



# Wonderlijk gemaakt

*voor ouders*

**Driestar onderwijsadvies**



[www.driestar-educatief.nl](http://www.driestar-educatief.nl)

*Driestar onderwijsadvies adviseert en begeleidt scholen voor voortgezet en (speciaal) basisonderwijs, met inspirerend onderwijs en goede zorg als ideaal. Wij zijn een onderdeel van kenniscentrum Driestar educatief en werken nauw samen met Driestar hogeschool.*

# Wonderlijk gemaakt

*methode relationele en seksuele  
vorming voor het basisonderwijs*

ouderbrochure

## **Colofon**

### **Uitgave**

Dit is een uitgave van Driestar onderwijsadvies (onderdeel van Driestar educatief) geschreven door inhoudelijke experts van *Wonderlijk gemaakt*.

© 2022 Driestar onderwijsadvies (onderdeel van Driestar educatief)

Versie 1

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande toestemming van de uitgever.

## Inhoudsopgave

1. Visie op relationele en seksuele vorming .....	4
2. Ontwikkeling van kinderen.....	13
3. Lesopbouw .....	19
Groep 1 .....	22
Groep 2 .....	27
Groep 3 .....	32
Groep 4 .....	37
Groep 5 .....	42
Groep 6 .....	47
Groep 7 .....	52
Groep 8 .....	60
4. Kindermishandeling voorkomen en signaleren .....	68
5. Literatuurtips .....	71

## Voorwoord

### ***Aanleiding***

Bij relationele en seksuele vorming kunnen opvoeders en school elkaar uitstekend aanvullen en ondersteunen. Tijdens ouderavonden merken we vaak dat ouders graag inzicht hebben in de lessen van *Wonderlijk gemaakt*, die hun kinderen op school krijgen. Daarbij willen ze handreikingen ontvangen om met hun kind over de lesthema's in gesprek te gaan. En in aanvulling op bestaande literatuur rondom relationele en seksuele vorming zoeken ouders ook vooral adviezen voor het versterken van weerbaarheid van kinderen. Dat komt juist in de methode *Wonderlijk gemaakt* vaak aan bod.

### ***Doel***

Dit boekje wil ouders en verzorgers inzicht geven in de opbouw van de methode *Wonderlijk gemaakt voor basisonderwijs (2021)*. Per les worden handvatten gegeven voor gesprek met hun kind(eren) over de onderwerpen die op school aan de orde komen en ook voor het gesprek tussen ouders onderling. In veel lessen komen tips rondom weerbaarheid aan bod.

NB: we spreken in dit boekje over ouders, waarmee we alle volwassenen bedoelen die kinderen verzorgen en opvoeden.

### ***Hoe te gebruiken?***

Door middel van dit boekje kunnen ouders de lessen van hun kind(eren) volgen en daar thuis op in spelen.

Ook op momenten dat de lessen niet gegeven worden, kunnen ouders dit boekje gebruiken om te zien welke onderwerpen aan bod komen bij de verschillende leeftijden. Zo kunt u nagaan welke gespreksonderwerpen u met uw kind aan kunt snijden. En met de literatuurtips kunt u zelf en met uw kinderen verder lezen over relaties en seksualiteit.

We hopen dat dit boekje veel ouders van dienst zal zijn om hun kinderen te begeleiden rondom relaties, seksualiteit en weerbaarheid.

## 1. Visie op relationele en seksuele vorming

De belangrijkste boodschap van *Wonderlijk gemaakt* is dat elk kind er mag zijn, ongeacht wat hij of zij voelt, meemaakt of doet. Elk kind is geschapen door God de Schepper. Elk kind is het waard om gekend, geliefd en beschermd te worden. Alle lessen moeten bijdragen aan het besef daarvan.

### ***Wat is relationele en seksuele vorming?***

Relationele en seksuele vorming is een **vanzelfsprekend** onderdeel van de opvoeding, omdat kinderen geschapen zijn als jongen of meisje en als relationele wezens. Zowel ouders als leerkrachten krijgen met relationele en seksuele vorming te maken naarmate kinderen zich ontwikkelen. Dat geeft de gelegenheid om vanuit christelijk perspectief en met Gods Woord als kompas de leerlingen te vormen, aansluitend bij hun ontwikkelingsniveau.

