

## **Voorwoord.**

*Geliefde gemeenteleden,*

*In het voorjaar van 2009 hebben wij in de GKV Almelo een avond gehouden over opvoeden.*

*Een deel van die opvoeding gaat ook over seksualiteit. Als ouder is het soms best moeilijk om hier in alle rust en openheid met je kind over door te spreken. Er zijn ook zorgen binnen de GKV Almelo over de moraal van “onze” jeugd. Want laten we eerlijk zijn, de wereld en haar oppervlakkige verleiding gaan onze deuren niet voorbij. Via televisie, muziek, internet, boeken enz. worden zij maar ook wij beïnvloed.*

*Het project seksualiteit is mede daarom zo breed opgezet. Voor opvoeders, de oudere jeugd en de jongere jeugd zullen aparte avonden worden georganiseerd in samenwerking met het Steunpunt Gemeente Opbouw, ds. Luth (predikant) en Renate Klunder (kerkelijk werkster) om vanuit Bijbels perspectief de seksuele ontwikkeling te plaatsen in deze tijd.*

*In deze handreiking vindt u materiaal dat is ontwikkeld door de Stichting Gereformeerde Jeugdzorg (SGJ). De werkgroep handreiking seksualiteit heeft een werkdocument geschreven voor pleegouders over seksualiteit en intimiteit. De SGJ heeft toegestemd om delen van dat werkdocument te gebruiken. Alles wat u in dit document cursief gedrukt leest, is door ondergetekende geschreven; het overige door de SGJ.*

*Dit document is een eerste stap naar het (meer) bespreekbaar maken en houden van seksualiteit en intimiteit. Er zullen vervolgstappen gezet moeten worden om dit onderwerp op de agenda en daarmee ook bespreekbaar te houden.*

*Corrie van Leeuwen*

## Hoofdstuk 1:

### Handreiking seksualiteit en intimiteit.

#### 1.1 De Bijbel en seksualiteit.

In het bijbelboek Genesis wordt al direct duidelijk dat God de schepper is van seksualiteit. Hij heeft het ontworpen, bedacht. In het scheppingsverhaal wordt ons verteld van de schepping van Adam. Eerst wordt Adam uit stof van de aarde geschapen. Adam wordt geschapen als mens, niet zozeer als man. Pas later, wanneer Eva wordt geschapen, is er sprake van “man” en “vrouw”. Als Eva geschapen is, wordt Adam bevestigd als seksueel wezen. Op dat moment worden namelijk de woorden “man” en “vrouw” gebruikt.

*God schiep de mens als zijn evenbeeld, als evenbeeld van God schiep hij hem, mannelijk en vrouwelijk schiep hij de mensen. Hij zegende hen en zei tegen hen: "Wees vruchtbaar en word talrijk, bevolk de aarde en breng haar onder je gezag: heers over de vissen van de zee, over de vogels van de hemel en over alle dieren die op aarde rondkruipen."*  
(Genesis 1:27 en 28 (NBV))

In Genesis 2:24 (NBV) staat: *“Zo komt het dat een man zich losmaakt van zijn vader en moeder en zich hecht aan zijn vrouw, met wie hij één van lichaam wordt.”*

God maakt niet nog eens een mens, zodat Adam niet meer alleen is, maar Hij maakt iemand die bij hem past. Hij schiep man en vrouw in een mooie samenhang, passend, sluitend en verwijzend naar elkaar. Naast alle gemeenschappelijke menselijke kenmerken zijn mannen en vrouwen in seksualiteit, maar ook in emotie, lichaamsbouw en hersenstructuur verschillend. We kunnen als mens niet zinvol werken aan ons levensdoel zonder ons denken en voelen te laten aanvullen door medemensen van de andere sekse.



In Genesis 2:24 komt ook tot uiting dat God seksualiteit verbindt aan een liefdesrelatie tussen twee mensen. God moedigt seksualiteit aan: heb gemeenschap met elkaar, maak de aarde vol met nieuwe mensen. God komt ook tegemoet aan de behoefte van Adam. Adam wilde niet alleen zijn. God geeft de mens iemand die aan hem gelijk is, met wie hij zich verbonden voelt en met wie hij kan samenleven.

De Bijbel laat in het boek Hooglied (hfdst.4: 9 + 5:19) zien hoe goed en mooi seksualiteit kan zijn en hoe het je mens zijn kan bevestigen. Heel Hooglied is een ode aan de liefde en aan de seksualiteit van twee mensen. In andere Bijbelpassages worden we aangemoedigd om wat liefde en seksualiteit betreft zorgvuldig met elkaar om te gaan. (Math. 19:4-6, 5:27, 1Kor.7:1-4, 1Petr.3:7) In de overtuiging dat God het beste met ons voor heeft, ook op het

gebied van seksualiteit, ziet het SGJ de beperkingen die God ons geeft als nuttig. Bedoeld om Hem daarmee te eren en om als mens tot ons recht te komen.

In Genesis 2 staat dat de man zijn ouders verlaat en zijn vrouw aanhangt. Iets moderner gezegd: man en vrouw laten het ouderlijk huis achter zich. Wij zijn voortgekomen uit onze ouders en onze kinderen komen weer uit ons voort. God heeft seksualiteit in een veilig kader gezet. Waarbij je merkt dat God in generaties denkt (van geslacht tot geslacht). Maar seksualiteit is er niet alleen voor de voortgang van de geslachten. In Hooglied 3:1-11 wordt de liefde en de seksualiteit tussen twee mensen bezongen. In dit bijbelboek wordt geen nadruk gelegd op voortplanting. Over kinderen wordt namelijk niet gerept. De Bijbel laat ons in die zin zien dat we mogen genieten van liefde en seks in een vaste relatie. Seksualiteit herinnert ons eraan dat het Gods bedoeling is om twee één te laten zijn.

God stelt hoge normen in de bijbel. Het lukt ons vaak niet om daaraan te voldoen. Met die hoge normen worstelen wij als mens. Of het nu gaat om te hard rijden, om met geld en het milieu om te gaan of om het omgaan met seksualiteit. Dat laatste is eigenlijk het eerste waar Adam en Eva mee geconfronteerd worden (Gen.3). Wanneer de zonde in de wereld komt, is het eerste dat ze merken dat ze naakt zijn. Ze gaan met heel andere ogen naar elkaar kijken. Er komen schaamtegevoelens want het leven was niet meer zuiver. Het hele leven was onzuiver geworden door allerlei bijgedachten, argwaan en beschuldigingen. Het eerste wat ze doen, is zichzelf bedekken, daar waar ze zich het meest kwetsbaar en naakt voelen.

Als je doorleest in de Bijbel dan kom je veel nare dingen tegen. Seksualiteit verweven met macht wanneer Lamech twee vrouwen neemt en zijn vrouwen toespreekt (Gen.4:23).

Juda die als weduwnaar een hoer opzoekt (Gen 38). Vrouwen die bij tientallen worden geschaakt (Richt.21). Het stuitende verhaal van de bijvrouw van de Leviet (Richt.19 ev).

David die overspel pleegt en daarom zelfs een moord laat plegen (2Sam.11:15).

Een zoon van David die zijn halfzus verkracht met alle gevolgen van dien (2Sam.13:14).

De Bijbel geeft veel voorbeelden van hoe verwoestend en negatief seksualiteit is als we de spelregels die God ons geeft niet in acht nemen.

Het is niet gemakkelijk om wat de Bijbel zegt door te trekken naar het hier en nu. De omgangsvormen en omgangsnormen van de tijd van het oude en van het nieuwe testament verschillen nogal van de manier waarop wij aan het begin van de 21<sup>ste</sup> eeuw in het leven staan. In onze westerse samenleving kennen we niet de vrouw als bezit van de man (10<sup>de</sup> gebod), er is geen polygamie en kunnen mannen en/of vrouwen niet met meer dan één persoon getrouwd zijn. Bij ons is het niet de gewoonte om kinderen uit te huwelijken. We kunnen niet trouwen met onze halfzus of halfbroer zoals Abraham wel deed (wat overigens later in de Bijbel, bij de Mozaïsche wetgeving, streng verboden wordt). Andersom zijn er in onze tijd levensvormen die destijds eenvoudigweg niet bestonden. Samenwonen in de vorm zoals wij die vandaag kennen, kende men in die tijd niet en hoewel er over homoseksuele praktijken wordt gesproken, hoor je nergens in de Bijbel over een mogelijk andere seksuele geaardheid van mensen.

In de Bijbel staan gebeurtenissen opgetekend die erg schrijnend zijn. Het lijkt erop dat die gebeurtenissen (zonden) ook niet direct bestraft worden. Denk aan het verhaal van de

dochter van Lot die hun vader dronken voeren en gemeenschap met hem hebben. Denk ook weer aan David die overspel pleegt. David wordt aangeklaagd omdat hij Uria iets aandoet, niet omdat hij zijn andere vrouwen (!) bedriegt. Gebeurtenissen die we als we ze in onze eigen context plaatsen, als zeer zondig en als grove ontucht zouden veroordelen. Het maakt de werkgroep voorzichtig om verhalen als deze één op één te vertalen naar het hier en nu.

In het oude testament staan naast bovenstaande verhalen ook de tien geboden en de Mozaïsche wetgeving. Ze zijn bedoeld om ons leven te heiligen en om ons te beschermen tegen wanorde en chaos. Ook in het nieuwe testament zien we allerlei seksuele zonden benoemd met daarnaast oproepen om een heilig leven te leiden, het lichaam rein te bewaren en te streven naar een zuiver leven (1Kor.7:1-6, Ef.5:25 e.v., 1Thes.4:3-7, Rom.13:13).

In het verhaal van Johannes 8, waar de schriftgeleerden een prostituee bij Jezus brengen, laat Jezus zien dat niemand zonder (seksuele) zonde is. Daarom is het goed om ons te realiseren dat we zelf ernst moeten maken met de oproepen van het nieuwe testament en tegelijkertijd niet te veroordelen wanneer het anderen niet lukt te leven naar deze regels. Ook het nieuwe testament is geschreven in de toenmalige context en ook hier geldt dezelfde voorzichtigheid voor wat betreft het interpreteren van teksten.

Samenvattend kunnen we wel zeggen dat de Bijbel ons aanspoort respectvol, zorgvuldig, trouw en liefdevol met elkaar om te gaan. Op allerlei gebieden in ons leven kunnen we dat toepassen en zeker op het gebied van seksualiteit.

## 1.2 Standpuntbepaling over seksualiteit

In dit gedeelte wil de werkgroep tot een standpuntbepaling komen op het gebied van seksualiteit en die onderwerpen aan bod laten komen die binnen onze instelling (SGJ (cv)) vaak onderwerp van gesprek zijn. Seksualiteit is een gegeven, een basale behoefte, maar vooral ook een gave, een mogelijkheid waarvoor je als mens verantwoordelijk bent. Seksualiteit heeft met relaties te maken, met geven aan de ander en met verlangen naar en/of begeren van de ander. Seksualiteit heeft te maken met de verantwoordelijkheid voor de ander, verantwoordelijkheid voor een relatie, voor wat je de ander aandoet. De bijbel roept ons op om daarin een hoge norm te hanteren, niet direct aan eigen behoefte tegemoet te komen maar op verantwoorde wijze om te gaan met de ander.

In navolging van die hoge norm plaatst SGJ seksualiteit in de vorm van geslachtsgemeenschap binnen het kader van het huwelijk. Seksualiteit buiten huwelijkse kaders bestempelt ze als onbijbels.

*“Maar wanneer ze dat niet kunnen opbrengen, moeten ze trouwen, want het is beter te trouwen dan te branden van begeerte”*  
(1Kor.7:9)

Een tegenargument kan zijn dat in de Bijbel vaak niet duidelijk is of er getrouwd wordt en er



sprake is van een huwelijk. Waarschijnlijk niet zoals wij het nu in de 21<sup>ste</sup> eeuw doen. We stappen naar het gemeentehuis en beloven publiekelijk trouw aan elkaar. We kunnen ons heden ten dage niet meer precies voorstellen wat het in de tijd van de Bijbel betekende dat “een man iemand tot vrouw nam.” Toch kunnen we in de Bijbel lezen hoe God het graag wil. We lezen hoe Hij de mens steeds weer aanmoedigt om een leven te leiden tot Zijn eer en in trouw aan elkaar (Ef5:25).

Het huwelijk zoals wij dat nu kennen, is een bij die bijbelse visie passend instelling waarin liefde, trouw, veiligheid en warmte gewaarborgd kunnen worden.

In seksualiteit is een mens het meest kwetsbaar. Hij geeft zich letterlijk, zowel fysiek als emotioneel, helemaal bloot. Als daar op een passende manier, respectvol en in liefde, op wordt geantwoord, dan heeft dat een positief effect op zijn hele welbevinden. Het bevestigt eigenwaarde, het bevestigt sekse, het bevestigt het één zijn met die ander. Hij is niet meer één-zaam.

Als er sprake is van een niet passende manier van beantwoorden (onzorgvuldig, veroordelend, misbruikend), niet respectvol (toe-eigenen, alleen naar zichzelf kijken) en niet liefdevol (ontrouw in denken, voelen of doen), dan is seksualiteit negatief, werkt het verwoestend op de relatie en is het vernederend voor degene die dit wordt aangedaan.

### **1.2.1 Wat mag en mag niet voor (en buiten) het huwelijk?**

Een vraag die veel christelijke jongeren stellen is: “Hoever mag je gaan in relatie tot de ander op seksueel gebied?” Of: “Wanneer mag je met elkaar naar bed?”

De verkeringstijd is de periode waarin jongeren elkaar beter leren kennen. Opgroeiende jongeren zijn aan het verkennen wat wel en niet kan. Er wordt geëxperimenteerd op allerlei gebieden van het leven, dus ook op seksueel gebied. Als we kijken naar de ontwikkelingen in onze maatschappij dan lijkt het onmogelijk om nog aan te komen met de boodschap dat gemeenschap met elkaar hebben bij het huwelijk hoort. Toch is het goed dit geluid te laten (blijven) horen. We willen jongeren laten zien dat regels van God niet duf zijn maar dat ze hen juist helpen om waardevoller en waardiger te zijn. Dat geldt voor alle aspecten van een relatie, maar zeker voor het lichamelijke. We merken dat vaak het sterkst wanneer er iets is misgegaan. Wanneer er een grens over is gegaan. Die keer dat je aangeraakt werd, terwijl je het eigenlijk niet wilde. Die keer dat je verder ging dan je zelf wilde. Die keer dat je beelden zag die wel spannend waren, maar die je achteraf zo slecht van je netvlies kon krijgen. Verbazingwekkend hoe zelfs ervaringen van lang geleden nog weer springlevend in je herinneringen kunnen worden opgeroepen, juist op het gebied van seksualiteit. Met dat in gedachten kunnen we beter begrijpen waarom in de Bijbel die hoogstaande norm gehanteerd wordt. Mede daarom vindt SGJ het belangrijk om de meest vergaande vorm van seksualiteit, namelijk gemeenschap hebben, in een huwelijk te borgen.

*“Wij hebben een zusje, borsten heeft ze nog niet. Wat doen we met ons zusje als de mensen over haar gaan spreken? Was zij een muur, dan bouwden wij er zilveren kantelen op. Was zij een deur, dan sloten wij die met een balk van cederhout.” (Hooglied 8:8-9).*

In deze handreiking kunnen we niet bepalen wat precies wel en niet in welk stadium van verkering geoorloofd of verboden is. Dat zijn juist dingen die belangrijk zijn om over te praten met anderen (ouders, pleegouders en begeleiders). Zodat een jongere zelf een beeld gaat krijgen van hoe hij of zij zich daarin kan verantwoorden naar zichzelf, naar de ander en naar God. De ervaring leert dat daarin veel misgaat. De Bijbel staat er vol van en ons leven is er vol van. Deze ontwikkeling gaat in elk leven, en zeker op jonge leeftijd, met vallen en opstaan. In het aangaan van verkering zit een opbouw van relatie op zowel lichamelijk als geestelijk gebied. Naarmate twee mensen elkaar beter leren kennen, zullen ze ook op lichamelijk gebied intiemer met elkaar worden. Als de lichamelijke ontwikkeling van de relatie geen gelijke tred houdt met de geestelijke ontwikkeling van de relatie, kunnen er dingen verkeerd gaan.

*“Wie het leven weet te scheppen, zal er ook de handleiding wel bij weten te schrijven. Dus geen geslachtsgemeenschap voor het huwelijk. Hoever mag je dan gaan? ....een soort voorzichtig te verkennend hellend valk, dat vanzelf in het feest van het huwelijksbed doet belanden” (Adrian Verbree EO Visie no.10, 2008).*

Voor een jongere (maar dat geldt ook voor een volwassene) is dat een zoektocht waarin je van beslissingen die je hebt genomen of dingen waar je niet zo goed over hebt nagedacht en die je als het ware “zijn overkomen”, kunt leren en erop terug kunt komen. Jongeren zullen daarin de stadia in de groei naar meer intimiteit doormaken zoals die beschreven staan in hoofdstuk 2. Tegelijkertijd is het een proces van een weg die ieder mens gaat en waarin ieder mens op zijn manier tegenover God staat. In opvoedingssituaties is het daarom van belang dat opvoeders weten hoe ze zelf met hun seksualiteit omgaan en hoe ze hier ten opzichte van God in staan. Zij zijn richtingaanwijzer, zij zullen grenzen moeten formuleren en uitleg moeten geven van het waarom van die richting. De grens die SGJ voorstaat is dat er pas binnen een huwelijk sprake mag zijn van geslachtsgemeenschap.

### **1.2.2 Hoe zit het met zelfbevrediging?**

God heeft het in de mens gelegd zich te kunnen ontwikkelen tot een seksueel wezen. Maar jongeren hebben wel te maken met allerlei heftige nieuwe gevoelens die zich een weg banen en die ze tijdens het opgroeien een plek moeten geven. Een citaat van W.J. Ouweneel uit zijn boek ‘Seks in de kerk’:

*“De tijdsafstand tussen de puberteit en het huwelijk is groot en vooral jongens zijn in deze periode zeer viriel. Bij elke nachtelijke zaadlozing beleven zij een orgasme (natte droom), wat hun verlangen naar het andere geslacht nog eens versterkt. God zelf heeft hen zo geschapen en bereidt de jongens op deze wijze voor op het huwelijk. Alleen moeten zij zich niet opfokken met pornografie – wat masturbatie in de hand werkt – want God is bezig hen voor te bereiden op de liefde, niet op vuiligheid.”*

Er zijn nog wel meer situaties te noemen waarbij zelfbevrediging logischerwijs een rol kan gaan spelen, bijvoorbeeld in het geval van ziekte van de partner, bij alleenstaanden, homoseksuelen, weduwen en weduwnaren. Het zou niet rechtvaardig zijn om in al deze gevallen zelfbevrediging te veroordelen. Wel zijn er bepaalde grenzen te stellen zoals bijvoorbeeld fantasie met behulp van pornografische beelden of vormen van verslaving.

