



DE PLAATS VAN ALLEENSTAANDEN
IN DE CHRISTELIJKE GEMEENTE

Singles: **HANDEN** VAN DE KERK?

Vaak staan de kerkelijke schijnwerpers gericht op huwelijk en gezin. Maar er zijn ook mensen die daarbij in de schaduw blijven. Singles. Terwijl juist zij de kerk zoveel te bieden hebben. Paulus waardeert het single-zijn zelfs boven het huwelijk. Hoe kun je singles recht doen? Zou je hen zelfs de handen van de kerk kunnen noemen? Vier vrouwen vertellen. „Als er waardering is voor je inzet, is dat een teken dat je bijdrage aan de kerk gezien wordt.”

Tekst M.R. DE BRAAL-PRINS *Beeld* HANNO DE VRIES

An huwelijk en gezin wordt aandacht besteed tijdens de preek en het openbare gebed. Voor stelletjes met trouwplannen en echtparen is er huwelijks-toerusting. Ouders kunnen zich inschrijven voor een opvoedcursus. Maar waar zijn de singles? Wat is hun plaats in de christelijke gemeente?

Een kwartet vrouwelijke singles – allemaal actief

binnen de landelijke werkgroep *Singles in de kerk* van de Gereformeerde Gemeenten – wil hierover wel iets delen.

Inderdaad draait het in de kerk vaak om gezinnen, constateren ze. „Maar dat is ook logisch,” vindt Jorike Wiegman. „Er zijn nu eenmaal meer gezinnen dan singles. Dan gaat er automatisch meer aandacht naar gezinnen dan naar mensen die alleen zijn.”

Die laatste formulering – „mensen die alleen zijn” – kiest ze welbewust. „Dat geldt niet alleen singles.”

Marianne, verduidelijkend: „Ik geef leiding bij de JV. Daar zie je dat ook jongeren veel tijd en aandacht nodig hebben.”

NIET ZIELIG

Toch is er enkele jaren geleden een werkgroep voor singles opgericht. Het doel: singles toerusten om op hun eigen, authentieke manier hun plaats in te nemen in de kerk. Marian Ruitenburg, lid van de werkgroep: „Het gaat erom dat je mag zijn wie je bent.”

Met andere woorden: ieder heeft zijn eigen talenten en kwaliteiten. De vier vrouwen zien singles dan ook niet als een speciaal groepje binnen de kerk.

Ze voelen zich al helemaal niet zielig. Toen Marianne van der Hoek gevraagd werd om deel te nemen aan deze werkgroep, stelde ze een voorwaarde. „Ik wilde er het gezicht van zijn dat singles níét zielig zijn. Integendeel, ik denk juist dat we een belangrijke en waardevolle taak hebben.”

Die gedachte draagt ze graag en met verve uit: single-zijn geeft juist andere mogelijkheden om actief te zijn in de kerk dan mensen met een gezin.

Al benadrukken ze dat het een hardnekkig misverstand is dat singles meer tijd en mogelijkheden zouden hebben om dit te kunnen doen.

Natuurlijk verschilt hun eenpersoonshuishouden met dat van een groot gezin. Maar ze zijn wel in hun eentje verantwoordelijk voor alles wat nodig is om hun huishouden te runnen. En dat naast een vaak volle werkweek.

BIJDRAGEN AAN IDENTITEITSVORMING

Actief in de kerk zijn ze zeker. Alle vier vervullen ze met vreugde en voldoening taken binnen de gemeente. Zo vindt Jorike het fijn om als invaloppas in de crèche de jongste kinderen van de kerk – en hun ouders – wat beter te leren kennen.

In het dagelijkse leven is ze spin in het web in het kerkenwerk van haar kerkverband. Ook Marian – bestuurder van *Stichting De Vluchtheuvel* – werkt in dienst van haar kerkverband.