Seksuele en relationele vorming zien we als een onderdeel van **persoonsvorming**; het gaat om de vorming van de leerling, zijn identiteit (wie hij is) en zijn persoon (hoe hij is en handelt). Daarnaast is relationele en seksuele vorming belangrijk vanwege de uitdagingen in onze tijd. Kinderen hebben kennis en vaardigheden nodig om zichzelf te kennen en weerbaar te zijn.

In *Wonderlijk gemaakt* gebruiken we consequent de term relationele en seksuele vorming, omdat die het meeste recht doet aan wat we beogen met de methode: kinderen ondersteunen in relaties en seksualiteit.

### ***Belang van seksuele en relationele vorming***

Kinderen zijn onderdeel van verschillende relaties, in het gezin, op school, in de buurt of in de kerk. Kinderen zijn nieuwsgierig naar seksualiteit en hebben er vragen over. Ze hebben behoefte aan een duidelijk kader, waarin ze **positieve normen en waarden** kunnen ontwikkelen, met respect voor diversiteit. Relationele en seksuele vorming kan dan daarbij helpen.

Rondom relaties en seksualiteit zijn er veel **informele bronnen**, zoals familieleden, leeftijdsgenoten of media. Met de komst van internet en sociale media hebben kinderen massaal toegang tot informatie en beelden over seksualiteit. Informele bronnen zijn echter niet toereikend, niet bedoeld voor vorming en ze kunnen gezonde ontwikkeling zelfs in de weg

staan, doordat beelden of informatie verdraaid, onevenwichtig of niet respectvol zijn. Relationale en seksuele vorming kan deze beelden tegenspreken, corrigeren en nuanceren.

Ook draagt relationele en seksuele vorming bij aan het signaleren van en hulp bieden bij huiselijk geweld, (seksueel) misbruik en grensoverschrijdend gedrag. Het ondersteunt kinderen in de ontwikkeling van een **weerbare houding**. Zo draagt relationele en seksuele vorming bij aan de **sociale veiligheid** binnen scholen.

### ***Ouders en anderen***

Ouders zijn de eerste verantwoordelijken voor de opvoeding van kinderen. Dat zijn ze ook voor de relationele en seksuele vorming. Ouders hebben de taak om mooie, spannende en vervelende thema's aan te snijden en er levenslang voor de kinderen te zijn.

De leerkrachten en docenten op school begeleiden kinderen tijdelijk, in de context van het onderwijs. Ook de kerk kan haar eigen rol spelen. En daarbuiten zijn natuurlijk nog instanties die ingeschakeld kunnen worden op bijzondere momenten.

### ***Relationele en seksuele vorming in onze tijd***

Hoe kunnen we kinderen toerusten bij het opgroeien? Dat is een vraag die in alle tijden speelt. Iedere tijd kent zijn eigen vragen en uitdagingen op het gebied van relationele en seksuele vorming.

In de huidige pluriforme Nederlandse samenleving en onder christenen zijn de visies en uitingen met betrekking tot relaties en seksualiteit divers. Opvoeders staan voor nieuwe, soms snelveranderende, **vraagstukken en uitdagingen**. We lichten er een aantal uit.

Kinderen en jongeren worden veelal op jonge leeftijd via (sociale) media en pornografie al geconfronteerd met schoonheidsidealen en allerlei onjuiste, onrealistische (en vaak schadelijke) ideeën en verwachtingen over seks. We willen te midden van die boodschappen en indrukken kinderen helpen een gezond en **positief zelfbeeld** op te bouwen en **veilige kaders** en **betrouwbare informatie** bieden over relaties en seksualiteit.

De **diversiteit** in seksuele voorkeur (geaardheid of gerichtheid) en genderidentiteit, wordt steeds meer breed geaccepteerd in de maatschappij. Tegelijkertijd heeft de LHBTI gemeenschap regelmatig te maken met geweld en is het voor veel jongeren moeilijk om 'uit de kast te komen'. Opvoeders hebben een belangrijke rol in het respectvol omgaan

met elkaar en het accepteren van mensen met homoseksuele voorkeur (geaardheid of gerichtheid) of mensen die zoeken naar hun genderidentiteit. We moeten voorkomen dat jongeren en volwassenen zich afgewezen of gestigmatiseerd voelen vanwege hun gevoelens. Kinderen komen uit **allerlei soorten gezinnen**, met elk hun eigen positieve en negatieve kanten. Scheidingen, spanningen tussen ouders en samengestelde gezinnen of niet weten wie je ouders zijn, brengen de nodige (negatieve) gevolgen en uitdagingen voor de betrokken kinderen. Ook kan achter de voordeur van alles spelen rondom huiselijk geweld en seksueel misbruik, geslotenheid, negatieve ervaringen en pornografie (verslaving).

