

VOORWOORD

In verreweg de meeste gevallen zijn het de inhoudsdeskundigen die ervoor zorgen dat het thema relaties, intimiteit en seksualiteit op de agenda wordt gezet. Voor een tijdje. Want bij het bestuur en management ebt de aandacht voor het thema vaak weg zodra een werkgroep is opgeheven of wanneer na een incident de storm is gaan liggen. Zo gaan veel organisaties van incident naar incident zonder dat er iets structureel verandert. Dit is fascinerend en vooral frustrerend om te zien als je weet dat preventie en een proactieve aanpak cruciaal zijn.

Onze frustratie hebben we inmiddels omgezet in nieuwsgierigheid. Want hoe kan dit keer op keer zo ontstaan? We werkten allebei bij een zorginstelling in de functie van centrale aandachtsfunctionaris op het gebied van relaties, intimiteit en seksualiteit en hielden ons bezig met scholing, beleid en visie en voorlichting. We bespraken onze ideeën en zagen een belangrijk patroon: seksuele gezondheid, seksueel grensoverschrijdend gedrag en seksueel geweld zijn binnen veel organisaties onderbelichte en soms zelfs taboeonderwerpen. Tijd om actie te ondernemen en ons in te zetten voor verandering!

Sinds vijf jaar geven we vanuit de coöperatie Fabriek69 begeleiding, trainingen en lezingen op het gebied van relaties, intimiteit en seksualiteit en seksueel geweld. We ontwikkelden een plan en testten dit in de praktijk. In dit boek vertellen we daar alles over. We willen bestuurders en managers in onderwijs, zorg en welzijn laten zien op welke manieren zij de verantwoordelijkheid kunnen nemen – en verantwoordelijkheid dragen – om een veilige omgeving te creëren voor zowel de cliënten en leerlingen als de medewerkers. En ook dat ze het levensgeluk en kennisniveau van hun cliënten en leerlingen vergroten door proactief in gesprek te gaan over relaties, intimiteit en seksualiteit.

En wie weet dragen we zo bij aan een veiligere en gezondere wereld voor iedereen.

DEEL 1

DE THEORIE

INLEIDING

Als het aankomt op situaties rondom relaties, intimiteit en seksualiteit binnen een organisatie zien wij vaak dat men in een verlamdende handelingsverlegenheid zit of terechtkomt. Het is dan ook geen verrassing dat de meeste organisaties pas in actie komen nadat er zich een incident heeft voorgedaan. Dat is jammer, want dan is de insteek veelal negatief van aard.

Als organisatie kom je er niet met alleen een visie op relaties, intimiteit en seksualiteit en een protocol seksueel grensoverschrijdend gedrag. Dit zijn thema's die heel dicht bij de menselijke kern komen, waardoor ze een enorme impact hebben op de betrokkenen. Om deze reden is het van cruciaal belang dat je als organisatie de juiste kennis en aanpak hebt en dat het thema relaties, intimiteit en seksualiteit geen taboeonderwerp is. Vergelijk het eens met de bhv-kennis over brand: je krijgt gelukkig niet dagelijks te maken met brand, maar als het je overkomt zijn de gevolgen enorm. Het is dan ook van onschatbare waarde om goed voorbereid te zijn op dit soort ernstige situaties. Net als bij bhv-oefeningen hebben we gezien dat een goede voorbereiding werkt. Bij bhv hebben organisaties het heel goed geborgd in hun werkprocessen. En er wordt veel geïnvesteerd in bhv'ers wat betreft kennis door opleiding en scholing. Alle medewerkers, leerlingen en cliënten weten

wat ze wel en niet moeten doen als het brandalarm afgaat. Hiermee wordt ook vaak geoefend. Bij seksueel geweld is dit hetzelfde, behalve dat het vaker voorkomt dan brand, maar bij geen goede reactie zijn de gevolgen enorm voor de persoon die het overkomt en ook voor diens omgeving. Laten we daarom niet wachten tot het te laat is.

