



Pubers met autisme en seksualiteit

Het geven van seksuele voorlichting aan jongeren met autisme is vaak een hele opgave. De jeugd pikt van alles op uit de media, internet en via vrienden.

Vanwege hun autisme missen ze echter vaak de vaardigheden de informatie in de juiste context te plaatsen. Hierdoor is het risico groot dat ze een verkeerd beeld gaan vormen over seksualiteit.

Voor mensen met autisme is structuur en voorspelbaarheid erg belangrijk. Dit geldt voor alle dagelijkse zaken. Dus ook voor seksuele voorlichting! Hier zou je net zo mee om moeten gaan als met de andere vaardigheden die je jouw kind vaak stap voor stap aanleert.

In de pubertijd vinden in het lichaam een groot aantal veranderingen plaats. Bij meisjes vaak wat eerder dan bij jongens. Een van de weinige dingen waar een puber met autisme zeker van was – het eigen lichaam - laat ze ineens een beetje in de steek. Als deze jongeren niet precies weten wat er gebeurt kan dit veel verwarring opleveren.

De meeste pubers met autisme krijgen ook belangstelling voor seks. De een wat eerder dan de ander en ook de een wat meer dan de ander.

Op school wordt er over gepraat en op het jeugdjournaal wordt wel eens verteld dat de jongeren in Nederland met 14 jaar al hun eerste seksuele ervaring op doen.

Het lijkt dus – om dat het op het jeugdjournaal is geweest – dat dit normaal is. Bij een puber met autisme van bijna 15 jaar die nog nooit seks heeft gehad kan het gevoel ontstaan niet normaal te zijn en kan de drang de ervaring op te doen alles gaan overheersen. Er kan al gauw een vertekend beeld ontstaan over seks en alles wat daar mee te maken heeft.

Het is goed te checken waar jouw kind de informatie over seks vandaan heeft gehaald. Veel jongeren halen tegenwoordig de informatie van internet. Vaak komen ze daarbij op porno sites terecht. Maar hier vinden ze weinig zaken waarvan jij wilt dat jouw puber daarmee begint!

Geef dus goede voorlichting. Draai niet om de feiten heen maar wees expliciet. Gebruik de woorden die de jeugd ook gebruikt. Kinderen met autisme zijn "contextblind". Gebruik je dus de gangbare keurige woorden zoals penis, vagina en geslachtsgemeenschap dan loop je het gevaar dat ze geen idee hebben waar jij over praat. Stem altijd af op het taalgebruik en de beleving van jouw puber.

Gaat het expliciete taalgebruik en uitleg op detailniveau over jouw eigen grenzen zoek dan deskundige hulp.

Kun je het wel, dan kun je met jouw puber gaan surfen op internet. Om samen te kijken wat *wel* een goed beeld geeft. Bovendien kun je dan realistische afbeeldingen laten zien van de mannelijke en vrouwelijke geslachtsorganen. Want voor tekeningen en plaatjes geldt dat dit meestal niet de realiteit benadrukt. Jongeren met autisme zullen niet altijd evengoed de verbanden tussen tekening en werkelijkheid kunnen leggen.

Geef ze de tijd om de aangeboden informatie te verwerken. Doseer daarom de hoeveelheid informatie.

Omdat mensen met autisme zich lastig kunnen verplaatsen in een ander zal verliefdheid en verkering niet altijd even soepel verlopen.

Om te weten hoe verkering "gaat" heeft een puber met autisme een sociaal script nodig.

Hoe laat je merken dat je verliefd bent. Hoe weet je dat de ander ook verliefd is op jou? Hoe wil je de ander aanraken of zoenen en hoe weet je of de ander dat ook wil. Wanneer doe je dat? Waar doe je dat? En wanneer doe je dat.



Het zelfde geldt voor uitkleden, elkaar bekijken, bij elkaar logeren en natuurlijk als je seks hebt.

