

Wat doe je als jouw kind vertelt over seksueel grensoverschrijdend gedrag van een ander kind?

Jouw kind komt naar je toe en vertelt je...

- Dat iemand aan zijn blote billen heeft gezeten
- Dat iemand persé wilde likken aan zijn piemel (omdat hij anders niet meer zijn vriendje wilde zijn)
- Dat iemand haar 'daar beneden' persé wilde aanraken/ voelen
- Dat een klasgenootje een stokje bij haar naar binnen heeft geduwd
- Of anders.....

Dit moment kun je niet goed voorbereiden. Want ook al heb je het weleens gelezen in de krant of er over gehoord in gesprek met andere ouders, je denkt toch altijd dat het jouw kind niet zal overkomen. Of dat je het wel zult zien of merken aan je kind als er zoiets speelt. Maar je echt voorbereiden op zo'n verhaal van je eigen kind is moeilijk. Want opeens gaat het over jouw eigen kind. En daar heb je een emotionele band mee. En je wilt het beste voor je kind. Je wilt er voor ze zijn. En je hoopt toch ergens dat het jouw kind (en jou als ouder) niet zal overkomen. Dat het jouw deur voorbij zal gaan. Wat je ook doet en wat je zelf ook meegemaakt hebt, als jouw kind naar je toe komt met zo'n verhaal, dan overvalt het je. Het is echt bijzonder als je meteen weet wat je moet zeggen. Je eerste reactie is schrik. Of misschien wel boosheid: Waarom je kind niet eerder is gekomen. Of waarom je het zelf niet hebt ontdekt. En dan denk meteen er achter aan:

- Wat zijn nu de goede vragen om te stellen? Moet ik wel vragen stellen?
- Wat is de beste reactie?
- Wat moet ik nu doen? Hulp zoeken? Of moet ik nu naar de politie?
- Wie kan je vertellen hoe jij samen met je kind het beste 'pad' neemt?

En dan blijkt, dat het toch niet helder is allemaal

Het komt niet zo vaak voor dat een kind naar je toe komt met een helder, duidelijk verhaal over wat er is gebeurd. Want er gaat meestal wel wat tijd over heen voordat een kind hierover spreekt. Omdat het zich schaamt. Of omdat het onder druk is gezet door de ander. Of omdat het denkt dat het zelf schuldig is aan wat er is gebeurd. Daarom praat een kind er niet over. Of pas als de nood heel erg hoog is. En dan ben jij verdrietig, omdat je dacht dat je kind toch wist dat het altijd met jou kon praten. Ook over dit soort dingen. Soms kun je het afleiden uit het gedrag van je kind dat er iets speelt. Bv. omdat het moeite krijgt met uitkleden. Of met douchen. Of met aanraken. Of dat het opeens hele opvallende spelletjes gaat spelen als het met poppen of Playmobil speelt. Dan 'verwoordt' het kind als het ware wat er is gebeurd met hem of haar via spel of gedrag. En als je dan als ouder hoort dat er grensoverschrijdend gedrag tussen kinderen heeft plaatsgevonden, valt voor jou als ouder opeens het kwartje. Kun je verklaren, waarom je kind zich zo 'vreemd' gedraagt. Maar let op: Het gedrag kan ook door andere gebeurtenissen worden verklaard.

Als jouw kind naar je toe komt met zo'n verhaal dan is het **eerste goede antwoord dat je kunt geven** jouw kind een compliment geven: 'Wat goed dat je het komt vertellen'. Ga niet meteen een reeks vragen op je kind afvuren. Daar kan je kind erg onzeker van worden. Ga eerst met je kind zitten. Zeg zoiets als: "Wat knap dat je het mij vertelt. Ik moet hier even over nadenken. Want ik wil graag voor je dat het stopt, maar ik moet even nadenken wat het beste is om te doen." Lastig voor een kind is ook dat het soms nog geen woorden/ geen taal heeft om met jou als ouder te delen wat er is gebeurd. En

hoe het zich heeft gevoeld. Seksuele spelletjes of seksueel grensoverschrijdend gedrag maken verwarrende gevoelens bij een kind los. Daarom komt het niet goed uit z'n woorden.

Als je naar jouw idee geen bevredigend antwoord hebt gekregen van je kind, blijf dat niet op dezelfde vraag doorgaan. Je kind heeft dat door. Het denkt: "Ik heb zeker niet het goede antwoord gegeven, want mijn moeder vraagt het nog een keer. Ik moet iets anders verzinnen." Dan gaat het kind een antwoord geven waarvan het denkt dat jij wilt horen. En daar help je je kind niet mee. Maar jezelf ook niet. Want dan denk je dat je 'de waarheid' boven tafel hebt, maar dat blijkt dan achteraf niet zo te zijn.