### 1.2.3 Hoe zit het met homofilie?

Een telkens terugkerende vraag in deze tijd is hoe wij als (professionele) opvoeders en medewerkers van SGJ tegenover mensen staan die homofiel zijn. Er is binnen de achterban Kerken veel discussie gaande en er is in de afgelopen jaren ook al veel discussie geweest. In de lijn van deze discussies willen we tot een standpuntbepaling komen.

Op diverse plaatsen in de Bijbel komt de seksualiteit tussen mensen van hetzelfde geslacht ter sprake. Sommige van die teksten handelen over seksuele uitwassen. Hier en daar heeft de gedachte postgevat dat God slechts de ongeremde, promiscue uitspattingen veroordeelt maar de liefde- en respectvolle homopraxis goedkeurt. De kerken waaruit SGJ is voortgekomen, staan echter nog steeds op het standpunt dat God de seksuele gemeenschap uitsluitend voorbehoudt aan man en vrouw binnen het huwelijk. SGJ sluit daarbij aan. Per consequentie maakt SGJ wel onderscheid tussen homoseksuele geaardheid en homoseksuele geslachtsgemeenschap. In het verleden werden homoseksueel geaarde medechristenen afgewezen. Dat heeft bij mensen met homofiele gevoelens veel leed veroorzaakt. Zij hebben daarin een radicale afwijzing van hun "zijn" ervaren en zijn misschien zelfs daadwerkelijk afgesneden van hun geloofsgemeenschap. Op zijn minst heeft het vaak veel ellende teweeggebracht in hun directe omgeving (ouders, familie en vrienden) en is er een veroordeling uitgesproken (of gedacht) of afwijzend gedrag ervaren.

Hoe moeten wij als (professionele) opvoeders omgaan met mensen die in hun hele wezen merken dat zij homofiel zijn en graag en die context liefde, trouw en seksualiteit willen ervaren en willen leven in Gods nabijheid? Als opvoeder en als hulpverlener hebben we de taak om naast onze naaste te gaan staan. Als jongeren tot de ontdekking komen dat ze een andere (seksuele) geaardheid hebben, dan is dat een ontdekking die voor henzelf op zijn minst enerverend is. Voor jongeren die hulpverlening ontvangen is het dan bijzonder belangrijk te merken dat hun vragen en worsteling serieus genomen worden. Dat zij zich in hun zoektocht altijd kind van God mogen weten. Dat Hij hen net zo goed liefheeft als de medegelovige heteroseksueel. Het is belangrijk dat wij in navolging van Jezus geen veroordeling uitspreken vanwege iemands geaardheid, maar elkaar helpen op Zijn goede spoor te blijven.

Het is van belang dat wij begrip hebben voor de identiteitsontwikkeling van jongeren, ook als ze zich afvragen of, of ontdekken dat, ze homofiel zijn. Als opvoeder en als hulpverlener ben je niet meer en niet minder dan een richtingwijzer, en als hulpverlener sluit je aan bij waar het kind op dat moment staat. Willen we dat jongeren uit durven komen voor hun seksuele geaardheid, dan is het belangrijk dat ze een plek hebben waar ze zich veilig voelen. Waar ze zich geaccepteerd voelen en weten dat ze gesteund worden in het proces van richting zoeken en bepalen hoe zij hun leven willen inrichten in relatie tot God, de naaste en zichzelf.

Er zijn verschillende visies op homoseksualiteit. Het is ook mogelijk er vanuit verschillende invalshoeken naar te kijken. Homoseksualiteit is aangeboren, kan deel uitmaken van een zoektocht naar identiteit die zich vooral in de pubertijd voordoet, is het gevolg van scheefgroei in de ontwikkeling en is daarom te genezen, is een gegeven dat sterk onder invloed van omgeving en cultuur is ontstaan. Voor professionele opvoeders is het van belang

om in opvoedingssituaties te zoeken naar wat er speelt bij de jongeren en welke oorzaken ten grondslag kunnen liggen aan het zich manifesteren van homoseksualiteit. Het is belangrijk om de zoektocht daarnaar samen met de jongere te ondernemen en hem te helpen zijn bestemming te vinden.

#### **1.2.4 Hoe zit het met abortus?**

Wanneer er sprake is van een ongewenste zwangerschap en een meisje overweegt abortus, dan is het belangrijk en urgent om hierover met haar ( en haar vriend ) in gesprek te gaan. Om te bespreken of de argumenten die ze aanvoert het rechtvaardigen een beginnend leven te beëindigen. Ook hier is het belangrijk om naast de jongere te gaan staan en richtingwijzer te zijn. Om de jongere aan te sporen een weg te zoeken in relatie tot God. SGJ ziet het beëindigen van een zwangerschap ( abortus ) als het beëindigen van een beginnend leven en dus tegen Gods geboden. De enige situatie waarin volgens ons een uitzondering gemaakt mag worden, is wanneer het leven van de moeder bedreigd wordt.

#### **1.2.5 Hoe zit het met pornografie en prostitutie?**



Pornografie en prostitutie staan ver verwijderd van de normen die vanuit de Bijbel naar ons toekomen (respect, zorgvuldigheid, trouw en liefde). In de dagelijkse praktijk echter kunnen pornografie en prostitutie verrassend gemakkelijk dichtbij komen. Een website is zo bezocht, het wordt je via 'spammail' zelfs bijna opgedrongen. Seksverslaving via internet is veel voorkomend. In ruil voor geld of andere cadeaus kan snel iets afgesproken worden.

Ook hierbij kan internet een rol spelen.

Wellicht ten overvloede, maar ook hier is het goed om als opvoeder of hulpverlener naast de jongere te gaan staan en hem als persoon niet af te wijzen, maar wel duidelijk te zijn over pornografie en prostitutie. Te vertellen dat deze, zeker gezien in het licht van Gods normen, zeer schadelijk zijn voor het welbevinden van een persoon.



## Hoofdstuk 2

### De seksuele ontwikkeling van kinderen en jongeren

#### 2.1 De ontwikkeling van seksualiteit bij kinderen van 0-18 jaar oud

Kun je bij jonge kinderen spreken van ontwikkeling van seksualiteit? Dat hangt ervan af hoe je seksualiteit omschrijft. De werkgroep heeft ervoor gekozen om een brede definitie van seksualiteit te hanteren. Het is wel duidelijk dat de vroegkinderlijke ontwikkeling van invloed is op het later omgaan met seksualiteit van jongere en volwassene. We kunnen dan aan verschillende aspecten denken : de ontwikkeling van de sekse-identiteit (je bent een jongen of meisje met alle gevolgen van dien), de lichamelijke ontwikkeling en het ontdekken en aanraken van het eigen lichaam en dat van anderen. Maar ook aan de sociaal-emotionele ontwikkeling : seksualiteit heeft te maken met gevoelens van liefde en verliefdheid en, sociaal gezien, met het gericht zijn op de ander, laten merken dat je iets voelt voor de ander, rekening houden met grenzen van de ander. Seksualiteit definiëren we als volgt :

*“Alle gedragingen en gevoelens die te maken hebben met je eigen lichaam en dat van een ander en die dat speciale (spannende, opgewonden, prettige) gevoel bij jezelf of bij die ander veroorzaken” (S. van der Doef, 1994)*

Seksualiteit bij kinderen is anders dan bij volwassenen, in die zin dat kinderen niet gericht zijn op vrijen, gemeenschap hebben en het krijgen van een orgasme. Er zijn kinderen die wel eens een orgasme krijgen, maar dat gebeurt dan niet doelbewust, ze leggen nog geen verband tussen seksueel gedrag en het krijgen van een orgasme. De meeste kinderen vinden geslachtsgemeenschap een heel raar fenomeen en snappen niet wat grote mensen daar fijn aan vinden.

Wel hebben kinderen gevoelens van welbehagen over hun lichaam, denk maar aan het lekker badderen van kleine kinderen wat ook dat speciale ‘onderbuikgevoel’ kan geven. Of aan het doktertje spelen van grotere kinderen, waar het ontdekken van het lichaam van de ander bij betrokken is en waar ook gevoelens van ‘lekkere spanning’ bij komen kijken. Maar het is wel duidelijk dat er een groot verschil is met de volwassenen beleving van seksualiteit. Het kind ontdekt zijn eigen lichaam met bijbehorende gevoelens en ontdekt dat een ander kind anders is en andere gevoelens opwekt. Zo heeft de verliefdheid van een 10-jarige een heel andere lading dan de verliefdheid van een volwassene.

Kinderen maken in allerlei opzichten een ontwikkeling door: lichamenlijk, emotioneel en verstandelijk. Over de ontwikkeling van de kinderlijke seksualiteit is niet veel, maar wel iets bekend. Hieronder volgt een korte schets van de seksuele ontwikkeling opgedeeld in leeftijdsfasen. Zo krijg je een globale indicatie van kenmerkend gedrag met bijbehorende emoties per leeftijdsfase. Het zijn geen wetmatigheden: grenzen moeten ruim genomen worden en individuele verschillen kunnen groot zijn.

- **Baby 0 tot 2 jaar oud**

Een baby kent in de baarmoeder al sterke lust- en onlustgevoelens die heel basaal lichamelijk zijn. Als pasgeborene leert de baby al snel dat hij zelf invloed kan uitoefenen op zijn gevoel van welbevinden: als ik huil, word ik getroost en als ik laat merken dat ik honger heb, krijg ik melk. Als zijn directe behoeften bevredigd worden voelt hij zich prettig. In het begin gaat dat voornamelijk via de mond: zuigen en eten binnenkrijgen geeft een goed gevoel. Later verkent de baby voorwerpen door ze in de mond te stoppen.

Ook de tastzin van de baby is goed ontwikkeld: huidcontact is voor de baby een grote bron van bevrediging. Een kind leert zo vanaf het eerste begin al dat het aanraken van zijn lichaam een lekker gevoel kan geven, dat anderen hem dat lekkere gevoel kunnen bezorgen en dat ze dat doen omdat ze van hem houden. Zo ontwikkelt een kind een positief lichaamsbesef, wat een basale voorwaarde is voor het krijgen van een goede seksuele relatie als volwassene.

- **Peuter 2 tot 4 jaar oud**

Een peuter wordt zich bewust van zijn sekse. Dat besef staat eerst nog los van de kennis van het verschil in geslachtskenmerken. Vaak worden kenmerken als haarlengte, kleding en gedrag genoemd, als je een peuter vraagt naar verschillen tussen jongens en meisjes. Bij oudere peuters ontstaat juist grote interesse voor het aspect van de geslachtskenmerken.

Wat oudere peuters kunnen uitgebreid studie maken van hun eigen anatomie en die van het andere geslacht. Het aanraken van de eigen genitaliën geeft een gevoel van ontspanning, vergelijkbaar met duimzuigen. Je ziet op deze leeftijd kinderen vaak gelijktijdig duimen en met hun hand in hun broekje zitten. De mate waarin kinderen hun eigen geslachtsdelen stimuleren, verschilt sterk per kind, waarschijnlijk door een verschil in aanleg en een verschil in reactie door de omgeving.

- **Kleuter 4 tot 6 jaar**

Kleuters blijven nieuwsgierig naar elkaars lichaam, maar zullen meer in spelvorm hun behoefte aan experimenteren vertolken. Ze spelen 'vader en moedertje' of 'doktertje', maar dan het liefst als de grote mensen hen niet zien of horen. Kleuters zijn vaak ook nieuwsgierig naar het voortplantingsverhaal, zonder dat zij dat overigens koppelen aan seksualiteit. De feiten over zwangerschap en geboorte kunnen ze vaak goed bevatten; van de rest maken ze, afhankelijk van hun denkvermogen, hun eigen voorstelling.



De behoefte aan lichamelijk contact is nog steeds groot. Hun wereld wordt groter doordat ze naar school gaan, maar de behoefte aan een knuffel of bij papa of mama op schoot blijft groot. Sommige jongens willen liever niet meer echt geknuffeld worden maar uiten hun behoefte aan lichamelijk contact in duwen, trekken, stompen en stoeien. Sommige kinderen willen zich op deze leeftijd niet meer uitkleden waar vreemden bij zijn, er ontwikkelt zich een gevoel van privacy.

- **Kinderen 6 tot 8 jaar oud**

Vroeger werd deze fase ook wel latentiefase genoemd. Kinderen lijken niet bezig te zijn met seksualiteit. Dat betekent niet dat de ontwikkeling op dit gebied stilstaat. Vaak gebeuren dingen wat meer buiten het gezichtsveld van de volwassenen. De aandacht richt zich in deze fase duidelijker op het andere geslacht, verliefdheden gaan een rol spelen en spelletjes met kinderen van het andere geslacht zijn duidelijk anders van aard dan spelletjes met kinderen van het andere geslacht.

Het openlijk aanraken van hun eigen geslachtsorganen gebeurt eigenlijk niet meer. Ook worden er in het openbaar geen seksueel getinte spelletjes meer gedaan. Kinderen hebben geleerd dat dat niet hoort. Op deze leeftijd gaan ze wel steeds meer informatie uit hun omgeving in zich opnemen, zonder dat ze dat altijd goed kunnen plaatsen. Soms ontstaan zo onjuiste denkbeelden over seksuele onderwerpen. Gekke tekeningen maken van geslachtsdelen en gekke rijmpjes over onderwerpen die met seksualiteit te maken hebben zijn op deze leeftijd geliefd. Kinderen hebben in deze leeftijdsfase minder behoefte aan lichamelijk contact, ze zijn ook al best groot om op schoot te zitten.

- **Kinderen 8 tot 10 jaar oud**

Het denkvermogen van kinderen in deze leeftijdsfase is zover ontwikkeld dat ze het voortplantingsverhaal goed kunnen reproduceren. Gevoelens van verliefdheid worden nu langzamerhand ook gekoppeld aan lichamelijke nabijheid. De aanwezigheid van de ander wordt gezocht en aanrakingen (handje geven, tegen elkaar aanzitten) kunnen een spannend gevoel geven. Het specifieke rolgedrag is sterk aanwezig. Jongens spelen met elkaar heel anders dan met meisjes en vice versa. Het besef dat mensen zich soms aangetrokken voelen tot hetzelfde geslacht is er, maar homoseksualiteit wordt op deze leeftijd door de groepsnorm niet geaccepteerd. Vaak wordt 'homo' als scheldwoord gebruikt, dikwijls zonder dat een kind beseft wat het zegt.

Na hun achtste jaar kunnen kinderen lichamelijk de eerste verschijnselen van de pubertijd gaan vertonen. Bij meisjes kunnen borsten gaan groeien en kan het eerste schaamhaar verschijnen. Bij jongens zijn de eerste schaamharen op de teelballen te zien. Er zijn heel grote verschillen tussen kinderen wat de start van de lichamelijke pubertijd betreft. Het kan ook nog tot hun 15<sup>de</sup> jaar duren voor de (lichamelijk zichtbare) pubertijd inzet.

- **Kinderen 10 tot 13 jaar oud**

De verschillen in ontwikkeling zijn op deze leeftijd groot. Meisjes komen vaak eerder in de pubertijd dan jongens. Sommige kinderen zijn lichamelijk en geestelijk al puber. Anderen zijn op deze leeftijd, zowel lichamelijk als in hun gedrag, nog echte kinderen. Bij zowel jongens als meisjes komen (heftige) gevoelens van verliefdheid voor, in de helft van de 'verkeringen' die ontstaan wordt ook daadwerkelijk gezoend. Veel kinderen worden terughoudender in het praten over seksualiteit met hun ouders. Waarschijnlijk omdat ze nog helemaal geen zin hebben om groot te worden en de veranderingen die lichamelijk optreden helemaal niet toejuichen. Ze krijgen soms al wel meer belangstelling voor volwassen seksualiteit en proberen aan informatie te komen door het lezen van bladen en het bezoeken van websites.

Bij meisjes begint de pubertijd gemiddeld zo rond het 10<sup>de</sup> levensjaar. Meestal beginnen eerst de borsten te groeien, daarna volgt de groei van oksel- en schaamhaar. De schaamlippen worden groter en veranderen van kleur omdat ze beter doorbloed worden. Er vindt een snelle lengtegroei plaats (groeispuurt), die afgesloten wordt met de eerste menstruatie op gemiddeld 13-jarige leeftijd. Daarna groeit het meisje in een langzamer tempo door.

Jongens beginnen gemiddeld rond het 12<sup>de</sup> jaar met de pubertijd. Vaak groeien de testikels en penis het eerst, daarna volgen oksel- en schaamharen. De groeispuurt begint, de stem verandert en de jongen krijgt gezichtsharen. De eerste zaadlozing, gemiddeld op 14-jarige leeftijd, betekent het einde van de snelle lengtegroei. Ook de jongen groeit daarna in een langzamer tempo nog enkele jaren door.

Voor beide seksen geldt dat de ontwikkeling van de geslachtshormonen gepaard gaat met grote emotionele stemmingswisselingen. Verliefdheden worden sterker maar gaan nog nauwelijks gepaard met lichamelijk gedrag.

#### • **Tieners 13 tot 15 jaar oud**

De meeste jongeren zijn op deze leeftijd dus aan de pubertijd begonnen, met als gevolg grote lichamelijke veranderingen. Ook in hun gevoelens verandert er veel. De hormoonproductie zorgt voor een toename van seksuele opwinding en sommige jongeren, jongens vaker dan meisjes, beginnen met masturberen.

Sommige christelijke jongeren kunnen zich daar schuldig over voelen en het gevoel hebben dat God zelfbevrediging niet goed vindt. De seksuele gevoelens kunnen als heel overweldigend worden ervaren en jongeren raken er soms door in verwarring. Ook is te merken dat seksuele aantrekkingskracht een rol gaat spelen. Vaak is het voor tieners ook op dat gebied een zoektocht naar wat ze daar mee aan moeten. Je ziet tieners vaak experimenteren met het aantrekken en afstoten van de andere sekse.

Sommige jongeren merken dat ze zich aangetrokken voelen tot seksegenoten. Soms is dat tijdelijk en heeft het een plek in het ontdekken van de eigen seksualiteit en identiteit als man of vrouw. Soms is dat het manifest worden van een homoseksuele identiteit. Verliefdheden komen veel voor en kunnen ook heel heftig zijn, maar vaak is het benaderen van de geliefde persoon nog een te moeilijke opgave. Veel jongeren doen tegenwoordig via internet hun eerste ervaring op in het contact leggen met de andere sekse, ook op seksueel gebied.

In deze verwarrende fase zijn jongeren op zoek naar rolmodellen met wie ze zich kunnen identificeren. Er ontstaan vaak sterke voorkeuren voor een bepaalde muziekstijl, met alle kleding- en gedragscodes die daar bij horen. In de zoektocht naar een eigen identiteit kan het veel vastigheid geven als er aangesloten kan worden bij een groep leeftijdsgenoten die duidelijke regels en codes hanteren. Op individueel niveau spelen vaak sterke gevoelens van onzekerheid rond de eigen identiteit : wie ben ik en wat vinden anderen van mij? Op seksueel gebied gaat het dan om de vraag : hoe kom ik over bij de andere sekse? Het lijkt alsof het hele leven en gedrag van de tiener er op gericht is om antwoorden op deze vragen te krijgen.