Kinderen en jongeren kunnen zowel offline als online te maken krijgen met situaties van grensoverschrijdend gedrag, mishandeling of seksueel misbruik. Dit kan ook spelen onder leeftijdsgenoten. Het zien en delen van pornografie, online grooming (kinderlokken) en sexting spelen zich vaak buiten het zicht van opvoeders af. De taak van opvoeders hierin is om kinderen te ondersteunen in het ontwikkelen van een weerbare houding, alert te zijn op mogelijke signalen en hulp te bieden. Seksualiteit en praten over seksualiteit is geen taboe meer in Nederland, en van die **openheid** kunnen wij als opvoeders ook gebruik maken om onze kinderen en leerlingen vroeg toe te rusten met verwondering, vertrouwen en weerbaarheid.

### ***Christelijk perspectief***

Voor christenen is de **Bijbel** gezaghebbend, als een licht op het pad (Psalm 119). De **christelijke waarden en principes** in *Wonderlijk gemaakt* komen voort uit de Bijbel en het christelijk geloof. Het is van groot belang om ons als opvoeders bewust te zijn van onze tijd en ons best te doen om onze kinderen veiligheid te bieden en te ondersteunen door de juiste waarden en betekenissen over te brengen, zodat ze hun hart en hun lichaam leren en durven te verzorgen, te waarderen, te bewaren en te gebruiken zoals de Heere God dat heeft bedoeld. Gods plan met de manier waarop mensen in relatie tot Hem en in liefdevolle en trouwe relaties met elkaar mogen leven, is goed om uit te dragen.

### ***Persoonsvorming***

Met *Wonderlijk gemaakt* wordt aangesloten op de kennis over persoonsvorming en de waardengerichte benadering die binnen Driestar educatief de laatste jaren belangrijk geworden zijn. De basis en

achtergronden van **persoonsvorming** zijn helder verwoord in *Hier ben ik. Een christelijk perspectief op persoonsvorming in het onderwijs* (Visser-Vogel & De Muynck, 2019).

Binnen Driestar educatief wordt de volgende **omschrijving** van persoonsvorming gehanteerd:

De vorming van mensen tot verantwoordelijke personen die verlangen om voor God, de ander en in deze wereld hun taak en roeping uit te oefenen

- met onderscheidingsvermogen: leren zien waar het op aan komt - op een christelijke manier naar de wereld en jezelf leren kijken;
- in verantwoordelijkheid: verantwoordelijkheid nemen (zelfstandig doen) en dragen (vasthouden);
- georiënteerd door het liefdesgebod: voor God en de ander willen leven;
- in gemeenschap: voor en met de ander.

#### ***Doelen van relationele en seksuele vorming***

Wat willen we bereiken met relationele en seksuele vorming? Zolang de kinderen nog niet volwassen zijn, hebben opvoeders een taak om hen te **ondersteunen** en te begeleiden in relaties en seksualiteit. Daarna hopen we dat ze **zelfstandig** verder kunnen, **verbonden** met het christelijk geloof, en met de mensen om hen heen hun **eigen plek** in de maatschappij innemen (Golombek en Van der Gouwe, 2016).

Dit model vat de inhoud en opbouw van Wonderlijk gemaakt samen.

Allereerst staat persoonsvorming centraal, als de verbondenheid met zichzelf en met God de Schepper (christelijk geloof), met de naaste (de ander) en de grotere samenleving en wereld (maatschappij).

Daarvan afgeleid zijn de inhoud van relationele en seksuele vorming geordend langs **vier rode draden**, in het model weergegeven met ieder hun eigen kleur en symbool:



1. Zelfbeeld, vanuit de christelijke waarden verwondering en waardigheid;
2. Duurzame relaties, vanuit de christelijke waarden liefde en trouw;
3. Sociale normen, vanuit de christelijke waarden respect en verantwoordelijkheid;
4. Weerbaarheid, vanuit de christelijke waarden zelfbeheersing en moed.





