



De Vluchtheuvel

Christelijke psychosociale hulpverlening

Verstrikt

“Om moe van te worden”. Zo begint ds. P. van Ruitenburch zijn boekje ‘Zeg nee!’ over seksuele verslaving. Die vermoeidheid komen we vaak tegen in de spreekkamer van De Vluchtheuvel. Jongens, mannen, maar ook meisjes en vrouwen die verslaafd zijn aan seksuele zonden. Levens die erdoor verwoest worden. Huwelijken en gezinnen die erdoor worden ontwricht. Kinderen van God die eronder gebukt gaan. En ja, ook ambtsdragers die erin verstrikt kunnen raken.

Onreinheid

Seksuele onreinheid is van alle tijden. De afgodendienst in het Oude Testament ging ermee gepaard. Voor de jonge christengemeente in het Nieuwe Testament vormde het een reëel gevaar. Paulus noemt hoererij en onreinheid meermalen in zijn brieven. Salomo wijdt veel woorden aan de waarschuwing tegen de ‘vreemde vrouw’. Die waarschuwingen zijn anno 2019 nog even actueel. Internet heeft aan de beschikbaarheid van erotisch materiaal een geweldige vlucht gegeven. Zo wijst onderzoek bijvoorbeeld uit dat circa driekwart van alle jongens en mannen pornografisch materiaal bekijkt.

Spreuken

Deze ontwikkeling gaat aan de christelijke gemeente niet voorbij. Ook onder christenen gebruikt de vorst der duisternis deze vurige pijlen om velen te treffen. Als je hoort van een jongen die vastzit in pornoverslaving, of als je het verdriet proeft van een vrouw van wie de man virtueel blijkt vreemd te gaan, dan denk je onwillekeurig aan Salomo die in Spreuken 7 uit zijn venster keek. Hij waarschuwt daar vooral de (jonge) mannen voor de realiteit van seksuele verleiding. Het lijkt zo mooi, maar degene die erin valt is ‘gelijk een os ter slachting gaat’.

Begeleiding

Hoopgevend is dat begeleiding bij seksuele verslaving doorgaans goede resultaten heeft. In de begeleiding van De Vluchtheuvel zijn een aantal (Bijbelse) principes van groot belang:

1. Het is belangrijk dat iemand die seksverslaafd is, **inzicht** krijgt in zijn gedrag. Een patroon van seksverslaving is niet ‘ineens’ begonnen. Vaak is gaandeweg een verbinding ontstaan tussen negatieve gevoelens (eenzaamheid, verveling, onzekerheid) en seksualiteit. Bij anderen is het vooral de gevoeligheid voor seksuele prikkels die leidde tot verslaving. Het is belangrijk dat er inzicht komt in het verslavingspatroon. Dat helpt om het te doorbreken.
2. Iemand die seksverslaafd is, moet **radicale keuzes leren maken**. Seksverslaving moet niet worden ‘afgebouwd’, maar er moet mee worden gebroken. Soms moet er ‘grote schoonmaak’ worden gehouden: datingprofielen moeten worden verwijderd, vaak moeten duidelijke keuzes gemaakt worden in het omgaan met internet en smartphone. Het kan zijn dat contacten verbroken moeten worden. Dat vraagt radicaliteit. Dit is heel Bijbels. De Heere Jezus zegt hierover in Markus 9: “Indien uw hand u ergert, houw ze af (...), indien uw voet u ergert, houwt hem af (...), indien uw oog u ergert, werpt het uit”.
3. Een krachtig middel om te leren rein te leven, is het **afleggen van verantwoording**. Seksuele zonden gebeuren vaak in het geheim, in de eenzaamheid van een slaapkamer of van het internet. Mannen (en vrouwen) die worstelen met seksuele verslaving hebben er vaak veel baat bij als ze hun strijd gaan delen met een vertrouwenspersoon aan wie ze verantwoording afleggen over hun

gedrag. Ook dit is een heel Bijbels principe. Zie bijvoorbeeld Prediker 4: 10, of Jakobus 5: 16, waar christenen worden opgeroepen om de misdaden aan elkáár te belijden.

4. Vaak moet er gewerkt worden aan **'onderliggende problemen'**. Seksverslaving is nogal eens het symptoom van andere problemen: onverwerkte gebeurtenissen, een negatief zelfbeeld, eenzaamheid, problemen in het gezin. Het is belangrijk dat iemand die wil breken met seksverslaving, ook gaat werken aan die onderliggende problemen. Dat zorgt voor een duurzame verandering.
5. Seksverslaving brengt in een huwelijk of verkering, vaak veel schade teweeg. De vrouw of vriendin is hevig teleurgesteld. Soms loopt het huwelijk op de klippen. In elk geval is het vertrouwen hevig geschaad. Bij de begeleiding van seksverslaving is het daarom belangrijk dat de partner betrokken wordt, dat er gewerkt wordt aan **herstel van onderling vertrouwen**. Binnen De Vluchtheuvel worden themabijeenkomsten voor partners gehouden, waarin zaken als 'vergeving', 'herstel van vertrouwen', 'grenzen aangeven' en dergelijke, ruime aandacht krijgen.

Hoop

Seksuele verslaving werd eens "een dodelijke kwaal voor de kerk" genoemd. En dat is een terechte diagnose. Deze strikken gaan aan de christelijke gemeente beslist niet voorbij. Wat onderstreept dit alles de noodzaak van het gesprek in het gezin, het Bijbelse onderwijs in de gemeente en het grote belang van bewogen pastoraat. Tegelijk is niemands situatie hopeloos. Al vele malen kwam in de spreekkamers van De Vluchtheuvel de geestelijke les van de Spreukendichter ter sprake: *Die zijn overtredingen bedekt, zal niet voorspoedig zijn; maar die ze bekent en laat, zal barmhartigheid verkrijgen.* (Spreuken 28: 13).

Erik-Jan Verbruggen

Maatschappelijk werker/Projectmanager

gjverbruggen@stichtingdevluchtheuvel.nl