### • Jongeren 15 tot 18 jaar oud

Bij jongens komt de baardgroei nu echt op gang. Borsthaar ontwikkelt zich pas na het 20<sup>ste</sup> levensjaar. Bij meisjes kunnen de borsten soms nog jaren doorgroeien. In deze leeftijdsfase kunnen jongens en meisjes ook in lengte nog doorgroeien.

De meeste jongeren zijn nu dus vrijwel volgroeid en geslachtsrijp. Lichamelijk zijn zij in staat tot volwassen seksueel gedrag en voortplanting. Emotioneel zijn ze hier meestal nog lang niet aan toe. De prikkels die vanuit de maatschappij op hen afkomen (media en peergroup) zorgen er echter wel voor dat jongeren op steeds jongere leeftijd seksueel actief worden.

Uit onderzoek naar seksueel gedrag van jongeren blijkt dat ze een aantal stadia van vrijen doorlopen:

- tongzoenen ( op gemiddeld 13-jarige leeftijd)
- strelen boven de kleding
- strelen onder de kleding
- naakt vrijen
- geslachtsgemeenschap hebben

Dit hele proces neemt gemiddeld 4 jaar in beslag. De gemiddelde leeftijd waarop jongeren in Nederland voor het eerst echt gemeenschap hebben is 16,6 jaar. Daarbij is bekend dat jongeren met een hoog opleidingsniveau later beginnen met seksueel contact dan jongeren met een laag opleidingsniveau. Sommige jongeren hebben te maken met een grote groepsdruk om seksueel contact te hebben. Het is bekend dat jongeren geregeld voorbij gaan aan hun eigen gevoelens en opvattingen om aan de groepsnorm te kunnen voldoen. De normen die ze van hun ouders meekrijgen worden minder doorslaggevend.

Aan het eind van deze fase zijn jongeren qua ontwikkeling in staat een vaste relatie aan te gaan die gebaseerd is op wederzijds vertrouwen en trouw. In sociaal opzicht leggen ze makkelijker contact met iemand op wie ze verliefd zijn. In een relatie zijn ze steeds beter in staat verantwoordelijkheid voor elkaar te nemen. De meeste jongeren gebruiken deze fase overigens om te experimenteren in relaties en binden zich nog niet aan een vaste partner.

## 2.2 De verschillen tussen jongens en meisjes

Verschillen benoemen tussen jongens en meisjes en mannen en vrouwen ligt vaak gevoelig, omdat er algemene uitspraken gedaan worden die niet voor elk individu in alle opzichten opgaan. Maar als we de totale range aan eigenschappen van mannen en vrouwen bekijken, tekenen zich wel voorkeursgedragingen af die verbonden zijn met de sekse.

Jongens zijn al vanaf de geboorte meer gericht op het kijken naar voorwerpen. Meisjes zijn meer gericht op het kijken naar mensen dan naar voorwerpen. Jongens zijn meer gericht op het experimenteren met materiaal en het vaststellen van een onderlinge pikorde: wie is het sterkst, het grootst, et cetera. Meisjes neigen meer tot 'zorgen' en hebben meer capaciteiten

om anderen goed aan te voelen. Bij meisjes gaat de strijd vaak om wie het liefst gevonden wordt. Vanwege hun minder grote fysieke kracht zoeken ze veiligheid en een goede plek in de hiërarchie door middel van het inzetten van hun sociale vaardigheden. Meisjes kunnen hierbij sterk manipulatief te werk gaan; ruzies tussen meisjes zijn vaak heel ingewikkeld en slecht te achterhalen.

In relaties tekent zich vaak af dat vrouwen meer empathisch gericht bezig zijn, bezig zijn met het in stand houden van het systeem, de relaties. Mannen zijn meer bezig met de buitenwereld, de man beschermt en onderhoudt wat bij hem hoort.

De christelijke schrijver D. Baarsen wijst erop hoe belangrijk het is om rekening te houden met de emotionele verschillen tussen jongens en meisjes die er voor wat betreft de beleving van seksualiteit en lichamelijk contact zijn. Als een jongen geslachtsrijp wordt, gaat dat gepaard met het optreden van zaadlozingen die een prettig seksueel gevoel opleveren. De wereld van de seksuele gevoelens gaat voor jongens vanzelf open. Bovendien reageren jongens sterk lichamelijk op visuele prikkels, ze raken opgewonden van bijvoorbeeld het zien van vrouwelijk bloot. Voor meisjes werkt dat anders: menstrueren levert geen seksueel aangename gevoelens op, meisjes 'ontwaken' seksueel pas bij lichamelijk contact, als ze gestreeld en gekust worden. Dat is voor veel meisjes de eerste ervaring met seksuele gevoelens. Dat betekent vaak ook dat meisjes veel meer waarde hechten aan lichamelijk contact met een jongen dan die jongen zelf. Voor jongens kan het bij experimenteelgedrag horen om met verschillende meisjes wat te strelen en te zoenen. Voor een meisje die haar eerste ervaringen met prettige seksuele gevoelens opdoet, betekent het vaak meer: ze krijgt verwachtingen over een relatie die gaat groeien. Dat komt ook doordat er nog een verschil is tussen jongens en meisjes: bij jongens kan seksualiteit gemakkelijk losgekoppeld worden, een eigen leven leiden. Bij meisjes werkt dat anders: hun gevoelens met betrekking tot de totale relatie spelen een belangrijke rol in de beleving van het seksuele aspect daarvan. Bij een meisje ontstaat eerder een verlangen naar een totale relatie waarin ze zich helemaal kwijt kan. Het is belangrijk dat jongens en meisjes op de hoogte zijn van deze verschillen en er rekening mee leren houden. De verschuiving in normen met betrekking tot seksualiteit zal overigens van invloed zijn op de beleving van seksuele handelingen: meer meisjes gaan seksualiteit loskoppelen van een relatie.

### **2.3 Onderzoek naar (meningen over) seksueel gedrag onder jongeren**

Specifieke gegevens over seksueel gedrag onder christelijke jongeren zijn er niet. Daar is nog geen onderzoek naar gedaan. De indruk bestaat dat een groot aantal jongeren de bijbelse normen, zoals beschreven in hoofdstuk 1, zal onderschrijven en dus ook in het toegroeien naar geslachtsgemeenschap een ander tempo zal aanhouden. Bovendien zullen de meeste jongeren de mening zijn toegedaan dat seksueel contact onderdeel moet zijn van een vaste relatie. Sommige christelijke jongerenwerkers menen dat christelijke jongeren wel 'achterlopen' in hun seksueel gedrag, maar dat ze 1-1½ jaar later dan andere (niet christelijke) jongeren dezelfde stadia doorlopen van: tongzoenen, strelen boven en onder de kleren, naakt vrijen en geslachtsgemeenschap hebben. Naar schatting gaat 60% van de reformatorische jongeren gemeenschap voor het huwelijk niet uit de weg. Christelijke jongeren worden sterk beïnvloed door het opgroeien in een maatschappij waar over

seksualiteit zo anders wordt gedacht dan in hun directe omgeving (CV koers, dossier seksualiteit).

Regelmatig wordt er onderzoek gedaan naar de normen die jongeren zelf hebben met betrekking tot seksueel contact. Uit het scholierenonderzoek 'Jeugd en seks' uit 1995, blijkt dat 7% van de jongeren het huwelijk een voorwaarde vinden voor seksueel contact. Dit was 15% in 1990. 75% van de jongeren vindt 'veel voor elkaar voelen' een voorwaarde voor seksueel contact. 16% vindt seks zonder affectie acceptabel. Dat de verschillen tussen jongens en meisjes kleiner worden blijkt ook uit het onderzoek: nu vindt één meisje op twee jongens dat 'niet veel voor elkaar voelen' acceptabel genoeg is om met elkaar naar bed te mogen. In 1990 was dit volgens M.Hemelaar in zijn boek 'Seksualiteit, intimiteit en hulpverlening' nog één op vier.

## Hoofdstuk 3

### Verstoringsen in de ontwikkeling van seksualiteit

#### 3.1 De invloed van ontwikkelingsstoornissen

Bij de meeste kinderen verloopt de ontwikkeling van seksualiteit op een normale manier. Helaas hebben wij ook te maken met kinderen bij wie deze ontwikkeling door verschillende oorzaken verstoord is. Er kan sprake zijn van zeldzaam voorkomende psycho-seksuele ontwikkelingsstoornissen zoals bijvoorbeeld de gender-identiteitsstoornis waarbij een kind of jongere zich niet thuis voelt in zijn eigen lichaam en zichzelf beleeft als zijnde van het andere geslacht.

Daarnaast is er vaker voorkomende problematiek die effect heeft op de ontwikkeling van de seksualiteit van een kind. We denken dan in het bijzonder aan kinderen met een autisme spectrum stoornis, kinderen met hechtingsproblematiek en jongeren bij wie sprake is van een antisociale gedragsstoornis.

##### 3.1.1 Autisme spectrum stoornis

Kinderen die door een autisme spectrum stoornis beperkt zijn in het aangaan van (intieme) wederkerige contacten, hebben ook problemen met het aangaan van contacten waarin een seksuele component meespeelt. Moeilijkheden in het aangeven van grenzen en het aanvoelen van wat een ander wel en niet wil, komen veel voor. Ook in het praten over seksualiteit gaan deze kinderen en jongeren vaak grenzen over, aangezien hun inlevingsvermogen en zelfreflectie beperkt is. Sommige autisten zoeken op bizarre manieren sociaal contact. Anderen raken geobsedeerd door het idee dat ze ook een relatie willen (meer omdat het erbij hoort dan omdat de behoefte ervaren wordt). Voor de meer in zichzelf gekeerde autisten speelt het onderwerp 'relaties' minder. Ze zijn vaak niet bezig met seksualiteit en als ze er wel mee bezig zijn is de seksuele belangstelling alleen gericht op hun eigen lichaam. Vanwege hun gebrek aan inzicht in wat sociaal aanvaardbaar gedrag is, komen openlijk masturberen, het tonen van geslachtsdelen of het dwangmatig aanraken van een ander wel voor.

### 3.1.2 Hechtingsproblematiek

Kinderen bij wie het hechtingsproces niet goed verlopen is, zullen problemen ondervinden bij het aangaan van intieme relaties. Het probleem zit dan vaak in het niet kunnen vertrouwen van , of het zich niet kunnen toevertrouwen aan, hun partner. Ze hebben zich niet of onvoldoende kunnen hechten aan een betrouwbare en beschikbare volwassene. Er is bij het opgroeien weinig prettig en veilig lichamenlijk contact geweest, waardoor kinderen geen positieve lichaamsbeleving hebben. Soms is er sprake van onvermogen om lichamenlijke intimiteit toe te staan. Jongeren met de diagnose 'reactieve hechtingsstoornis' ondervinden veelal problemen bij het aangaan van een gezonde partnerrelatie.

### 3.1.3 Antisociale gedragsstoornis

Jongeren bij wie sprake is van een antisociale gedragsstoornis zullen moeite hebben met het aangaan van een gezonde, wederkerige seksuele relatie waarin ze rekening houden met en zich verantwoordelijk voelen voor hun partner. Deze jongeren vertonen een gedragspatroon waarbij basale rechten van anderen en/of belangrijke sociale normen stelselmatig worden geschonden. Zij zijn vaak agressief en gaan zonder merkbare gewetenswroeging andermans grenzen over. Daarbij speelt de invloed van de omgeving een grote rol. In sommige subculturen, zoals bijvoorbeeld de rapcultuur, is seksueel getinte en agressieve taal heel gebruikelijk. Vaak wordt het gedrag van (meestal) meisjes verkeerd geïnterpreteerd: "Ze voeg er zelf om".

## 3.2. Seksueel misbruik

Uiteraard is het meemaken van seksueel misbruik een versturende factor voor de ontwikkeling van de seksualiteit van een kind. Een kind dat op jonge leeftijd te maken krijgt met seksualiteit terwijl het daar lichamenlijk en emotioneel niet aan toe is, raakt verward. Het kan geen onderscheid maken tussen lichamenlijke liefde uit eigenbelang van de volwassene en de aanraking die er is vanuit oprechte liefde voor het kind. Het kind raakt het vertrouwen in het eigen lichaam, en het besef dat het goed is om grenzen die het voelt ook aan te geven, kwijt. Uiteraard hebben de situatie waarin het kind verkeert en de ernst van het misbruik grote invloed op de gevolgen. Een kind dat opgroeit in een veilig gezin en dat eenmalig door een buitenstaander misbruikt wordt, maar daarna met begrip wordt opgevangen, is uiteraard minder beschadigd dan een kind dat jarenlang onder bedreiging door vader en broers met medeweten van moeder misbruikt wordt.



Het is moeilijk om onderzoek te doen naar het aantal gevallen van seksueel misbruik van kinderen. Niet alles wordt gemeld of komt anderszins in de openbaarheid. Ook is de uitkomst afhankelijk van de definitie van seksueel misbruik die gehanteerd wordt. In zijn boek 'Seksualiteit, intimiteit en hulpverlening' omschrijft M.Hemelaar seksueel misbruik als volgt: *'Het niet respecteren van de grens die een ander stelt'*.

Het gaat dan om een persoonlijke afweging. Het is pas misbruik als de ander dat zo ervaart:



bijvoorbeeld ongewenste seks die plaatsvindt en waarbij soms geweld gebruikt wordt. Deze definitie doet ons inziens geen recht aan kinderen en jongeren die misbruikt worden binnen een afhankelijkheidsrelatie en die nog onvoldoende beseffen of verwoorden kunnen dat ze dat niet willen. Naast het 'ongewenste' zouden we hier aan toe willen voegen: 'seksueel contact dat plaatsvindt binnen een afhankelijkheidsrelatie waarin de dader een machtspositie heeft ten opzichte van het slachtoffer'. Je kunt dan denken aan de relatie leraar-leerling, baas-werknemer, volwassene-kind.

De gevolgen van het seksueel misbruik zijn afhankelijk van de ernst van wat het kind heeft meegemaakt. Ze lopen uiteen van angsten, depressiviteit, vertraging in de ontwikkeling van sociale en interpersoonlijke vaardigheden, geringe zelfwaardering en voor de leeftijd ongebruikelijk seksualiserend gedrag, tot een posttraumatische stressstoornis en dissociatie. De gevolgen voor een kind zijn ernstiger als de dader geheimhouding afdwingt, de pleger een familielid is, de andere ouder (meestal de moeder) het kind niet steunt, het misbruik vaak plaatsvindt en lang aanhoudt en als er sprake is van penetratie. Ook maakt de leeftijd van een kind verschil: hoe jonger het kind is bij de start van het seksueel misbruik, hoe ernstiger de gevolgen zijn voor de ontwikkeling van het kind. Daarnaast zijn goede opvang vanuit de omgeving van het kind en effectieve verwerkingsmogelijkheden van het kind zelf van invloed op het al dan niet ontstaan van ernstige problemen. Het misbruik vindt vaak plaats in een negatieve opvoedingssituatie waarbij er dikwijls ook sprake is van emotionele verwaarlozing, mishandeling en een seksuele opvoeding die gericht is op het onderdrukken van seksuele gevoelens.

Op volwassen leeftijd is er sprake van een verstoorde seksualisatie die zich uit in: het uit de weg gaan van intimiteit, orgasmestoornissen, een negatief zelfbeeld, schaamte- en schuldgevoelens, wantrouwen in relaties (het kind is verraden door iemand waarvan het fundamenteel afhankelijk was, dit speelt vooral bij incest tussen ouder en kind) en gevoelens van machteloosheid (angst, depressie, somatische klachten). Gevoelens van machteloosheid kunnen ook vertaald worden in boosheid en agressief gedrag, soms met rolomkering tot het daderschap. De helft van de mensen die kinderen dwingen tot seksueel gedrag, is zelf misbruikt (M.Hemelaar in 'Seksualiteit, intimiteit en hulpverlening').

### **3.3 En homoseksualiteit?**

Valt homoseksualiteit ook onder de verstoringen op seksueel gebied? In de opvattingen hierover zien we de laatste decennia een verschuiving optreden. Maatschappelijk gezien is homoseksualiteit veel meer aanvaard en wordt het zich seksueel aangetrokken voelen tot personen van het zelfde geslacht niet meer gezien als een afwijking of stoornis. Die jongeren die hun homoseksualiteit als niet bij hen passend ervaren en ernaar verlangen een heteroseksuele relatie als opwindend te kunnen beleven, hebben recht op hulp en steun. Voor hen is het een afwijking omdat ze zelf last hebben van hun 'anders zijn en voelen'.

Door vooral de 'evangelisch' christelijke hulpverlening wordt aangegeven dat deze jongeren mogelijk door gebeurtenissen in hun jeugd, die als bedreigend werden ervaren, angstig zijn geworden om een relatie aan te gaan met iemand van het andere geslacht. Of dat zij onvoldoende bevestiging hebben gehad van hun vader of moeder waardoor ze bij het opgroeien op een verkeerde manier die niet volgens Gods wil is, bevestiging zoeken bij seksegenoten. Deze hulpverleners geven aan dat jongeren moeten leren dat

homoseksualiteit niet bij hun identiteit hoort maar een voorbijgaande fase kan zijn. Samenhangend met hun ontwikkeling en/of ervaring met opvoeders kunnen ze homoseksuele gevoelens ervaren. Het is dan goed om na te gaan waar die gevoelens vandaan komen en of ze veranderen als de jongere zich bewust wordt van zijn ontstaansgeschiedenis en de pijn daaromtrent onder ogen ziet. Volgens deze hulpverleners kan er een verandering in beleving plaatsvinden en genezing komen als seksuele trauma's verwerkt worden en/of de relatie met de ouder van hetzelfde geslacht onder de loep genomen wordt. Daarnaast motiveren zij jongeren om een bewuste keuze te maken voor heteroseksualiteit, omdat dat is zoals God de mens heeft bedoeld.

Wat de oorzaak ook is, de meeste jongeren die ontdekken dat ze op seksueel gebied 'anders' zijn, zullen zeker in de pubertijd en adolescentie, problemen ervaren als schaamte en eenzaamheid. Het gevoel dat je anders bent dan anderen en daar niet voor uit durft te komen vanwege de heersende groepsnorm, kan heel belastend zijn. Uiteraard is dit ook afhankelijk van de omgeving waarin de jongere opgroeit. Als je wordt geaccepteerd als homofiel of lesbische en gerespecteerd in de keuzes die je maakt, zul je minder moeite hebben met je coming-out en zelfacceptatie.

