

Sanderijn van der Doef

KLEINE MENSEN, GROTE GEVOELENS

De seksuele opvoeding van kinderen
van 0 tot 12 jaar

Uitgeverij Ploegsma Amsterdam



Inhoud

- 1 Kinderseksualiteit 11**
 - Wat is seksualiteit? 11
 - Seksualiteit en volwassenen 12
 - Bestaat seksualiteit bij kinderen? 13
 - Voorbeelden van kinderseksualiteit 15
 - Kleine mensen, grote gevoelens 18

- 2 Seksuele ontwikkeling van baby tot puber 19**
 - Beperkt onderzoek 19
 - Voorwaarden voor een gezonde seksuele ontwikkeling 20
 - De babytijd – tot twee jaar 21
 - Peuters van twee tot vier jaar 24
 - Kleuters van vier tot zes jaar 26
 - Kinderen van zes tot acht jaar 29
 - Kinderen van acht tot tien jaar 31
 - Kinderen van tien tot twaalf jaar 32
 - Leeftijd is geen norm 36

- 3 Seksuele voorlichting of seksuele opvoeding? 38**
 - Wat is seksuele opvoeding? 38
 - Tien tips voor seksuele opvoeding 40
 - Praten is de beste manier 41
 - Lichamelijk contact 43
 - Voorlichting op scholen 44
 - De eigen achtergrond speelt mee 45
 - Woorden kiezen 47
 - De beste leeftijd om erover te beginnen 48
 - Het beste moment om over seks te praten 50
 - Boeken bij het gesprek 53

4	Onderwerpen om met kinderen te bespreken	55
	Lichamelijke en emotionele ontwikkeling	56
	Persoonlijke vaardigheden	58
	Relaties	59
	Seksueel gedrag	60
	Seksualiteit en gezondheid	61
	Maatschappij, cultuur en religie	62
5	Grenzen aan kinderseksualiteit	65
	Je eigen grenzen bepalen	66
	De grenzen van kinderen respecteren	67
	Kinderen die er zelf om vragen	68
	Mag je nu niks meer met je kind?	70
	Kinderspelletjes die te ver gaan	71
6	De meestgestelde vragen	74
	Boeken voor kinderen, ouders, leerkrachten en andere opvoeders	102
	Nuttige adressen en telefoonnummers	105
	Noten	107

1 Kinderseksualiteit

Wat is seksualiteit?

11

Om te begrijpen wat kinderseksualiteit is, moeten we ons eerst afvragen wat we onder seksualiteit in het algemeen verstaan. Het begrip seksualiteit is moeilijk te omschrijven. Het heeft iets te maken met lichamelijkeheid, met intimiteit, met lust, met bepaalde gevoelens. Vaak hoor je als definitie ‘alles wat met seks te maken heeft’. Maar wat betekent seks dan? In de literatuur en wetenschappelijke onderzoeken vind je verschillende omschrijvingen van het begrip seksualiteit. Het blijkt dat iedereen wel weet wat het is. Maar het is moeilijk om er een eensluidende definitie voor te geven. Iedereen geeft er een persoonlijke betekenis aan, gekleurd door eigen ervaringen.

Als je aan mensen vraagt: ‘Wat betekent voor jou seksualiteit?’, krijg je heel verschillende antwoorden. Bijvoorbeeld: ‘Alles wat met vrijen te maken heeft.’ ‘Als ik een mooie vrouw of man zie en daar een opgewonden gevoel bij krijg.’ ‘Lichamelijke aantrekkingskracht.’ ‘Samen in bad en elkaar inzepen.’ ‘De tinteling die door je heen gaat als je elkaar aanraakt.’ ‘Neuken en klaarkomen.’ ‘Een romantisch etentje bij kaarslicht.’ Zomaar zeven antwoorden van zeven mensen. Stel je de vraag aan nog eens zeven mensen, dan krijg je weer zeven andere antwoorden te horen.

Seksualiteit is blijkbaar een heel persoonlijk begrip. Als je naar de antwoorden kijkt, zie je dat seksualiteit met de zintuigen te maken heeft: met zien, voelen, ruiken, aanraken, vrijen, masseren en voor sommigen zelfs met eten. Seksualiteit zou je het best als volgt kunnen definiëren: alle gedragingen en gevoelens die te maken hebben met je eigen lichaam en dat van een ander en die dat speciale (span-

nende, opgewonden, wel of niet prettige) gevoel bij jezelf of bij die ander veroorzaken, dat alles is seksualiteit.

