

## OPVOEDEN

## Blijf van me af!

Hoe maak je kleine kinderen weerbaar tegen seksueel misbruik? Wees open, beantwoord hun vragen, leer ze dat zij de baas zijn over hun lichaam

José van der Sman

Het is de nachtmerrie van alle ouders: seksueel misbruik van hun kind. De zaak van Robert M. en zijn partner heeft opnieuw bewezen hoe weerloos baby's, peuters en kleuters zijn. De vreselijke affaire roept bij veel ouders de vraag op hoe zij hun kroost kunnen beschermen tegen dit gevaar.

Is er een mogelijkheid om kinderen zo op te voeden, dat ze al heel jong 'nee' durven te zeggen tegen ongewenste lichamelijke intimiteiten? Hoe kun je ervoor zorgen dat kinderen vertellen wat er met ze gebeurt, zodat er kan worden ingegrepen? Kortom, hoe verhoog je de weerbaarheid van een klein kind tegen seksueel misbruik?

'Onder de leeftijd van twee jaar is dat onmogelijk,' zegt Melanie Meijer (40), huisarts in opleiding en tevens deskundige op het terrein van seksuele opvoeding van kleine kinderen. Ze geeft voorlichting aan ouders en medewerkers van kinderopvangorganisaties en basisscholen. Samen met psycholoog Iva Bicanic schreef ze de voorleesboekjes *In je blootje*, *Dat is fijn* en *Nee zeggen mag* voor peuters en kleuters. De boekjes van uitgeverij SWP/Niño bieden ouders en andere volwassenen de mogelijkheid om op een ongedwongen manier met hun jonge kinderen te praten over hun lichaam, bloot zijn en aanrakingen door anderen.

'Baby's en heel jonge peuters kunnen niet vertellen dat er iets naars met ze gebeurt. Ze zijn voor hun bescherming volkomen afhankelijk van hun verzorgers,' zegt Meijer. Iets oudere kinderen, tussen de twee en vier jaar, zijn dat natuurlijk ook, maar op die leeftijd kan een goede opvoeding toch al bijdragen aan de 'seksuele weerbaarheid', zoals dat in kringen van deskundigen

## Seksuele weerbaarheid

## Spelregels die kinderen moeten leren

- Je lichaam is van jezelf
- Niemand mag er tegen je zin aan komen
- Je hoeft er niets mee te doen wat je niet wilt
- Jij mag zelf ook niets doen als iemand niet wil
- Je mag alleen 'dokterje spelen' met leeftijdsgenootjes
- Je mag elkaar nooit pijn doen/laten huilen
- Je kunt ons altijd alles vragen
- Ga nooit met een vreemde mee
- Zeg: 'Blijf van me af!' als je niet wilt dat iemand je aanraakt
- Vertel het ons als er iets vervelends is gebeurd



heet. Want net zoals je jonge kinderen al voorzichtig kunt leren fietsen en zwemmen en ze daarbij tegelijkertijd kunt waarschuwen voor de gevaren van auto's en vijvers, zo kun je ze ook goed leren omgaan met lichamelijke intimiteit.

'Lichamelijke intimiteit begint al bij de geboorte,' zegt Melanie Meijer. 'Het is goed voor een baby om veel geknuffeld en geaaid te worden. Dan voelt hij zich veilig en geborgen. Die fysieke intimiteit is heel belangrijk om zich aan mensen te kunnen hechten. Ook peuters en kleuters worden nog graag geknuffeld, gekriebeld, geaaid. Ze hangen tegen hun ouders of verzorgers aan of kruipen op schoot. Dat moet ook zo blijven,' benadrukt Meijer, 'want die intimiteit is van essentieel belang voor hun welbevinden.'

Tegelijkertijd beginnen peuters zich vanaf hun tweede jaar bewust te worden van hun eigen lichaam en dat van anderen. Ze stellen nieuwsgierig allerlei vragen, zoals: 'Hoe komt de baby in je buik?' Vanaf dat moment kun je een kind langzaam maar zeker vertrouwd leren worden met zijn lichaam, naaktheid en seksualiteit. En het leren dat er in de fysieke omgang met anderen spelregels en grenzen zijn. Seksuele opvoeding begint dus al op heel jonge leeftijd.

