

## Groepsgesprek zelfacceptatie

**Voor mensen die zich seksueel aangetrokken voelen tot 16-minners en hier niet naar willen handelen.**

De Waag biedt gespreksgroepen aan voor mensen die zich seksueel aangetrokken voelen tot 16-minners, die niet naar deze gevoelens willen handelen, maar er wel mee worstelen en daar ondersteuning bij wensen. Vaak leven er vragen zoals: hoe kan ik accepteren dat ik deze gevoelens heb? Hoe geef ik mijn leven vorm op het gebied van vriendschappen, relaties, seksualiteit en gezin? Hoe kan ik omgaan met het stigma in de maatschappij?

In de groep gaan deelnemers met elkaar in gesprek over deze en andere belangrijke thema's. We bieden een veilige omgeving waar deelnemers begrip en steun kunnen ervaren. Het doel is het bereiken van meer zelfacceptatie.

### Voor wie is de groep?

Deze gespreksgroep is bedoeld voor mensen die zich seksueel aangetrokken voelen tot 16-minners die hier niet naar willen handelen, maar er wel mee worstelen. Met 'seksuele aantrekking tot 16-minners' bedoelen we zowel mensen die zich aangetrokken voelen tot kinderen zonder secundaire geslachtskenmerken zoals haargroei en borstvorming (ook wel bekend als pedofilie), als mensen die zich aangetrokken voelen tot kinderen met secundaire geslachtskenmerken (bekend onder de term hebefilie). De groep is een plek waar mensen zichzelf kunnen zijn, ervaringen kunnen delen en elkaar kunnen helpen en steunen.

### Het belang van de groep

Mensen die zich seksueel aangetrokken voelen tot 16-minners ervaren vaak dat er weinig

ruimte is om over hun gevoelens te praten. Zij durven hun netwerk meestal niet in vertrouwen te nemen, uit angst voor negatieve reacties of het verliezen van deze personen. Als iemand in het netwerk wel van de seksuele gevoelens af weet, blijft het vaak lastig om er een gesprek over te voeren. Mensen kunnen veel moeite hebben met het accepteren van hun seksuele gevoelens en oordelen vaak negatief over zichzelf. Dat er in de maatschappij eveneens zo'n sterk negatief oordeel heerst over mensen die zich seksueel aangetrokken voelen tot 16-minners, wordt vaak ook als belastend ervaren. Mensen kunnen hierdoor klachten als eenzaamheid, somberheid, angst en suïcidaliteit ontwikkelen. De gespreksgroep is een plek waar mensen open kunnen spreken over wat zij ervaren zonder te hoeven vrezen voor uitsluiting. De onderlinge steun en professionele begeleiding kunnen bijdragen aan een afname van klachten en het verbeteren van het welzijn, waardoor mensen beter in staat zijn om lastige situaties het hoofd te bieden.

### Structuur

De groep heeft de vorm van een halfopen groep. Dit wil zeggen dat er vaste instroommomenten zijn (ongeveer elk half jaar), waarop deelnemers kunnen besluiten te stoppen en nieuwe mensen kunnen starten. In de tussenliggende periode is er in principe een vaste samenstelling. Je bent welkom om meerdere rondes mee te doen.

We streven ernaar minimaal vijf deelnemers per groep te hebben, maar dit kan door wisselende in- en uitstroom soms meer of minder zijn.

## Frequentie

De bijeenkomsten vinden ongeveer eens per 3-4 weken plaats. We plannen de bijeenkomsten vaak aan het einde van de dag, opdat de groep goed gecombineerd kan worden met reguliere werktijden. Neem contact op met de vestiging van jouw keuze voor de precieze dag, tijd en frequentie (zie onder).

## Inhoud

Bij de eerste bijeenkomst worden de behoeften met betrekking tot de te bespreken thema's geïnventariseerd. Deze thema's kunnen tijdens de looptijd van de groep indien gewenst bijgesteld worden. De bijeenkomsten beginnen met een kort moment om na te gaan hoe het met de deelnemers gaat en welke ervaringen van de afgelopen tijd relevant zijn voor de bijeenkomst. Gezamenlijk wordt het thema van die dag vastgesteld. Hierbij kun je bijvoorbeeld denken aan: het vormgeven van relaties en seksualiteit, het werken aan een positiever zelfbeeld en de omgang met kinderen in het dagelijks leven.

## Behandelaren

De groepsbijeenkomsten worden begeleid door twee vaste en ervaren behandelaren. Zij bieden ondersteuning in het vaststellen van het thema, betrekken de deelnemers bij het groepsgebesprek, kunnen vragen beantwoorden en adviezen geven.

## Vertrouwelijkheid

Vertrouwelijkheid is een belangrijk en gewaarborgd thema. Alle Waag behandelaren hebben een beroepsgeheim. Ook in de groepsbijeenkomsten vinden we privacy erg belangrijk. In de groep hoef je alleen je voornaam te noemen, eventueel gebruik je een pseudoniem. Je wordt niet gevraagd om in de groep persoonsgegevens te delen. Verder vinden we het belangrijk dat deelnemers vertrouwelijk omgaan met wat er in de groep besproken wordt.

Voor meer informatie over hoe we met het thema vertrouwelijkheid omgaan, kun je (anoniem) contact met ons opnemen.

## Aanmeldprocedure

Je kunt bij de Waag aangemeld worden door de huisarts, de praktijkondersteuner huisartsen voor geestelijke gezondheidszorg

(POH-GGZ), een psycholoog of een psychiater. Je krijgt eerst een intakegesprek zodat we kunnen bespreken wat jouw vragen en klachten zijn en of de groep passend is voor jou. Soms kan hieruit naar voren komen dat er meer hulp of ondersteuning nodig is, bijvoorbeeld bij de Waag of bij een andere instantie. Wij denken dan graag met jou mee.

Als je wordt aangenomen voor de groep, stellen we een diagnose die past bij jouw klachten. Dit bespreken we altijd met jou. Vervolgens krijg je een behandelaar toegewezen, meestal degene die de intake gedaan heeft. Deze behandelaar blijft op de achtergrond bij jou betrokken, of indien nodig meer op de voorgrond in de vorm van individuele gesprekken naast de groep. Het kan zo zijn dat jouw individuele behandelaar ook de groepsbehandelaar is.

Bij vragen of twijfel kun je contact opnemen met de contactpersoon van jouw regio, wij leggen je graag onze werkwijze en de procedure tot aanmelding uit.

## Contact

Heb je vragen over de gespreksgroep of wil je een cliënt aanmelden, dan kun je contact opnemen met de contactpersoon van de Waag-vestiging in jouw regio:

- de Waag Amsterdam – regio Noord: Nannie Faber (06-52570113, [nfaber@dewaagnederland.nl](mailto:nfaber@dewaagnederland.nl))
- de Waag Amersfoort – regio Midden: Carmen van den Eerenbeemt (06-52084267, [cvandeneerenbeemt@dewaagnederland.nl](mailto:cvandeneerenbeemt@dewaagnederland.nl))
- de Waag Den Haag – regio Zuid: Marc Verheij (06-27013572, [mverheij@dewaagnederland.nl](mailto:mverheij@dewaagnederland.nl))