In de tabel is naast elke doorgaande lijn het hoofddoel opgenomen. De lesdoelen van alle lessen van *Wonderlijk gemaakt* zijn hiermee verbonden. De christelijke principes bij de vier doorgaande lijnen geven kort de christelijke visie weer.

Vier rode draden	Hoofddoelen	Christelijke uitgangspunten
<b>1. Zelfbeeld</b> 	Kinderen waarderen zichzelf, ook als relationeel en seksueel wezen, vanuit de waarden waardigheid en verwondering richting de Schepper.	1. God heeft elke persoon (man en vrouw) geschapen als een geestelijk, fysiek, sociaal en seksueel wezen, waardevol vanaf het begin. 2. Dat leidt tot een houding van verwondering richting de Schepper en erkenning van ieders waardigheid.
<b>2. Duurzame relaties</b> 	Kinderen kunnen duurzame relaties waarbinnen diverse vormen van intimiteit een plek hebben, herkennen, waarderen en	3. Elke persoon is door God geschapen om deel uit te maken van relaties met andere mensen (vrienden, familie, kerk en gemeenschap), om

	opbouwen, vanuit de waarden liefde en trouw.	elkaar te ondersteunen, intimiteit te ervaren in diverse vormen en zich verbonden, gewaardeerd en geliefd te voelen. 4. Seksuele gemeenschap komt tot bloei binnen een duurzame relatie (huwelijk) van liefde en trouw tussen man en vrouw.
<b>3. Sociale normen</b> 	Kinderen kunnen diverse sociale normen in de omgang met relaties en seksualiteit begrijpen en eigen grenzen verwoorden, vanuit de waarden respect en verantwoordelijkheid.	5. Geschapen zijn door God leidt tot een houding van zorg en respect voor het eigen lichaam (privé) en voor de grenzen van anderen. 6. Uit Gods grote gebod (God liefhebben boven alles en de naaste als jezelf) vloeit een houding voort van vriendelijkheid en zorg richting alle andere mensen, ongeacht onderlinge verschillen.
<b>4. Weerbaarheid</b> 	Kinderen tonen weerbaar gedrag in de omgang met relaties en seksualiteit, kunnen verdachte en schadelijke situaties herkennen en vragen indien nodig hulp, vanuit de waarden zelfbeheersing en moed.	7. De Bijbel toont het belang van reinheid voor lichaam en geest, wat zelfbeheersing vraagt. 8. Seksueel misbruik is, net als misbruik in het algemeen, fout, immoreel en illegaal. Nee zeggen, vluchten en erover vertellen zijn goed en vragen moed.

#### Wat doen de opvoeders?

Ook bij relationele en seksuele vorming is de **liefde en verantwoordelijkheid** van opvoeders om het kind heen van groot belang. Veel ouders voelen een bepaalde schroom om over deze

onderwerpen met hun kinderen te spreken. Het is niet erg als kinderen dat aan ouders merken, het geeft iets weer van de intimiteit en verwondering die past bij het onderwerp. Om te beschrijven wat u als opvoeder kunt doen op het gebied van relationele en seksuele vorming gebruiken we zes kernwoorden, die uitgebreid beschreven worden in het boekje *Opvoeden, gave en opgave* (zie literatuurlijst).

### **Samenleven**

Als papa thuiskomt, loopt hij altijd eerst naar mama toe, zet zijn tas neer en omhelst haar. 'Ha schat, daar ben ik weer' zegt hij dan. De kinderen kijken gniffelend toe en wachten tot hij ook hen groet. Soms duurt dat wel even...

Ook voor relationele en seksuele vorming geldt dat samenleven en voorleven belangrijk is. Laat zien wat van elkaar houden betekent in jullie gezin. In gesprekken en houding mag naar voren komen wat we belangrijk vinden rondom relaties en seksualiteit. De vanzelfsprekende dagelijkse gesprekken, die ook plotseling over lichamelijke, grenzen en seksualiteit kunnen gaan, zijn opbouwend. Wees daar niet bang voor en blijf jezelf als ouder. Eerlijkheid en echtheid van de ouders maken indruk op kinderen. Alleenstaand ouderschap maakt het moeilijker om liefde en trouw voor te leven, maar de gesprekken kunnen door de ervaringen wel verdiept worden.