Mooi is het als je mag zien dat dit werk vrucht



Marian Ruitenberg uit Utrecht is bestuurder van *Stichting De Vluchtheuvel*. Ook is ze lid van de Raad van Toezicht van *RefSVO* en *Berseba*. Daarnaast is ze secretaris van ondernemersvereniging *VRCL* en van *Stichting Amalia Staete*.

Marianne van der Hoek uit Dordrecht is docent en supervisor bij de opleiding Social Work aan de CHE. Bij het CGO doceert ze communicatieve vakken aan pas-toraal werkers in opleiding.

Lizette van der Spek uit Moerkapelle is apotheker-assistente in het IJssellandziekenhuis in Capelle aan de IJssel.

Jorike Wiegman uit Gouda werkt als secretaresse op het *Bureau voor Kerkelijke Dienstverlening* van de Gereformeerde Gemeenten.

draagt. Marianne ervaart de dag waarop jongeren openbare geloofsbelijdenis afleggen als een ‘oogst-dag’. „Je ziet de jongeren vanaf hun zestiende – als ze naar de JV komen – ontwikkelen. Je spreekt ze op JV-avonden en tijdens de maaltijden bij mij thuis. Daarvoor nodig ik ze dan uit.”

Ze vindt het bijzonder om er getuige van te zijn als diezelfde jongeren belijdenis doen. Enthousiast: „Dan denk ik: wat is dit prachtig! Dit zijn de toekomstige ouderlingen, diakenen, moeders in de gezinnen. Zij mogen nu ‘ja’ zeggen tegen de God van de kerk. Daar heb ik dan aan mogen bijdragen.”

GELIJKWAARDIG

Ze zetten zich graag in. Maar zijn ze daarmee ook de handen van de kerk? Lizette van der Spek vindt dat te veel eer voor hun inzet. „Ik ben juf bij de zondagsschool. Maar wat ik daar doe, doe ik samen met moeders. Het is dus niet per se gebonden aan het single zijn.”

Unaniem vinden de vrouwen dat wat zij in en voor de kerk doen niet zoveel te maken heeft met het feit dat ze geen partner hebben. Je bent niet in de eerste plaats getrouwd of ongetrouwd, vinden ze.

Eensgezind vinden ze het belangrijk om dat door te geven. Lizette verwoordt het trefzeker: „Ik denk dat het goed is om te benoemen dat getrouwd-zijn en niet-getrouwd-zijn gelijkwaardig zijn aan elkaar. Het lijkt me heel belangrijk om ook de positieve kanten van het single-zijn te laten zien.”

Toch vraagt Marianne zich af of haar gesprekspartners niet te bescheiden zijn. „Jullie doen toch prachtig werk? Dat mag en moet gewaardeerd worden. Door anderen, maar ook door jezelf.”

Ze is niet op zoek naar erkenning. „Maar als er waardering is voor je inzet, is dat een teken dat je bijdrage aan de kerk gezien wordt. Of je nu getrouwd bent of niet.”

NABIJHEID ORGANISEREN

De bijdrage van singles aan de kerkelijke gemeente wordt gewaardeerd. Toch is de vraag of hun plek wel gelijkwaardig is aan die van niet-singles.

Als er voorbede wordt gedaan in de kerk, staan



MARIANNE VAN DER HOEK

„Nabijheid moet je zelf organiseren.”



LIZETTE VAN DER SPEK

„Getrouwd-zijn en niet-getrouwd-zijn zijn gelijkwaardig aan elkaar.”



JORIKE WIEGMAN

„Er zijn nu eenmaal meer gezinnen dan singles. Dan is het logisch dat daar meer aandacht naartoe gaat.”



MARIAN RUITENBERG

„Als je als single je ouders verliest, ben je echt je ouderlijk huis kwijt.”

singles vaak in het rijtje van rouwenden en eenzamen. Dat ervaren ze als minder aangenaam. Liever zouden ze gecombineerd worden met gezinnen.

