



Psychologische en seksuologische gespreksbegeleiding

ZOL GENK

Campus Sint-Jan
Schiepse bos 6
B 3600 Genk

Campus Sint-Barbara

Bessemmerstraat 478
B 3620 Lanaken

Medisch Centrum André Dumont

Stalenstraat 2a
B 3600 Genk

ZOL MAAS EN KEMPEN

Diestersteenweg 425
B 3680 Maaseik

ZOL GENK
tel. +32(0)89 32 50 50
ZOL MAAS EN KEMPEN
tel. +32(0)89 50 50 50
info@zol.be

Beste,

Deze brochure geeft u meer informatie over het proces van psychologische en seksuologische gespreksbegeleiding en tracht op een aantal veel gestelde vragen antwoord te geven.

Mocht u na het lezen van deze brochure nog vragen hebben, aarzel dan niet om ze te stellen. Het genderteam is steeds bereid om op al uw vragen te antwoorden.

INHOUDSTAFEL

1. Begeleiding	3
1.1 Traject	
1.2 Duurtijd traject	
1.3 Kostprijs	
2. Voor wie?	8
2.1 Doelgroep	
2.2 Wat brengt u mee?	
3. Team	9
4. Contact	9
4.1 Praktische informatie	
4.2 Afspraak	
5. Nuttige links	10
6. Tot slot	11

01 BEGELEIDING

Psychologische en seksuologische gespreksbegeleiding heeft als doel de genderidentiteit en de mogelijkheden hiermee gepaarde genderdysforie uitvoerig te exploreren, alsook eventuele psychologische problematieken aan het licht te brengen die eventueel gelinkt zijn aan deze dysforie. Daarnaast kunnen ook de verschillende opties voor genderrol en -expressie verkend worden. Bovendien bereidt de psychologische begeleiding u voor op een volledig geïnformeerde beslissing over eventuele medische en/of chirurgische ingrepen.

1.1 Traject

Gespreksbegeleiding is een erg individueel traject, waarbij we zoveel mogelijk proberen in te gaan op uw persoonlijke vragen, noden en wensen. U kan zowel voor, tijdens als na uw transitieproces bij onze interne zorgverleners terecht voor begeleidende gesprekken. Indien er reeds een voortraject lopende is bij een externe zorgverlener (psycholoog/seksuoloog/therapeut), wordt er samen met u gekeken wat de beste optie is voor het verdere vervoltraject

(intern, extern of combinatie van beide).

Aangezien we geconfronteerd worden met een wachtlijst voor het opstarten van een traject (na aanmelding), wordt het warm aanbevolen om reeds vooraf een psychologisch en/of therapeutisch traject op te starten bij een externe zorgverlener. Dit om enerzijds de wachttijd te overbruggen en reeds eventuele stappen te zetten, en anderzijds om tijdens uw opvolging nadien bij ons tot een warme overdracht en constructieve samenwerking te komen. Voor externe zorgverleners (met ervaring/expertise binnen het genderthema) verwijzen we graag naar de zorgkaart van het TIP (Transgender Infopunt: www.transgenderinfo.be) en de doorverwijsgids van de VVS (Vlaamse Vereniging voor Seksuologie: www.seksuologen-vlaanderen.be).

Het Gendercentrum biedt psychologische gespreksbegeleiding, seksuologische begeleiding en verdere psychiatrische exploratie of medische behandeling.

Psychologische gespreksbegeleiding

Voor

Voordat uw transitieproces van start kan gaan, zal u tijdens de multidisciplinaire intake ook gezien worden door de psycholoog/seksuoloog voor een verkennend gesprek. Tijdens dergelijke exploratieve gesprekken gaan we graag wat dieper in op volgende thema's: ontstaan gender non-conformiteit en/of -dysforie, levensloop, sociale omkadering (ouders/partner), mogelijke psychologische en/of psychiatrische problemen of diagnoses, sociale outing en transitie, kinderwens en fertiliteit, ... Het is belangrijk om eventuele problematieken zoals o.a. angst, depressie, automutilatie, misbruik, verwaarlozing, middelenmisbruik, eetstoornissen, persoonlijkheidsproblematieken en autismespectrumstoornissen (ASS) voldoende te verkennen en duidelijk in kaart te brengen vooraleer een transitie gestart wordt. Dit is noodzakelijk om uw emotionele stabiliteit en draagkracht te kunnen inschatten.

Daarnaast is het de taak van de

psycholoog/seksuoloog om met u te bespreken wat de mogelijke opties zijn om de genderdysforie te verlichten, wetende dat hier medische en niet-medische behandelingen voor mogelijk zijn. Ook bespreken we met u de mogelijke psychologische, sociale, fysieke, seksuele, financiële en legale implicaties - op korte en lange termijn - van een transitie, en overlopen we samen de door u ingevulde vragenlijsten.