Voor een goede seksuele opvoeding is volgens Meijer openheid het sleutelwoord. En openheid begint ermee een kind duidelijke taal te bieden om zijn geslachtsdelen te benoemen. 'Ouders hebben hier moeite mee, zo weten we uit onderzoek,' vertelt zij. 'Ze voelen zich opgelaten en weten niet goed wat wijsheid is in dit geval. Dus draaien ze eromheen of bedenken allerlei bedekte termen om woorden als penis, piemel, plasser, vagina of spleetje te vermijden.'

Toch kunnen ze dat beter niet doen. Duidelijke termen helpen kinderen om op een normale en voor iedereen begrijpelijke manier over hun lichaam te praten. Openheid begint ook met rustig alle vragen beantwoorden die bij een kind opkomen. Simpel en helder, zonder onduidelijkheden die geheimzinnig aandoen of

nieuwe vragen oproepen. 'Ook kleine kinderen voelen feilloos aan wanneer ze op een taboe stuiten. Dat kan ervoor zorgen dat ze minder durven vragen of bespreken,' waarschuwt Meijer.

Met zijn vragen geeft een kind zelf aan waar het aan toe is. Ouders hoeven zich er dus geen zorgen over te maken dat ze informatie opdringen waar een kind nog niet rijp voor is. Evenmin hoeven ze er volgens Meijer bang voor te zijn dat ze hun kind juist tot seksuele daden aanzetten. Dat blijkt in de praktijk mee te vallen: 'Peuters en kleuters experimenteren met hun lichaam uit nieuwsgierigheid. Ze spelen vadertje-en-moedertje of dokter-

## Goed benoemen

## Duidelijkheid helpt kinderen

♂	♀
Jongen	Meisje
■ Penis	■ Vagina
■ Piemel	■ Spleetje
■ Plasser	■ Plasser

tje, maar daarbij is geen sprake van seks of erotiek.'

Het voordeel van eerlijk en open alle vragen beantwoorden, zo benadrukt ze, is dat het je als ouders of verzorgers meteen de mogelijkheid biedt om op een ontspannen manier te praten over de spelregels en grenzen van lichamelijke intimiteit. De belangrijkste boodschap is: je lichaam is van jezelf en niemand mag aan je komen als jij dat niet wilt. Andersom mag jij ook niet aan iemand anders komen als die dat niet wil.

En zorg ervoor dat je die boodschap zelf ook in praktijk brengt. 'Dwing een kind dus niet om iemand een kusje te geven als het dat niet wil,' adviseert Meijer. Zij pleit er ook voor om kinderen te leren vertrouwen op hun intuïtie: 'Neem ze serieus en prijs ze als ze bijvoorbeeld de stemming of de bedoeling van een ander goed aanvoelen. Dus als ze vragen waarom je zo stil bent, dan vertel je ze dat ze dat goed hebben aanvoeld en je geeft ze een reden. Want zo leren ze dat hun intuïtie goed werkt.'

## SPIRITUEEL

## Verflauwd beroep op God

God is uit de Tweede Kamer verdwenen. Als ChristenUnie en de SGP God nog ter sprake brengen, doen ze dat veel zakelijker dan hun voorgangers

Geloof en politiek zijn in Nederland nooit keurig gescheiden domeinen geweest. In de politieke vergaderzalen van het land klonk veelvuldig een vrijmoedig beroep op God en Zijn openbaring. Abraham Kuyper (1837-1920) bijvoorbeeld zei in 1901 in de Tweede Kamer bij het aantreden van zijn kabinet, het eerste christelijke kabinet in Nederland:

'Linker- en rechterzijde zullen hierin samengaan, dat wij bij alle wetgeving in toepassing zoeken te brengen de ordinantie: Gij zult uw naaste liefhebben als uzelf. Maar hierin zal de rechterzijde zich dan toch van de linkerzijde onderscheiden, dat wij van Hem die dit woord sprak, vooraf dit andere woord hebben ontvangen: Gij zult liefhebben den Heer, uwen God, met al uw verstand, met al uw krachten, dit is het eerste en het grote gebod. Welnu, bij het aanhoren van die woorden buigt elk lid van de rechterzijde, en ik voeg er bij: elk lid van het Kabinet, zich diep eerbiedig neder.'