Probeer voor zover het je lukt nuchter te blijven. Kinderen maken vervelende dingen mee. Soms ook heel vervelende dingen, echt nare dingen. Zoals seksueel grensoverschrijdend gedrag van een volwassene of van een kind. Maar straal uit dat jij als ouder weet hoe je daar mee om moet gaan. Dat jij weet wat je kind kan helpen en dat je dat ook aan je kind zult leren (via jezelf of via een hulpverlener).

Geef jezelf ook een groot compliment

Haal een paar keer diep adem en besef dat je het als ouder goed hebt gedaan. Het feit dat je kind naar je toe komt, betekent dat jij openheid hebt geboden, vertrouwen hebt verdiend. Het betekent dat jouw kind zich veilig voelt om naar je toe te komen, ook met dingen die het zelf moeilijk vindt. Ook als het tot geheimhouding gemaand wordt of bedreigd is. En het betekent dat je kind door de manier waarop jij over seksualiteit en relaties praat met hem of haar geleerd heeft dat ie bij jou moet zijn als er iets gebeurt dat vragen bij hem of haar oproept.

Stel jezelf de belangrijkste vraag

De belangrijkste vraag **is niet**: *'Wat is er precies gebeurd?'*

Natuurlijk komt er een tijd dat je wilt weten wat en hoe. Maar je kind zit voor je neus en heeft je nodig. **De belangrijkste vraag is**: *'Wat heeft jouw kind op dit moment nodig?'* Vaak weet je daar zelf ook het beste het antwoord op. Soms is het een knuffel, soms is het bevestiging. Het ene kind wil graag dat er onmiddellijk actie naar de ander volgt, het andere kind vindt dat juist afschuwelijk en wil vooral dat ze weer gewoon haar huiswerk kan doen. Eén ding hebben alle kinderen, die over seksueel grensoverschrijdend gedrag vertellen, met elkaar gemeen: Ze willen dat het stopt! En daar hebben ze jou voor nodig. Want het lukt hen zelf niet.

Wat helpt kinderen seksueel grensoverschrijdend gedrag te verwerken?

Een stabiele en veilige thuissituatie is één van de meest helende omstandigheden voor een kind om te kunnen beginnen met verwerken. Een kind heeft er niets aan als jij in de stress schiet. Schelden en agressie op de ander werken averechts, wekken in het kind soms zelfs de neiging op om die ander te verdedigen. Soms trekken ze hun verhalen dan terug, omdat de consequenties hen erger lijken dan het grensoverschrijdende gedrag. Het vreselijk vinden en in tranen uitbarsten is ook al geen handige zet, omdat kinderen van nature de neiging hebben om zichzelf overal de schuld van te geven. Als jij instort hebben zij dat gedaan door dit aan jou te vertellen. Dan gaan ze zeggen dat het niet zo erg was en gaan ze jou troosten, dat is niet wat ze nodig hebben. Helemaal niets doen is ook geen optie, want dan laat je je kind in de steek, terwijl het jou als volwassene heel hard nodig heeft.

Vijf helpende antwoorden:

- ✓ wat naar voor je dat dit is gebeurd
- ✓ wat goed dat je dit aan mij vertelt
- ✓ ik geloof je
- ✓ het is niet jouw schuld
- ✓ we gaan samen ervoor zorgen dat het stopt

Wat is de volwassen reactie op seksueel grensoverschrijdend gedrag?

Wat is de volwassen reactie op seksueel grensoverschrijdend gedrag bij je kind? Het is niet eenvoudig om daar eenduidig antwoord op te geven, maar ik ga zelf altijd uit van deze lijst, "de 5 B's"

1. **Bescherming.** Zo goed als binnen jouw mogelijkheden past, bied je het kind aan om het te beschermen. 'Ik ga mijn best doen om er voor te zorgen dat dit niet meer gebeurt' zou een passende belofte zijn.
2. **Bekrchtig** dat het kind het goede heeft gedaan door het te vertellen. Dit kan je bijna niet vaak genoeg zeggen. Hoe trots je bent dat ze jou dit verteld hebben. Zeggen dat ze altijd met je mogen praten, ook als het moeilijk is.
3. **Bevestig** dat het kind geen schuld heeft aan wat er is gebeurd. Hardop zeggen dat het nooit had mogen gebeuren en dat het niet zijn/haar schuld is.
4. **Benoem** wat het met je doet. Een kind merkt het heus wel als je schrikt, boos wordt of hoe je ook reageert. Dat hoeft je niet weg te stoppen, maar je moet er ook niet uit handelen. Het beste kun je benoemen wat het met je doet en vertellen dat je eerst eens goed moet nadenken over hoe je hiermee verder gaat.
5. **Blijf beschikbaar.** Sommige kinderen laten proefballonnetjes op. Vertellen een relatief klein incident om te kijken hoe je reageert. Het kan zijn dat het verhaal groter wordt. Luister daar naar. Soms trekken kinderen hun verhalen in, omdat ze bang worden voor de consequenties van het vertellen of voor sancties van de ander. Blijf beschikbaar. Ga niet zelf trekken om het verhaal uit je kind te krijgen. Kinderen bepalen zelf wanneer ze er meer over willen vertellen. Maar als ze er over beginnen, maak dan meteen tijd. Soms helpt het kinderen als u daarbij een activiteit doet. Bv. tijdens het eten koken luisteren. Of ondertussen een spelletje met ze doen. Of even de hond uitlaten samen met je kind en tegelijk praten.

