

Ondersteunen van seksuele gezondheid volgens familie en begeleiders van mensen met een licht verstandelijke beperking

Mensen met een licht verstandelijke beperking zijn voor hun seksuele gezondheid vaak afhankelijk van voorlichting en ondersteuning door familie en begeleiders. Hoe kijken familie en begeleiders naar seksuele gezondheid van mensen met een licht verstandelijke beperking? Wat vinden ze belangrijk in de ondersteuning? En welke rol zien zij voor zichzelf? De AWVB heeft dat onderzocht. In deze infographic vind je de belangrijkste resultaten.

Familie en begeleiders denken bij **seksuele gezondheid** van mensen met een licht verstandelijke beperking aan:



1 VOORLICHTING EN ONDERSTEUNING

Belangrijk volgens familie:

- Aandacht besteden aan het verschil tussen gezonde en ongezonde seksualiteit. Bijvoorbeeld: waar en wanneer het laten zien van seksueel gedrag past.
- Samen duidelijke afspraken maken over seksuele gezondheid en privacy.

Belangrijk volgens begeleiders:

- Op tijd seksuele voorlichting geven om negatieve ervaringen te voorkomen.
- Sociale regels bespreken. Zoals wat je wel en niet met vrienden bespreekt over seksuele gezondheid.
- Ruimte geven om dingen uit te proberen, open te zijn en te accepteren.

2 RELATIES

Belangrijk volgens familie:

- Beseffen dat mensen met een licht verstandelijke beperking dezelfde (intieme) wensen hebben als anderen. Zoals samen iets gaan eten of drinken.
- Beseffen dat er hindernissen zijn die te maken hebben met de verstandelijke beperking. Bijvoorbeeld moeilijker aansluiting vinden bij mensen van de eigen leeftijd.

Belangrijk volgens begeleiders:

- Begeleiders lijken relaties minder belangrijk te vinden. Wel noemen zij seksuele identiteit. Dat gaat over of je je man, vrouw of anders voelt.



3 SEKSUELE ONTWIKKELING

Belangrijk volgens familie:

- Aandacht besteden aan ervaringen én gevoelens. Om grenzen te ontdekken en gevoelens te leren begrijpen en te kunnen laten zien.

Belangrijk volgens begeleiders:

- Aandacht besteden aan ervaringen én gevoelens. Om eigen voorkeuren te ontdekken en daarvan bewust te worden.

We kunnen de **seksuele gezondheid** van mensen met een licht verstandelijke beperking bevorderen door:

een positieve, accepterende houding aan te nemen over seksuele gezondheid door het te benaderen als onderdeel van iemands ontwikkeling.

een open gesprek met ze aan te gaan over seksuele gezondheid.

Deze infographic is gebaseerd op de resultaten van een [deelstudie](#) uit het promotieonderzoek 'Gezonde seksualiteit en de ondersteuning ervan; perspectieven van mensen met een verstandelijke beperking, hun begeleiders en hun naasten'. Wouter de Wit MSc van de Academische Werkplaats Leven met een verstandelijke beperking (AWVB, Tranzo, Tilburg University) en Zuidwester voerde dit onderzoek uit onder begeleiding van prof. dr. Petri Embregts (AWVB) en dr. Diana Roeg (Tilburg University).

Meer weten? Neem dan contact op met Luciënne Heerkens, kennismanager van de AWVB: awvb@tilburguniversity.edu