Naar onze mening valt homoseksualiteit alleen in die gevallen waarbij sprake is van een duidelijke verbinding met vroegere (seksuele) trauma's en/of verstoorde verhoudingen met (een van) de ouders, onder de verstoring in de seksuele ontwikkeling. Uit onderzoek in Amerika (T. Ertzen/artikel ND 11-08-06) naar de effecten van hulp aan homo's vanuit dit standpunt is gebleken dat het merendeel van de mannen en vrouwen, ondanks al hun investeringen om te genezen van hun homoseksualiteit, na verloop van tijd erkennen moet dat hun geaardheid niet blijvend is veranderd. Dat laat onverlet dat er homo's zijn die wel een blijvende verandering in geaardheid hebben ervaren en daarvan ook getuigen. Desondanks kunnen we concluderen dat het merendeel van de mensen die een seksuele voorkeur hebben voor een partner van het eigen geslacht, te maken hebben met een aangeboren anders geaard zijn.

### **3.4 Seksualiteit en invloed vanuit de omgeving**

Kinderen die opgroeien in sociaal-culturele achterstandssituaties lopen extra risico op het vertonen van seksueel ongewenst gedrag. Het gaat dan om jongeren die opgroeien in situaties waar geen sprake is van seksegelijkheid, waar niet open en fijngevoelig gepraat wordt over met name de belevingskant van seksualiteit en waar in het algemeen een gebrek is aan goede onderlinge communicatie. Deze jongeren vertonen bij het opgroeien vaak een slechte emotieregulatie, een gebrek aan respect voor andermans grenzen (met name jongens die ervan uit gaan dat meisjes die 'nee' zeggen toch wel 'ja' bedoelen) en weinig zelfvertrouwen hebben, wat vaak overschreeuwd wordt. Het komt veelvuldig voor dat homoseksuelen het mikpunt zijn van verbaal en soms ook lichamelijk geweld.

Maken we de overstap naar macro niveau dan zien we dat kinderen in onze maatschappij vanaf het begin van hun leven geconfronteerd worden met seksualiteit. De laatste decennia is het gewoon geworden om openlijk seksueel getinte afbeeldingen te vertonen. Denk maar aan de levensgrote billboards met lingeriereclame, de blootbladen die op ooghoogte in de supermarkt liggen en televisiereclames met veel bloot erin. Ook videoclippen van populaire muziek staan vaak bol van erotische scènes, bewegingen en kleding. De soapseries, die

door velen met graagte gevolgd worden, prediken een vrije seksualiteit: als je er allebei zin in hebt dan doe je 'het' gewoon. Homoseksualiteit en biseksualiteit zijn normale variaties en alle samenlevingsvormen worden geaccepteerd. Gechargeerd: iedereen doet overal alles met iedereen, mits je het er met elkaar over eens bent. De tendens in onze cultuur is: seks is genieten, neem het ervan. Seks is los verkrijgbaar. Los van liefde, trouw en verbondenheid met een partner.

Pornografische beelden zijn door de opkomst van internet in ieders bereik gekomen. In pornografie, in de meeste muziekclips en in reclame wordt een eenzijdig beeld van de verhouding tussen man en vrouw getoond. Vrouwen worden veelal neergezet als verleidsters of lustobjecten die ondergeschikt zijn aan de man. Jongeren die veel seks zien in muziekclips, in films en op internet en die daarin niet begeleid worden door opvoeders, worden toleranter ten aanzien van seksueel geweld en afwijkend seksueel gedrag. Tevens zet het aan tot imitatiegedrag. Jongeren die pornosites bezoeken, zijn sneller geneigd tot grensoverschrijdend gedrag: ze laten bijvoorbeeld eerder ongevraagd 'iets' zien en maken vaker ongevraagd opnames van een ander ( Rutgers Nisso onderzoek 'Seksuele gezondheid in Nederland 2006).



Het beeld van homoseksualiteit dat in de media geschetst wordt, is divers. De beelden waar we mee geconfronteerd worden, bijvoorbeeld van een happening als de Gayparade en van homoprostitutie, geven een beeld van een 'scene' waarin christelijke homofiele mensen zich totaal niet in herkennen. Anderzijds wordt, bijvoorbeeld door het legaliseren van het homohuwelijk, homoseksualiteit gewoner en hebben bekende Nederlanders als wijlen Jos Brink, die jarenlang openlijk samenleefde met zijn vriend, gezorgd voor meer acceptatie.

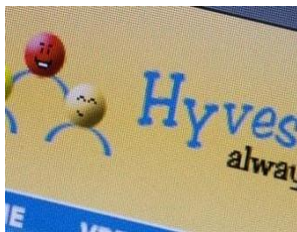
De psychologe Martine Delfos verbaast zich over het feit dat er zoveel onderzoek is gedaan naar de invloed van geweld in televisieseries op de ontwikkeling van kinderen, en zo weinig naar de invloed van de vele seksuele beelden. Zij ziet een direct verband tussen de blootstelling van kinderen aan seksuele beelden op de televisie en het steeds eerder geslachtsrijp worden van kinderen. Kinderen zijn op veel jongere leeftijd dan vroeger op de hoogte van seksuele gedragingen: wees het naspelen van een coïtus vroeger op het meemaken van seksueel misbruik; tegenwoordig kan een kind ook naspelen wat het op de televisie heeft gezien. Vanuit de media krijgen kinderen een vertekend beeld van seksualiteit: vrouwen worden als heel wellustig afgeschilderd, stellen die van elkaar houden doen 'het' voortdurend en het is allemaal vanzelfsprekend lekker. Lukt het niet zo goed dan komt dat omdat je niet meer van elkaar houdt. Tegenwoordig komt er vanuit de politiek meer commentaar op de verseksualisering van de maatschappij en de negatieve gevolgen die dat heeft voor vrouwen en meisjes. Er is daarbij bijzondere aandacht voor de invloed van de media.

### 3.5 Internet en seksualiteit

Jongeren besteden een groot deel van hun tijd aan communiceren. Na schooltijd blijven ze bij elkaar rondhangen, ze lopen in groepen in de stad of zitten met elkaar in het café. Een groot deel van de communicatie speelt zich tegenwoordig af via internet. Voor de meeste jongeren is dat een wezenlijk onderdeel van hun communicatiepatroon. Door te

communiceren voel je dat je erbij hoort en door te communiceren met mensen die in dezelfde onzekere fase van het leven verkeren, kun je veel leren over jezelf. 'Hoe zien anderen mij?', 'Wat vind ik van de ander?' en, heel wezenlijk: 'Hoe lig ik in de markt?', 'Ben ik aantrekkelijk voor een ander?', 'Wie vind ik aantrekkelijk?'. Ook seksuele communicatie speelt, zowel in 'real life' als op internet, een rol.

Veel jongeren hebben een website op een zogenoemde profielsite; zij presenteren zichzelf met foto's en tekst. Van de foto's wordt vaak veel werk gemaakt. Sommige jongeren staan er in verleidelijke kleding en poses op. Anderen die zich hebben aangemeld bij de profielsite kunnen reageren op wat ze zien en lezen. Zo komen jongeren met elkaar in contact. Ze kunnen via de (openbare) websites vriendenkringen opbouwen en onderhouden. Rondom bepaalde onderwerpen ontwikkelen zich complete communities.



Daarnaast zijn er openbare chatboxen waar mensen met elkaar communiceren. Jongeren zijn daar vaak nieuwsgierig naar en doen een poosje mee. Hier lopen ze risico op ongewenste contact met vreemden. Mensen kunnen zich anders voordoen dan ze zijn en proberen afspraakjes te maken. Het gaat dan vooral om mannen die zich jonger voordoen en proberen af te spreken met jonge meisjes. E-mailen is veiliger omdat je kunt zien met wie je e-mailt en onbekenden kunt 'deleten'. Jongeren spreken elkaar het liefst via msn: ze kunnen elkaar daar toelaten via hun contactlijst waarna ze online met elkaar kunnen kletsen. Zo onderhouden ze contact met vrienden van school, van de sportclub of met nieuwe vrienden die ze bijvoorbeeld via een profielsite hebben leren kennen. Als er geen computer in de buurt is, dan blijven ze communiceren via hun mobiele telefoon, voornamelijk door middel van sms'en.

Alle pubers die op internet actief zijn, doen daar zowel positieve als negatieve seksuele ervaringen op. Ze flirten, praten over seks en worden verliefd. Maar net al in de echte wereld lopen ze ook in de virtuele wereld deuken op. Het stellen van seksueel getinte vragen komt vaak voor, vooral meisjes vinden dat niet leuk. Jongeren worden geconfronteerd met ongewenste beelden van een ander of krijgen uitnodigingen om zelf iets te laten zien voor de webcam. Vooral jonge pubers (12-14 jaar oud) vinden dat verwarrend en zijn sneller geneigd om toe te geven terwijl ze dat eigenlijk niet willen. Oudere jongeren zijn daar weerbaarder in en weten beter hun grenzen aan te geven. Alle jongeren die actief zijn op internet zijn ooit door een ander seksueel benaderd. Over een half jaar bekeken heeft een op de vier jongens en een op de vijf meisjes volgens het Rutgers Nisso onderzoek 'Seksuele gezondheid in Nederland 2006' online seks gehad, wat inhoudt dat ze zichzelf voor de webcam bevredigen terwijl ze met anderen communiceren. Daarbij lopen ze altijd het risico dat die ander de beelden opslaat, verspreidt en ze ermee chanteert of bedreigt.

### **3.6. Seksualiteit en de kerk**

Hoe is het in de christelijke kringen gesteld met de openheid over seksualiteit? Voor het antwoord op deze vraag moeten we het hebben van onze eigen indrukken omdat onderzoeksgegevens ontbreken. Als we het hebben over de achterban van de SGJ, dan zien we dat er sprake is van een grote diversiteit. Onze indruk is dat het vooral in de reformatorische hoek nog steeds moeilijk is om op een goede, openen positieve manier te

praten over dit beladen en intieme onderwerp. Er vinden hier en daar, evenals in de Gereformeerde Kerken, wel verschuivingen plaats naar meer openheid. Er zijn meer predikanten die open over seksualiteit preken en het in hun pastoraat bespreekbaar maken. Wel lijkt het moeilijk voor christenen om niet alleen bezig te zijn met de negatieve kanten van seksualiteit.

Vaak wordt er veel aandacht geschonken aan de verleidingen waaraan mannen blootstaan, maar wordt voorbijgegaan aan datgene wat vrouwen zo gemakkelijk kan prikkelen: bijvoorbeeld het lezen van erotisch getinte verhalen, het kijken naar romantische films waarin erotiek een grote rol speelt en het lezen van meiden- en vrouwenbladen waarin op een wereldse manier geschreven wordt over seksuele onderwerpen. In toenemende mate zien we initiatieven om beladen onderwerpen op het gebied van seksualiteit bespreekbaar te maken. Er is meer openheid over pornoverslaving en er wordt meer hulp geboden aan (meestal mannelijke) verslaafden. Sommige kerkelijke organisaties bieden bijeenkomsten voor jongeren en/of volwassenen waar het onderwerp seksualiteit aan de orde komt. Een voorbeeld daarvan is de HGJB. Kerkelijk jongerenwerker Westerduin concludeert naar aanleiding van die bijeenkomsten dat veel christelijke jongeren zich met een massieve regel weggestuurd voelen, namelijk: 'seks mag niet voor het huwelijk', maar dat vragen van jongeren over de reden en achtergrond van deze regel en het nut daarvan als je een vaste relatie hebt onbesproken blijven, evenals de vragen en moeiten die er zijn rond het omgaan met hun eigen seksuele gevoelens.

In de christelijke jeugdcultuur zien we dat er openlijker gesproken wordt over seksualiteit. Christelijke jongerenbladen als Xist en Inside (voorheen Ronduit Magazine) bespreken onderwerpen rond seksualiteit en geven antwoord op vragen van jongeren. Medewerkers van kindertelfoon Chris en EO-nazorg behandelen ook veel vragen van jongeren op dit gebied. Daarnaast verzorgen ze uitgaven die ouders helpen hun kinderen op seksueel gebied voor te lichten. Hoewel deze initiatieven grotendeels uit de evangelische wereld komen, zien we steeds meer reformatorische en gereformeerde jongeren participeren in 'evangelische happenings' als de EO jongerendag en het Flevofestival. Een beweging als 'Ware liefde wacht' is actief op dit soort bijeenkomsten. Zij propageert het wachten met seks tot het huwelijk en roept jongeren op om daar echt voor te gaan ([www.dewareliefdewacht.nl](http://www.dewareliefdewacht.nl)). Er is ook een predikant met een eigen website ([www.dLinde.nl](http://www.dLinde.nl)) die ingaat op (problemen rond) seksualiteit en vragen van jongeren beantwoordt.

## **Hoofdstuk 4**

### **Seksuele opvoeding**

#### **4.1 Seksuele opvoeding**

Seksuele opvoeding is alleen in theorie te onderscheiden binnen de opvoeding in zijn geheel. Veel levensterreinen vloeien in elkaar over en zijn van invloed op de ontwikkeling van de sekse-identiteit, de ontwikkeling van het gevoelsleven en het rekening leren houden

met de ander. Voor seksualiteit geldt hetzelfde als voor alle levensterreinen: het kind leert het meeste van wat het ziet gebeuren in de omgang met seksualiteit van de eigen ouders/opvoeders.

Het is goed om je ervan bewust te zijn hoe je zelf bent opgevoed met betrekking tot seksualiteit en intimiteit. Ben jij er van huis uit aan gewend om geknuffeld te worden? Was er positieve aandacht voor jouw lichamelijkeheid? Heb jij jouw verleden wat dat betreft een plek kunnen geven en kun je eigen keuzes maken op het gebied van seksualiteit en intimiteit? Heb jij jouw, mogelijk traumatische, ervaringen onder ogen gezien en verwerkt? Kun jij jezelf positief accepteren als man of vrouw en dat ook uitstralen naar kinderen en jongeren?

Binnen een gezin is het belangrijk dat het kind ziet en meemaakt dat (pleeg-)ouders een relatie met elkaar onderhouden, dat partners belangstelling hebben voor elkaar en dat een beetje knuffelen gewoon fijn is. Je houdt zichtbaar van elkaar en de lichamelijke liefde is daar een onderdeel van.

Uiteraard is naast 'praten over' de inhoud van wat je zegt van belang. Kinderen krijgen veel feitelijke informatie 'tussendoor', zonder dat het expliciet de bedoeling. Ook uit de Bijbelverhalen die ze horen nemen ze veel informatie met betrekking tot seksualiteit op. Het is zaak om alert te zijn op hun vertaling naar het hier en nu. Bijbelverhalen zijn vaak een mooie aanleiding om overtuigingen rondom seksualiteit ter sprake te brengen. Naast feitelijke informatie hebben kinderen het ook nodig dat ze waarden en normen overgedragen krijgen.

- **Positieve aandacht voor lichamelijkeheid**

Vanaf het allereerste begin van het leven is het belangrijk oog te hebben voor de lichamelijke behoeften van een kind, zijn behoefte aan koestering, lichamelijke geborgenheid en veiligheid. Dat betekent voor een baby dat tegemoet wordt gekomen aan de behoefte aan veel lijfelijk contact, het liefst huid op huid. Een baby heeft vooral de eerste maanden heel veel lichamelijke koestering en zorg nodig. Vaak houdt hij zich daarbij nog niet aan de momenten waarop de ouder/verzorger daar voor klaarstaat. Wordt een baby wat groter dan krijgt hij behoefte om zich ook van de ouder/verzorger af te keren en de wereld te gaan verkennen. Vanaf die tijd is het belangrijk dat er oog is voor die behoefte van het kind en dat het daarin gestimuleerd en bevestigd wordt. In de loop van de eerste jaren neemt de behoefte aan lichamelijke nabijheid en koestering af en neemt de behoefte aan stimulans en bevestiging van het feit dat het kind zelf van alles kan, toe. Het is goed om oog te houden voor beide polen. Kinderen houden behoefte aan een knuffel, een arm om zich heen en stoeien. Maar ook aan zorg en oog voor hun lichamen welzijn: goede hygiëne, leuke en verzorgde kleding, positieve opmerkingen over hun uiterlijk. Aan de andere kant hebben ze ook behoefte aan bevestiging van hun behoefte aan autonomie: jij kunt en wilt zelf dingen ondernemen en dat is goed. Ook op seksueel gebied mogen kinderen dingen onderzoeken en daardoor leren.

- **Bevestiging in de sekse-identiteit**

Man en vrouw zijn verschillend geschapen en van daaruit worden ook verschillende accenten in de opvoeding gelegd. Het is belangrijk dat een jongen van zijn vader leert hoe het is om man te zijn. Hij mag naar zijn vader kijken en weten dat hij ook zo gaat worden en dat dat goed is. Het is belangrijk dat vaders er echt zijn voor hun kind; niet alleen fysiek aanwezig maar ook bereid tot contact. Ook moeten vaders bereid zijn hun zoon te stimuleren in zijn jongen- en/of man-zijn. Bijvoorbeeld samen 'mannendingen' te doen: stoeien, sporten, etc. Vaders moeten hun zonen stimuleren om initiatief te nemen, door te zetten en zich te richten op de buitenwereld.

Datzelfde principe geldt ook voor moeder en dochter. Een meisje moet weten dat het goed is om vrouw te zijn en dat haar moeder het ziet en leuk vindt dat zij zich tot vrouw ontwikkelt. Het is goed als haar moeder haar ook stimuleert om haar vrouwelijke eigenschappen te ontwikkelen. Te denken valt aan inlevingsvermogen, zorgzaamheid en oog hebben voor relaties.

Speciaal in de puberteit is het van belang dat opvoeders van de andere sekse positief tegenover de sekseontwikkeling van hun kinderen staan. Een bemoedigende en bevestigende houding van een vader helpt een meisje haar eigenwaarde als vrouw te ervaren. Ze wordt als het ware uit de 'close' band met haar moeder weggelokt en uitgedaagd om de wereld te ontdekken. Andersom is de moeder belangrijk voor haar zoon om hem te bevestigen in zijn eigenwaarde. Hij heeft het nodig te ervaren dat de band en liefde blijft, ook als hij zich losmaakt van thuis. Kortom: het is van groot belang dat opvoeders positieve aandacht geven aan de sekseontwikkeling die hun puber doormaakt.

#### • **Sociale vaardigheden**

Ieder kind dat een relatie wil aangaan heeft sociale vaardigheden nodig. Van huis uit moet het vaardigheden meekrijgen als:

- het benoemen van emoties
- het uiten van behoeften
- het openstaan voor de behoeften van een ander
- het aangeven van grenzen
- het respecteren van de grenzen van een ander
- het tonen van genegenheid
- het oplossen van meningsverschillen
- het omgaan met conflicten

De seksuele opvoeding beperkt zich dus niet tot het geven van informatie over zwangerschap, geboorte of de lichamelijke veranderingen tijdens de puberteit. Alle bovenstaande aspecten maken er deel van uit. De manier waarop gecommuniceerd wordt over seksualiteit, geeft een kind ook veel informatie over houding en gevoelens rondom dit onderwerp.