De vraag is ook of er wel genoeg oog is voor de dingen waar singles tegenaan lopen. In huwelijken en gezinnen kan het leven ingewikkeld zijn, maar ook singles kennen hun eigen ingewikkeldheden.

Ze hebben bijvoorbeeld de vrijheid om te kunnen gaan en staan waar ze willen, maar de keerzijde is dat ze overal alleen op af moeten. „Het klinkt misschien als een compliment, als gezegd wordt dat je als single zo zelfstandig bent. Maar je moet wel. Wie doet het anders?”

Marianne: „Voor mij is single-zijn geen heftig issue meer, behalve als het spannend wordt. Als ik me kwetsbaar voel, heb ik nabijheid nodig. Maar die nabijheid moet ik dan zelf organiseren.”

CONTACTEN

Als je een gezin hebt, ontstaan contacten meestal spontaan, rond kinderen. Voor een single vergt het opbouwen en onderhouden van sociale contacten bewuste investering.

Het is wel belangrijk dat je eraan werkt. Anders kan er eenzaamheid ontstaan. Marian: „Dan vraag ik me wel af hoe dat komt. Want het werkt twee kanten op. Mensen ondernemen soms geen actie, omdat ze denken dat anderen het vast heel druk hebben. Maar dan vullen ze het in voor een ander.”

Er is nog een reden waarom werken aan contacten belangrijk is: als je als single ouder wordt, heb je geen generatie onder je. Er zijn geen kinderen die zorgtaken op zich kunnen nemen, als dat nodig wordt. Dan is het nodig dat er een netwerk is.

Gezinnen zijn vaak bepalend in de contacten. Zo word je als single vaak geacht naar gezinnen toe te gaan, als er een afspraak is. „Dat is makkelijker dan wanneer gezinnen bij jou op bezoek komen.”

Ook is de leefwereld van getrouwde vrienden en vriendinnen vaak sturend en bepalend. Je inleven in singles blijkt voor getrouwden vaak lastig. Jorike: „In de beleving van getrouwde vrienden verandert

er in hun eigen leven veel, maar blijft mijn leven altijd een beetje hetzelfde. Ik werk al jaren op het kerkelijk bureau. Wat moeten ze daar nog over vragen?”

Vaak wordt er over kinderen gepraat. Marianne vindt het niet altijd leuk als dat volledig het gesprek bepaalt. „Ik vraag soms of we het over iets anders kunnen hebben.”

DE PLEK DIE JE KRIJGT

Hoe kun je het beste meeleven met singles? Het is belangrijk dat er echte, oprechte belangstelling is, zegt Marianne. „Vraag eens door naar iemands hart. Hoe gaat het met het houden van stille tijd? ‘De huisgodsdienst, hoe doe jij dat?’ Wees niet vluchtig in contacten.

In de periode na het overlijden van mijn moeder vroeg veel mensen aan me hoe het met mijn vader was. En dat is heel fijn. Maar slechts een enkeling vroeg ook: ‘En hoe is het met jou?’ Zelf moet je ook een nieuw ritme vinden en leren leven met de nieuwe werkelijkheid.”

Marian herkent dat. „Als je als single je ouders verliest, ben je echt je ouderlijk huis kwijt. Dat is toch anders dan wanneer je nog je eigen ‘gezinshuis’ hebt. Dan ben je nog druk met je eigen gezin en de kinderen of kleinkinderen.”

Bij dit alles is het belangrijk om hogerop te zien. Of je nu getrouwd bent of niet. Het is God Die mensen hun plek geeft. Lizette: „Dit is dan de plek die je krijgt. Het ene is niet meer dan het andere.”

Die gedachte staat haaks op deze tijd, zegt ze. „We leven in een maatschappij waarin de maakbaarheid van het leven hoog in het vaandel staat. Maar dat is een utopie. Ook met betrekking tot relaties.