Als organisatie kun je je ook voorbereiden op alle voorkomende situaties rondom relaties, intimiteit en seksualiteit. Laten we een veilige werkomgeving creëren waarin iedereen zich gehoord, gerespecteerd en gesteund voelt. Want als de medewerkers dit ervaren, gaan de cliënten en leerlingen dit ook voelen.

Lezen, leren en groeien: dat is het proces dat wij met dit boek willen aangaan met organisaties binnen onderwijs, zorg en welzijn. We hopen te bereiken dat organisaties niet langer hun ogen sluiten voor cruciale onderwerpen rondom relaties, intimiteit en seksualiteit. Door preventief te werk te gaan wordt de kans op incidenten verkleind, is de organisatie in staat om professioneel te handelen wanneer er toch iets gebeurt en wordt tevens het levensgeluk van cliënten en het kennisniveau van leerlingen vergroot. Maar dit is geen eenvoudige weg. Het betekent dat de organisatie de moed moet hebben om de discussie aan te gaan en alles bloot te leggen binnen de eigen muren. En laten we eerlijk zijn, dat kan best eng zijn. Maar wij zijn er om je te helpen, stap voor stap. Want als jouw organisatie eenmaal de professionele aanpak van deze onderwerpen heeft omarmd kun je niet alleen veel leed voorkomen, maar ook flink wat euro's besparen.

Het thema relaties, intimiteit en seksualiteit en met name grensoverschrijding en seksueel geweld heeft binnen onze maatschappij op dit moment veel aandacht. Denk hierbij aan alles wat er naar buiten is gekomen bij en over *The Voice of Holland*, *DWDD*, de danswereld, Atria, Jeugdzorg, kinderdagverblijven, de politiek, artsen, hoogleraren aan de universiteit, de sportwereld, de publieke omroep enzovoort. Het heeft zo veel aandacht dat zelfs de politiek er een regeringscommissaris voor

heeft aangesteld. Je kunt dus zeggen dat het leeft binnen onze maatschappij. Overal waar gesloten structuren en machtsverhoudingen zijn ligt seksueel grensoverschrijdend gedrag op de loer. Mensen die het overkomen is en die vervolgens met hun verhaal naar buiten komen, vaak nadat ze het lange tijd voor zichzelf hebben gehouden, moeten stevig in hun schoenen staan. Want het vraagt heel veel lef om dit te doen. Verderop in dit boek komen we terug op het onderwerp afweer. Daarin omschrijven we de reden waarom het zo lastig is om als (vermeend) slachtoffer ermee naar buiten te treden.

Dit boek is bedoeld voor bestuurders, managers en leidinggevendenden binnen de sectoren onderwijs, zorg en welzijn. Wij hopen dat zij na het lezen van ons boek de urgentie voelen om het thema relaties, intimiteit en seksualiteit structureel een plek te geven binnen hun organisatie. Dat hierop gestuurd wordt. En dat er door die sturing minder slachtoffers van seksueel geweld zullen zijn, doordat er voldoende kennis is bij medewerkers en bij meldteams over hoe te handelen bij signalen van seksueel geweld. Maar we hopen ook dat de positieve kant aandacht krijgt, omdat we weten dat hier een preventieve werking van uitgaat. Hierdoor wordt er veiligheid gecreëerd bij cliënten, leerlingen en alle medewerkers binnen de organisatie.

In dit boek staan voorbeelden uit de praktijk. Ze zijn geanonimiseerd, maar allemaal daadwerkelijk gebeurd: deze situaties zijn wij tegengekomen in onze dagelijkse praktijk. Wij hopen dat je door de voorbeelden en de theorie voelt en beseft wat jij kunt doen binnen je eigen organisatie om deze voorbeelden te reduceren. Het levert met name veiligheid op voor cliënten en leerlingen, maar onderaan de streep levert het ook geld op. Al zou je maar voelen dat wat deze mensen is overkomen in geen enkele organisatie meer mag gebeuren, dan is de missie van dit boek al geslaagd.