Iemand die vindt dat seksualiteit alleen te maken heeft met vrijen, met het aanraken van de geslachtsdelen en met geslachtsgemeenschap, zal zich kunnen verenigen met bovenstaande omschrijving. Maar ook degene die graag naar een mooi lichaam kijkt en dat seksualiteit vindt, of die opgewonden wordt van een etentje bij kaarslicht zal zich in bovenstaande definitie kunnen vinden.

Seksualiteit en volwassenen

Seksualiteit heeft voor veel volwassenen een lichamelijke betekenis: vrijen, aanraken, strelen, kijken, zoenen, de geslachtsgemeenschap (op welke manier dan ook) en het orgasme.

Daarnaast heeft seksualiteit ook een emotionele betekenis. Het kan een vorm van communiceren zijn. Door middel van seks kun je laten merken dat je van elkaar houdt, dat je dicht bij elkaar wilt zijn. Bovendien is seksualiteit voor sommigen een manier om je veilig te voelen, of een manier om je te ontspannen, te ontladen.

Seksualiteit kan tot uiting komen in woorden, flirten, een oogopslag, een uitstraling, kleding, zoenen, strelen enzovoort.

Het begrip seksualiteit kan vanuit verschillende visies worden omschreven. Aan de ene kant bestaat er een smalle visie op seksualiteit waarbij met name fysiologische aspecten centraal staan. Denk daarbij aan verlangen, opwinding en orgasme.

En aan de andere kant bestaat er een brede visie op seksualiteit. Binnen deze visie spelen veel meer aspecten een rol, zoals genderidentiteit, lichamelijke sensitiviteit en relationele ontwikkeling. (3)

Bestaat seksualiteit bij kinderen?

Als we ons realiseren dat veel volwassenen seksualiteit vooral associëren met vrijen, geslachtsgemeenschap en orgasme, dan is het begrijpelijk dat die volwassenen zich niet kunnen voorstellen dat seksualiteit bij kinderen bestaat.

Seksualiteit is lange tijd ontkend bij kinderen. Logisch, want vrijen, geslachtsgemeenschap en orgasme behoren niet tot het gewone gedrag van kinderen. De gevolgtrekking die dan vaak wordt gemaakt, is dat er geen seksualiteit bij kinderen bestaat. Mensen die het begrip seksualiteit alleen associëren met voortplanting, geslachtsgemeenschap en vrijen, bekijken seksualiteit vanuit een volwassen standpunt en hanteren een smalle visie op seksualiteit.

13

Vanaf de geboorte is elk kind een in basis seksueel wezen.

Maar als we de bredere omschrijving van seksualiteit bekijken, dan gaat seksualiteit over veel meer. Bijvoorbeeld over het naar elkaars lichamen kijken, het voelen van elkaars blote lichaam, naar elkaars geslachtsdelen kijken, het aanraken van elkaars geslachtsdelen, het aanraken van de eigen geslachtsdelen of spelletjes zoals doktertje spelen, zoentikkertje en zoentje geven. Allemaal voorbeelden van gedragingen die dat spannende gevoel in de onderbuik te weeg kunnen brengen.

Vanaf de geboorte is elk kind een in basis seksueel wezen. Zijn seksuele gevoelens zijn, net als alle andere gevoelens en emoties, in de basis aanwezig, maar moeten zich nog verder ontwikkelen. Een baby kan al seksuele gevoelens hebben en seksueel gedrag vertonen, maar op een manier die nauwelijks lijkt op die van volwassenen. De motorische ontwikkeling is nog maar net begonnen, evenals zijn emotionele ontwikkeling. Toch kun je al aan een pasgeboren baby zien dat het reageert als zijn geslachtsdelen worden aangeraakt. Daarmee ervaart het kind, zo klein als het

is, al gevoelens die te vergelijken zijn met de latere seksuele gevoelens. (4)

Kinderen kunnen ook die dingen doen en die gevoelens hebben, die met hun eigen lichaam (en dat van een ander) te maken hebben en die een speciaal gevoel veroorzaken. Uiteraard is dat ook seksualiteit.

14

Seksualiteit kent lichamelijke en emotionele aspecten, heeft verschillende functies, zoals communicatie of ontspanning. Seksualiteit kan op verschillende manieren tot uiting komen, in verbaal of non-verbaal gedrag, maar ook in geslachtsgemeenschap en orgasme. Dit hele repertoire aan aspecten, functies en uitingvormen is iets wat kinderen nog niet met seksualiteit verbinden. Dat is een ontwikkelingsproces.

