



SEKSUELE OPVOEDING EN BEGELEIDING



Tiener


**KERK
GEZIN
JEUGD**
ONDERWIJS
GEREFORMEERDE
GEMEENTEN



SEKSUELE OPVOEDING EN BEGELEIDING

©2016. Dit is een uitgave van het Deputaatschap Kerk, Gezin, Jeugd en Onderwijs (KGJO) – Gereformeerde Gemeenten. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd of openbaar gemaakt zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

COLOFON:

Redactie: E.J. van Woudenbergh-Steenstra

Tekst: S.H. Brons – Van der Wekken

Contact:

Deputaatschap KGJO

Houttuinlaan 7

3447 GM Woerden

T: (0348) 489968

E: coördinator@kgjo.nl



OPENING

Zingen: Psalm 119 : 5, Psalm 19 : 5

Lezen: Genesis 38 : 7-23

Bidden: Vraag eventueel om concrete gebedspunten van deelnemers

Vragen bij het Bijbelgedeelte

De verleiding was voor Jozef groot. Toch kon hij weerstand bieden omdat hij diep van binnen wist dat seksuele gemeenschap zonder huwelijk, zonde is.

1. Zijn onze kinderen hier nog van doordrongen?
2. Wat kunnen wij doen als ouders om het geweten van ons kind scherp te houden?
3. Kan het geweten alleen functioneren als ons kind zelf een waar geloof heeft?
4. Wat is het verschil tussen wel of geen levende relatie met de Heere hebben?

UITWISSELING VAN ERVARINGEN

Nodig: Post-its

Bord of flap-over

- Laat ieder op een post-it schrijven hoe hij of zij het ervaart om de seksuele opvoeding handen en voeten te geven. Wat maakt het gemakkelijk? Wat maakt het lastig? Is het praten met een kind makkelijker dan met een tiener?
- Plak de post-it's op een bord of flap-over en inventariseer de thema's.
- Inventariseer waarop de deelnemers graag antwoord willen hebben.

THEORETISCH KADER

Seksualiteit is een breed terrein. Het is meer dan alleen geslachtsgemeenschap. Het omvat je hele lichaam en je hele gevoelsleven. Het heeft te maken met intimiteit en lust.

Voor veel ouders is het om diverse redenen moeilijk om over seksualiteit te praten. Het kan zijn dat je geen voorbeelden van vroeger hebt. Het kan zijn dat je het ervaart als een intiem onderwerp waaromheen taboe en schaamte zit. Het kan lastig zijn om seksualiteit een goede plaats te geven of het kan zijn dat je zelf geen goede seksuele relatie hebt. Er kan ruis op de lijn zitten omdat man en vrouw heel verschillend zijn. Seksuele omgang vraagt om afstemming, om jezelf open te stellen voor elkaar.

Als je zelf moeite hebt om over seksualiteit te praten, stel je het gesprek uit. Op slot. Keel dicht. Kun je wel praten? Dan hoeft je die drempel niet te nemen.

Waar we mee te maken hebben

Cultuur is als een sfeer die wordt ingeademd. Onze cultuur kenmerkt zich o.a. door:

- Hedonisme. Gaan voor genot, plezier. Direct, geen uitstel. Geen oefening van geduld.
- Relativisme. Geen absoluut standpunt. Ieder bepaalt wat goed is voor hem.
- Individualisme. Geen hoger doel dan mijn geluk en genot, bevrediging van mijn behoeften en wensen
- Emotie heeft meerwaarde boven verstand. Gevoelens zijn doorslaggevend om te weten wat juist is en het beste is. Keuze valt in het gevoel. Het voelt goed, dus het is goed.
- Autonomie. Ik bepaal het allemaal zelf. Geen verantwoording schuldig aan hoger gezag.
- Materialisme. Focus op wat je kunt zien. Geen erkenning van geestelijke waarden. Geen aandacht voor geestelijke vorming. Focus op kleding, uiterlijk, schoonheid, geld, goed.