In deze tijd van krapte op de arbeidsmarkt, die vooral de sectoren

onderwijs, zorg en welzijn treft, is men geneigd om vooral aandacht te besteden aan de financiële kant van de organisatie en het rondkrijgen van roosters (iets wat van alle tijden is in deze sectoren). Een organisatie waar het veilig is voor cliënten, leerlingen en medewerkers alsook voor hun verwanten, daar wil je graag voor werken. Dan wil je je als medewerker inzetten en wil je vaak ook best een stapje harder lopen. Cliënten, leerlingen en medewerkers voelen zich gezien, gewaardeerd en geborgd door de organisatie als ook relaties, intimiteit en seksualiteit aandacht krijgen. Wordt er niet adequaat gereageerd op dit thema en ook niet op signalering van seksueel geweld dan heeft dit consequenties voor de organisatie. Men gaat minder melden, waardoor het lijkt alsof het goed gaat. Men verlaat ook de organisatie, omdat het niet veilig voelt, ook al is het henzelf niet overkomen. Het is een maatschappelijke verantwoordelijkheid om dit thema aandacht te geven binnen organisaties. Dus neem als bestuur en management je verantwoordelijkheid als het hierom gaat. Met alleen een visie en een protocol voor dit thema kom je er niet.

Dus, ben je er klaar voor om het gesprek aan te gaan? We wensen je veel leesplezier en hopen dat ons boek je inspireert om te groeien op dit belangrijke thema.

HOOFDSTUK 1

WAAR HEBBEN WE HET EIGENLIJK OVER?

Er zijn inmiddels ontelbaar veel boeken, films, documentaires en theaterstukken gemaakt over het universele thema relaties, intimiteit en seksualiteit. Het lijkt ons daarom weinig zinvol om daar in dit boek ook nog eens hoofdstukken over vol te schrijven. (Achter in dit boek vind je een lijst met tips, als je dieper op dit thema wilt ingaan). Wel beschrijven we kort wat het thema relaties, intimiteit en seksualiteit inhoudt, om duidelijk te maken waar het precies om gaat, en we vertellen waarom het voor cliënten, leerlingen en organisaties zo belangrijk is dat dit thema goed wordt geïmplementeerd en geborgd. Maar eerst beschrijven we wat de seksuele rechten van de mens zijn, omdat deze rechten de fundering vormen van ons boek. Sterker nog, ze zijn de reden waarom we dit boek hebben geschreven.

1.1 DE SEKSUELE RECHTEN

Ieder mens – ongeacht leeftijd, beperking, geloof, geaardheid enzovoort – heeft recht op seksuele gezondheid en informatie, dus ook de cliënten en leerlingen waarmee we werken. De Wereldgezondheidsorganisatie (World Health Organization, afgekort WHO) heeft in 2002 een definitie van seksuele (en reproductieve) gezondheid geformuleerd. Enkele landen waar starre normen en waarden heersen konden zich niet vinden in deze definitie, daartegenover staan vele landen die deze definitie wel onderschrijven, waaronder Nederland. De WHO definieert de seksuele gezondheid als volgt:

“Seksuele en reproductieve gezondheid is een staat van lichamelijk, emotioneel, mentaal en sociaal welbevinden met betrekking tot seksualiteit en voortplanting; het is niet alleen maar de afwezigheid van ziekte, disfunctie of gebrek. Seksuele gezondheid vereist zowel een positieve en respectvolle benadering van seksualiteit en seksuele relaties als de mogelijkheid voor plezierige en veilige seksuele ervaringen vrij van dwang, discriminatie en geweld. Om seksuele gezondheid te bereiken en te handhaven moeten de seksuele rechten van alle mensen worden gerespecteerd en verwezenlijkt.”