## 4.2 Seksuele voorlichting

Seksuele voorlichting is dus meer dan alleen het geven van feitelijke informatie. De keuze welke informatie op welk tijdstip aan kinderen wordt gegeven, heeft al te maken met de normen en waarden die gehanteerd worden. Geef je bijvoorbeeld informatie over de verschillen in lustbeleving tussen mannen en vrouwen aan stellen die zich op het huwelijk voorbereiden of aan een kind van 15 jaar oud dat geslachtsrijp geworden is? Ook de keuze van het (beeld-)materiaal dat je erbij gebruikt, wordt bepaald door je eigen visie op seksualiteit. Je wilt niet alleen kennis en feiten overdragen, maar ook kinderen en jongeren in een bepaalde richting vormen en hen bijbelse normen en waarden rondom seksualiteit bijbrengen. In het visiedocument *Op Maat* is dit als volgt verwoord: *'Christenopvoeders kunnen hier gebruik maken van Gods geboden, als richtlijnen voor heilzaam samenleven'*. Daarnaast heb je mogelijk ook nog een ander doel; je wilt kinderen en jongeren leren dat de bijbelse moraal naleven niet iets is om je voor te schamen. Christen zijn is fijn en het naleven van christelijke normen op het gebied van seksualiteit is gezond voor jezelf en anderen.

Het is noodzakelijk dat kinderen van hun opvoeders de feiten over seksualiteit en lichamelijkeheid te horen krijgen. Doe je dit niet, dan laat je dit over aan de straat en de televisie en weet je niet wat voor een beeld een kind zich vormt. Het is belangrijk om te beseffen dat het geen eenmalige actie mag zijn. Informatie blijft alleen hangen als het regelmatig herhaald wordt. Zorg voor een veilige sfeer waarin ruimte is om vragen te stellen. Stem je informatie goed af.

Jonge kinderen zijn vaak nog onbevungen nieuwsgierig en vragen wat ze willen weten. Bij hen is er nog weinig emotionele lading in die vragen, je kunt gewoon feitelijk en zakelijk antwoorden. In de puberteit gaat het onbevengene er wel af en praten jongeren meestal liever niet met hun ouders/opvoeders over een onderwerp als seks. In die leeftijdsfase moet je het vaak hebben van de momenten tussendoor. Kleine gesprekjes of opmerkingen waarin jij je mening ventileert of een vraag stelt waar je antwoord op krijgt. Een opmerking maken naar aanleiding van een gezamenlijk bekeken film of televisieprogramma. Een boekje neerleggen waarin een (christelijk) schrijver de feiten en vragen rondom seksualiteit bespreekt. In dit werkdocument is een lijst opgenomen met boekjes voor jongere en oudere kinderen die kunnen helpen bij de seksuele opvoeding.

Voorals pubers die geslachtsrijp worden hebben (ter geruststelling) veel praktische informatie nodig over bijvoorbeeld zaadlozing, menstruatie, orgasme en zelfbevrediging. Realiseer je dat sommigen van hen al vrij snel zullen beginnen te experimenteren met seksuele handelingen. Informatie over het voorkomen van ongewenste zwangerschap en seksueel overdraagbare aandoeningen is dan noodzakelijk. De afweging welke informatie het kind nodig heeft moet individueel gemaakt worden. De angst dat pubers eerder gaan experimenteren met seks als ze er informatie over krijgen is niet terecht. De slechte voorbeelden hebben ze allang op televisie of in bladen gezien. Gebleken is dat het tijdstip waarop jongeren gaan experimenteren met seks, afhangt van interne factoren bij henzelf, die uiteraard wel beïnvloed worden door wat er van buitenaf op hen afkomt, en niet van het feit dat ze voorgelicht worden. Voorlichting kan jongeren helpen om na te denken over hun grenzen en maakt hen daardoor weerbaarder.



Christelijke kinderen leven midden in de maatschappij. De confrontatie met de 'wereldse' seksualiteit vraagt van opvoeders dat ze zelf open zijn. We moeten dus ook zelf initiatief nemen en niet wachten tot kinderen met vragen komen. Doen we dat niet, is het beeld dat uit de wereld op kinderen en jongeren afkomt het enige referentiekader dat ze hebben. Kinderen en jongeren moeten horen hoe mooi God seksualiteit bedoeld heeft en binnen welke veilige kaders Hij zijn kinderen daar van wil laten genieten (zie hfdst.1). Wij moeten met ze in gesprek gaan en blijven over datgene wat ze tegenkomen op straat, wat ze zien op televisie en, al dan niet expres, tegenkomen op internet. Er is maar één wapen en dat is openheid over je eigen beleving en worsteling en het meegeven (voorleven) van je normen en waarden, die soms haaks staan op alles wat jongeren tegenkomen. Het is zaak om met ze in gesprek te blijven en zo te weten waar ze mee bezig zijn en welke vragen dat bij ze oproept. Leer ze ook om nee te zeggen tegen erotische prikkels die op ze afkomen. Laat zien dat je zelf de knop van de televisie beheerst en vertel waarom je dat boek met seksscènes hebt weggelegd.

De ontwikkeling in onze maatschappij maken het dus des te noodzakelijker om op tijd zelf goede voorlichting te geven: vertel kinderen de feiten voor ze die van vriendjes op straat horen of op televisie en/of internet zien. Denk na over wat ze wel en niet mogen zien op televisie en dvd, stel grenzen en leg uit waarom jij bepaalde dingen niet goed vindt om te zien. Zorg dat je in gesprekken met jongeren ruimte geeft aan de emotionele en relationele kanten van de seksualiteitsontwikkeling. Voor jongens is het belangrijk dat ze zich bewust worden van hun eigen emoties en drijfveren, maar ook dat ze er rekening mee moeten houden dat meisjes anders in elkaar zitten. Meisjes moeten gestimuleerd worden om hun eigen verlangens en grenzen goed aan te geven. Ook moeten informatie krijgen over de seksualiteitsbeleving van jongens. Vaak weten jongeren, via school en media, alle feiten rondom seksualiteit. Maar omgaan met hun eigen seksualiteit, gevoelens van verliefdheid, en verwarring rond het omgaan met iemand van het andere geslacht zijn zaken waar ze mee kunnen worstelen en waarover ze je soms in vertrouwen willen nemen. Ook als ze dat niet willen, kun je vaak op andere manieren brokstukjes informatie geven, bijvoorbeeld door over ervaringen uit je eigen verleden te vertellen.

De manier van voorlichting geven moet goed afgestemd zijn op de doelgroep en niet alleen rekening houden met de leeftijd maar ook met de ontwikkeling van de jongere. Zo is het voor jongeren met een (licht) verstandelijke beperking noodzakelijk dat seksuele voorlichting stapsgewijs wordt opgebouwd en heel concreet en visueel wordt aangeboden, waarbij in begrijpelijke taal gesproken wordt en de boodschap steeds herhaald moet worden. Bij jongeren met een autistisch spectrum stoornis zal er concreet ingegaan moeten worden op het samenspel tussen lichamelijk contact en relatievorming. Vanwege de moeite die zij hebben met het goed inschatten en verwerken van nieuwe informatie, hebben ook zij heel concrete informatie nodig die regelmatig herhaald wordt.

In het volgende schema staan in grote lijnen de meest noodzakelijke dingen die kinderen in de verschillende leeftijdsgroepen zouden moeten weten over seksualiteit (S. van der Doef, 2004).

<b>2-6 jaar oud</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• lichamelijke verschillen tussen jongen en meisje</li> <li>• namen van geslachtsdelen</li> <li>• hoe komt een baby in de buik van de moeder</li> <li>• hoe komt een baby uit de buik van de moeder</li> <li>• sociale regels rondom seksualiteit</li> </ul>
<b>6-9 jaar oud</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• behalve de gezinswoorden ook de officiële namen van geslachtsdelen</li> <li>• meer details over de voortplantingscyclus</li> <li>• algemene voorbereiding op menstruatie en zaadlozing</li> <li>• verschillende relatie- en gezinsvormen</li> <li>• vriendschap, verliefdheid, houden van, omgaan met elkaar</li> </ul>
<b>9-12 jaar oud</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• lichamelijke veranderingen in de pubertijd</li> <li>• seksuele gevoelens zijn normaal en horen bij iedereen</li> <li>• meer details over de voortplantingscyclus</li> <li>• het bestaan van heteroseksualiteit en homoseksualiteit</li> </ul>
<b>12-19 jaar oud</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• seksuele relaties brengen ook verantwoordelijkheid mee</li> <li>• stimuleren van de ontwikkeling van eigen normen en waarden</li> <li>• informatie over anticonceptie, soa en aids</li> <li>• seksueel misbruik</li> </ul>

#### **4.3 Begeleiding bij internetgebruik**

Voor kinderen in de basisschooleeftijd is het schadelijk geconfronteerd te worden met seksueel getinte beelden. Ze zijn nog niet bezig met volwassen seksualiteit. Het ziet er voor hen vreemd en bedreigend uit en het gevaar bestaat dat ze de conclusie trekken dat seks vies en beangstigend is.

Pubers zijn juist heel nieuwsgierig naar seks. Halen zij hun informatie uit de media dan krijgen ze een vertekend beeld van seksualiteit. Het zien van seksueel getinte videoclips roept gevoelens van 'lekkere spanning' op, ook als de entourage fout is (bijvoorbeeld gewelddadig of vrouwonvriendelijk). Het zien van pornografische beelden werkt verwoestend op hun vermogen om seksualiteit in een toekomstige liefdevolle relatie een plek te geven. Ze raken gewend aan seks ter bevrediging van hun eigen behoeften en lusten en aan seks op de meest extravagante manieren, waarbij de vrouw vaak niet meer dan een gebruiksvoorwerp is. Het verwoestende effect op het vermogen om seksualiteit in een liefdevolle relatie een plek te geven geldt trouwens niet alleen voor pubers maar gaat ook op voor volwassenen.

In Nederland surft 98% van de kinderen op internet. Ouders en verzorgers moeten alert zijn op het internet gebruik van kinderen en hen daarbij goed begeleiden. Ter bescherming van de kinderen en van henzelf is het gebruik van een internetfilter aan te raden. Verwacht er echter niet teveel van; het lukt jongeren vaak om filters te omzeilen. Sommige ouders voelen zich vergeleken met hun kinderen zo 'groen' op het gebruik van internet dat ze zich met dat deel van het leven van hun kinderen niet bemoeien. Uit onderzoek is gebleken dat kinderen van betrokken ouders die meeleven, ook met wat ze meemaken en tegenkomen op internet, minder risicovol gedrag vertonen op internet. Ouders en verzorgers moeten met meisjes en

jongens praten over de gevaren van internet en meeleven met de dingen die daar gebeuren. Durf te leren van een kind en durf ook grenzen te stellen. Dat hebben ze broodnodig want jouw levenservaring op gebied van relaties is zoveel groter dan die van hen.

#### **4.4 Opvoeden tot weerbaarheid**

De overtuiging dat ieder kind een kind van God is, naar wie Hij met liefde kijkt, is een goede basis voor het besef dat een kind grenzen mag aangeven. Jouw lichaam is door God aan jou gegeven en jij bent er de baas over. Jij mag aangeven wat je wel en niet prettig vindt en de ander moet daar ook naar luisteren. Elk kind moet bij het opgroeien deze overtuiging meekrijgen. Hoe essentieel dat is blijkt wel uit gesprekken met slachtoffers van seksueel misbruik. Vaak hebben ze jarenlang gezweven over wat hen is overkomen, uit behoefte de dader of hun gezinsleden te beschermen, of om zichzelf te beschermen (uit schuld- of schaamtegevoel). Soms weten ze ook gewoon de woorden niet te vinden om te beschrijven wat er is gebeurd of hebben ze geen volwassene in hun omgeving die ze hun verhaal toe durven te vertrouwen.

Belangrijk is dus dat de kinderen die aan je zorg zijn toevertrouwd, weten dat ze bij je terecht kunnen, ook als dingen moeilijk of verwarrend zijn. Ze moeten kunnen merken dat ze serieus genomen worden en dat jij actie onderneemt om hen te helpen of te beschermen. Kinderen moeten leren dat ze het recht hebben om nee te zeggen tegen aanrakingen die ze niet willen. Dat begint al met het recht om bijvoorbeeld een oom of tante niet perse een zoen te moeten geven. Ze mogen ook direct aan hun opvoeders vertellen als ze door een ander aangeraakt worden op een manier die ze niet willen. Het is nodig om te vertellen over de bedoeling van seksualiteit, namelijk dat het hoort bij grote mensen die van elkaar houden. Als andere mensen je willen aanraken dan is dat fout, je mag dus nee zeggen en het direct aan papa, mama of aan een andere volwassene die je vertrouwt vertellen.

Wees je ervan bewust dat jongens ook slachtoffer kunnen worden van seksueel misbruik. 15% van alle jongens en mannen krijgen ermee te maken. Het is niet leuk, maar we moeten kinderen steeds voorhouden dat ze vreemde mensen niet zomaar moeten vertrouwen. Dat ze nooit met een vreemde mee mogen gaan en geen snoepjes aan mogen nemen (of er direct mee naar ouders of verzorgers te komen). Een complicerende factor is dat in merendeel van de gevallen van kindermisbruik de dader een goede bekende of familielid van het kind is. Het is dus absoluut noodzakelijk dat kinderen leren dat ze nee mogen zeggen tegen aanrakingen die ze niet willen en dat het heel goed is om het aan ouders of andere mensen die ze vertrouwen te vertellen als iemand ze ongewenst aangeraakt heeft. Voor kinderen in de basisschoolleeftijd kan het boekje 'Een pakkend boek' van J.Hindman een goed hulpmiddel zijn.



Pubermeiden moeten daarnaast voorlichting krijgen over het bestaan van loverboys. Meisjes die in hun jeugd liefde tekort gekomen zijn, zijn vaak extra gevoelig waarop loverboys werken. Ze krijgen aandacht en cadeautjes en omdat ze een verleden kennen waarin ze onvoldoende liefde kregen, hebben ze weinig antenne voor de betrouwbaarheid van hun 'vriendje'. Meisjes die minder intelligent zijn, lopen een verhoogd risico om slachtoffer te worden. Loverboys zetten tegenwoordig ook meisjes in als 'lovergirl'; zij gaan een vriendschappelijke relatie aan met een meisje en zetten haar aan tot prostitutie. Voorlichtingsmateriaal, ontwikkeld door

bijvoorbeeld 'Het scharlaken koord', kan helpen om hen attent te maken op de werkwijze en bedoelingen van loverboys. Pubermeiden hebben vaak ook voorlichting nodig om zich bewust te worden van risicovol gedrag in kleding, houding en uitstraling naar jongens.

Het doel van het vergroten van de weerbaarheid is het voorkomen van (meer gevallen van) seksueel misbruik. We weten dat kinderen en jongeren gemakkelijk slachtoffer kunnen worden door hun afhankelijke positie. Daarbij komt dat kinderen en jongeren die in de hulpverlening terecht zijn gekomen vaak extra risico lopen door de omstandigheden en/of milieu waarin ze opgroei(d)en. Goed en op tijd voorlichten kan preventief werken. Voor meisjes en voor homoseksuele jongens is een zelfverdedigingscursus raadzaam.

Potentiële plegers moeten leren communiceren over hun wensen, leren respecteren wat een ander wil of niet wil en leren bestand te zijn tegen groepsdruk. Ook het geven van voorlichting over de gevolgen van seksueel misbruik werkt preventief. In die gevallen waarin seksueel misbruik bekend is geworden, blijkt het misbruik meestal te stoppen als het in de openbaarheid komt. Tijdig signaleren is dus van belang, evenals laagdrempelige hulpverlening. Hoewel lichamelijke en gedragssignalen niet eenduidig verwijzen naar seksueel misbruik, zijn er vanuit de praktijk wel mogelijke signalen te formuleren.

#### **4.5 Seksualiteit binnen het huwelijk (CvL)**

*Zoals al eerder uitgebreid beschreven, kunnen we constateren dat het huwelijk is:*

- *een exclusieve relatie (man en vrouw).*
- *een intensieve relatie (het huwelijk is geen contract maar een verbond, Gen.2:24, Ef.5:25vv).*
- *op gezinsvorming gericht (Gen.1:28: "Weest vruchtbaar en wordt talrijk; vervult de aarden en onderwerpt haar").*
- *beschermend tegen ontucht (lees in dit verband 1Kor.6, 1Kor.7 Spr.5:15).*
- *voor het leven gesloten ( wordt geschonden of verbroken door echtbreuk en echtscheiding, lees in dit verband het boekje van dr. J. Douma over seksualiteit en echtscheiding)*

- draagt een publiek karakter ( door de geschiedenis heen veel variatie maar één overeenkomst, nl. de publieke aandacht. Het huwelijk is aan regels gebonden (zgn.huwelijksbeletsel) en moet te controleren zijn. Denk aan familiebanden).
- van betrekkelijke aard (niet idealiseren, het is geen algemene verplichting en heeft een tijdelijk karakter. Het huwelijk is een aardse aangelegenheid en zal in Gods Koninkrijk straks geen plaats meer hebben, Math.22:30 en Luc.20:35).