Ingezoomd op seksualiteit zien we het volgende:

Doe waar je zin in hebt. Als jij seks wilt en de ander ook, waarom dan niet? Geen enkele belemmering mits je voorbehoedsmiddelen gebruikt. Het is bijna een zakelijke overeenkomst: we willen allebei, dus dan is het oké. Maar mensen zijn er niet meer met hun hele persoonlijkheid bij betrokken. Ook is deze seksuele moraal volstrekt losgekoppeld van het huwelijk. Gemiddeld hebben jongeren voor de eerste keer seks met 17 jaar. Daarnaast kijken jongens, en in wat minder mate ook meisjes, op grote schaal pornofilms. Er is bijna geen film zonder bedscène. Kijkers krijgen een eenzijdig beeld voorgeschoteld: seks is lekker, is spannend, en het lukt altijd. Films doen dat graag geloven, maar dit klopt niet.

Middenin deze wereld leven onze kinderen. Ze ademen de sfeer in en vormen hun mening. Hoe kunnen zij/wij staande blijven in deze wereld? Naast de wereldse cultuur hebben we ook nog eens te maken met ons eigen zondige hart dat open staat voor verleidingen. Bewust of onbewust gaan we in op prikkels, blokkeren een invallende gedachte niet, maar koesteren die. De zuigkracht van seksuele verleiding is enorm. We zijn vatbaar en kwetsbaar voor aanvallen.

Wat moet doen als je gezondigd hebt? Weet dat er bij de Heere vergeving is – voor de grootste zondaar.

Als ouders hebben we de taak, de roeping om kinderen groot te brengen. Wat als we weinig of niet spreken met onze kinderen over seksualiteit? Een kind komt dan aan informatie vanuit zijn omgeving. En dat is vaak eenzijdige, gekleurde en verwrongen informatie. Laten we daarom de Bijbel laten spreken.

Bijbelse richtlijnen over seksualiteit

God gaf duidelijke richtlijnen voor het seksuele samenzijn.

- Een man zal zijn vader en moeder verlaten, zijn vrouw aanhangen en zij zullen samen tot één vlees zijn. (Gen. 2: 24), 7e gebod, Deut. 22 over wat er moest gebeuren na seksuele gemeenschap buiten het huwelijk. Op meerdere plaatsen in de Bijbel koppeling: seksuele gemeenschap buiten het huwelijk kan absoluut niet door de beugel.
- Opvallend dat God de mens niet als uniseks wezens schiep. Hij maakte de mens mannelijk en vrouwelijk. Seksualiteit hoort diep bij ons en is een belangrijk onderdeel van ons mens-zijn. Het geeft een krachtig verlangen met drift en hartstocht. Het is goed om vast te houden dat God seksualiteit als wezenlijk onderdeel van ons mens-zijn heeft gemaakt. Het is mooi en goed als een man verlangt naar een vrouw en omgekeerd. Het is een gave van God. Maar we moeten hem wel goed gebruiken!
- Seksuele gemeenschap kent verschillende doelen: voortplanting; jezelf op een intieme manier helemaal geven; een met elkaar worden; de liefde vieren; elkaar bevestigen als man/vrouw; relatie sterk maken.
- Gods plan met seksuele gemeenschap is een totaalplan. Een mens moet niet wijzer willen zijn dan God en er stukjes uit losmaken. Bijvoorbeeld wel seks maar geen kinderen, wel seks maar niet het leven samen delen. Een relatie van levenslange trouw is de beste bedding om samen het geschenk van seksualiteit te ontvouwen. Binnen de veiligheid van de beloofde trouw mag onzekerheid rond seksuele gemeenschap er zijn. Je kunt jezelf totaal overgeven omdat je weet dat de ander je niet in de steek laat, ook al gaat het soms minder goed. Seksualiteit is een van de moeilijkste onderwerpen omdat man en vrouw zo heel verschillend zijn. Tegelijkertijd is het ook een van de mooiste onderwerpen omdat man en vrouw in vertrouwelijkheid en overgave elkaar als geen ander kunnen bevestigen en verheugen.

Het is belangrijk dat we als ouders met onze kinderen praten over Gods plan met seksualiteit en doorgeven wat de waarde ervan is. Laten we benoemen welke gevaren er dreigen als je er verkeerd mee omgaat, zodat jongeren erop voorbereid moet zijn dat dit kostbare geschenk van hen afgepakt kan worden.