Kinderen kunnen wel een orgasme bereiken. Uit de praktijk van de kinderopvang wordt door groepsleidsters incidenteel gerapporteerd (en soms ook door ouders gemeld) dat ze meegemaakt hebben dat een kind tijdens het masturberen gedrag vertoonde dat op een orgasme lijkt. Maar een orgasme is nooit het doel van hun seksuele gedrag. Ze leggen nog geen verband tussen seksueel gedrag en orgasme, dat is iets wat ze in de loop der jaren pas leren en vanaf hun puberteit gaan toepassen. Ook geslachtsgemeenschap is iets wat niet tot normaal, door onze cultuur geaccepteerd kindergedrag behoort. Kinderen verbinden geslachtsgemeenschap met volwassen seksualiteit, maar niet met hun eigen seksualiteit. De meeste kinderen vinden geslachtsgemeenschap ook maar iets heel raars, dat is iets wat grote mensen met elkaar doen.

Seksualiteit bij kinderen heeft veel meer te maken met het ontdekken van het eigen lichaam en de daarbij behorende gevoelens. In de loop der jaren krijgt seksualiteit er ook een relationeel aspect bij. Eerst is het iets wat vooral met het aanraken van het eigen lichaam te maken heeft, later ook met het aanraken en ontdekken van het lichaam van een ander. Daarna heeft seksualiteit ook te maken met speciale gevoelens voor een ander, verliefdheid. Er ontwik-

kelt zich langzaam maar zeker iets wat we lichamelijke aantrekkingskracht noemen.

Voorbeelden van kinderseksualiteit

Seksualiteit bij kinderen mag niet vergeleken worden met onze volwassen seksualiteit. Want kinderseksualiteit bevat ook andere aspecten, heeft een andere functie en andere uitingsvormen. De volgende voorbeelden tonen dat aan:

15

Baby-erectie

'Mijn zoontje van vier maanden heeft wel eens een stijf piemeltje bij het verschonen, maar omdat hij vaak daarna gaat plassen heb ik altijd gedacht dat het daardoor kwam.'

Veel ouders van jongetjes zullen wel eens hebben meegemaakt dat hun zoontje als baby al een erectie had. Heeft dat met seksualiteit te maken? Daar zijn de wetenschappers nog niet uit. Sommige onderzoekers, seksuologen en pedagogen zijn van mening dat een stijve piemel bij baby's een teken is van seksueel welbehagen. Een baby heeft dan een lekker gevoel. Anderen vinden dat de stijve piemel bij baby-jongetjes veroorzaakt wordt door bijvoorbeeld een druk op de blaas en niet altijd door een seksuele prikkel. Volgens hen zullen baby's bij een erectie ook bijna altijd plassen. Wat dan gebeurt in een grote boog.

Ook op latere leeftijd hoeft een erectie helemaal niet altijd verbonden te zijn met seksuele gevoelens. Denk maar eens aan een ochtenderectie bij volwassen mannen. Een erectie is een automatische reactie van het lichaam op bepaalde (niet altijd seksuele) prikkels. Jongetjes die op jonge leeftijd spontaan een erectie krijgen, vinden dat overigens niet altijd een lekker gevoel.

Huidcontact

'Mijn dochter van acht vindt het heerlijk als ik haar zachtjes kriebel over haar lichaam. Als baby al vond ze het heerlijk om gemasseerd te worden op haar blote huid.'

16

Huidcontact is voor kinderen, van pasgeboren tot groot kind, heel belangrijk en geeft ze een bijzonder prettig gevoel. Zo leren kinderen door de aanraking van verschillende delen van hun lichaam onderscheid te maken in verschillende lichamelijke sensaties (het strelen over je arm voelt immers anders dan het kriebelen onder je voet). Belangrijk voor de seksualiteitsbeleving later. Bovendien is huidcontact ook een vorm van koesteren en geeft het kinderen daardoor een gevoel van veiligheid. Ook leren kinderen zo hun lichaam te waarderen en merken ze dat het door anderen gewaardeerd wordt. Een positieve waardering van het eigen lichaam blijkt een belangrijke voorwaarde te zijn voor een gezonde emotionele en seksuele ontwikkeling.

Elkaars lichaam bekijken

'Mijn dochtertje van drie en haar vriendinnetje vinden het een leuk spelletje om zich samen uit te kleden en elkaar dan uitgebreid te bekijken.'