In deze definitie wordt gesproken over seksuele rechten, zonder dat er internationale overeenstemming is over wat die rechten precies inhouden. Deze seksuele rechten zijn wel geformuleerd door de World Association of Sexual Health (WAS) en sluiten aan op de fundamentele en Universele Rechten van de Mens (zie bijlage).

Wanneer je als organisatie de seksuele rechten van de mens onderschrijft – en waarom zou je dat niet doen? – dan betekent dit ook echt wat. Je kunt niet A zeggen (de rechten onderschrijven) en vervolgens B niet doen (proactief beleid voeren op deze thema’s). In de dagelijkse praktijk bij onderwijs-, zorg- en welzijnsorganisaties zien wij echter vaak dat stap B niet of niet volledig wordt uitgevoerd, waardoor cliënten en leerlingen geen gezonde seksualiteitsbeleving hebben en niet de juiste informatie (proactief) krijgen. Waarom gebeurt dit? “Omdat het niet speelt bij onze

cliënten of leerlingen” wordt er op deze vraag ontzettend vaak geantwoord door professionals die werken met deze cliënten en leerlingen, en ook door bestuurders en managers. Maar dat zou betekenen dat het leeuwendeel van de cliënten en leerlingen aseksueel is. Aseksualiteit houdt in dat iemand geen behoefte heeft aan seks, walging voelt als hij/zij denkt aan seks met een ander, en geen seksuele gevoelens en geen seksueel verlangen heeft. Helaas geeft de wetenschap nog geen eenduidige definitie van aseksualiteit. Binnen de seksuologie en in het diagnostisch psychiatrisch handboek, de DSM-5, wordt het niet als stoornis erkend. Op basis van de huidige kennis is aseksualiteit een geaardheid: iemand kiest er niet bewust voor om aseksueel te zijn. Inmiddels is aseksualiteit daarom toegevoegd aan het lhbtqi+-alfabet. Geschat wordt dat 1 procent van de bevolking aseksueel is¹. Als je deze cijfers koppelt aan de uitspraak dat het onderwerp seksualiteit niet speelt bij cliënten en leerlingen dan zou dit betekenen dat die 1 procent van de bevolking die aseksueel is binnen onze organisaties en scholen verblijft. Dat klopt statistisch gezien niet. Bovendien vertellen heel veel cliënten ons dat ze wel degelijk behoefte hebben aan een relatie en aan intimiteit.

Maar waarom staan cliënten en leerlingen dan in de kou? Omdat het nog steeds lastige thema's zijn voor de professionals die met hen werken en voor het bestuur en management. Relaties, intimiteit en seksualiteit worden niet of te weinig bespreekbaar gemaakt, tenzij er zich een “probleem” voordoet. Dit is volgens ons niet de bedoeling, en als je naar de omschreven definities en rechten van de mens kijkt ontnemen je cliënten hiermee ook nog eens een groot stuk levensgeluk. Maar wat zijn relaties, intimiteit en seksualiteit nu eigenlijk? En wat is de definitie van seksueel geweld? Om dit helder te krijgen geven we kort een duiding van deze begrippen. Ook al lijken ze een open deur, het is belangrijk dat je deze

1 Aseksualiteit: www.researchgate.net/publication/8220138_Asexuality_Prevalence_and_Associated_Factors_in_a_National_Probability_Sample

begrippen kent wanneer je hierop sturing wilt geven en cliënten en leerlingen wilt kunnen bieden waar ze recht op hebben.

Relaties

“Een relatie is een betrekking waarin zaken of personen tot elkaar staan. In het geval van personen gaat het om een verhouding tussen twee of meerdere mensen zoals persoonlijke relaties, zakelijke relaties of liefdesrelaties in diverse vormen (huwelijk, latrelatie, open relatie, et cetera)”, aldus de Dikke Van Dale. In dit boek houden we ons bezig met de relaties die gaan om vriendschap, intimiteit en seksualiteit. Ook binnen onderwijs, zorg en welzijn ontstaan er verschillende soorten relaties en hierin moeten cliënten en leerlingen worden begeleid en ondersteund, ongeacht hun leeftijd, beperking enzovoort. Waarom? Omdat dit een recht van de cliënt en leerling is.