Kuyper's opvolgers in de christen-democratische traditie hebben zulke geloofsbelijdenissen lang herhaald, maar in de jaren zestig kwam de klad erin. Met de ontkerkelijking nam het aantal christelijke Kamerleden gestaag af. De christelijke Kamerleden die er nog wel waren, hadden het vooral over waarden en normen, en niet meer over God en de Bijbel. God is uit de Tweede Kamer verdwenen. Zijn Naam duikt alleen nog op aan het slot van de Troonrede, en SGP en ChristenUnie brengen Hem nog ter sprake, al doen zij dat tegenwoordig ook al veel zakelijker dan hun voorgangers.

De theoloog Eginhard Meijering (71), jarenlang lector in Leiden, publiceert deze week een boek over de vraag *Hoe God verdween uit de Tweede Kamer*. De titel is natuurlijk ontleend aan het boek van Geert Mak over het verdwijnen van God uit Jorwerd, maar Meijering heeft die titel niet van harte gekozen. 'Deze titel is uiteraard beeldspraak. Ik geloof dat Gods aanwezigheid of afwezigheid niet samenvalt met het aantal mensen dat blijk geeft van geloof in God. Ook uit de Tweede Kamer is God niet helemaal verdwenen, alleen wordt Zijn naam veel minder vaak genoemd. God is teruggetreden. Aan een voor-spelling of dat zo zal blijven, waag ik me niet.'

Wat Meijering biedt in zijn boek over de ondergang van de christelijke politiek, is een analyse van twintig cruciale debatten die in de afgelopen honderd jaar zijn gevoerd. Meijering beschrijft hoe christelijke politici hun stellingname bij politieke vraagstukken met godsdienstige argumenten hebben onderbouwd. Dat was vanaf het begin geen eenvoudige zaak overigens. Kuyper verdedigde zijn 'Worgwet' tegen de spoorwegstakers met een beroep op het christelijk geloof. Maar zijn opponenten wilden niet zomaar accepteren dat Kuypers interpretatie van dat geloof de ware was. Was het christendom niet wat sociaal bewogener dan Kuyper deed voorkomen?

De christen-democratie had tot midden jaren zestig een meerderheid in de Tweede Kamer, al was het beroep op God al verflauwd tot een verwijzing naar 'christelijke volksaspiraties', een 'positief christelijke grondslag' of zelfs 'christendom en humanisme'. In 1965 erkende de ARP dat Nederland een divers land was en dat 'één opvatting' daarom niet langer het richtsnoer van het regeringsbeleid kon zijn. In de jaren zeventig maakte de antithese tussen christelijk en niet-christelijk plaats voor de polarisatie tussen links en rechts en verdween God zelfs uit de Troonrede, want in een ontkerkelijkte samenleving

mogen politici God niet 'opdringen', aldus PvdA'er Joop den Uyl. Bij grote ethische debatten – over abortus, over kruisraketten – bleek het CDA verdeeld. De partij leefde onder Ruud Lubbers nog op, maar niet vanwege het christelijk karakter van de partij, maar omdat de kiezers hem zijn karwei wilden laten afmaken. De grote dreun kwam in 1994, toen het CDA 20 van zijn 54 zetels verloor, en herhaalde zich in 2010.

Meijering's conclusie is dat het huidige CDA weinig of niets meer te maken heeft met de drie grote christelijke partijen (KVP, ARP en CHU) waaruit het is ontstaan. Er is ook geen kerkelijke achterban meer die om een partij vraagt die die lijn voortzet, en voor zover die er nog is, voldoen de kleine ChristenUnie en SGP daaraan. Dat een groeiend aantal mensen naar een partij verlangt die zich baseert op Gods Woord of op het gezag van de kerk, is in elk geval voorlopig hoogst onwaarschijnlijk.

Bart Jan Spruyt



God ontbreekt in Tweede Kamer