Elkaars lichamen bekijken is een geliefd spelletje op drie- tot vierjarige leeftijd. Het komt voort uit nieuwsgierigheid naar het lichaam van een ander kind, met name naar de verborgen lichaamsdelen. Voor de meeste kinderen zijn deze spelletjes prettig spannend en zullen ze gevoelens opwekken die de basis vormen van latere seksuele gevoelens. De spannende gevoelens die ze krijgen bij dit soort spelletjes zijn namelijk andere gevoelens dan die kinderen ervaren als ze verstoppertje spelen of stiekem op een onbekende zolder lopen. Die zijn ook spannend, maar niet in basis seksueel.

Geslachtsdelen aanraken

'Mijn kleindochter van vijf heeft de gewoonte om 's avonds in te slapen met een kussen tussen haar benen geklemd.'

Kinderen ontdekken al heel jong dat het aanraken, wrijven, strelen van hun geslachtsdelen een aangenaam gevoel kan veroorzaken. Het is een gevoel dat ze niet krijgen als ze een ander lichaamsdeel aanraken. Een belangrijke ontdekking voor een kind. En iets wat prettig voelt, wil je nog wel eens voelen, zeker als je je verdrietig voelt of als je moe bent, of zomaar als je je verveelt. De volgende ontdekking is dat je dat gevoel zelf kan veroorzaken door met je geslachtsdelen ergens tegenaan of overheen te wrijven. De leuning van een bank, je knuffel, je hoofdkussen of je eigen hand. Het hoort allemaal bij het ontdekken van het eigen lichaam en de bijbehorende (seksuele) gevoelens.

17

Verkering

'In de klas van mijn zoon van negen hebben veel kinderen al verkering met elkaar.'

Verliefdheden en verkeringen op de basisschool worden door volwassenen vaak niet serieus genomen. Terwijl dat voor kinderen wel degelijk zo is. Voor hen is verliefd zijn en verkering hebben net zo heftig als voor een volwassene. De manier waarop kinderen met deze gevoelens omgaan, is echter niet te vergelijken met hoe wij als volwassenen dat doen.

Een kind van acht jaar kan heel verlegen worden van verliefdheid.

Kinderen willen geen lichamelijk contact als ze verliefd zijn, ze willen niet tongzoenen, ze willen niet vrijen met elkaar (althans niet als ze erg jong zijn), en dat willen volwassenen wel. De invulling die kinderen geven aan hun gevoel van verliefdheid past bij hun leeftijd.

Als een kind van vier zegt verliefd te zijn, wordt daar een speciale vriendschap met een speciaal persoon mee bedoeld. In zijn gedrag zal het kind zijn verliefdheid laten merken door wat vaker te spelen met die persoon of door hem of haar iets te geven (een tekening of speelgoed).

Een kind van acht dat zegt verliefd te zijn, kan van die gevoelens heel verlegen worden. Het kan zo'n gevoel al duidelijk onderscheiden van vriendschap. (5)

Een kind van tien jaar dat verliefd is, weet al heel goed dat je dan grote behoefte hebt om vaak in elkaars buurt te zijn. En dat een vluchtige aanraking een heel spannend gevoel kan geven (te veel aanraken kan juist weer afstoten).

Kinderen gebruiken hetzelfde woord – verliefd – als volwassenen, die daar echter een ander gedrag en andere gevoelens bij invullen. Maar het is net zo serieus bedoeld. En heeft verliefd zijn en verkering bij kinderen met seksualiteit te maken? Zeker wel, als je seksualiteit blijft opvatten in die brede betekenis van het woord.

Kleine mensen, grote gevoelens

Seksuele gevoelens spelen dus al van jongs af aan bij elk kind een rol. Daarom heeft elk kind, waar het ook opgroeit, recht op begeleiding, steun, advies en informatie over seksualiteit op een eerlijke en bij zijn leeftijd passende manier. Dat het belangrijk is dat deze steun, begeleiding en informatie over seksualiteit op de eerste plaats positief is, moge duidelijk zijn. Willen we niet allemaal dat kinderen van nu opgroeien tot pubers en volwassenen die kunnen genieten van seksualiteit zonder schuld en schaamte? Dat kinderen met respect voor de seksualiteit van een ander uiteindelijk zelf bevredigende en verantwoorde keuzes kunnen maken over hun eigen seksuele leven?