Zelf een mening vormen

Jongeren zijn op zoek naar informatie omdat ze hun seksuele identiteit vorm moeten gaan geven. Ze pikken signalen op vanuit media: tijdschriften, reclames, films, internet. De vrije seksuele moraal dringt door.

Als gevolg van de vrije moraal gaan veel jongeren experimenteren met intieme aanrakingen in losse contacten. Verkering is niet altijd zo serieus meer. Voelt het niet meer lekker, waarom dan nog doorgaan? De lijn verkering naar huwelijk is minder in beeld. Met elkaar naar bed gaan als beiden willen, moet kunnen. Zeker is dat de zuigkracht enorm groot is en dat jongeren gemakkelijk meegetrokken worden, als ze er niet van doordrongen zijn dat de Bijbelse boodschap waardevol is. Met name voor meisjes is het lastig om 'nee' te blijven zeggen bij toenemende druk van de kant van een jongen. Het is belangrijk dat ze weerbaar gemaakt worden en weten dat ze niet hoeven toe te geven als ze niet willen.

Verdiep je als opvoeder in de leugens die vanuit de media over seksualiteit verspreid worden. Ik noem er enkele. 'Seks is altijd leuk en lukt altijd.' 'Mannen en vrouwen vinden het even lekker.' 'Als je het op je 16e nog nooit gedaan hebt, dan is er zeker iets mis met je.' 'Om te leren vrijen is het beter dat je met verschillende personen ervaring opdoet.' 'Je kunt beter zoveel mogelijk van seks genieten in plaats van jezelf te beheersen.'

Dergelijke leugens hebben veel invloed, vooral omdat onze jongeren niet doorzien dat deze uitspraken gewoon niet kloppen. Daarvoor hebben ze meer informatie nodig. Wat is het mooi als je als opvoeder vanuit de praktijk en vanuit Gods Woord kunt wijzen op hoe het werkelijk zit met betrekking tot seksualiteit.

Praten met je tiener

Op de tienerleeftijd krijgt het gesprek een ander karakter dan in kinderjaren. Het gaat er niet langer om dat je als ouders even zegt wat jij ervan vindt met min of meer eenrichtingsverkeer. Praten kan, maar dan als min of meer gelijkwaardige gesprekspartners met respect voor hun privacy. Ouders komen wat op afstand omdat tieners niet kwetsbaar willen zijn en ze onzekerheid kennen over hun eigen lichaam en seksualiteit.

"Op de tienerleeftijd krijgt het gesprek een ander karakter dan in de kinderjaren"

Enkele aandachtspunten voor het gesprek met tieners:

- Noem dat je het zelf ook moeilijk vindt om over seksualiteit te praten. Zeg dat het je er niet om gaat om te weten wat je kind allemaal doet, maar dat je weet dat seksualiteit een belangrijk terrein is en dat je er ook heel alleen mee kunt zijn. Dat je daarom – ook al vind je het moeilijk – er toch graag over wilt praten.
- Wees een leesbare brief, een voorbeeld. Jongeren zijn niet geïnteresseerd in slaapkamerverhalen (die zijn echt privé) maar wel in persoonlijke verhalen. Bijvoorbeeld vertellen dat jij vroeger ook een tiener geweest bent. Je hebt ook geleerd dat je niet alles zo maar kon doen wat je wilde. Misschien door schade en schande. Jij had vroeger ook te maken met verlangens die je moest intomen. Jij weet zelf ook van de moeite om jezelf rein te bewaren. Je kunt vertellen op welke manier jij hebt geleerd om het hoofd te bieden aan verleidingen. Een kind heeft aandacht voor een persoonlijk, een echt verhaal. Als je open en eerlijk bent, dan ben je een goed identificatiefiguur. Dan ga je naast je kind staan. Dan laat je zien dat je weet welke aantrekkingskracht seksualiteit heeft. Ongetwijfeld zul je dan ook vertellen dat jongeren het moeilijker hebben dan jij vroeger. Maar dat het voor elke tijd geldt dat we keuzes moeten maken. Zodat we het goede doel wat God in de Bijbel voorhoudt, in het oog houden.
- Zie jongere als echte gesprekspartner en ga eerlijk op vragen in.
- Stel open vragen. Ga echt het gesprek en laat hen zelf nadenken, vooral door open vragen te stellen: hoe denk jij over..., hoe zou jij reageren als ... Probeer onbevooroordeeld te luisteren.
- Probeer het positieve van seksualiteit te blijven vasthouden. Geef boeken te lezen. Lees ze zelf zodat je weet hoe je het moet verwoorden. En praat er zo mogelijk samen over.
- Gebruik beelden. Bijvoorbeeld van Lijm, Huis met 4 pijlers (Lichamelijk, Emotioneel, Geestelijk, Sociaal), taart + schietschijf
- Praat over de waarde achter de regel. Laat het niet gaan over regeltjes (het mag niet), maar over de waarde daarachter (waarom niet). Geen seksueel verkeer voor huwelijk omdat God daar ons welzijn mee bedoelt. Rein leven, dat is voor ons eigen welzijn. Dan gooien we de mooie gave van seksualiteit niet weg.

