waardoor studenten geschoold worden tot docent weerbaarheid.
- ROC Deltion College in Zwolle wil in januari 2005 starten met een opleiding voor mensen in de welzijnssector (instroomonderwijs).

Wellicht wordt in januari 2005 gestart met een deeltijdopleiding tot docent weerbaarheid door twee docenten weerbaarheid met train-de-training ervaring. Meer informatie komt beschikbaar via TransAct.

Mocht u geïnteresseerd zijn om zelf een opleiding te volgen in weerbaarheid of bent u geïnteresseerd in de mogelijkheden om binnen uw eigen opleiding het vak weerbaarheid aan te bieden, dan kunt u voor informatie terecht op www.weerbaarheid.nisb.nl.

Marietje Kessels Project (MKP) Varianten

'Kom op voor jezelf'

Sociaal-emotionele weerbaarheid voor leerlingen uit de groepen zeven en acht van het basisonderwijs. De training is bedoeld voor de hoogste groepen van het basis- en speciaal onderwijs. Er zijn twaalf lessen van één uur. De lessen worden op school, onder schooltijd, gegeven door ervaren docenten weerbaarheid, in dienst van de GGD. Er is altijd een leerkracht bij aanwezig.

Wordt aangeboden door verschillende GGD'en, waaronder de GGD Midden-Nederland

Tel.: 030 – 608 60 86

info@ggdmn.nl

www.ggdmn.nl

'Weerbare tieners'

In het project 'Weerbare tieners' wordt aandacht besteed aan veiligheid en weerbaarheid op school. Het project bestaat uit een weerbaarheidstraining voor leerlingen van groep zeven en acht, een werkboek met achtergrondinformatie en werkvormen rond het thema weerbaarheid, en een enquête onder leerlingen, ouders en docenten omtrent veiligheid en sfeer op school.

In het werkboek wordt gekeken naar manieren waarop de school de veiligheid kan vergroten. Grote aandacht krijgen de activiteiten die in de klas gedaan kunnen worden. De weerbaarheidstraining bestaat uit twaalf lessen, waarin aandacht besteed wordt aan fysieke en mentale

aspecten van weerbaarheid. Bij de training hoort een huiswerkschrift.
PJ Partners
Tel.: 010 – 436 21 66
info@pjpartners.nl

'Weerbaarheid in het basisonderwijs (WIBO)'

Een eigentijdse variant op het Marietje Kessels Project. Aan de cursus gaat een ouderavond, teambespreking en een bijeenkomst met de groepsleerkracht vooraf. WIBO is tevens toegepast bij kinderen met een licht verstandelijke handicap (al dan niet met gedrag- en leerstoornissen) tussen de twaalf en zestien jaar.

Huis voor de Sport Groningen
Andries Klompstra
Tel.: 0598 – 32 32 00
a.klompstra@huisvoordesportgroningen
www.weerbaarheidinbasisonderwijs.nl

Marietje Kessels Project (MKP) Speciaal onderwijs

Marietje Kessels Projecten zijn in een aantal scholen voor speciaal onderwijs uitgevoerd. In door het NISB uitgevoerde inventarisaties van MKP zijn deze scholen terug te vinden. Deze inventarisaties zijn te downloaden via: www.weerbaarheid.nisb.nl.

Hieronder staan een aantal instellingen en contactpersonen vermeld, die informatie kunnen geven over hun ervaringen met Marietje Kessels Projecten (en soms over andere weerbaarheidstrainingen) in het speciaal onderwijs.

GGD Zuidoost-Brabant
Inge de Kaste
GVO-functionaris Jeugdgezondheidszorg
Tel.: 0492 – 56 62 92
idekaste@ggdzob.nl

Punt Welzijn
Bertha Verschueren
Tel.: 0495 – 69 79 00
komop@puntwelzijn.nl

Parlan, Den Helder
Johan de Voogd
Tel.: 0223 – 67 10 20
johan.de.voogd@parlan.nl

Sport Zeeland
Marja Reijnders
Manager Sport en Bewegen
Tel.: 0118 – 67 08 34
m.reijnders@sportzeeland.nl
www.sportzeeland.nl

GG&GD Utrecht
Bart Boerema
Projectcoördinator
Tel.: 030 – 28 63 333
b.boerema@utrecht.nl

GGD Oostelijk Zuid-Limburg
Project huiselijk geweld
Judith Havas
Tel.: 045 – 57 32 416
havasju@ggdozl.nl