Voor jongeren met autisme is het belangrijk ook over die zaken afspraken te maken. En wees ook hier weer duidelijk en expliciet.

Voor mensen met autisme is het vaak niet eenvoudig een relatie in stand te houden. En in een relatie zul je nu eenmaal ook rekening moeten houden met de gevoelens van een ander. Voor iemand met autisme kan dit erg moeilijk zijn. Als het vanwege het autisme niet lukt een relatie aan te gaan dan is "vrijen met jezelf" vaak de enige vorm van seks. Maak ook hier goede afspraken over. Waar doe je het, hoe en wat doe je, wanneer doe je het.

Soms kan toch blijken dat de regels voor verkering en seks niet duidelijk genoeg waren. Het is goed als jouw puber hier met jou over kan praten en dat jij als ouder de helpende hand kunt bieden bij de verduidelijking. Door seksualiteit te benaderen als iets natuurlijk dat gewoon bij het leven hoort zorg je dat jouw puber hier met jou vrij over kan praten.

Tot slot een hele belangrijke regel die geldt bij verkering maar evengoed geldt in de omgang met anderen. Maak je puber met autisme duidelijk dat niemand aan hem of haar mag zitten zonder zijn toestemming. Goede voorlichting kan misbruik (door en van) helpen voorkomen.

NEE = NEE

Uitleg pubertijd

Duidelijke uitleg over de pubertijd is te vinden op de website van het klokhuis. Kijk daarvoor op de uitzending gemist. www.hetklokhuis.nl/klokhuisstreams/category.cfm?cat=biologie&start=185

Je krijgt dan een link naar de uitzending van 2005 over de veranderingen van pubers.

Voor meisjes

En jongens cgi.omroep.nl/cgi-bin/streams?/tv/nps/hetklokhuis/bb.20050419.asf

Maar die doet het soms niet. Gewoon later nog een keer proberen.

Seksualiteit

Alles wat je wilt weten over de baard in de keel, puistjes enz. is te vinden in het sekswoordenboek op www.sexwoordenboek.nl/

Over veilig vrijen is er nog informatie is te vinden op de site. www.sense.info/

Op de Website www.condoom-anoniem.nl/ staat een condoomgebruiksaanwijzing

www.condoom-anoniem.nl/condooms-gebruiken/hoe-doe-je-een-condoom-om-gebruiksaanwijzing.html

Een instructiefilmpje vind je op. www.sense.info/voorbehoedmiddelen/condooms/condoomgebruik/

Liefde en relaties

Onderzoek je grens www.onderzoekjegrens.nl

Informatie over loverboys. www.lover-boy.nl

Voor jongeren met een lichamelijke beperking of visuele handicap. www.zoenenenzo.nl

22 'cursussen' over seks, verdeeld over zes rubrieken www.hoehetmoet.nl

Personal safe seks training. Voor jongeren tussen 16 en 24 jaar www.vrijlekker.nl

Internet en seks

Het afgelopen decennium hebben jongeren massaal de mogelijkheden ontdekt om te communiceren via het internet. Dat biedt nieuwe kansen maar ook nieuwe risico's.

Internet is op dit moment dé plek waar jongens en meiden ontdekken hoe ze kunnen flirten, hoe ze verliefd kunnen worden, en hoe ze zich seksueel kunnen uiten. Erotische chat- of webcam-sessies hebben een belangrijke plaats ingenomen in de relationele en seksuele ontwikkeling van jongeren.

Dit *gratis* lespakket over flirten via internet is bedoeld om de risico's bespreekbaar te maken en jongeren te laten nadenken over hun eigen seksuele grenzen op internet én de grenzen van anderen. De Stichting Mijn Kind Online, een onafhankelijk expertisecentrum voor 'jeugd en nieuwe media', presenteert dit pakket in het kader van de campagne 'Internetseks, daar kun je goed ziek van zijn' www.internetsoa.nl