

# Puberteit bij mensen met EMB

Naar aanleiding van boek:  
'Pubers laten van zich horen', door Harriët Schoenmakers  
en Nadi de Vos

Amerpoort

# PUBERS LATEN VAN ZICH HOREN

OVER JONGEREN MET ERNSTIGE  
MEERVOUDIGE BEPERKINGEN

HARRIËT SCHOENMAKERS EN NADI DE VOS - DIJKSLAG

AMERPOORT  
WERKT



Amerpoort

# Wat is puberteit?

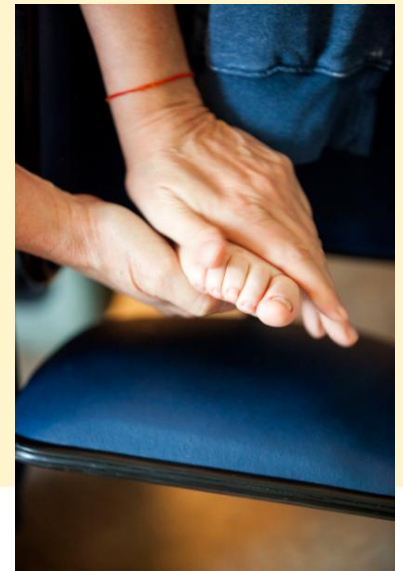
- De periode tussen kind en volwassenheid
- Lichamelijk
- Gedrag
- Persoonlijkheid / psychosociale ontwikkeling
- Hersenontwikkeling



# Lichamelijke ontwikkeling

Vraag 1: goed of fout?

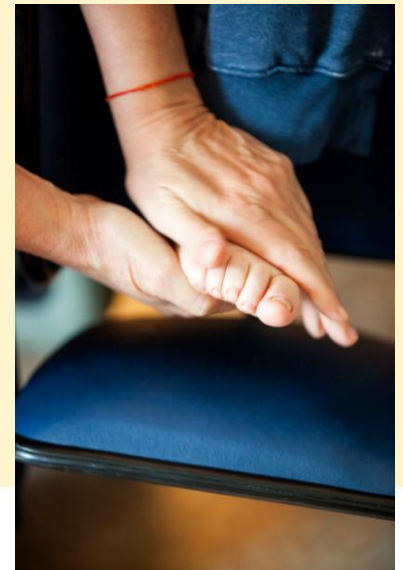
Een puber wil, vanuit zijn biologische behoefte, twee uur later gaan slapen.



# Lichamelijke ontwikkeling

Vraag 2: goed of fout?

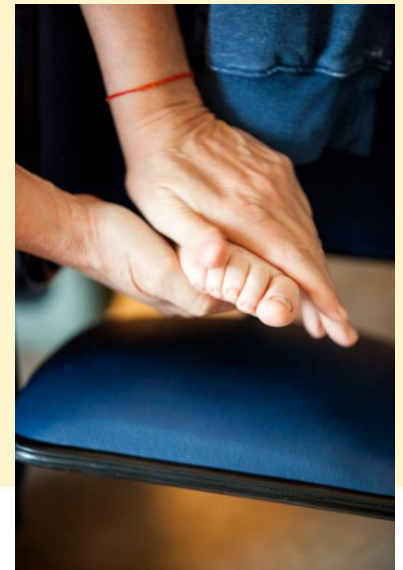
De groeisput van jongens begint ongeveer met 11 jaar.



# Lichamelijke ontwikkeling

Vraag 3: goed of fout?

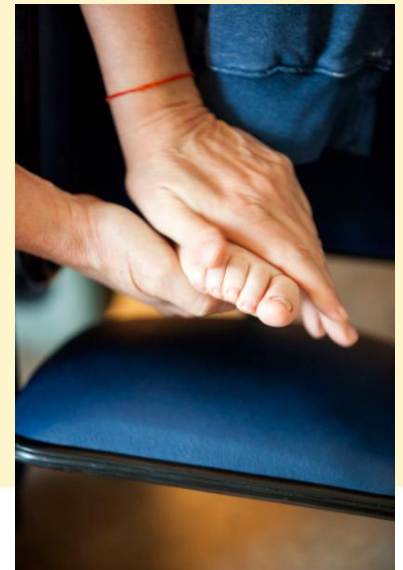
De borstontwikkeling van een meisje begint na de eerste menstruatie.



# Lichamelijke ontwikkeling

Vraag 4: goed of fout?

Bij jongens zijn de eerste kenmerken van de puberteit het verschijnen van puistjes.



