

Beste zorgprofessional,

Met deze brief wil ik u laten weten dat ik ooit in mijn leven seksueel misbruik heb meegemaakt. Ik vind het lastig om hierover te praten, en het is voor mij belangrijk dat u dit weet.

**Deze brief helpt mij om u duidelijk te maken dat ik spanningen ervaar voor deze afspraak.**

Door wat ik heb meegemaakt vind ik het lastig om mensen te vertrouwen, en ben ik bang om de controle te verliezen over wat er met mij kan gebeuren.

Ik hoop dat u en ik samen een manier kunnen vinden om deze afspraak voor mij zo prettig mogelijk te laten verlopen. Het helpt mij hierbij als u...

- aan mij vraagt wat ik nodig heb om me veilig te voelen;
- tijdens de behandeling steeds vertelt wat u gaat doen;
- bij iedere aanraking vooraf mijn toestemming vraagt;
- na iedere handeling checkt of het goed met me gaat;
- de behandeling staakt op het moment dat ik daarom vraag. We kunnen hiervoor een teken of een stopwoord afspreken.

Ik wil u alvast bedanken voor uw begrip, geduld en medewerking.

Hartelijke groet,

Goed om te weten: deze brief is opgesteld door het Centrum Seksueel Geweld.