*Seksualiteit tussen man en vrouw gekaderd in het bovenstaande geeft nog geen vrijbrief dat alles dan maar geoorloofd is. Maar wat mag wel en wat mag niet? De meningen daarover zijn verdeeld.*

*Gaat het echtpaar Wheat te ver als het in “Liefde voor twee” allerlei variaties aanbeveelt die er toe dienen de “rillingen van genot” te verhogen?*

*Gaat Alie Hoek-van Kooten te ver als zij in “Trouw en teder” opmerkt dat “vrijwel alles is toegestaan, mits beiden het voluit willen en de een de ander niet tot iets dwingt”?*

*Als een man zijn vrouw als hoer behandelt om zijn eigen lusten te bevredigen dan is dat een vorm van ontucht. Maar kunnen we dit woord ook gebruiken als twee getrouwde mensen zich aan het spel van de liefde overgeven en daarbij variaties gebruiken om het liefdesspel te vernieuwen en te verheviggen?*

*Vragen waar je niet zomaar een antwoord op hebt.*

*In dit verband is de Middeleeuwse formulering nog niet zo gek: “Laat het seksueel verkeer niet tegennatuurlijk en laat het niet onmatig zijn”. Prof. J. Douma rekent onder het tegennatuurlijke het klaarkomen via de mond en de anus al stemmen beide partners er mee in.*

*Onmatigheid is in alle gevallen slecht.*

*Oud -en Nieuw-Testamentische bepalingen hoeven we niet letterlijk over te nemen maar er valt wel veel van te leren. Er is een tijd van omhelzen en onthouding (Pred.3:5). Lev.12 bepaalt dat een vrouw na de geboorte van een jongen 40 dagen en na de geboorte van een dochter 80 dagen onrein zou zijn. Seksualiteit was in die periode verboden. Tijdens het oorlogvoeren was geslachtsgemeenschap verboden (1Sam.21, Num.31:16vv).In 1Kor.7:5 wijst Paulus op de onthouding met het oog op gebed.*

*Denken aan, praten over en het beleven van seks heeft ook binnen het huwelijk zijn grenzen. Het seksuele spel moet een spel blijven en dat houdt een relativering in. Ook bij de volgende woorden: “Wanneer het niet zo lukt als in een droom verwacht en in boeken beloofd, is er in het leven nog weinig verloren, zelfs al is de seksuele omgang geen succes”.*

## **Hoofdstuk 5**

### **Seksueel Overdraagbare Aandoeningen**

#### **5.1 Hoe krijg je een SOA / geslachtsziekte?**

*Geslachtsziektes kun je oplopen als je onveilig vrijt. De precieze overdracht kan per geslachtsziekte (of SOA) verschillen, maar geslachtsziektes kunnen overgedragen worden bij vaginale seks en anale seks, maar ook via beffen en pijpen. Meer informatie over de overdracht van specifieke geslachtsziektes, lees je onder Welke SOA's zijn er.*

*Naast overdracht via (onveilige) seks, kunnen sommige SOA ook overgedragen worden via contact met besmet bloed (bijvoorbeeld bij een bloedtransfusie, bij het gemeenschappelijk gebruik van injectienaalden of tijdens een onhygiënische tatoeage).*

*Als onveilige seksuele handeling wordt (onder andere) aangemerkt:*

- *Vaginale seks zonder gebruik van een condoom (penis in vagina)*
- *Anale seks zonder gebruik van een condoom (penis in anus)*
- *Pijpen zonder gebruik van een condoom (penis in de mond)*
- *Sperma in de mond of in het gezicht (ogen) tijdens orale seks*
- *Beffen zonder gebruik van een beflapje (likken van de vagina)*
- *Vrijen met een partner en met hulpmiddelen (hierbij kan er uitwisseling van sperma, voorvocht en afscheiding plaatsvinden via de hulpmiddelen (bijvoorbeeld een vibrator of dildo))*

*Mensen met een geslachtsziekte zijn meestal niet herkenbaar en veel mensen weten ook niet dat ze er een hebben. Iedereen is dus een potentiële bron van geslachtsziekten. Bij wisselende contacten is het daarom sterk aan te raden, de kans op een SOA of geslachtsziekte altijd zo klein mogelijk te maken. Dit kan al heel makkelijk, door de hierboven beschreven onveilige situaties te voorkómen.*

*Je kunt geen geslachtsziekte oplopen (ook HIV niet) door iemand een hand te geven of iemand een zoen te geven. Insectenbeten geven geen verhoogd risico op een geslachtsziekte. Ook de WC-bril is geen besmettingshaard. Uiteraard is het niet verstandig om op een WC-bril te gaan zitten die vol zit met bloed en sperma.*

*Van tongzoenen kan je overigens wel weer ziek worden: de Ziekte van Pfeiffer is daar een voorbeeld van. Pfeiffer wordt ook wel de 'kissing disease' genoemd en wordt met name overgedragen bij het tongzoenen.*

#### **5.2 Veel voorkomende SOA'S**

##### **Chlamydia**

*Chlamydia is de meest voorkomende geslachtsziekte (SOA) in Nederland en komt met name voor bij meisjes en jonge vrouwen. Vaak merken mensen met een chlamydia-infectie helemaal niet dat ze de infectie hebben. Het is dan echter wel besmettelijk / overdraagbaar. Jaarlijks krijgen 60.000 mensen in Nederland een infectie.*

*Wordt chlamydia niet goed behandeld, dan kunnen vrouwen uiteindelijk onvruchtbaar worden (mannen worden hierdoor niet onvruchtbaar). Ook is er een verhoogde kans op een buitenbaarmoederlijke zwangerschap. Bij het vermoeden van chlamydia is het dan ook belangrijk om je te laten onderzoeken en eventueel behandelen, om zo nare gevolgen te kunnen vermijden.*

*Naar schatting worden jaarlijks 1000 vrouwen onvruchtbaar als gevolg van chlamydia (!).*

### **Plasbuisontsteking bij de man**

*Een plasbuisontsteking wordt meestal veroorzaakt door bacteriën zoals de chlamydia- en gonorroe-bacterie. Chlamydia en gonorroe zijn echte seksueel overdraagbare aandoeningen (SOA) en worden verkregen door onveilige seks met een besmette partner. De bacteriën nestelen zich in het slijmvlies van de plasbuis en veroorzaken vervolgens een ontsteking. De verschijnselen treden meestal binnen enkele dagen tot vijf weken na het onveilige seksuele contact op.*

### **HPV: Humaan Papilloma Virus**

*HPV is een geslachtsziekte die bij vrouwen hoogstwaarschijnlijk het risico op baarmoederhalskanker vergroot. HPV wordt namelijk heel vaak waargenomen bij vrouwen die baarmoederhalskanker hebben. Naast de mogelijke vergroting van het risico op baarmoederhalskanker, kan HPV soms ook kleine wratjes op de huid veroorzaken, afhankelijk van de variant van HPV waarmee je besmet bent.*

### **Genitale wratten**

*Genitale wratten zijn een soort wratten die zich bevinden op en rond de geslachtsdelen, in de bilspleet of in de mond. De klacht bij genitale wratten is vrijwel altijd jeuk. Pijn doen ze eigenlijk nooit.*

*Genitale wratten kunnen vanzelf verdwijnen, maar behandeling is aan te raden*

*De veroorzaker van de wratjes is een infectie van de huid of slijmvliesen met het Humaan Papilloma Virus (HPV). Er zijn verschillende typen van het HPV (alle met een eigen nummer), maar niet alle typen veroorzaken genitale wratten. De types 6 en 11 veroorzaken genitale wratten.*

### **Herpes genitalis**

*De koortslip is de meest voorkomende vorm van herpes, maar herpes kan ook op en rond de geslachtsdelen zitten. Dat wordt dan herpes genitalis genoemd. Herpes genitalis uit zich door rode plekjes en met vocht gevulde blaasjes rond maar ook in de geslachtsdelen. De blaasjes gaan over in kleine wondjes en drogen dan langzaam in.*

*Herpes is zeer besmettelijk en kun je al krijgen door in aanraking te komen met de herpes-uitslag op iemands mond, penis, anus of vagina. Het besmettingsgevaar is het grootst op het moment dat iemand blaasjes of zweertjes heeft*

### **Gonorroe (druiper)**

*Gonorroe, ook wel 'druiper' genoemd, is een veelvoorkomende geslachtsziekte die zowel bij mannen als bij vrouwen voorkomt. Vrouwen hebben er echter meestal weinig last van, behalve soms wat meer afscheiding uit de vagina dan normaal. Mannen hebben er meer last van, meestal enkele dagen tot weken na het onveilige, seksuele contact. Pijn bij het plassen is een symptoom, maar zeker ook een waterige of geel-groenige afscheiding uit de penis (plasbuis).*

*Net als chlamydia, kan ook gonorroe onvruchtbaarheid veroorzaken bij vrouwen. Bij mannen niet. Gelukkig is gonorroe goed te behandelen.*

### **Hepatitis B (geelzucht)**

*Hepatitis B is een ernstige infectieziekte, die binnendringt in de levercellen en daar een ontsteking veroorzaakt. Besmetting kan plaatsvinden via seksueel contact, maar ook via bloedcontact.. De klachten variëren van koorts tot lusteloosheid en vermoeidheid. Ook kan het gezicht een beetje gelig eruit gaan zien, vandaar de naam geelzucht.*

*Hepatitis B kan vanzelf overgaan, maar iemand kan ook 'drager' van het virus blijven.*

### **Trichomonas**

*Trichomonas komt redelijk vaak voor, maar is gelukkig niet ernstig. Vrouwen hebben vaker klachten dan mannen. Bij vrouwen kunnen de plasbuis, blaas en vagina ontstoken raken. Ook kan er pijn zijn bij het plassen. Tijdens de menstruatie nemen de klachten tijdelijk af. Mannen merken meestal niets van een trichomonas-besmetting.*

### **Syfilis (lues)**

*Syfilis, ook wel lues genoemd, komt minder voor in Nederland, maar is wel ernstig als je het hebt. Er zijn drie fasen te onderscheiden van syfilis:*

- 1. Fase 1: één of meer zweertjes op of rond de vagina, anus of penis of in de mond. Deze zweertjes verdwijnen weer binnen een paar weken.*
- 2. Fase 2: enkele weken of maanden na fase 1, is de syfilis via de bloedbaan door het lichaam verspreid en kan er een grieperig gevoel ontstaan alsmede vlekjes op de huid. Ook deze klachten verdwijnen weer vanzelf.*
- 3. Fase 3: blijft behandeling na fase 1 en 2 uit, dan gaat de syfilis een sluimerend bestaan leiden in het lichaam en schade aanrichten aan verschillende organen. Uiteindelijk kan dit als er geen behandeling plaatsvindt, zelfs leiden tot de dood.*

*Ben je er op tijd bij, dan is syfilis goed te behandelen en hoeven de gevolgen niet ernstig te zijn.*

### **Schaamluis (platjes)**

*Schaamluis is vervelend, maar niet gevaarlijk. Overbrenging vindt plaats door seksueel contact, maar kan ook gebeuren door het dragen van iemand anders' kleren. Schaamluis is te vergelijken met hoofdluis. Schaamluis zijn hele kleine bestjes (luizen) die leven van het bloed van mensen. Ze leven tussen het schaamhaar of okselhaar op het lichaam. Vaak is er sprake van jeuk, maar krabben helpt daar niet tegen én kan zelfs leiden tot ontstekingen.*

### **Candida (schimmelinfectie)**

*Candida is een gistcel die een schimmelinfectie kan veroorzaken. Deze gistcel ontstaat door een verstoring in de balans van de gist-huishouding in het lichaam. Door verminderde weerstand kan de gistcel zich gaan vermenigvuldigen en verschillende klachten veroorzaken. Zo kunnen er pijnlijke, witte plekjes in de mond gevormd worden (spruw genoemd) en ook in de vagina kan een schimmelinfectie ontstaan en klachten geven. Candida kan dus van binnen uit ontstaan, maar ook overgedragen worden op de partner. De partner krijgt de schimmelinfectie dan wel in de vorm van een geslachtsziekte (SOA). Bij de man leidt candida tot klachten als jeuk, rode puntjes op de eikel of een schilferige, droge eikel.*



### **Bacteriële vaginose (gardnerella)**

*Bacteriële vaginose is alleen maar een geslachtsziekte en geen SOA. Bij bacteriële vaginose, ook wel gardnerella genoemd, is er namelijk sprake van een verstoring van het bacteriële evenwicht in de vagina. Het komt voornamelijk voor bij vrouwen en ontstaat dan meestal door wassen met zeep of door het te lang inhouden van een tampon.*

*Mannen kunnen het ook krijgen, maar hebben er haast nooit last van.*

### **Schurft**

*Schurft is een geslachtsziekte die meestal door seksueel contact wordt overgebracht, maar die je ook kunt krijgen door de kleren te dragen van iemand die schurft heeft of in diens bed te slapen. Schurft is net als schaamluis een klein beestje, om precies te zijn een 'mijt'.*

### **HIV / AIDS**

*HIV is het virus dat uiteindelijk overgaat in AIDS. HIV is een virus dat o.a. overgedragen kan worden via geslachtsverkeer, via bloed-sperma contact, via bloedtransfusies, via bloed-bloed contact en via vuile/bebloede injectienaalden. Het is een seksueel overdraagbare aandoening, maar geen geslachtsziekte. HIV-patiënten worden ook wel seropositief genoemd.*

*Het virus HIV tast het afweersysteem van het lichaam aan. Als het virus in het lichaam komt, begint het zich langzaam te vermenigvuldigen. Zo wordt de invloed op het afweersysteem steeds groter. Uiteindelijk wordt het afweersysteem zo ernstig aangetast, dat een patiënt allerlei ziektes begint te krijgen. Is het eenmaal zo ver, dan spreken we niet meer van HIV, maar van AIDS.*

*Het is niet aan de buitenkant te zien of iemand HIV heeft. Het duurt vaak een jaar of tien voor er ernstige klachten komen (en er dus gesproken wordt over AIDS). Een HIV-patiënt is voor de rest van zijn leven besmettelijk voor anderen, ook gedurende de eerste 10 jaar waarin er meestal geen klachten zijn.*

### **5.3 Zwangerschap en SOA's**

*Is een vrouw vóór of wordt een vrouw tijdens haar zwangerschap geïnfecteerd met het HIV-virus, dan kan zij het virus overdragen op haar kind. Met name tijdens de bevalling en tijdens het geven van borstvoeding is deze kans aanwezig. Een geïnfecteerde baby kan op den duur AIDS krijgen.*

*Bent u geïnfecteerd met het HIV-virus of heeft u AIDS en wordt u zwanger, dan krijgt u medicijnen welke de overdracht van het virus verkleinen. Borstvoeding wordt ten sterkste afgeraden.*

*Behalve HIV, syfilis (lues) en hepatitis-B, zijn er nog meer geslachtsziekten (sexueel overdraagbare aandoeningen of SOA's) die schadelijk zijn voor het ongeboren kind. Chlamydia en Gonorrhoe kunnen onvruchtbaarheid veroorzaken. Ook kan het kind na de geboorte een oogontsteking of een longontsteking krijgen.*

### **5.4 Voorkómen van een geslachtsziekte / SOA**

*Het voorkómen van een geslachtsziekte is al een heel eind geregeld, als je veilig vrijt (veilige seks hebt). Hieronder wordt in elk geval verstaan dat je een condoom gebruikt bij zowel vaginale, orale als anale seks. Bij anale seks moet je zelfs een extra stevig condoom gebruiken.*

*Bovenstaande informatie over seksueel overdraagbare aandoeningen heb ik van internet: [www.Geslachtsziekte.nl](http://www.Geslachtsziekte.nl) . Op de site is uitgebreider informatie te vinden mocht u daar belangstelling voor hebben. Bovenstaande is zoals het is en hoe de maatschappij er mee omgaat. God echter heeft voor zijn Koninkrijk andere kaders geschapen.*

### **5.5 De veilige kaders van Gods Koninkrijk.**

*Christenen moeten een heldere kijk krijgen op seksualiteit.*

*In de eerst 5 eeuwen was het Griekse denken gemeengoed : het geestelijke was belangrijk, het lichaam was niet zo heilig als de ziel. Later predikte de Roomse Kerk niet veel anders. De geestelijken moesten het zonder seks doen (het celibaat) en voor de gewone burger was seksualiteit een noodzakelijk kwaad (voortplanting). Vaak moesten gefrustreerde monniken de burger seksueel voorlichting geven.*

*De kerk in deze dagen worstelt er nog steeds mee. Waar de wereld doorslaat, vinden wij het moeilijk seksualiteit open te benaderen en duidelijke standpunten in te nemen.*

*Seks is een onderdeel van Gods goede schepping. Daarin zitten drie aspecten:*

- 1. Seks is geestelijk*
- 2. Seks is Heilig*
- 3. Seks wordt beschermd door leven*

#### **5.5.1 Seks is Geestelijk.**

*Wanneer man en vrouw gemeenschap hebben is dat veel meer dan twee lichamen die elkaar aanraken. Het is een intense belevenis. Je raakt elkaar veel dieper dan alleen maar op lichamelijk nivo.*

*Wij bestaan uit geest, ziel en lichaam. In theorie vaak mooi te onderscheiden maar ze zijn niet los van elkaar verkrijgbaar. Je kunt geen gemeenschap hebben met alleen maar iemands lichaam. Je hebt gemeenschap met heel zijn wezen. Alleen de dood scheidt deze drie. Wanneer je dus alleen iemands lichaam wil, zonder commitment aan zijn of haar wezen , dan is het net alsof je omgaat met iemand alsof hij dood is.*

*Dat betekent ook dat seksualiteit geestelijke consequenties heeft. Je kunt de pil slikken ter voorkoming van een zwangerschap. Er bestaat geen pil om te voorkomen dat seks geestelijk is.*

*De enige **veilige** seks is **Heilige** seks.*

#### **5.5.2 Seks is Heilig.**

*De Bijbelse Joodse bruiloft vond (vind) plaats in de buitenlucht. Ten overstaan van God, familie en vrienden. Buiten staat een tent en een overkapping (4 palen met daaroverheen een gebedskleed). Daaronder staat het bruidspaar en vind de ceremonie plaats. Het gebedskleed symboliseert de beschermende aanwezigheid van God. Na de ceremonie wordt het gebedskleed opgehangen in de tent boven het bed. In tegenwoordigheid van God vertrekt het bruidspaar dus naar de tent en bedrijven zij de liefde, daar wordt het huwelijk voltrokken en bevestigd. De gasten wachten buiten en daarna is het feest.*

*Wat zegt dit: seks is heilig want God is er bij. Dit in tegenstelling tot de oude kerkvaders die zeiden: als man en vrouw gemeenschap hebben gaat de Heilige Geest even weg. Dan heb je een verkeerd beeld van seksualiteit. De Heilige Geest gaat niet weg. Die is er bij, die verleent zijn zegen. Het is belangrijk dat je dit beseft.*

*Paulus schrijft over het avondmaal in 1Kor.11. De mensen zagen achter het brood en de wijn niet meer de geestelijke dimensie van Gods verbond met hen. Wat Heilig is moet je niet ontheiligen.*

*Ook seksualiteit was een groot probleem in Korinthe.*

*Die geestelijke dimensie heeft grote krachten in zich. Onheiligheid geeft chaos, zwakte, ziekte en dood.*

*Heiligheid daartegenover geeft zegen, leven, redding, verlossing en bevrijding. Als het Heilige wordt ontheilgd heeft dat destructieve gevolgen en dat zien we terug in de hele maatschappij. Het trieste van de samenleving is dat we niet meer weten wat Heilig is, wat gewijd is aan God en wat Hem toebehoort.*

### **5.5.3 Seks wordt beschermd door het leven.**

*Seks is net als autorijden. We worden allemaal beschermd door verkeersregels, waardoor autorijden leuk, handig en veilig is. Niets mis met autorijden. En toch mag je op je 6<sup>de</sup> niet achter het stuur. En toch moet je minimaal 18 jaar zijn. En toch moet je eerst je rijbewijs halen. En we vinden dat heel normaal. Massa's jongeren vinden autorijden leuk maar het mag niet en dat is maar goed ook. Zo wordt uw en mijn leven beschermd.*

*Seksualiteit buiten Gods kaders maakt veel kapot. Manipulatie, bedrog, misbruik, overspel noem maar op. Het heeft allemaal te maken dat seks niet als Heilig wordt beschouwd.*

*Wat Heilig is hoort in een Heiligdom. Voor seks is dat het huwelijk. Gods wetten zijn er niet om ons te verstikken maar om ons leven en zijn zegen te geven.*

*Het leven wordt beschermd door seksuele gemeenschap te beperken tot :*

- 1. Die relaties waaruit leven kan ontstaan (*
- 2. Die relaties waarbinnen voor dat leven goed gezorgd kan worden.*

*Homoseksuele relaties vallen dus buiten dit kader. Homoseksuelen vallen echter niet uit Gods Koninkrijk. Ook zij kunnen behouden worden.*

## Hoofdstuk 6

### Boeken en materiaal t.b.v. seksuele opvoeding

#### 6.1 Informatiemateriaal voor opvoeders

##### **Kleine mensen, grote gevoelens**

Kinderen en hun seksualiteit

S. van der Doef/Paperback/De Brink/2003/ISBN: 9021671611

Lange tijd werden seksuele gevoelens bij kinderen ontkend, maar toch bestaan ze wel degelijk. Natuurlijk moeten ze niet vergeleken worden met wat volwassenen ervaren. In deze uitgave die tot stand kwam in samenwerking met de Rutgers Stichting wordt duidelijk gemaakt wat deze gevoelens eigenlijk inhouden. Per leeftijdscategorie wordt de seksuele ontwikkeling beschreven. Er wordt verteld wat je als opvoeder kunt verwachten en hoe je er het beste mee om kunt gaan. Er worden praktische tips gegeven over de begeleiding van kinderen in die ontwikkeling. Eveneens wordt aangegeven wanneer en hoe je met hen over seksualiteit kunt praten en worden de meest gestelde vragen van ouders en opvoeders behandeld. Het boek zou niet compleet zijn zonder een uitgebreide lijst van adressen, telefoonnummers en aanbevolen boeken.