Tegelijkertijd mag je weten dat het Gods zorgvuldige leiding is die ons geeft of juist onthoudt wat wij graag willen. Dan mogen we – biddend om de leiding van de Heilige Geest en om wijsheid – de weg te gaan die God ons wijst. Met of zonder partner.”

‘Singles in de kerk’ is een werkgroep binnen de Gereformeerde Gemeenten. De werkgroep wil singles toerusten om op hun authentieke manier hun plaats in te nemen in de kerk. 14 maart 2026 D.V. is de volgende singlebijeenkomst.

♦ Lees ook deel 2 op pagina 16.



Singles: zelden op tweetal, maar gezien in kleine gemeenten. *Onderzoek naar de positie van alleenstaanden*

Een aantal jaren geleden werd vanuit de Gereformeerde Gemeenten onderzoek gedaan naar de plek van singles in kerk en pastoraat. ‘Er wordt weinig gesproken over een Bijbelse visie op het ongehuwd zijn’, wordt in het rapport geconstateerd. Het lijkt ‘een witte vlek te zijn binnen de gemeente’.

De reden was dat uit een inventarisatie bleek dat er eigenlijk nauwelijks aanbod was van toerusting voor singles. Ook waren er hulpvragen van singles en adviesvragen van kerkenraden over het benaderen van singles.

PERSOONLIJK VERSLAG

Uit het onderzoek blijkt dat het merendeel het single-zijn niet als negatief ervaart, hoewel **15 procent** er wel onder gebukt gaat. Velen van de singles voelen zich ook gezien en gewaardeerd in de gemeente. Opvallend is dat het in kleinere gemeenten hiermee beter gesteld is dan in grote.

Wel ziet **85 procent** van de singles duidelijk dat er in de kerk meer aandacht is voor gezinnen dan voor singles. Al constateren ze nuchter dat dit ook logisch is, aangezien er veel meer gezinnen zijn.

Wel zou er in verschillende gemeenten wat te winnen zijn in het **betrekken van vrouwelijke singles**. Niet overal worden ze geïnformeerd over het verloop van een mansledenvergadering. Op sommige plekken gebeurt het helemaal niet. Op andere plekken via de kerkbode. Er zijn ook gemeenten waar ze persoonlijk een kort, persoonlijk verslag krijgen.

SINGLES NIET VAAK OP TWEETAL

Een kwart van de singles zou graag intensievere pastorale begeleiding willen. Maar niet iedereen waardeert het dat er **twee kerkenraadsleden op bezoek** komen.

Mannen kijken daar over het algemeen wel positief tegenaan, maar vrouwen ervaren het weleens als intimiderend. Hen zou het kunnen helpen als een ouderling samen met diens echtgenote op bezoek kwam. Of als huisbezoek op neutraal terrein zou plaatsvinden.

Overigens zijn er ook vrouwen die het juist fijn vinden als er een tweetal op de stoep staat. Dan blijft het gesprek makkelijk op gang en het voorkomt praatjes.

Nog een opvallend feit: mannelijke belijdende leden die single zijn belanden maar **zelden op dubbelal**. Eigenlijk merkwaardig in het licht van Paulus’ aanbevelingen in 1 Korinthe 7.

„De zondag blijft een lastige dag. Je voelt dat het een gezinsdag is”

Rhodé (39) is single. Ze heeft een druk sociaal leven met veel familie en vrienden om zich heen. Ook heeft ze een baan waarbij ze altijd ‘aan’ moet staan. Daarom vindt ze het soms best fijn om even niets te hoeven en een avondje op de bank te zitten. Ook Rhodé vindt het belangrijk om haar stem te laten horen als het over singles gaat.

Veel mensen hebben een bepaald beeld bij single-zijn, ziet Rhodé. „Het is vaak een beladen onderwerp. Sommige mensen vinden het spannend om erover in gesprek te gaan.”

Juist daarom wil zij erover praten. „Soms heb ik het gevoel dat singles als zielig worden gezien. Als mensen die het niet goed voor elkaar hebben.