Intimiteit

Intimiteit is een ervaring van verbondenheid tussen onder andere mensen. Deze verbondenheid kan lichamelijk, emotioneel en/of spiritueel van aard zijn. De ervaring van intimiteit is afhankelijk van de situatie en daarmee beperkt in tijd en ruimte. Hoewel een behoefte aan intimiteit een universeel verschijnsel lijkt, zijn er grote verschillen tussen maatschappijen in de aard en omvang van intimiteit.

“Bij intieme relaties wordt vaak automatisch ook aan seks gedacht, maar dit is niet hetzelfde. Seks kan heel goed zonder intimiteit en vice versa. Denk maar eens terug aan dronken onenightstands. Waren die zo intiem? Intimiteit gaat om verbondenheid. Om echt contact. Ons vermogen hiertoe staat onder druk”, zegt Belgisch hoogleraar klinische psychologie en psychoanalyse Paul Verhaeghe in *Vlam Magazine* (maart 2021). *“De grondslag voor intimiteit zoek ik niet meteen in de context van een liefdesverhouding. In eerste instantie kijk ik naar de verhouding die we hebben met ons eigen lichaam. Als die verhouding oké is, als we ons daar goed bij voelen, dan kunnen we op grond daarvan een intieme verhouding aangaan met iemand anders. Die intieme verhouding met*

iemand anders zal altijd een lichamelijke component hebben, maar dat hoeft niet per se een seksuele component te zijn.”²

Intimiteit lijkt een eenduidig begrip, maar het omvat veel meer, zoals ook blijkt uit deze woorden van Paul Verhaeghe. Intimiteit zit ook in andere dingen. Zo vertelde een oudere dame die in een verzorgingshuis woont ons dat niemand haar nog bij haar voornaam noemt. Ze is in alle situaties en voor iedereen ‘mevrouw Janssen’ en dat voelt voor haar heel afstandelijk. Zij zou dit graag anders willen, maar haar begeleiders gaan niet in op haar verzoek.

Ook is bij zowel intimiteit als seksualiteit de verhouding met jezelf en je eigen lichaam van wezenlijk belang. Dat betekent dat we met cliënten en leerlingen proactief over deze aspecten moeten praten, en dus ook over zaken als lichaamsbesef, lichaamsbeleving, zelfbeeld en masturbatie. Stel vragen als: ‘Wat vind je wel en niet fijn aan je lijf?’ Waarom? Omdat dit een recht van de cliënt en leerling is.

Seksualiteit

In hun boek *Seks! Een leven lang leren* leggen Ellen Laan (seksuoloog en hoogleraar Bio-psychosociale determinanten van seksuele gezondheid aan de UvA) en Rik van Lunsen (arts en seksuoloog NVVS) uit wat we onder seks en seksualiteit verstaan: “De begrippen seks en seksualiteit hebben vooral te maken met het geheel aan gevoelens, handelingen en gedragingen die seksuele opwinding tot doel hebben. Seksueel gedrag is elk gedrag gericht op het beleven van seksualiteit. Seks is elke handeling en elk gedrag bedoeld om seksueel opwindende gevoelens en de daarbij horende prettige lichamelijke sensaties te ervaren. Of iets wel of geen seks is, hangt dus meer af van de intentie, de bedoeling, dan van wat er feitelijk gebeurt. Voor de een kan tongzoenen een seksuele handeling zijn door de opwinding die ermee gepaard gaat, terwijl dat voor de ander niet zo hoeft te zijn. Seks is een subjectief begrip en kan dus niet goed gedefinieerd worden. In alle meer moderne visies op seksuali-