##### **Kinderen en seksualiteit**

De seksuele opvoeding van kinderen van 0-17 jaar

S. van der Doef/Paperback/Lifetime/2004/ISBN: 9021544695

Wanneer begin je met je kind te praten over seksualiteit? Welke onderwerpen zijn geschikt voor welke leeftijd? Wat doe je met een puber die geen zin meer heeft om met zijn ouders over dit onderwerp te praten? In dit boek geeft Sanderijn van der Doef veel voorbeelden van gesprekken die een ouder met een kind kan voeren. Zo laat ze zien dat praten met je kind over seksualiteit echt niet altijd moeilijk hoeft te zijn. Daarnaast legt zij uit welke onderwerpen ouders kunnen bespreken met kinderen tussen de 2-16 jaar oud.

##### **(!) Met kinderen praten over seks**

Pedagogische handreiking vanuit christelijke invalshoek

M.Bos-Meeuwaen/Paperback/Boekencentrum/2001/ISBN: 9023911415

Dit boekje beschrijft op eenvoudige wijze hoe ouders vanuit een christelijke visie met hun opgroeiende kinderen kunnen praten over seks. De schrijfster gaat er daarbij vanuit dat de seksuele opvoeding ingebed moet zijn in de hele opvoeding en kan worden gegeven vanuit normen en waarden die horen bij een christelijke cultuur. Het boekje bestaat uit 5

hoofdstukken. Hierin wordt onder andere ingegaan op de vraag wat seksualiteit eigenlijk is en wat dit voor kinderen betekent, op de ontwikkeling naar een duidelijke eigen seks-identiteit en communicatie over seks. Het boek bevat informatie over de seksuele ontwikkeling van kinderen en het eindigt met een hoofdstuk over seks in onze cultuur. De tekst is open en duidelijk en op veel plekken worden concrete formuleringen aangereikt die ouders zouden kunnen gebruiken in het gesprek met hun kinderen. Ook bevat de tekst vragen aan de lezer en gespreksvragen waarover ouders met hun kinderen kunnen spreken. De schrijfster is orthopedagoog en verbonden aan Oké Boeken.

### **(!) Seksualiteit, intimiteit en hulpverlening**

Mathieu Hemelaar/Paperback/Bohn Stafleu van Loghum/ISBN: 9031334596

Dit boek behandelt de volgende thema's: seksuele voorlichting en vorming; incest; seksueel misbruik door hulpverleners; aids-preventie; seksuele problemen van cliënten; grenzen in de omgang tussen hulpverlener en cliënt: hoe intiem mag je zijn? Het is geschreven voor (student) sociaal pedagogisch hulpverleners, verpleegkundigen en maatschappelijk werkers, maar ook bijzonder geschikt voor bijvoorbeeld fysiotherapeuten, psychotherapeuten, cultureel maatschappelijk werkers en docenten.

### **(!) Verliefd op internet**

Justine Pardoën en Remco Pijpers/Paperback/SWP/ISBN: 9066657847

'Verliefd op internet' biedt een onthullende blik in de digitale jeugdcultuur van dit moment die voor de meeste volwassenen nog grotendeels verborgen is. De auteurs schetsen een helder beeld van de ontlukende seksualiteit van pubers en de manier waarop ze daar online mee experimenteren. Daarnaast geeft het boek een praktisch antwoord op de vraag hou je daar als ouder het beste mee om kunt gaan. Een must voor iedereen die met pubers werken.

## **6.2 Voorlichtingsmateriaal kinderen tot 7 jaar**

### **(!) Papa, mama en ik**

Waar komen de kinderen vandaan?

M en M Doney/Hardback/Gideon/1992/ISBN: 9060675908

Vanuit een christelijke levensvisie wordt het voortplantingsverhaal verteld. Met als uitgangspunt een gezin waarin men een baby verwacht, wordt de anatomie van man en vrouw uitgelegd. De geslachtsorganen worden vergeleken met delen van een legpuzzel. Voor het liefdesspel wordt eerst uitgelegd dat man en vrouw het beste kunnen gaan trouwen. Het groeien van het embryo wordt in beeld gebracht met verschillende vruchten om de grootte aan te geven. Bij de tekening van de bevalling wordt een zijaanzicht gegeven. In duidelijke grote tekeningen met zachte kleuren wordt de menselijke voortplanting uitgelegd.

### **(!) Ik vindt jou lief**

Een informatief prentenboek voor peuters en kleuters

S. van der Doef/Hardcover/Uitgeverij Ploegsma/1997/ISBN: 9021611503

Kleuters hebben vaak grote belangstelling voor geboorte en seksualiteit. Ouders en opvoeders vinden het vaak moeilijk om over deze onderwerpen te praten. Maar het is juist belangrijk om op deze nieuwsgierigheid in te gaan. Dit voorlichtingsboek geeft antwoord op de vele vragen van jonge kinderen. 'Ik vindt jou lief' is afgestemd op de belevingswereld van peuters en kleuters. Een duidelijk geschreven boek.

### **6.3 Voorlichtingsmateriaal kinderen 9-13 jaar**

#### **Met kinderen in gesprek over de Bloemetjes en de Bijtjes**

S.Tally/Timothy Books/Chris webwinkel

Als het met uw kinderen net zo gaat als met de meeste kinderen, dan zullen ze hun informatie bij stukjes en beetjes op een heleboel verschillende plaatsen opdoen: bij vrienden, uit tijdschriften en van de televisie. Het probleem is dat de meeste informatie die ze krijgen, misleidend is en mogelijk schadelijk. Kinderen zullen dit jaar gemiddeld 9.230 seksuele handelingen op televisie zien, waarvan 81% buiten het huwelijk plaatsvindt. Onze kinderen hebben enorm veel behoefte aan verantwoordelijke, morele en liefdevolle informatie over seks en als wij die niet geven, zullen ze waarschijnlijk misleid worden. Maar het vooruitzicht met uw kinderen over seks te moeten praten, kan allesbehalve prettig zijn. In dit boek zult u praktische manieren vinden om de gezonde seksuele houding van uw kinderen te helpen vormen. U zult lezen wat u moet zeggen, wanneer u het moet zeggen en hoe: niet in een eenmalig gesprek, maar in een duurzame relatie die vraagt om duidelijke, zelfbewuste ouderlijke leiding en onvoorwaardelijke liefde. Verder kunt u lezen hoe u in uw gezin een sfeer van aanvaarding en van openheid voor seksuele onderwerpen creëert, hoe u kunt openstaan voor vragen en wat de juiste informatie is die uw kinderen op iedere leeftijd kunt geven. Kinderen hebben behoefte aan meer dan alleen maar het advies 'gewoon nee zeggen'. Ze moeten een gezond, godvruchtig en moreel begrip krijgen van de menselijke seksualiteit en deze gaan waarderen. Met behulp van dit boek kunt u hen daarbij helpen.

#### **Je groeit in liefde**

J.Baas?Paperback/de Vuurbaak/2004/ISBN: 9055602817

Om kinderen van ongeveer 8-12 jaar oud voor te lichten. Heel praktisch worden vragen beantwoord als: waar kom ik vandaan, wie ben ik, en wie word ik als ik opgroeit? Een eerlijk boek.

## **Ben je ook op mij?**

S. van der Doef/Hardcover/Uitgeverij Ploegsma/2005/ISBN: 9021614987

In woord en beeld wordt in het boek aan kinderen uitgelegd wat het lichamelijke verschil is tussen jongens en meisjes. Er wordt verteld dat je van veel mensen kunt houden, maar dat verliefd zijn toch een heel ander speciaal gevoel is. Duidelijk wordt gemaakt van seks precies inhoudt. De ontwikkeling van kind tot volwassene wordt uitgebreid beschreven en in beeld gebracht. Natuurlijk wordt er ingegaan op voortplanting en kinderen krijgen, en wordt aanschouwelijk gemaakt wat erfelijkheid is. Verschillende samenwoningsvormen komen ook aan de orde. Een overzicht van woorden die met seks te maken hebben, inclusief een verklaring, maakt het geheel compleet. 'Ben je ook op mij?' werd geïllustreerd in kleur door Marian Latour. Haar tekeningen vullen de tekst niet alleen aan, maar geven nog veel meer informatie aan kinderen van 7-11 jaar. Heel informatief. Vanuit niet-christelijke hoek geschreven.

## **(!) Alleen voor meisjes**

Judith Janssen-van den Barg/Boekencentrum/2007/ISBN: 9789023922018

Vanuit christelijke visie wordt geschreven over wat er allemaal gebeurt als je ouder wordt. Aan de hand van het dagboek van Hanna (10 jaar) wordt op een prettige en duidelijke manier veel informatie gegeven. Meisjes tussen 9 en 12 jaar oud kunnen veel van dit boek leren. Wat staat je allemaal te wachten? Wat gaat er met je lichaam gebeuren als je tiener wordt? Hoe verandert je relatie met je ouders en hoe voel je je dan? Waarom is de pubertijd eigenlijk nodig en wat heeft God hiermee te maken?

## **(!) Alleen voor jongens**

Judith Janssen-van den Barg/ Boekencentrum/2007/ISBN: 9789023922025

Vanuit christelijke visie wordt geschreven over wat er allemaal gebeurt als je ouder wordt. Aan de hand van de e-mailwisseling tussen een jongen (11jaar) en zijn vader, die in het buitenland werkt, wordt op een prettige en duidelijke manier veel informatie gegeven. Jongens tussen 9 en 13 jaar oud kunnen veel van dit boek leren. Wat staat je allemaal te wachten? Wat gaat er gebeuren met je lichaam als je ouder wordt? Hoe verandert je relatie met je ouders en hoe voel je je dan? Waarom is de pubertijd nodig en wat heeft God hiermee te maken?

## **Kop en staart**

Seksuele voorlichting over zaadlozing

Martine Delfos/Paperback/Uitgeverij Pereboom/ ISBN: 9075564082

Handzaam en compact deel uit een serie boekjes over seksuele voorlichting van jongeren vanaf ongeveer 11 jaar oud. Als specifieke doelgroep is bovenbouw basisschool en eerste jaar voortgezet onderwijs aangehouden. Vlot leesbaar boekje dat voorziet in duidelijke informatie zonder franje. Andere deeltjes (zullen) onder andere behandelen: menstruatie, zwangerschap en bevalling, masturbatie, geslachtsgemeenschap en vrijen, voorbehoedsmiddelen, geslachtsziekte en seksueel misbruik. Het boekje bevat een goede verklarende woordenlijst. Niet expliciet christelijk maar wel met veel respect geschreven.

### **Werkboek: seksuele voorlichting voor jongeren met autisme**

Rikie Princen/Uitgeverij eigen boek Alkmaar/2004/ISBN: 9077751033

Toen Rikie Princen enige jaren geleden intensief ging zoeken naar materiaal betreffende seksuele voorlichting en autisme, bleek er op dat gebied niets ontwikkeld te zijn. Dit was voor haar een reden om zelf een werkboek seksuele voorlichting te gaan ontwikkelen om haar kinderen, die allebei ASS (autisme spectrum stoornis) hebben, te kunnen voorlichten. Het geven van seksuele voorlichting aan jongeren met autisme is een moeilijke opgave. Jongeren zien en horen vaak veel over seksualiteit maar kunnen niet de essentie eruit halen. Ze krijgen vaak verhalen te horen die niet kloppen en ontwikkelen hierdoor allerlei angsten en frustraties. Het kijken naar bijvoorbeeld porno kan voor hen als waarheid gelden, met alle gevolgen van dien. Ze kunnen hierdoor allerlei ongewone fantasieën ontwikkelen. Daarom is het belangrijk om op tijd te beginnen met seksuele voorlichting. Rond de pubertijd beginnen er allerlei veranderingen te ontstaan. Het lichaam gaat zichtbaar veranderen maar ook binnen in zijn er allerlei processen gaande. Dit veroorzaakt veel verwarring. Jongeren met autisme hebben een andere manier van uitleg nodig. Zij ervaren de verandering van hun lichaam als iets ongewoons en krijgen ineens seksuele prikkels die ze niet begrijpen. Ze willen een seksuele relatie maar weten vaak niet welke stappen ze moeten zetten. Dit werkboek helpt deze jongeren om te gaan met het begrip seksualiteit. Dit werkboek is geschreven vanuit algemeen perspectief. Christelijke jongeren hebben daarnaast informatie nodig over de bijbelse boodschap rondom seksualiteit.

### **Een vrolijke drukte**

Seksuele voorlichting over menstruatie

Martine Delfos/Uitgeverij Pereboom/ISBN: 9075564074

In dit boekje wordt informatie gegeven over menstruatie. Er wordt uitgelegd wat 'ongesteld worden' is en waar het toe dient. De verschillen tussen meisjes en jongens, de weg die het eitje aflegt, de functie van de baarmoeder en de bloeding worden duidelijk uitgelegd. In de teksten worden zaken bij de naam genoemd, maar tegelijkertijd is getracht de onderwerpen respectvol en warm te benaderen. Er is ook aandacht voor de emotionele kant van de zaak zoals de stemmingswisselingen bij menstruatie. Het boekje is bedoeld voor meisjes en jongens in de bovenbouw van de basisschool en aan het begin van de middelbare school. Achterin het boekje staan aanvullende informatie voor volwassenen. Ook kinderen kunnen



deze informatie lezen. Niet expliciet christelijk maar wel respectvol geschreven, met aandacht voor de emotionele kant.

### **Tiener op weg**

Seksuele opvoeding voor jongens en meisjes

A.B.F. Hoek-van Kooten/Paperback/Uitgeverij Ten Have/2006/ISBN: 9061408644

Dit boekje is speciaal geschreven voor jonge tieners. Vanuit bijbels perspectief worden achtereenvolgens besproken: het ontstaan van nieuw menselijk leven; ontwikkelingen in de pubertijd; de lichamelijke ontwikkeling van meisje tot vrouw en van jongen tot man; verdere aspecten van de pubertijd. De meeste tieners zullen van het een en ander wel op de hoogte zijn. Toch is het goed om alles nog eens overzichtelijk bij elkaar te hebben zodat het rustig verwerkt kan worden.

### **(!) Kijk dat ben ik!**

Voor meisjes van 10-13 jaar

A.Teerds- Gertenbach/Hardcover/Groen/1994/ISBN: 9050303919

Je kunt erin lezen over hoe je lichaam verandert als je volwassen wordt. Niet alleen je lichaam verandert, maar je gaat je ook anders voelen. In dit boekje lees je niet alleen wat er verandert maar ook hoe je met die veranderingen om kunt gaan. Het belangrijkste wat je uit dit boekje kunt leren, is hoe goed en mooi God de mensen heeft geschapen.

Vanuit behoudend-christelijke visie geschreven en voor die doelgroep aanbevolen.

### **(!) Kijk dat ben ik!**

Voor jongens van 10-13 jaar

A.Teerds- Gertenbach/Hardcover/Groen/1994/ISBN: 9050303900

Je kunt erin lezen over hoe je lichaam verandert als je volwassen wordt. Niet alleen je lichaam verandert, maar je gaat je ook anders voelen. In dit boekje lees je niet alleen wat er verandert, maar ook hoe je met die veranderingen om kunt gaan. Het belangrijkste wat je uit dit boekje kunt leren, is hoe goed en mooi God de mensen heeft geschapen.

Vanuit behoudend-christelijke visie geschreven en voor die doelgroep aanbevolen.

## **6.4 Voorlichtingsmateriaal jongeren 14+**

### **Save seks**

Boekje open over seks

G.Velema-Drenth/ Hardcover/Voorhoeve/1997/ISBN: 9029714964

Dit is een christelijk boekje voor jongeren en jongvolwassenen die willen nadenken over hun seksualiteit. De schrijfster stelt allerlei zaken aan de orde waar jongeren mee te maken hebben in hun seksuele ontwikkeling (bijvoorbeeld: zelfbevrediging, seks voor het huwelijk, seks in het huwelijk, homofilie). Kernvraag is steeds: hoe ga je als christen met deze zaken om? Bij het doorspreken van die vraag citeert de schrijfster zowel uit recent onderzoek op dit terrein als uit de Bijbel. De schrijfster neemt daarbij, genuanceerd gebracht, steeds specifiek christelijke standpunten in. Zij pleit voor een open communicatie tussen de partners, maar dan wel 'samen met de Heer'. Het eenvoudig uitgegeven boekje is tot stand gekomen in samenwerking met de EO. Regelmatig wordt geciteerd uit brieven van leden van de EO-Ronduit-Club. Het boekje richt zich specifiek op christelijke jongeren en jong volwassenen.

### **Alleen voor jongens**

Alles wat jij weten wilt.....

U.Mayer en T. Faix/Arkboeken/2004/ISBN: 9033818183

In dit boek vind je informatie die eigenlijk alleen voor tienerjongens echt interessant is. Wil je lezen en nadenken over je toekomst, vaders, familieproblemen, versieren, seks, meisjes, muziek, geloof, computers, sport, drinken, roken, boeken en internetsites? Dan heb je – als je een jongen bent tussen de 12 en 16 jaar- het juiste boek te pakken. Vanuit christelijk perspectief geschreven.

### **Vonk of vuur**

Als je verliefd bent....

Drs. A.Hoek-van Kooten/Paperback/Jongbloed/ISBN: 9058295664

Iedereen krijgt vroeg of laat met verliefdheid te maken. Wat is verliefdheid eigenlijk en wat is het verschil tussen verliefdheid en liefde? De auteur behandelt in Vonk of Vuur de achtergronden in de mooie maar ook moeilijke kanten van een van de krachtigste gevoelens die een mens kent. Ze bespreekt verliefdheid die veel geluk kan geven; in de verkeringsstijd en binnen het huwelijk. Maar ze gaat daarnaast het verdriet waartoe verliefdheid kan leiden niet uit de weg en behandelt ook het thema 'verliefd worden na een teleurstelling'.