'Weerbaarheid in het basisonderwijs (WIBO)'
Andries Klompstra, projectleider WIBO
Huis voor de Sport Groningen
Tel.: 0598 – 32 32 00
andries@huisvoordesport groningen.nl
www.huisvoordesport groningen.nl

Ellen Suykerbuyk en Erik Bosch

www.bosch-suykerbuyk.nl

Betreft de website van Bosch en Suykerbuyk Trainingscentrum. Erik Bosch en Ellen Suykerbuyk zijn de auteurs van Seksuele voorlichting aan mensen met een verstandelijke handicap: 'De kunst van het verstaan' (2000). Op de website staat informatie over cursussen en studiedagen ten aanzien van seksualiteit, relatievorming en verstandelijke handicap voor verzorgers en begeleiders en over materialen die door hen ontwikkeld zijn of worden.

De werkmap 'Ontdek wie je bent, een speurtocht naar jezelf' is ontwikkeld in vier versies. De versies van de volwassen vrouw en de volwassen man zijn leverbaar, die voor het meisje en het jongetje komen na de zomervakantie van 2005 op de markt. Deze laatste twee zijn bij uitstek geschikt voor het ZMLK-onderwijs.

In ontwikkeling zijn het spel 'Liefdesweetjes' en de voorlichtingsmap 'Van top tot teen', een uitgebreide thematisch opgezette en concrete voorlichtingsmap voor mensen met een verstandelijke beperking met voorlichtingstips voor de ondersteuner.

Prijzen(ovb):

- werkmappen 'Ontdek wie je bent....' (p.st.) € 58,00
- spel 'Liefdesweetjes' € 48,00
- voorlichtingsmap 'Van top tot teen' € 120,00

GGD

GGD-en ondersteunen scholen met advies en materialen. Soms voeren zij zelf trainingen uit. De adressen van de dichtstbijzijnde GGD zijn te vinden op de website van GGD Nederland: www.ggd.nl.

MEE

MEE's bieden informatie, advies of ondersteuning, ook als het gaat om handicap en seksualiteit. Soms geven zij zelf –al dan niet in samenwerking met scholen– cursussen, bijvoorbeeld weerbaarheid- en sociale vaardigheidstrainingen. Soms ondersteunen zij met verwijzingen en/of materialen.

De adressen zijn te vinden op de website van MEE Nederland: www.mee.nl.

TransAct

TransAct is een landelijk expertisecentrum op het gebied van de aanpak van huiselijk en seksueel geweld en van vraagstukken rond sekse en etniciteit. De drie kerntaken van TransAct zijn: kennis en methodiekontwikkeling, beleidsanalyse en agendering, training en advies. TransAct richt zich in haar projecten op verschillende doelgroepen, waaronder mensen met een handicap en allochtonen. Publicaties die aanwezig zijn in het Kenniscentrum van TransAct zijn te vinden via de website. Hierop staat tevens een literatuuroverzicht over handicap, relaties en seksualiteit.

TransAct
Postbus 1413
3500 BK Utrecht
Tel.: 030 – 23 26 500
algemeen@transact.nl
www.transact.nl

Rutgers Nisso Groep(RNG)

De Rutgers Nisso Groep doet onderzoek, ontwikkelt voorlichtingsprogramma's en heeft een eigen informatiecentrum op het gebied van seksualiteit. De RNG heeft een aantal projecten voor mensen met een handicap, waaronder de site www.zoenenenzo.nl, een website over relaties en seksualiteit voor mensen met een lichamelijke handicap. Tevens is de Rutgers Nisso Groep bezig met de ontwikkeling van www.zoenenenzovoort.nl, een website over relaties en seksualiteit voor ouders van kinderen met een chronische ziekte en/of lichamelijke handicap.

Daarnaast is de Rutgers Nisso Groep bezig met de ontwikkeling van een digitaal Curriculum Relationele en Seksuele Vorming voor het onderwijs.

De RNG heeft vele publicaties rond het onderwerp seksualiteit en seksuele voorlichting. Deze zijn via hun website te bestellen. Het informatiecentrum heeft een uitgebreide collectie met onder meer publicaties over handicap en seksualiteit.

Rutgers Nisso Groep
Postbus 9022
3506 GA Utrecht
Tel.: 030 – 23 13 431
rng@rng.nl
www.rutgersnissogroep.nl