2 Vlam Magazine (editie 1, maart 2021)

teit zijn seks en de geslachtsdaad als instrument voor voortplanting min of meer ontkoppeld. Bovendien is al veel langer duidelijk dat bij meer dan 95 procent van alle mensen seksueel gedrag niet is gericht op voortplanting. Masters en Johnson hadden het in dit verband over een geleidelijke verschuiving van seks voor procreatie (voortplanting) naar seks voor recreatie (seksueel plezier). In zijn boek *Sex by Numbers* berekent de Britse statisticus David Spiegelhalter dat uiteindelijk minder dan 1 op de 1000 seksuele handelingen van mensen leidt tot zwangerschap³.” Mensen, dus ook jouw cliënten en leerlingen, zijn seksuele wezens. Seksualiteit is een wezenlijk deel van ons leven en zeker ook van ons levensgeluk. Natuurlijk heeft de mens ook geslachtsgemeenschap om zichzelf voort te planten, maar het overgrote deel van de mensen heeft seks met zichzelf of met een ander om simpelweg plezier te beleven. Toch is dit iets waar we als samenleving nog altijd nauwelijks met elkaar over praten, ook al lijken de media daar soms een ander beeld van te geven. Dat plezier het grootste doel is van seksualiteit is nog niet goed in onze cultuur verankerd. Daarom is het lastig om cliënten en leerlingen proactief te begeleiden, te ondersteunen en voor te lichten op dit gebied. Te vaak wordt er pas aandacht aan seksualiteit besteed nadat er seksuele problemen en/of incidenten zijn ontstaan en de focus ligt maar zelden op seksuele gezondheid en seksueel plezier. Juist daar liggen grote kansen om bijvoorbeeld seksueel geweld eerder te kunnen signaleren en stoppen. Iva Bicanic, oprichter en landelijk coördinator van het Centrum Seksueel Geweld zegt het volgende hierover in een artikel van Fonds Slachtofferhulp: “De realiteit over seksueel misbruik onder ogen komen betekent ook dat we andere gesprekken moeten voeren met onze kinderen. Zonder hen bang te maken. We vinden het helemaal niet vreemd om onze kinderen te waarschuwen om nooit met vreemde mensen mee te gaan. Maar we vinden het wel moeilijk om tegen hen te zeggen dat ook mensen die zij goed kennen hen niet onder hun onderbroek mogen aanraken. Het is belangrijk dat we kinderen al vanaf heel jonge leeftijd

3 Seks! Een leven lang leren, van Ellen Laan en Rik van Lunsen (2017)

Hoe geef je seksualiteit en intimiteit een plek in je organisatie? Laat het niet over aan het toeval en organiseer actief een prettige en veilige omgeving voor jouw medewerkers en cliënten.

De meeste organisaties geven pas aandacht aan intimiteit en seksualiteit na hulpvragen van cliënten of seksueel geweld. Dat is eigenlijk vreemd want seksualiteit en intimiteit zijn een onlosmakelijk aspect van het leven van medewerkers en cliënten. Met de juiste aanpak kun je het levensgeluk van cliënten vergroten, onnodig leed voorkomen en wederzijds begrip creëren.

Het grote 9-tot-5-taboe laat overtuigend zien dat je er met protocollen nog niet bent. Een veilige leef- en werkomgeving vereist dat er open over het onderwerp wordt gesproken en dat alle betrokkenen respect hebben voor elkaars verlangens en grenzen. Met de aanpak in dit boek kunnen bestuurders en medewerkers in zorg-, welzijns- en onderwijsorganisaties de discussie over intimiteit en seksualiteit op gang brengen, implementeren en borgen in het dagelijks beleid.



Christel van der Horst en Jeroen Hindriks hebben jarenlange ervaring als expert, consultant en docent op het gebied van relaties, intimiteit en seksualiteit. Ze zijn oprichter en eigenaar van Fabriek69 dat organisaties ondersteunt binnen onderwijs, zorg en welzijn.