

*“Nu durf ik ook iemand mee uit te vragen.  
En als ze ‘nee’ zeggen: even goede vrienden!”*

*Cliënt in een TBS-kliniek*



## Omgaan met sociale relaties en intimiteit

De module ‘Omgaan met sociale relaties en intimiteit’ is bestemd voor mensen met psychiatrische aandoeningen. Daarnaast is deze module geschikt voor mensen met een (lichte) verstandelijke handicap. Deel I van de module richt zich op het aangaan en onderhouden van sociale relaties in de breedste zin. Deel II op het aangaan en onderhouden van intieme relaties. Relaties hebben en houden, is voor ieder mens belangrijk; zij geven het leven diepte en inhoud. Relaties geven je steun, plezier en aandacht. Veel mensen uit de doelgroep lopen tegen problemen aan in het aangaan en onderhouden van deze sociale relaties, zoals het niet juist inschatten van de sociale context, het niet in staat zijn kritiek te uiten of te ontvangen en het niet kunnen aangeven van grenzen.

### Doel

De module ‘Omgaan met sociale relaties en intimiteit’ leert cliënten de noodzakelijke vaardigheden zodat zij in staat zijn zelfstandig contacten en relaties aan te gaan en te onderhouden op een voor henzelf en de ander bevredigende manier.

### Doelgroep

De module ‘Omgaan met sociale relaties en intimiteit’ is geschikt voor een brede doelgroep en kan in vele settings worden aangeboden. In ggz- en vgz-instellingen, dagactiviteitencentra, RIBW’s en forensische instellingen. Bij de totstandkoming van de module is gebruik gemaakt van de expertise van zowel ggz- en vgz-hulpverleners als seksuologen. Omdat de vaardigheden in praktijk moeten worden toegepast, verdient het aanbeveling om het reeds bestaande sociale netwerk van de deelnemers bij de uitvoering van de module te betrekken.

## Inhoud

Bij de opbouw van de module is gebruik gemaakt van effectieve principes uit de leertheorie en de gedragstherapie. Vaardigheden worden volgens vaststaande stappen getraind, waarbij gebruik wordt gemaakt van sociale bekrachtiging en beloning. De module 'Omgaan met sociale relaties en intimiteit' is onderverdeeld in twee delen met elk vier vaardigheidsdomeinen. Beide delen zijn onafhankelijk van elkaar te gebruiken, afgestemd op het vaardigheidsniveau en de behoefte van de deelnemer.

### Deel I: Het aangaan en onderhouden van sociale relaties:

#### 1. Communicatievaardigheden

Deelnemers leren welke uitnodigende en afwijzende signalen een rol spelen in de communicatie met anderen.

#### 2. Het aangaan van sociale relaties; ontmoeten en ontmoeten

Deelnemers leren hoe ze contacten kunnen aangaan met anderen, hoe ze een afspraak kunnen maken en gezamenlijke activiteiten kunnen plannen en ondernemen.

#### 3. Het onderhouden van sociale relaties; bel jij mij of bel ik jou?

Deelnemers leren hoe ze sociale relaties kunnen onderhouden en hoe ze positieve en negatieve gevoelens ten opzichte van een ander kunnen uiten en accepteren.

#### 4. Beslissingen nemen; kiezen of verliezen

Deelnemers leren sociale relaties te evalueren en besluiten te nemen over de aard en voortgang van sociale relaties.

### Deel II: Het aangaan en onderhouden van intieme relaties:

#### 1. Praten over intimiteit; ik wil jou, wil je ook met mij?

Deelnemers leren om een ander duidelijk te maken dat ze meer intiem met de ander willen zijn. Ook leren deelnemers hoe ze kunnen reageren op een eventuele afwijzing.

#### 2. Intimiteit met een ander; hoe werkt jouw zin?

Deelnemers leren hier te bespreken welke voorbereiding op seks ze prettig en noodzakelijk vinden en ze leren een geschikte locatie te kiezen voor het hebben van seks.

#### 3. Intimiteit met een ander; hoe wil je dat ik het doe?

Deelnemers leren hier openlijk over hun voorkeuren te praten en te vertellen wat ze wel of niet prettig vinden tijdens het vrijen.

#### 4. Probleemoplossen; zo kan het ook

Deelnemers leren problemen openlijk te bespreken met een ander en hoe ze veelvoorkomende problemen kunnen oplossen op een bevredigende manier. De vaardigheden worden aangeleerd door middel van zeven leeractiviteiten, namelijk inleiding op het vaardigheidsdomein, vraag- en antwoordsessie n.a.v. een video-instructie, rollenspel, keuze van de hulpmiddelen, probleemsituaties, praktijkoefening en huiswerkopdracht.

## Onderdelen

De module bestaat uit een handleiding voor de trainer met daarin deel I en deel II, 20 werkboeken (van elk deel 10 exemplaren) voor deelnemers en een instructie-DVD. De module is te bestellen via de website [www.rinogroep.nl/liberman](http://www.rinogroep.nl/liberman).

## Meer informatie & aanmelden

Ga voor meer informatie en aanmelden naar: [www.rinogroep.nl/liberman](http://www.rinogroep.nl/liberman)

Deze training kan ook incompany worden aangeboden. Prijzen zijn op aanvraag beschikbaar via 030 - 230 84 50 of [infodesk@rinogroep.nl](mailto:infodesk@rinogroep.nl).

[www.rinogroep.nl/liberman](http://www.rinogroep.nl/liberman)