Dat is niet terecht. Natuurlijk is het soms lastig om alleen te zijn. Maar er zijn ook genoeg fijne momenten waarop je er tevreden mee kunt zijn.

Ga als gemeenteleden gewoon het gesprek aan hoe singles het vinden om alleen te zijn. Daar willen ze echt wel over vertellen. Meestal vinden ze het juist heel fijn om zo’n open gesprek te hebben.”

Hoe zie je jouw positie als single in de kerk?

„Dat is een lastige. Ik denk dat ik mezelf langzamerhand een beetje afgezonderd heb. Misschien omdat ik het al druk genoeg heb met andere dingen. En misschien omdat je ergens toch het gevoel hebt dat je er als single niet helemaal bij hoort.

Je hebt minder connecties dan als moeder van een gezin. Als kinderen vriendjes hebben, heb je als ouders ook eerder en meer contact en connectie.

Je staat niet bij het schoolplein, je hoeft geen kinderen op te halen bij de zondagschool en je hebt geen kinderen die meedoen met de activiteiten. Het past in onze gezindte niet helemaal in het perfectie plaatje: huisje, boompje, beestje.”

Geeft dat je het gevoel dat je niet meetelt in de kerk?

„Ja. Het voelt alsof je zielig gevonden wordt als je single bent. Dat je niet echt meetelt, omdat het niet in het plaatje past. Ik voel me – meestal – niet zielig, maar het gevoel dat mensen dat vinden, raakt me.

Ook als single kun je een goed, sociaal en druk leven hebben. Ook als single heb je een taak in de

➔ CV ➔

Rhodé (39) is single. Ze voelt zich erg gezegend met een druk sociaal leven met veel familie en vrienden om zich heen. Ze heeft een baan waarbij ze altijd ‘aan’ moet staan. Daarom vindt ze het soms best fijn om even niets te hoeven en een avondje op de bank te zitten.

kerk en in de maatschappij. Paulus is daarin een goed voorbeeld. Ook als je alleen bent, kun je dienen in Gods Koninkrijk.”

Vind je dat er meer geregeld moet worden voor singles binnen de kerk?

„Er zijn regionale avonden voor singles. Zelf heb ik niet zo’n behoefte om daarheen te gaan. Mijn sociale leven is al druk genoeg. Bovendien houd ik er niet van om met alleen maar singles op een kluitje te zitten.

In mijn kerkelijke gemeente is er niet echt iets speciaals voor singles, zoals dat er voor bijvoorbeeld moeders of voor ouderen wel is. Maar ik heb daar ook niet per se behoefte aan.

Tegen huisbezoek zie ik altijd erg op. Voor je gevoel moet je het gesprek alleen voeren. Toch was het laatste huisbezoek fijn. We hadden met z’n drieën een goed gesprek. Het was niet alleen maar een dialoog met mij.

De zondag blijft overigens altijd een lastige dag. Het is niet altijd even leuk, omdat je voelt dat het toch wel een gezinsdag is. Het zou goed zijn om juist op de zondag singles uit te nodigen voor een kop koffie of een spelletje.”

Hoe ben jij de handen van de kerk?

„Ik doe mee met de plaatselijke evangelisatie en omdat ik single ben, heb ik denk ik wel meer mogelijkheden om hiervoor extra dingen te organiseren.

En vorig jaar heb ik met een aantal anderen een actiedag georganiseerd voor de gemeente. Dat vond ik heel leuk om te doen. Maar het is niet rechtstreeks een gevolg van het feit dat ik single ben. Ook mensen met een gezin doen eraan mee.

Ik vind het zelf heel belangrijk dat mensen proberen de positieve dingen te zien. Tel je zegeningen. Of je nu single bent, getrouwd maar kinderloos, of getrouwd én kinderen hebt. Hoe je leven ook is: tel ze! Eén voor één.” ♦