Het is absoluut noodzakelijk dat er voor de opstart van hormoontherapie en eventuele chirurgische ingrepen gesprekken plaatsvinden, zodat u voldoende geïnformeerd en weloverwogen deze beslissingen kunt nemen.

Indien u zich enkel heeft aangemeld voor een heelkundig traject in ons Gendercentrum, zal de seksuoloog/psycholoog zorgen voor de verdere verwijzing en bespreking binnen het multidisciplinair team om een intake chirurgie in te plannen.

Tijdens

Begeleidende gesprekken (bij een interne of externe zorgverlener) blijven belangrijk tijdens uw transitieproces. Ook na de opstart van een genderbevestigende behandeling blijft psychologische ondersteuning aangewezen. De sociale, emotionele en fysieke veranderingen kunnen immers effect hebben op uw gemoed, psychologisch welbevinden, lichaam, (juridische) identiteit en relaties met anderen. Als er (onverwachte) complicaties zouden ontstaan na een chirurgische ingreep, is het belangrijk om hierin steun te krijgen. Gespreksbegeleiding als onderdeel van zelfzorg is erg belangrijk tijdens en na uw transitie.

Indien u tijdens het traject zou opteren voor een (bijkomende) chirurgische ingreep, zal de psycholoog/seksuoloog u doorverwijzen naar de desbetreffende chirurg binnen het multidisciplinair team.

Na

Ook na uw transitie blijft verdere begeleiding/opvolging belangrijk.

Seksuologische begeleiding

Ieder mens heeft recht op een bevredigend, positief en gezond seksueel leven.

“Seksuele gezondheid is een met seksualiteit verbonden toestand van fysiek, emotioneel, mentaal en sociaal welzijn. Seksuele gezondheid is dus meer dan alleen de afwezigheid van ziekte, disfunctie of zwakte. Seksuele gezondheid vereist een positieve en respectvolle benadering van seksualiteit en seksuele relaties. Seksuele gezondheid vereist ook het mogen en kunnen aangaan van plezierige en veilige seksuele ervaringen: zonder dwang, discriminatie en geweld. Om seksuele gezondheid te bereiken en te behouden, moeten de seksuele rechten van alle personen worden gerespecteerd, beschermd en gerealiseerd.” (WHO, 2010).

Sommige trans en non-binaire personen hebben een gecompliceerde relatie met hun lichaam. Wanneer de genderidentiteit, het lichaam en de genderrol niet (volledig) overeenkomen, blijft seksu-

aliteit een vaak vermeden onderwerp. Seksuologische begeleiding kan hierbij helpen. Niet alle trans en non-binaire personen hebben echter nood aan genderbevestigende geslachtsbehandelingen om zich beter te voelen met hun lichaam. Sommigen zijn gelukkig met hun lichaam zoals het is en hebben als gevolg vaak ook een bevredigende seksualiteitsbeleving.

Voor de meeste patiënten heeft een transitie een grote (positieve) invloed op de seksuele beleving, omdat het lichaam een meer wenselijke vorm aanneemt. Echter kunnen bepaalde behandelingen (hormoontherapie en genderbevestigende chirurgische ingrepen) aanzienlijke effecten hebben op de seksualiteitsbeleving. Een bevredigend seksueel leven is zeker mogelijk na transitie, maar het vergt vaak toch enige aanpassing op seksueel vlak.

Zo ervaren trans mannen na de start van hormoontherapie vaak meer zin om te vrijen (toename seksueel verlangen), terwijl trans vrouwen eerder aangeven minder

zin te hebben. Genderbevestigende chirurgie heeft ook een grote impact op de orgasmebeleving. Uiteraard hangen deze veranderingen niet enkel samen met hormonale aanpassingen of operaties. Het is logisch dat men vaker of meer naar vrijen verlangt (en er dus ook meer van geniet) als het lichaam beter bij de genderidentiteit past. Al deze veranderingen vergen vaak aanpassingen van uzelf, maar evenzeer van de partnerrelatie.

Seksualiteit is een brede noemer en omvat uiteenlopende thema's. Denk hierbij aan lichaamsbeleving, seksuele problemen, de impact van behandelingen/ingrepen, veilig vrijen, soa's en hiv, sekswerk, hulpstukken voor in bed, relaties, seksueel grensoverschrijdend gedrag, etc.

Indien u vragen heeft over uw seksuele gezondheid in het algemeen of over een specifiek thema, helpen wij u als seksuoloog graag verder.

Verwijzing psychiater

Als er voor of tijdens het transitieproces tekenen van niet-geëxploreerde psychische problemen worden vastgesteld (bijvoorbeeld door de begeleidende arts of psycholoog/seksuoloog), zal u doorverwezen worden naar de psychiater van ons team. In dat geval is bijkomende exploratie en een eventueel medische behandeling noodzakelijk vooraleer er verdere stappen kunnen gezet worden in de transitie.

