

Pubers en seksualiteit:

Waar vinden de jeugdverpleegkundige en de verpleegkundige seksuele gezondheid elkaar?

Zowel jeugdverpleegkundigen als verpleegkundigen seksuele gezondheid houden zich bezig met de puberleug van 12 tot 18 jaar. Zijn dit afgesloten werelden of werken ze nauw samen? Een gesprek hierover met twee rotten in het vak: verpleegkundige seksuele gezondheid Daan Kuypers (59) van GGD Gooi en Vechtstreek en GGD Flevoland en jeugdverpleegkundige 12-18 Lia van Aaken (57) bij GGD Zeeland. Hun advies: 'Weet elkaar te vinden en maak gebruik van elkaars expertise.'

Tekst:
Marieke
Rijsbergen

Jeugdverpleegkundige Lia van Aaken steekt meteen van wal. 'In de JGZ richtlijn Seksuele Ontwikkeling staat dat jeugdverpleegkundigen de seksuele ontwikkeling van jeugdigen moeten volgen, informatie geven, vroegtijdig moeten signaleren als iets niet verloopt zoals verwacht en indien nodig, doorverwijzen. Ik vind het belangrijk dat jeugdverpleegkundigen bij de contactmomenten het onderwerp seksualiteit bespreekbaar maken. Dus bij de eerste gesprekken op het consultatiebureau, maar ook op de basis- en middelbare school. Het is een normaal onderdeel van het leven en dus ook van het werk van de jeugdverpleegkundige. Een gezonde seksuele ontwikkeling is immers een belangrijk onderdeel van gezond opgroeien. Als jeugdverpleegkundige 12+ maak ik dit dus bespreekbaar bij de pubers waar ik contact mee heb.'

Verpleegkundige seksuele gezondheid Daan Kuypers knikt instemmend. Ook hij bespreekt seksualiteit in elk contactmoment dat hij heeft met pubers. Kuypers ziet in zijn spreekkamer al jongeren die getest worden op soa's. 'Toch

probeer ik ook andere thema's aan te stippen als de jongeren daar open voor staan. En dat kan alle kanten opgaan. Van seksuele diversiteit, seksuele weerbaarheid, anticonceptie, grenzen en wensen, pijn bij vrijen en ga zo maar door.' Naast de soa-sprekken, geeft Kuypers ook les op middelbare scholen en mbo's over seksualiteit.

Intiem stukje in het leven

Van Aaken vervolgt haar verhaal. 'Sommige collega's vinden seksualiteit een ingewikkeld onderwerp. Dat klopt natuurlijk niet.' Kuypers vult aan: 'Op het moment dat een verpleegkundige het een moeilijk onderwerp vindt, dan reageren pubers daar meteen op. Zij zullen dan niet veel loslaten als ze ergens mee zitten rondom het onderwerp seksualiteit.' Van Aaken: 'Seksualiteit is een intiem stukje in het leven. Als je zelf bent opgevoed in een omgeving waar nauwelijks werd gesproken over seks, dan moet je een flinke drempel over.'

Om die handelingsverlegenheid weg te nemen, werden tijdens een studiedag van GGD Zeeland



gezamenlijk standaardzinnen bedacht die jeugdverpleegkundigen kunnen gebruiken om het gesprek mee te beginnen. Bij het contactmoment voor 13-jarigen zijn dat vragen als: Ben je wel eens verliefd geweest? Weet je al of je op jongens of meisjes valt of op allebei? Heb je wel eens verkering gehad? Ook wel eens seks gehad? Of is dat nog te vroeg? Wat vind jij? Hoe oud zou je moeten zijn? Praat je wel eens met je ouders over seksualiteit? Als je vragen hebt bij wie stel je ze dan? Ken je de site www.jouwggd.nl? Daar staan heel veel tips en je kunt er ook anoniem chatten, dat is fijn als je een vraag hebt die je aan niemand durft te stellen of als je gewoon eens even met iemand wil praten.

Goed geregeld

Kuypers geeft Van Aaken een compliment. 'Wat hebben jullie dat goed geregeld bij GGD Zeeland zeg!' Kuypers legt uit dat 'seksuele gezondheid' bij elke GGD anders geregeld is. Bij sommige GGD'en is er geen enkele samenwerking tussen de jeugdverpleegkundigen en verpleegkundigen

'Ik vind het belangrijk dat jeugdverpleegkundigen het onderwerp seksualiteit bespreekbaar maken'

seksuele gezondheid, bij andere GGD'en juist weer heel veel. Van Aaken: 'Het ligt er maar net aan of seksualiteit een thema is binnen de GGD. Zo ja, valt het expertisecentrum dan onder de afdeling Jeugdgezondheidszorg of juist onder de afdeling Seksuele Gezondheid? Bij GGD Zeeland hebben binnen de jeugdgezondheidszorg mensen het aandachtsgedrag relaties en seksualiteit. Zij zijn ook meteen Gezonde School-adviseur waar de stimuleringsregeling Gezonde Relaties & Seksualiteit onder valt. Daar ben ik er een van. En wij zoeken de samenwerking met de afdeling seksuele gezondheid op het moment dat dit nodig is.' Bij Kuypers is er de werkgroep Relaties en Seksualiteit waar beide afdelingen in zitten en waar de samenwerking wordt opgezocht.