### **Beschermen**

Als de jongens weer eens verontwaardigd naar hun vader toegaan waarom ze een bepaalde website niet kunnen zien, vertelt hij ze precies hetzelfde als de keren daarvoor: dat is voor onze veiligheid.

Zowel lichamelijk als emotioneel zorgen we als ouders voor veiligheid. Veiligheid om met elkaar te kunnen praten, veiligheid ook in het omgaan met elkaar en elkaars lichamen. Rust uw kinderen toe om zelfstandig te leren omgaan met de gevaren die er ook rondom media en seksualiteit in onze maatschappij op de loer liggen. Dat kan lang niet altijd door ze ervoor te beschermen, zoals met een filter op de computer. Vaker gaat het er om dat we kinderen leren de juiste grenzen aan te geven, gevaren te herkennen en er voor ze te zijn met een luisterend oor.

### **Doorgeven**

'Wat is eigenlijk een goede leeftijd voor deo, mama?' vraagt ze als ze onder haar deken kruipt. 'Goede vraag dame. Wanneer je deodorant gaat gebruiken heeft niet te maken met je precieze leeftijd, maar met de veranderingen in je lichaam. Als je lichaam gaat groeien, ga je ook meer zweten. Als je merkt dat je meer gaat zweten bij gym bijv, of als je zweet ruikt in je kleren, dan is het een goed moment om deo te gebruiken. We zullen eens een lekker geurtje voor je gaan uitzoeken!'

Relationele en seksuele vorming is meer dan voorlichting, maar voorlichten hoort er wel echt bij. In gesprekken leren we onze kinderen verwondering over Gods schepping en over hun eigen lichaam. Onze eigen ervaringen en gedachten over seksualiteit spelen dan natuurlijk een rol. Zorg dat ze de juiste woorden voor hun geslachtsdelen kennen, maar ook dat ze weten dat die delen privé zijn. Hoe ouder ze worden, hoe meer we ze kunnen vertellen over hoe de lichamen van man en vrouw in elkaar zitten en bij elkaar passen, over zwangerschap en geboorte. Durf te zeggen hoe bijzonder God onze lichamen geschapen heeft, want onze seksualiteit hoort daar bij. En durft u ook eerlijk te zijn over hoe u seksualiteit zelf beleeft (hebt)? Juist voor pubers kan dit de drempel verlagen om met eerlijke vragen of zorgen naar u toe te komen.

### **Ondersteunen**

'Toen mijn dochter Martha voor het eerst ongesteld werd, ze was bijna 13, ben ik met haar naar de stad gefietst om samen een kopje thee en een broodje te eten. We hebben gekletst als vriendinnen en ik heb haar verteld dat ze van een meisje een vrouw aan het worden is. Misschien mag je later, als God het geeft, ook moeder worden.'

Kinderen hebben onze ondersteuning nodig bij hun lichamelijke en emotionele ontwikkeling. Naarmate het kind het einde van de basisschool nadert, verandert het lichaam en gaat de jongen zich ontwikkelen tot man, het meisje tot vrouw. Sommige kinderen zijn vroeg rijp, zodat al in groep 6 of 7 de eerste menstruatie bij een meisje plaatsvindt, of in groep 8 een eerste zaadlozing bij jongens. Ze moeten weten hoe hun lichaam werkt. Door bewust aandacht te besteden aan de lichamelijke veranderingen in de puberteit, door een persoonlijke brief, een gezellig uitje of een goed gesprek, helpen we ze zichzelf te accepteren en waarderen. Help ze om een gezond zelfbeeld te ontwikkelen en om goede relaties met vrienden op te bouwen.

### **Wegwijzen**

Tijdens gesprekken met pubers pakt vader soms de Bijbel erbij. Als het gaat over nieuw leven wijst hij op psalm 139. In gesprekken over verkering en trouwen komt soms Genesis 2 aan bod.

We gebruiken de Bijbel, Gods woord, als kompas om kinderen de weg te wijzen op het gebied van relaties en seksualiteit. Zo leren ze normen en waarden. We mogen ze de weg wijzen in de maatschappij waar er zo verschillend gedacht en gepraat wordt over relaties en seksualiteit. Confrontatie met verkeerde normen kan kinderen afstompen, maar door ze te vertellen over bijvoorbeeld het omgaan met seksuele verlangens, gezonde relaties vol liefde en trouw en de emotionele verschillen tussen jongen en meisje, worden ze toegerust om zelfstandig hun levensweg te gaan.