Het doel van een consult bij de psychiater is om verder in te schatten welke invloed deze psychische problematiek heeft op de bestaande gender non-conformiteit, en welke impact deze heeft op uw draagkracht om de transitie te kunnen opstarten of verderzetten.

1.2 Duurtijd traject

Zowel de stappen in het transitieproces als de begeleidende gesprekken zijn afgestemd op uw specifieke vragen en noden, waardoor de duur van de begeleiding zal verschillen van persoon tot persoon. Indien de gendervraag

voldoende geëxploreerd werd, er geen twijfels of bezorgdheden zijn over de genderidentiteit, er een goeie sociale omkadering aanwezig is en er geen bijkomende psychische problemen zijn, kan de begeleiding korte zijn.

1.3 Kostprijs

Een consult bij de psycholoog/seksuoloog kost 62 euro per sessie. Hier wordt geen standaard terugbetaling voor voorzien. Wel komen sommige mutualiteiten tussen voor een beperkt aantal sessies, dus dit kunt u best zelf even navragen bij uw eigen ziekenfonds.

02 VOOR WIE?

2.1 Doelgroep

We bieden gespreksbegeleiding aan voor volwassenen en jongeren (+16 jaar) met een gender-vraag en/of vraag naar transitie. Na het maken van een afspraak kan u bij ons terecht voor een verkennend gesprek of multidisciplinaire intake.

Nadien kan u zowel voor, tijdens als na het transitieproces bij onze interne psycholoog/seksuoloog terecht voor begeleidende gesprekken. Verwijzing naar de psychiater voor een verkennend consult is ook steeds mogelijk.

Indien nodig en/of wenselijk betrekken we graag ook uw naaste betrokkenen (partner, kinderen, ouders, ...) tijdens de begeleiding. Ondersteuning van het sociaal netwerk kan van grote meerwaarde zijn tijdens uw traject omdat het de transitie vlotter laat verlopen. Ook kunnen deze nauw betrokken personen uit uw sociale omgeving zelf nood hebben aan ondersteuning voor de eigen emoties, beleving en ervaring. Indien noodzakelijk kunnen ook zij een beroep doen op begeleiding.

Als u reeds meerdere externe zorgverleners heeft, kan het zinvol zijn om een multidisciplinair overleg te organiseren met de relevante betrokkenen.

2.2 Wat brengt u mee?

Indien u doorverwezen werd door een externe zorgverlener, vragen we u om de verwijsbrief vooraf te laten doorsturen naar ons elektronisch patiëntendossier (door de zorgverlener) of zelf mee te brengen naar het intakegesprek. Eventuele verslaggeving van externe zorgverleners en/of een overzicht van uw medicatie of psychofarmaca mag u ook steeds meenemen naar de afspraak.

03 TEAM

- Klinisch seksuoloog - psychotherapeut: Ann Eben
- Klinisch psycholoog - seksuoloog: Tineke Seys
- Psychiater: dr. Arnout Carpels

04 CONTACT

4.1 Praktische informatie

Gendercentrum

(via secretariaat endocrinologie)

- Tel. 089 32 55 32
- genderzorg@zol.be
- www.zol.be/gendercentrum

4.2 Afspraak

Psycholoog/seksuoloog

U kan een afspraak inplannen bij de psycholoog/seksuoloog van het Gendercentrum via het secretariaat Endocrinologie op tel. 089 32 55 32.

Het secretariaat is elke dag bereikbaar tussen 8 en 16 uur, uitgezonderd op zaterdag, zondag en feestdagen.

Indien uw afspraak niet kan doorgaan, gelieve ons dan tijdig telefonisch te verwittigen.

De psycholoog/seksuoloog voorziet daarnaast ook wekelijks een vast contactmoment voor overleg met eventuele externe zorgverleners. U ontvangt als patiënt een instructiebrief bij intake.

Psychiater

U kan een afspraak inplannen bij de psychiater via het secretariaat psychiatrie op tel. 089 32 56 50

05 NUTTIGE LINKS

www.transgenderinfopunt.be
www.seksuologen-vlaanderen.be
www.cavaria.be
www.gendervonk.be
www.berdachevzw.be
www.regenbooghuislimburg.be

06 TOT SLOT

Het volledige zorgteam van het Gendercentrum zal trachten u zo goed mogelijk te ondersteunen.

Heeft u vragen, opmerkingen of suggesties, laat het ons weten.

Wij zijn er om u te helpen!

Heeft u opmerkingen bij deze brochure?

Geef ons gerust een seintje!

Contactpersoon: Secretariaat
Endocrinologie
Tel. 089 32 55 32
genderzorg@zol.be

Ziekenhuis Oost-Limburg (ZOL)
Campus Sint-Jan
Schiepse Bos 6
B 3600 Genk



www.ZOL.be



www.twitter.com/ZOLziekenhuis



www.facebook.com/ZOLzh



www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis

Schrijf u in op onze nieuwsbrief via www.zol.be

Raadpleeg online uw medisch dossier via www.mijnzol.be