# Lichamelijke veranderingen, jongens en meisjes

- Lengte groei
- Toename gewicht
- Spieropbouw
- Vetopbouw
- Botopbouw

# Jongens

- 11-16 jaar
- Lengte groei, groei voeten
- Groei geslachtsdelen (penis en testikels)
- Lichaamsbeharing
- Transpiratie, acne
- Erecties en zaadlozing



# Meisjes

- 10-15 jaar
- Lengtegroei
- Borstontwikkeling
- Lichaamsbeharing
- Transpiratie, acne
- Menstruatie



# Lichamelijk anders bij een beperking

- Aanvangsleeftijd
- Tempo
- Uitblijven puberteit
- Gevolgen medicatie
- Botopbouw



# Epilepsie

- **Vaak verandering in het beeld**
  - **Soort aanvallen**
  - **Frequentie**
  - **Medicatie, soort en dosering**
  - **Cyclus**
  - **Soms nieuw ontstaan of juist aanvalsvrij**

# Slaap

- **Toename/afname in behoefte van slaap**
- **Verandering van ritme**
- **Behoeftte aan rust**



# Motoriek

- **Toename van lengte en spiergroei**
- **Toename van gewicht**
- **Problemen soms veranderend op gebied van scoliose, contracturen, pijn**
- **Blijven stimuleren bewegen**
- **Na groeispurt contracturen/ scoliose vaak stabiel**



# Voeding

- Toename van gewicht en spiermassa
- Volwassener vormen
- Verandering in voedingsbehoefte:
- Hoeveelheden
- Smaak



# Gedrag

- Onafhankelijk van cognitief of emotioneel niveau
- Hormonale veranderingen
  - Schommelingen in gedrag / emoties
  - Grover worden in gedrag
  - Sterker



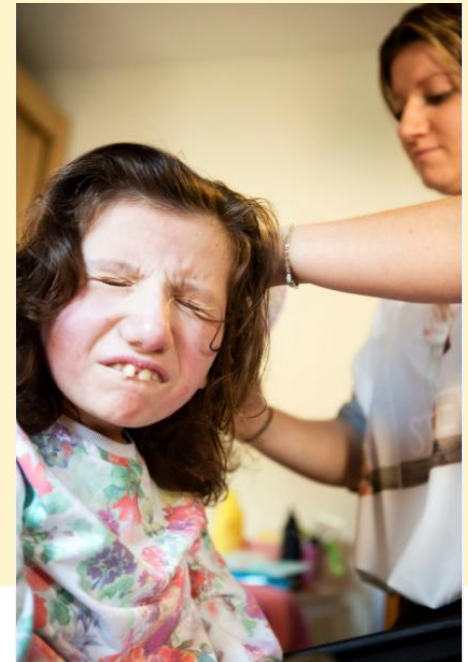
# Gedrag

- Andere interesses
- Behoeftte aan of aantrekking door leeftijdsgenoten
- Meer of juist minder behoefte aan prikkels
- Risico zoekend gedrag
- Op zoek naar meer autonomie
- Oorzaken gedragsveranderingen

# Veranderend gedrag

**Veranderend gedrag bij pubers zonder beperkingen:**

- **Stemmingswisseling, beleving van emoties**
- **Risico zoekend gedrag**
- **Op zoek naar meer autonomie**
- **Vrienden/relaties/seksualiteit**



# Waar kan veranderend gedrag vandaan komen bij jongeren met EMB?

Lijst mogelijke oorzaken van  
gedragsveranderingen in de  
puberteit bij jongeren met EMB



Amerpoort

# Seksualiteit

- **Verliefdheid**
  - **Aantrekkingskracht**
- **Zelfbevrediging**
  - **Sociaal lastig in verband met omgeving**
  - **Frustratie**
- **Privacy**

# Seksualiteit - menstruatie

- **Normaal aspect van ontwikkeling**
- **Klachten**
  - **Pijn / ongemak**
  - **Veranderd gedrag**
  - **Epilepsie**
- **Cyclusregulatie / anticonceptie**

# Visie op puberteit

**Stelling 1:** Pubers met EMB met een laag ontwikkelingsniveau laten geen pubergedrag zien



# Visie op puberteit

**Stelling 2:** Op school is het van groot belang dat pubers in groepen met leeftijdsgenoten begeleid worden en dat er puberactiviteiten worden aangeboden



Amerpoort

# Visie op puberteit

**Stelling 3: Pubers met EMB moet je in contact brengen met pubers zonder beperkingen om zo meer kans te krijgen een echte puber te worden.**



**Amerpoort**

# Gesprekken tussen ouders en professionals

- Begrijpen van de jongere
- Belangrijke beslissingen
- Behoeftte van ouders



Amerpoort

# Netwerk en samenleving

## Veranderingen in de puberteit

- Vanuit huis naar een woongroep, wat je zelf niet beslist
- Redelijke kans op kleiner netwerk doordat je ergens anders woont
- Dezelfde of andere dagbesteding waar je af en toe andere dingen mag doen

Het in stand houden of uitbreiden van het netwerk is ingewikkelder dan bij leeftijdsgenoten zonder beperkingen.

# Contacten

- ❖ Vanuit de jongere is meer interesse in contact.
- ❖ Sommigen kunnen beter aangeven wat ze wel/niet leuk vinden

Het stimuleren van sociale interesse en contacten is belangrijk voor de kwaliteit van leven van de jongere!

# Tot slot

Jongeren met EMB zijn óók in een bijzondere periode. Door hun afhankelijkheid kunnen ze pas écht puber zijn als wij ze die kans bieden.



Amerpoort

# Vragen?



Amerpoort