### **De Bijbel open over het vrijen**

Over seksualiteit en huwelijksvoorbereiding

E.de Boer/Paperback/Uitgeverij de Vuurbaak/ISBN: 905560237X

Een heel bijzonder boek voor jongeren die een vaste relatie hebben en naar het huwelijk toegroeien. Open en eerlijk wordt gekeken naar wat de Bijbel zegt over liefde, verliefdheid en seksualiteit. Om samen te lezen en voor huwelijks catechese.

### **(!) Liefde voor het leven**

Een eerlijk boek over seks en liefde

Jacob Aranza/Paperback/Uitgeverij de Vuurbaak/ISBN: 905560139X

Een boek over liefde, verkering en seksualiteit, voor jongeren vanaf ongeveer 13 jaar oud. Het biedt de lezer bijbelse en praktische hulp bij het opbouwen van een goede relatie. Spannend geschreven en recht op de man/vrouw af.

### **(!) Wacht op mij**

Rebecca St.James/Hardcover/Medema Uitgeverij/ISBN: 9063534094

God verwacht van ons een voorwaardelijke gehoorzaamheid. Naar ziel en lichaam zijn we van Hem. In dit boek laat Rebecca St.James de weg zien naar reinheid. Of: de weg terug, door Gods vergeving en genade. Laat je inspireren door Rebecca's hartstochtelijke gedrevenheid. Speciaal voor meiden.

### **She**

Rebecca St.James/Paperback/Medema Uitgeverij/ISBN: 9063534736

Wordt je waarde als vrouw bepaald door de mate waarin je mooi, slank, sexy, succesvol en onafhankelijk bent? Natuurlijk niet! Maar het is wel wat de media ons willen doen geloven....

In SHE (Safe, Healthy & Empowered, oftewel: Veilig, Gezond en Krachtig) ontmaskeren Rebecca St.James en Lynda Hunter Björklund de leugens van de media. Terwijl zij hun eigen worstelingen, hardzeer en successen met je delen, onthullen ze de waarheid van Gods plan voor het leven van vrouwen. Want hoe zegt God dat een vrouw zou moeten zijn? Hij wil dat ze veilig, gezond en krachtig is.

### **Het grote verschil**

Dick Baarsen/2006/Besteladres: [info@dewegwijzer.net](mailto:info@dewegwijzer.net)

Brochure over wat meisjes over jongens moeten weten en omgekeerd. Gaat in op de emotionele verschillen tussen jongens en meisjes en de doorwerking daarvan in de beleving van seksualiteit. Vanuit christelijk perspectief geschreven.

### **Spellendoos seksuele voorlichting**

Ontwikkeld door Groot Emaus, speciaal voor jongeren met een lichte verstandelijke beperking. Goed bruikbaar voor deze doelgroep. Handig om op een speelse manier met (een groepje) jongeren in gesprek te raken over onderwerpen die met seks te maken hebben.

### **Emotion game met aanvulling kaarten op gebied van seksualiteit**

Uitgave van Edudesk, ook goed bruikbaar om op een speelse manier met jongeren in gesprek te komen over onderwerpen die met seks te maken hebben.

## **6.5 Boekjes over seksueel misbruik/weerbaarheid om met kinderen te lezen**

### **Een geheim teveel...**

Met kinderen in gesprek over seksueel misbruik

Rob Hondsmark/Paperback/CPC Chris/1997/ISBN: 9071813142

Sommige geheimen zijn leuk of spannend. Maar er zijn ook geheimen die niet leuk of spannend zijn. Zulke geheimen kunnen een zware last leggen op het leven van een kind. Seksueel misbruik is zo'n geheim. Seksueel misbruik van kinderen komt helaas vaak voor en de gevolgen kunnen zeer ernstig zijn. Niemand zal de noodzaak van preventie ontkennen. Hierin ligt een belangrijke taak voor ouders. Zij moeten een vertrouwensrelatie met hun kinderen opbouwen en open spreken over onderwerpen als seksualiteit, lichaamsbeleving en aanraking, maar ook over geheimen en grenzen van hun kinderen waar anderen niet overheen mogen gaan. Veel mensen vinden het echter moeilijk om over deze onderwerpen te praten. Stichting Chris wil ouders daarbij helpen. In dit boek zijn verhalen opgenomen die je met kinderen in verschillende leeftijdsfasen kunt lezen en die je kunt gebruiken om met hen in gesprek te komen.

### **(!) Een pakkend boek...**

...voor kleine en voor grote mensen...

J.Hindman/Hardback/Reco Multi media/1998/ISBN: 9076457018

Een boek over seksuele voorlichting van kinderen dat het 'rode oren' onderwerp tegelijkertijd positief en waarschuwend benadert. De schrijfster Jan Hindman is namelijk -terecht- van mening dat kinderen die meer weten over seksualiteit minder snel met zich laat rommelen, gewild of ongewild. Daarom is juist in deze tijd dit boek zo enorm actueel. Door alle berichtgeving in de media en alle tragische verhalen over misbruik van kinderen zouden wij -klein en groot- haast bang worden voor het onderwerp seksualiteit. Dat wil de schrijfster voorkomen. Maar ook wil ze het stiekem aanraken van kinderen voorkomen. Door ze te leren open over seksualiteit te praten. Want ook kinderen hebben een seksuele wereld, die zeer kostbaar is. Boekje met humoristische (naakt-) tekeningen waarin op een grappige manier aan kinderen duidelijk wordt gemaakt wat je kunt doen als je aangeraakt wordt op een manier die je niet prettig vindt.

### **Dat nare gevoel**

Seksuele voorlichting over seksueel misbruik

Voor meisjes en jongens van ongeveer 9-13 jaar oud

M.Delfos/Paperback/Uitgeverij Peereboom/205/ISBN: 9075564260

Dit Boekje gaat over seksueel misbruik: wat het is/kan zijn, wat je erbij voelt, wat je kunt doen om het te stoppen. De schrijfster legt vooral de nadruk op de verwarrende gevoelens die seksueel misbruik bij kinderen kan oproepen en op de belemmeringen die er kunnen zijn om het misbruik te stoppen of erover te praten met een vertrouwd iemand. Het boekje is goed leesbaar en de informatie is to the point. De gekleurde tekeningen zijn speels en passen goed bij de tekst. Een paar kritische kanttekeningen: de informatie over zwangerschap kan bij vluchtige lezing een verkeerd beeld geven, alsof je voor je 15<sup>de</sup> geen kans loopt om zwanger te worden of een meisje zwanger te maken. Ook wordt het risico dat het kind loopt door erover te gaan praten onderschat; er zijn wel degelijk ouders die hun dreigementen uitvoeren. Het boekje bevat zinnige informatie en is zeker bruikbaar voor jongeren die misbruik hebben meegemaakt.

### **Blijf van me af!**

Over seksueel misbruik bij meisjes

M.Delfos/Paperback/Nino/2000/ISBN: 9075564414

Voorleesboek voor meisjes van ongeveer 8 tot 12 jaar oud. Doel van het boekje is seksueel misbruik bespreekbaar maken. Het verhaal gaat over een dag uit het leven van het meisje Marijke. Haar moeder heeft minder aandacht voor haar sinds haar stiefvader werkloos is. Als ze zich voor het slapen gaan uitkleedt, komt haar stiefvader in haar kamer, kijkt naar haar en knijpt in haar borstjes. Als ze de volgende dag naar de schoolarts moet, wordt Marijke rood en bijt op haar lip. Na een vraag van de schoolarts komt de aap uit de mouw. Het bezoekje maakt een veel voorkomende vorm van seksueel misbruik van meisjes op effectieve wijze inzichtelijk. Het is prettig om voor te lezen, de zinnen lopen goed en de zwart-wit illustraties zijn fraai.

### **Blijf van me af!**

Over seksueel misbruik bij meisjes

M.Delfos/Paperback/Nino/1995/ISBN: 9075564538

Voorleesverhaal, bedoeld voor jongetjes die te maken hebben met seksueel misbruik. Het verhaal gaat over een dag uit het leven van het jongetje Peter. Hij vindt het vervelend als zijn stiefvader hem 's avonds welterusten komt zeggen. Die kijkt naar hem als hij zich uitkleedt en trekt aan zijn piemel. Als Peter de volgende ochtend bij de schoolarts komt, loopt hij rood aan als hij zijn trui uit moet doen. De schoolarts heeft na twee vragen in de gaten dat Peter lastiggevallend wordt door zijn stiefvader. Het verhaaltje bevat enkele gedragingen die kunnen wijzen op seksueel misbruik: slaapproblemen, buikpijn, dromen, geen zin in gym en zich niet graag uitkleden waar anderen bij zijn. Het boekje is fraai in zwart-wit geïllustreerd. Voorlezen aan kinderen vanaf ongeveer 8 jaar oud om duidelijk te maken hoe je je voelt als je seksueel misbruikt wordt en om het misbruik bespreekbaar te maken.

## **Het is niet leuk**

Over kinderen die kinderen seksueel misbruiken

M.Delfos/Paperback/Nino/1995/ISBN: 9075564538

Kinderen die seksueel misbruikt of seksueel lastiggevallen worden door een of meer andere kinderen, vertellen hierover niet gemakkelijk aan een vertrouwde volwassene. Zij voelen zich schuldig dat ze het niet kunnen voorkomen. Dit voorleesboekje voor kinderen vanaf ongeveer 8 jaar is een effectief hulpmiddel om ze te helpen dit soort ervaringen bespreekbaar te maken zodat er iets aan gedaan kan worden. Marieke gaat met een paar jongetjes spelen in een hut. Een van de jongetjes neemt het initiatief om haar te dwingen toe te laten dat hij een potlood in haar spleetje stopt. Als er een buurman met zijn hond langs de hut komt, worden de jongetjes bang. De volgende dag schrijven ze een briefje aan het meisje waarin ze zeggen dat het 'stom' was wat er is gebeurd. Een herkenbaar, goed geschreven en mooi in zwart-wit geïllustreerd kinderverhaal waarin kinderen zelf zonder tussenkomst van een volwassene een probleem oplossen. Het boekje is zeer geschikt om seksueel misbruik van kinderen door kinderen bespreekbaar te maken.

## **Informatiebrocures, kaarten en een spel over loverboys**

Preventiemateriaal; Scharlaken Koord/Tot heil des volks Amsterdam

[www.bewareofloverboys.nl](http://www.bewareofloverboys.nl) /[www.scharlakenkoord.nl](http://www.scharlakenkoord.nl)

## **6.6 Specifiek voor pleegouders**

### **Waarom doet mijn pleegkind anders?**

Afstudeerscriptie Hester Dondorp e.a./Hogeschool Rotterdam/2005

Handboek voor pleegouders met een seksueel misbruikt pleegkind en het pleeggezin

### **Pleegkinderen en intimiteit?**

Afstudeerscriptie A. Vink en I. Bouwsma-Poel/Hanzehogeschool Groningen/2007

Uitwerking van de vraag hoe pleegouders goed met pleegkinderen om kunnen gaan op het gebied van intimiteit.

## **6.7 Voorlichtingsmateriaal over homoseksualiteit**

Het boekje van Martine Delfos gaat uit van het aangeboren zijn van homoseksualiteit en spreekt positief over homorelaties

De boekjes van 'Focus on the family' gaan uit van het veranderbaar zijn van homoseksuele gevoelens die door bepaalde (psychische) oorzaken zijn ontstaan. De stelregel is: 'God wil homo-relaties niet'.

### **Verliefd is verliefd**

Over homoseksualiteit

Martine Delfos/Trude van Waarden producties/2002/ISBN: 9075564570

### **Brochures: 'De kern van de zaak' en 'Uitkomen voor de waarheid'**

Achtergronden en oorzaken van homoseksualiteit bij vrouwen/mannen.

Focus on the family/2001/ISBN: 9071813223 en 90711813231

### **Hij heeft een vriend**

Homorelaties in de christelijke gemeente

Dr. Bert Loonstra/Boekencentrum Zoetermeer/ISBN: 9023919033

Homoseksualiteit is in de gemeente van Christus een beladen onderwerp. Wanneer in zo'n klimaat de opmerking "hij heeft een vriend" wordt gemaakt, wordt de verlegenheid veelal nog groter. Dat maakt het moeilijk om de personen in kwestie open te benaderen, waardoor de pastorale aandacht gauw tekort schiet. Dit boek wil de aanzet geven om die beklemming te doorbreken. Zorgvuldig worden de theologisch-ethische en de psychologische aspecten van homoseksualiteit en homorelaties verkend. De auteur pleit ervoor homorelaties niet onder alle voorwaarden te veroordelen. Met zijn argumentatie wil hij een bijdrage leveren aan een inhoudelijk gesprek over homorelaties in de christelijke gemeente.

### **....en toch zo anders**

Omgaan met homoseksualiteit in je familie- of vriendenkring.

Bob Davies/Anita Worthen/Uitgeverij Medema/ISBN: 9063533780

Je dacht dat het ver van je bed was- letterlijk en figuurlijk. En dan komt je zoon je vertellen dat hij "anders" is. Of je dochter. Of een goede vriend. Misschien zelfs nog schokkender: je eigen man of vrouw. De wereld wankelt, jouw wereld, die er zo overzichtelijk uitzag. Zijn of haar wereld was al veel eerder omgevallen, maar dat wist je niet. Hoe reageren we, en speciaal: hoe reageren we als christenen, als zoiets gebeurt? Is dit het einde van de wereld? Of is er een nieuw begin, ook als er niets meer aan lijkt te kunnen veranderen?

## **Nawoord.**

*Al met al is het een behoorlijk schrijven geworden. Veel is er benoemd en toch is lang niet alles aan de orde gekomen. Niet alle vragen zijn beantwoord. Misschien heeft het zelfs wel meer vragen bij u opgeroepen. Het project zet ons wel aan het denken over dit onderwerp. En, wij hopen, dat meer en opener over seksualiteit kan worden gesproken met elkaar. Om van elkaar te leren en elkaar te bemoedigen.*

*De wereld waarin wij leven met al zijn ontwikkelingen verandert in een snel tempo. De invloed op ons leven is groot. Door de dagelijkse beslommingen van ons drukke leven zijn we daar niet altijd bewust mee bezig.*

*Wij hopen dat u deze brochure als handreiking over deze moeilijke materie weet te waarderen. Wij hopen ook dat we, met Gods Woord als basis voor ons leven, onze kinderen voortdurend voorleven, voeden en volgen, op een wijze die God welgevallig is.*

*Het volgende boek is een tip van de SGO die wij dan ook van harte aanbevelen.*

### **Vooraf de liefde**

Een gemeentebreed gesprek over liefde en relaties

Ds. Gerrit Gunnink/De Vuurbaak/Barneveld 2009/ISBN: 9789055604234

God is liefde, schrijft Johannes. Maar wat betekent dat? Vooral de liefde geeft een antwoord en laat zien wat dit betekent voor onze omgang met mensen. De auteurs maken bespreekbaar wat het meest kwetsbaar is: relaties, verliefdheid, huwelijk en vriendschappen. Het gaat over de kostbaarheid en de breekbaarheid van elke relatie. Evenals "Thuis in Gods huis" is dit boek bedoeld voor gezamenlijke overdenking en bespreking, bijvoorbeeld als gemeenteproject, voor een huiskring of een wijkgroep. Het is ook uitstekend geschikt als dagboek, met actuele bijbelmeditaties (42), verwerkingsvragen en gesprekspunten, korte gebeden en voor persoonlijk gebruik.

*Wij wensen u Gods onmisbare zegen toe.*

*Ds. E.C. Luth, Renate Klunder en Corrie van Leeuwen.*



## Inhoudsopgave

Pag.

Voorwoord.....	1
Hoofdstuk 1: Handreiking seksualiteit en intimiteit.....	2
1.1 De Bijbel en seksualiteit.....	2
1.2 Standpuntbepaling over seksualiteit.....	4
1.2.1 Wat mag en mag niet voor (en buiten) het huwelijk?.....	5
1.2.2 Hoe zit het met zelfbevrediging?.....	6
1.2.3 Hoe zit het met homofilie?.....	7
1.2.4 Hoe zit het met abortus?.....	8
1.2.5 Hoe zit het met pornografie en prostitutie?.....	8
Hoofdstuk 2: De seksuele ontwikkeling van kinderen en jongeren.....	9
2.1 De ontwikkeling van seksualiteit bij kinderen van 0-18 jaar oud.....	9
2.2 De verschillen tussen jongens en meisjes.....	13
2.3 onderzoek naar (meningen over) seksueel gedrag onder jongeren.....	14
Hoofdstuk 3: Verstoringen in de ontwikkeling van seksualiteit.....	15
3.1 De invloed van ontwikkelingsstoornissen.....	15
3.1.1 Autisme spectrum stoornis.....	15
3.1.2 Hechttingsproblematiek.....	16
3.1.3 Antisociale gedragsstoornis.....	16
3.2 Seksueel misbruik.....	16
3.3 En homoseksualiteit?.....	17
3.4 Seksualiteit en invloed vanuit de omgeving.....	18
3.5 Internet en seksualiteit.....	19
3.6 Seksualiteit en de kerk.....	20
Hoofdstuk 4: Seksuele opvoeding.....	21
4.1 Seksuele opvoeding.....	21
4.2 Seksuele voorlichting.....	24
4.3 Begeleiding bij internetgebruik.....	26
4.4 Opvoeden tot weerbaarheid.....	27
4.5 Seksualiteit binnen het huwelijk.....	28
Hoofdstuk 5: Seksueel overdraagbare aandoeningen.....	30
5.1 Hoe krijg je een soa/geslachtsziekte.....	30
5.2 Veel voorkomende soa's.....	30
5.3 Zwangerschap en soa's.....	33
5.4 Voorkomen van een soa/geslachtsziekte.....	33

<b>5.5 Veilige kaders van Gods Koninkrijk.....</b>	<b>34</b>
<b>5.5.1 Seks is Geestelijk.....</b>	<b>34</b>
<b>5.5.2 Seks is Heilig.....</b>	<b>34</b>
<b>5.5.3 Seks wordt beschermd door leven.....</b>	<b>35</b>
<b>Hoofdstuk 6: Boeken en materiaal t.b.v. seksuele opvoeding.....</b>	<b>36</b>
<b>6.1 Informatiemateriaal voor opvoeders.....</b>	<b>36</b>
<b>6.2 Voorlichtingsmateriaal kinderen tot 7 jaar.....</b>	<b>37</b>
<b>6.3 Voorlichtingsmateriaal kinderen 9-13 jaar.....</b>	<b>38</b>
<b>6.4 Voorlichtingsmateriaal jongeren 14+.....</b>	<b>41</b>
<b>6.5 Boekjes over seksueel misbruik/weerbaarheid om met kinderen te lezen.....</b>	<b>44</b>
<b>6.6 Specifiek voor pleeg ouders.....</b>	<b>46</b>
<b>6.7 Voorlichtingsmateriaal over homoseksualiteit.....</b>	<b>47</b>
<b>Nawoord.....</b>	<b>48</b>
<b>Inhoudsopgave.....</b>	<b>49</b>