Doorverwijzen

Zomaar twee GGD'en met twee verschillende aanpakken. Maar zowel Van Aaken als Kuypers benadrukt dat jeugdverpleegkundigen en verpleegkundigen seksuele gezondheid zelf de samenwerking kunnen opzoeken en daarin dus zelf bepalen hoe ver ze in die samenwerking gaan. Kuypers: 'Dat is het individuele stukje van een verpleegkundige. Neem Lia. Zij neemt veel meer zelf op zich omdat ze al zo lang in het vak

'Als ze merken dat je ze serieus neemt, vertellen pubers je een hoop'

zit en ook verpleegkundige seksuele gezondheid is geweest. Een collega bij bijvoorbeeld een andere GGD, zal misschien sneller doorverwijzen.' Van Aaken vult aan: 'Onlangs nog had ik een contactmoment met een meisje van 16. Zij vertelde me dat zij pijn bij het vrijen had. Dan ga ik als jeugdverpleegkundige het gesprek aan hoe vertrouwd zij is met degene met wie ze seks heeft. En of er voldoende ruimte is in haar hoofd voor seks en of ze ook aan voorspel doen. Aan het eind gaf ik haar ook nog suggesties mee waar ze nog meer informatie kon halen en sprak ik af haar na vijf weken weer te zien. Toen bleek dat het ook na mijn adviezen nog steeds zo was. Dan is er meer hulp geboden. Ik stuurde haar door naar de afdeling seksuele gezondheid. Naar de huisarts kan ook, maar doorsturen naar een verpleegkundige seksuele gezondheid is ano-

niemer. Dat vinden sommige pubers fijner.'

Kuypers merkt op: 'Maar het kan dus ook zijn dat een jeugdverpleegkundige zich niet zo comfortabel voelt bij het onderwerp en meteen na het eerste consult naar ons doorverwijst.'

Een jeugdverpleegkundige kan ook een verpleegkundige seksuele gezondheid inschakelen na een incident. Kuypers: 'Stel dat een leerling op een middelbare school ongepland zwanger is, of dat meisjes worden lastiggevalen door een loverboy. Via de mentor komt dat bij de jeugdverpleegkundige terecht. Die kan ons inschakelen als het te complex wordt. Dat kan eveneens als een jeugdverpleegkundige vindt dat een leerling wat meer moet weten over seks en grenzen aangeven. Dan kan ik een gesprek aangaan met zo'n leerling. Of over anticonceptie, het kan alle kanten op. Ofwel: weet elkaar te vinden. Je hebt zoveel aan elkaar.'

Kerdoelen middelbare scholen

Middelbare- en basisscholen hebben wettelijke thema's, de zogenoemde kerndoelen, waar ze mee aan de slag moeten. Neem seksuele gezondheid, seksuele diversiteit en seksuele weerbaarheid. Scholen worden er niet op afgerekend, maar ze hebben wel een verantwoordelijkheid om er iets mee te doen. GGD'en kunnen scholen daarbij helpen. Van Aaken: 'De ene school doet er meer mee dan andere scholen. Je ziet vaak dat wanneer er een incident heeft plaatsgevonden, scholen ons goed weten te vinden. Hartstikke goed natuurlijk, maar dan pakken we door en kijken samen met de school hoe we dit aanpakken in de toekomst en op welke punten we nog meer kunnen samen-

Daan Kuypers (59) studeerde in 1992 af aan de hbo-v in Nijmegen en liep stage in Indonesië. Zijn eerste werkervaring was in het Canisius Wilhelmina ziekenhuis in Nijmegen. Daar leerde hij zijn huidige vrouw kennen. Van 1995 tot en met 1999 werkte hij met haar in Thailand in een malaria-onderzoekscentrum. Terug in Nederland (2000) ging Kuypers als praktijkverpleegkundige in het voormalige asielzoekerscentrum Crailo in 't Gooi en later in Dronten werken. Nu is hij alweer 18 jaar verbonden aan de GGD Gooi en Vechtstreek als verpleegkundige seksuele gezondheid en casemanager seksueel geweld; tevens reizigersadvisering.