### **Inwijden**

Eloise van 4 was verwonderd toen ze zo duidelijk haar nieuwe broertje voelde schoppen tegen haar hand. 'Mama, hij leeft echt!' Haar moeder legde uit hoe het kindje groeide in de speciale babykamer van mama en dat het nog heel lang zou duren voordat het geboren zou worden. Wat een prachtig wonder van de Heere!

Verwondering kunt u niet zomaar doorgeven, maar het kan wel ontstaan op bepaalde bijzondere momenten. In deze 'gouden momenten' kan de betekenis van liefde en de gave van seksualiteit duidelijk worden. Bijvoorbeeld rondom de geboorte van een kind, een trouwdag in de familie of een mooi gesprek. Zulke momenten helpen kinderen om hun hart en lichaam te bewaren voor hoe God het bedoeld heeft.

## Groep 1

Lesnummer	Titel	Zelfbeeld	Relaties	Sociale normen	Weerbaarheid
1.1	We zijn allemaal anders Zwangerschap en geboorte Knuffelen en privé Niet meegaan met vreemden	Ⓢ			
1.2		Ⓢ	Ⓢ		
1.3				Ⓢ	
1.4					Ⓢ





## **Les 1.1: We zijn allemaal anders**

*Kernzin: Ik ben ik en jij bent jij*

### **De les**

De leerlingen zien dat iedereen anders is. Ze benoemen verschillen en overeenkomsten en ze oefenen met eenvoudige complimenten.

### **Gesprek met kinderen thuis**

#### *Jongens en meisjes*

Hebt u thuis de verschillen tussen jongens en meisjes al besproken? En kan uw kind de geslachtsdelen benoemen? Sommige kinderen voelen zich niet prettig in hun lichaam als jongen of meisje. Dit kunnen op jonge leeftijd al verwarrende gevoelens zijn. Neem die signalen serieus.

*Jongens hebben een plasser of piemel. Meisjes hebben dat niet, maar zij hebben een spleetje of poenie. Als je als jongetje geboren bent, blijf je altijd een jongen. En een meisje blijft altijd een meisje en zal geen piemel krijgen.*

#### *Privé*

Leg uit dat de lichaamsdelen in onze onderbroek privé zijn.

*Jouw lichaam is van jou, privé. Over welke lichaamsdelen gaan je onderbroek en hemd? Die zijn vooral privé. Andere kinderen of mensen hoeven dat niet te zien of aan te raken. En dat raken wij zelf ook niet aan als er andere mensen bij zijn.*

#### *Spelletjes*

Kinderen in de kleuterleeftijd zijn nieuwsgierig naar hun eigen lichaam en dat van anderen. Vaak uit zich dat in spelletjes. Het gaat hier om een onschuldige nieuwsgierigheid die niet hard verboden, maar wel begrensd mag worden met afspraken, zoals: alleen spelen als iedereen het leuk vindt, we houden onze kleren aan. Zie ook les 2.3.

#### **Voor ouders onderling**

- Wat ziet u voor uniëks in uw kind? Zegt u dat ook?
- Welke woorden gebruiken jullie in het gezin voor de geslachtsdelen? Willen jullie dat zo houden?



## **Les 1.2: Zwangerschap en geboorte**

*Kernzin: Bijzonder, elke baby in mama's buik is een wonder!*

### **De les**

De leerlingen verwonderen zich over de groei van een baby in de buik van een moeder. Ze leren dat zij zelf ook in de buik van hun moeder zijn gegroeid. Ze praten samen over de ervaring van het krijgen van een broertje of zusje. Ieder kind heeft een eigen plek in het gezin.

### **Gesprek met kinderen thuis**

#### *Zwangerschap*

Als u meerdere kinderen gekregen heeft, of als u of iemand in de omgeving zwanger is, gaan de gesprekken vanzelf over het krijgen van een baby. Het is vaak een bijzondere ontdekking als een kind inziet dat hij ook in de buik van mama gezeten heeft.

*Elke vrouw heeft in haar buik een speciaal babykamertje. Daarin groeit soms een baby'tje. De baby blijft negen maanden in dat speciale babykamertje. Daar is het lekker warm en veilig, zodat het baby'tje elke dag kan groeien en groeien, totdat het tijd is om geboren te worden.*

#### *Broertje of zusje krijgen*

Voor oudere kinderen is het fijn als de ouders met ze praten over hoe ze het vinden om een broertje of zusje te krijgen. Betrek uw kinderen in de voorbereidingen.