Laten we als opvoeders veel meer praten over het waarom van de regels. Als jongeren de waarde inzien van rein leven, zal het niet als overbodige ballast overboord gegooid worden.

Jongeren moeten zich realiseren wat er op het spel staat. Bewust worden van verschillen tussen jongen en meisje. 't Gaat niet om de kledingregeltjes van rok te kort of hals te diep. Maak dochter bewust dat kleding geen neutraal terrein is, maar dat kleding ook prikkelend kan zijn.

Laten we als ouders hopen en bidden dat ze zichzelf rein bewaren. Dat ze net als Jozef dicht bij de Heere willen leven en bij verleidingen uitroepen: Hoe zou ik zulk een groot kwaad doen en zondigen tegen God? Een leven in afhankelijkheid van Hem doet wijken van het kwade.

Laten we biddend onze kinderen de rijke inhoud van seksualiteit doorgeven, om ze te motiveren voor deze kostbare gave te vechten.

VERWERKINGSVORMEN

Casus met vragen

Jeroen (18) heeft sinds een half jaar verkering. Anne komt het weekend logeren en draait gezellig mee in het gezin. De ouders van Jeroen kunnen over van alles en nog wat praten. Met één onderwerp zijn ouders echter verlegen: hoe het gaat in seksueel opzicht wordt niet besproken. Enerzijds willen ze er niet teveel naar vragen. Anderzijds weten ze dat je er als stel ook best veel vragen over kunt hebben en dat het meedenken daarin goed kan zijn.

1. Wat zou u doen: praten of laten rusten?
2. Hoe voorkomt u dat ze zich over vallen voelen door ineens met het onderwerp op de proppen te komen?
3. Als u er gesprek over wilt, hoe zou u dat dan aanpakken? Wat zou u willen bespreken?

STELLINGEN

- Je kind mag niet merken dat je seksualiteit een moeilijk onderwerp vindt.
- Om goed over seksualiteit te praten, moet je eerst een goede gelegenheid creëren.
- Een moeder moet met haar dochter praten over de gevoelsmatige kant van seksualiteit en een vader met zijn zoon.
- Praten over zelfbevrediging zou een standaard onderdeel van de seksuele opvoeding moeten zijn.
- Als opvoeder kun je beter niet al te concreet zijn: wellicht breng je je kind op ideeën.
- Er is geen overtuigend antwoord te geven waarom je niet met elkaar naar bed zou mogen gaan voordat je getrouwd bent.
- Ouders behoren met kinderen te bespreken tot hoever je mag gaan in verkeringsstijd.
- Via het internet en de sociale media gaan jongeren gemakkelijk grenzen over. Daarom is het belangrijk om regels af te spreken.

TERUGBLIK

- Bespreek wat de deelnemers aan concrete handvatten mee naar huis nemen.
- Ga na of de vragen van het begin alle beantwoord zijn.

DANKGEBED

VERDER LEZEN

Brons-Van der Wekken, S. (2012). Blozen mag. Zoetermeer: Boekencentrum B.V.