Lia van Aaken (57) deed de opleiding A (1987) in het Sint Joseph ziekenhuis In Eindhoven en de MGZ-opleiding (1990) in Breda. Van 1992 tot 2002 werkte ze op de afdeling AGZ infectieziektebestrijding/reizigersvaccinatie/seksuele gezondheid van GGD Midden Brabant, Hart voor Brabant. Van 2002 tot 2005 ging ze aan de slag als sociaal verpleegkundige bij GGD Zeeland, waar ze onder andere was gedetacheerd bij de drugshulpverlening. Vanaf 2005 tot vandaag de dag werkt ze daar als jeugdverpleegkundige met aandachtsgebied seksuele gezondheid en gezonde school-adviseur. Lia werkte mee aan de richtlijn Seksuele Gezondheid.

werken. Waar nodig schakelen we ook de afdeling Seksuele Gezondheid in. Incidenten gaan bijna altijd over grensoverschrijdend gedrag tussen leerlingen.'

Deze voorbeelden zijn extremen. Voor het overgrote deel gaan de gesprekken met pubers over hun onzekerheden, hoe je een meisje versiert, hoe je weet of je homo of hetero bent, hoe je weet welk standje je lekker vindt, waar zij informatie kunnen vinden over seksualiteit en hoe zij zich verhouden tot seksualiteit ten opzichte van hun ouders. Kuypers: 'Ouders zijn vaak meer bezorgd over hun eigen kinderen dan nodig is, merk ik altijd weer. Mijn meisje van 15 zoent al, mag dat wel? Dan stel ik de ouders gerust. Jongeren zelf geven vaak aan dat zij informatie of seksualiteit niet bij hun ouders vandaan halen: "Dat ga ik toch niet met mijn ouders bespreken." Ik wijs ze dan op de website van Sense, waar ze anoniem kunnen chatten en vragen kunnen stellen.'

Van Aaken: 'Onlangs zei een meisje van 13 op het spreekuur: "Mijn vader maakt zich vreselijk veel zorgen om mij als het gaat om jongens". Ik vroeg haar: "Heeft hij reden tot zorg?" Toen zei ze: "Nee joh. Ik ben zijn kleine meisje, hij moet leren dat ik groot word. Hij controleert me op alles wat ik met jongens doe. Bloedirritant, want ik wil niets liever dan contact hebben met jongens". Daarop vroeg ik haar: "Ben je seksueel actief?" Dat was ze nog niet, maar ze fozelde een beetje met jongens. Ik vroeg haar wat ze thuis ging vertellen aan haar vader over dit gesprek. Ze zou het bespreken met haar vader en dat als zij verder ging dan wat friemelen met jongens, zou ze het aan haar vader vertellen. Een mooi en open gesprek met een mooi einde.'

Pubers klappen niet dicht

Het zijn de gesprekken met de pubers zelf die hun werk zo leuk en afwisselend maakt. 'Ik vind pubers zulk leuk stuk volk. Ze zijn zo open en eerlijk.' Van Aaken vertelt het met een grote glimlach. 'Ze komen vaak zo grappig uit de hoek. Als je maar niet oordeelt en laat vooral die opgeheven vinger achterwege. Soms vraagt iemand weleens: klappen pubers niet dicht als je zulke intieme vragen stelt? Dan zeg ik: juist niet. Als ze merken dat je ze serieus neemt, vertellen pubers je een hoop.'

Ooit vertelde een meisje aan Van Aaken dat haar binnenste schaamlippen groter waren dan haar buitenste. Ze schaamde zich. 'Ik keek samen met haar naar plaatjes van vulva's waardoor ze zag dat het bij iedereen anders is. Niets dus om zich voor te schamen. Ook een jongen die onzeker was over de grootte van zijn piemel, kon ik geruststellen via plaatjes van de Tannerstadia. "O, er is nog hoop", zei hij. Ik moest wel lachen om die opmerking. Humor hoort zo bij ons vak!' Kuypers heeft eveneens een mooi verhaal. 'Af en toe heb ik een gesprek met meisjes over relaties. Meisjes geven regelmatig niet zo goed aan wat ze willen en vinden het dan vreemd dat jongens dat niet snappen. Ik leg ze dan uit dat jongens een beetje autistisch zijn. Dat je heel duidelijk bij ze moet zijn. Dat vinden de meisjes wel verhelderend. Ze moeten vaak lachen om de herkenbaarheid. De openheid en onbevangeheid van die pubers, daar geniet ik elke dag weer van. Ik loop als verpleegkundige seksuele gezondheid al tientallen jaren mee, maar daardoor weet ik dat ik nog steeds op de goede plek zit.'