



CONTACT MET DE ANDER HELPT

HERSTELBEMIDDELING NA SEKSUEEL GRENDOVERSCHRIJDEND GEDRAG

Seksueel grensoverschrijdend gedrag kan overal voorkomen, zoals op de werkvloer, in het onderwijs, openbaar vervoer en bij verenigingen. Herstelbemiddeling kan helpen om de gebeurtenis te verwerken.

Seksueel grensoverschrijdend gedrag kan veel impact op je hebben als je hierbij betrokken bent geweest. Denk aan seksueel getinte opmerkingen, seksuele intimidatie, of gedrag dat jij of een ander als onveilig hebt ervaren. Contact met de andere betrokkene(n) kan helpen bij de verwerking van wat er is gebeurd. Dat heet herstelbemiddeling.

Herstelbemiddeling helpt om deze situaties bespreekbaar te maken. Jij en de andere betrokkene(n) komen onder begeleiding van een professionele bemiddelaar met elkaar in contact om het met elkaar te hebben over wat er is gebeurd. Jullie kunnen het bijvoorbeeld hebben over welke impact het heeft gehad, vragen stellen aan elkaar over hoe het heeft kunnen gebeuren en samen afspraken maken over hoe jullie in de toekomst met elkaar om willen gaan. Dat zorgt vaak voor meer begrip, vermindert de spanning en helpt om met meer rust verder te kunnen. Ook kan het helpen om te voorkomen dat het nog een keer gebeurt of erger wordt.

De bemiddelaar is er zowel voor degene die het overkwam als degene die het veroorzaakte. En ook andere betrokkenen, zoals familie, vrienden, andere naasten, collega's, werkgevers of besturen kunnen deelnemen. Het contact kan verschillende vormen hebben, bijvoorbeeld een gesprek, een briefwisseling of berichten via de bemiddelaar. Zo kun je meedoen op een manier die voor jou passend is.

“ Voor mij was het heel fijn dat ik mijn kant van het verhaal kon vertellen, en vragen kon stellen over dingen die ik niet begreep.

“ Ik heb helemaal niet doorgehad dat ik over haar grenzen was gegaan. Door de bemiddeling hebben we dingen naar elkaar kunnen uitspreken, en afgesproken dat we elkaar weer gewoon normaal kunnen groeten als we elkaar tegenkomen. Dat geeft veel rust.

Goed om te weten

- **Vertrouwelijk:** wat wordt besproken blijft tussen de betrokkenen en de bemiddelaar.
- **Vrijwillig:** deelnemers kunnen het proces altijd pauzeren of stoppen.
- **Neutraal:** de bemiddelaar kiest geen partij en houdt rekening met de behoeften van beide betrokkenen.
- **Op elk moment:** herstelbemiddeling kan kort na de gebeurtenis of zelfs jaren later.
- **Kosteloos:** herstelbemiddeling is kosteloos voor deelnemers.

Meer weten?

Neem contact op met **Perspectief Herstelbemiddeling** via telefoonnummer **030 234 00 45**

Of mail naar info@perspectiefherstelbemiddeling.nl

Of bezoek onze website via www.perspectiefherstelbemiddeling.nl