Kom er op terug

Je hoeft niet alles in één keer te bespreken en op te lossen, maar kom er wel op terug. Bespreek met je kind wanneer je er op terug komt en zorg dat je dat uit jezelf doet. Als jij er niet op terugkomt, dan blijft het kind er in zijn of haar eentje mee zitten. Probeer in korte vragen terug te komen op de situatie. Probeer te achterhalen wat jouw kind het beste helpt. Is dat meer knuffelen? Doe dat dan. Is dat weer naar school gebracht worden en meegaan de klas in? Doe dat dan. Het kind (en jij) hebben te maken gekregen met een situatie van onveiligheid. Het duurt een tijd voordat het gevoel van veiligheid weer terug is. Het gevoel van vertrouwen in je kind en in jezelf. Soms zijn daar voorwaarden aan verbonden. Bv. geregleerde WC-gang via WC kettingen. Of oplettendheid van de leerkracht naar het kind dat de aanstichter is. Niet alleen in de klas, maar ook in meer vrije situaties als op het plein of tijdens gymnastiek. Of een kringgesprek over weerbaarheid en hoe je dat kunt oefenen als kind. Kijk naar jezelf en naar je kind en probeer duidelijk te krijgen waar jullie het beste mee geholpen zijn om het gevoel van veiligheid en vertrouwen weer terug te krijgen. En ga daarover in overleg met school en eventueel met andere ouders als je kind daar gaat spelen. Probeer samen met school en de andere ouders de situatie weer voorspelbaar, veilig en vertrouwd te maken. En neem de tijd daarvoor om dat weer te laten groeien. Dat is niet één, twee, drie gebeurd. Daar is tijd voor nodig, soms wel weken.

Hoe je je kind meer zelfvertrouwen kunt geven is een volgende stap die je kunt maken met je kind. Je kunt dat doen door je kind te bevestigen: Bv. als het jou als ouder roept als het ruzie met zijn zusje of broertje heeft. Je kunt je kind dan een complimentje geven dat het er goed aan heeft gedaan jou te roepen. Of door stel dat..... situaties te oefenen (stel dat er iemand die je niet kent aanbelt, wat doe je dan? Stel dat je vriendje zegt dat je een ander vriendje moet slaan, wat doe je dan? Of stel dat je iets vervelends moet doen, omdat je anders niet meer op het feestje van je vriendje mag komen, wat dan?) Oefen die situaties in kleine toneel stukjes. Het helpt je kind echt als het in zo'n situatie verzeild raakt. Het geeft hem of haar een gereedschapskistje waar ze uit kunnen putten.

Trek niet de schoenen van een hulpverlener aan

Het is niet verstandig om de hulpverlener van je kind te worden. Dat ben je namelijk niet. Je bent de ouder, die goed voor het kind wil zorgen. Overbezorgdheid, steeds maar weer terugkomen op wat er is gebeurd door nog een laatste 'feit' boven tafel te krijgen helpen je kind niet. Het kind wil terug naar 'normaal'. Wil gewoon weer kunnen spelen op het plein of in de klas. Wil gewoon weer boos kunnen zijn op een vriendje dat zijn speelgoed afpakt. Of wil gewoon weer in een tent kunnen spelen, zonder dat zijn of haar ouder in de stress schiet. Geef je kinderen stukje bij beetje hun zelfstandigheid terug. En vertrouw erop dat ze een belangrijke levensles hebben geleerd samen met jou als ouder.

bewerking van artikel I. Meeuwssen (www.hulpverleningnaseksueelmisbruik.nl)

Kinderboekjes over dit onderwerp

- Martine Delfos:
 - Blijf van me af
 - Het is niet leuk
- A. Bley en K. Meier:
 - Knuffel heeft zorgen
- M. Krottje:
 - Lena is in de war
- S. vd Doef:
 - Nee!

Algemeen boek over seksuele en relationele ontwikkeling van kinderen:

- S. vd Doef:
 - Kleine mensen met grote gevoelens
- Website: www.rutgers.nl Met veel te downloaden folders over kinderseksualiteit en boekentips