#### *Vragen beantwoorden*

Kinderen kunnen heel verschillende vragen hebben. Probeer zo eerlijk mogelijk de vragen te beantwoorden op het eigen niveau.

#### **Voor ouders onderling**

- Stelt uw kleuter veel vragen over zwangerschap of geboorte? En hoe gaan jullie als vader en moeder daar mee om?
- Vinden jullie dat je moet afwachten tot er vragen komen, of kunt u ook actief inspringen op omstandigheden (zoals zwangerschap) en uitleg geven?





### **Les 1.3: Knuffelen en privé**

*Kernzin: Een goede knuffel maakt je blij!*

#### **De les**

De leerlingen praten over verschillende manieren van aanraken en knuffelen. Ze oefenen zelf ook met het benoemen van fijne of boze aanrakingen. Ze leren dat hun blote lichaam privé is.

#### **Gesprek met kinderen thuis**

##### *Aanrakingen*

Liefdevolle aanrakingen geven een fijn gevoel. Van welke aanrakingen geniet uw kind? Aanrakingen kunnen troosten en rustig maken. Boze aanrakingen kunnen juist pijn doen of verdrietig maken, zoals schoppen, bijten, slaan of duwen. Dat geeft een nee-gevoel. Zeg dan stop.

##### *Knuffelen*

Knuffelen is heel normaal in een gezin. Vraag eens aan uw kind wat hij of zij een fijne knuffel vindt. Fijne knuffels geven een ja-gevoel.

*Houd jij van knuffelen? Wat voor knuffel zal ik je geven? Hmm, dat geeft een fijn gevoel, een ja-gevoel.*

##### *Privé*

Leg opnieuw uit dat de lichaamsdelen in onze onderbroek privé zijn.

*Jouw lichaam is van jou, privé. Alles wat in je onderbroek zit, is privé. Daarom hoeft niemand anders dat te zien of aan te raken. Alleen papa of mama die je helpt thuis.*

#### **Voor ouders onderling**

- Op welke manier houden jullie zelf van aanrakingen of knuffelen?
- Welke boze aanrakingen komen wel eens voor in het gezin? Hoe gaan jullie daar mee om?



## **Les 1.4: Niet meegaan met vreemden**

*Kernzin: Ik ga niet weg, zonder dat ik dat tegen papa of mama zeg.*

### **De les**

De leerlingen leren door voorbeeldverhaaltjes dat het niet goed is om met vreemde mensen mee te gaan, ook al bieden ze je iets leuks of lekkers aan. Ze oefenen met goede antwoorden zoals: 'Ik ga dat eerst even aan mama vragen'.

### **Gesprek met kinderen thuis**

#### *Niet meegaan*

Leg uit dat het niet goed is om met vreemde mensen mee te gaan, omdat uw kind ze niet kent en omdat jullie als ouders dat misschien niet weten. Het boek *Met jou ga ik niet mee!* is behulpzaam in het aanleren van deze regel.

*Als je buiten bent, kan het soms gebeuren dat er iemand komt en vraagt of je meegaat. Het kunnen wel aardige mensen zijn. Eerst is het misschien wel leuk, maar op een keer kunnen ze je vragen iets te doen wat jij niet wilt. Als ze jouw lichaam willen aanraken bijvoorbeeld, of ze willen dat jij hun lichaam aanraakt. Dat is dan helemaal niet fijn, want jouw lichaam is van jou, privé. Daarom moet je nooit zomaar meegaan met mensen zonder dat je moeder of vader het weet.*

#### *Goede antwoorden*

Bespreek wat uw kind kan zeggen en doen als iemand vraagt om mee te gaan. Oefen af en toe met situaties: een vriendje dat even naar de supermarkt wil, een man die zegt dat hij de oom van een vriendinnetje is, een vrouw die zegt dat ze je moeder gesproken heeft.

#### **Voor ouders onderling**

- Welke regels golden er vroeger bij jullie thuis tijdens het buitenspelen?
- Weet jullie kind wat het kan doen als vreemden hem/haar vragen mee te gaan? Hoe hebben jullie dat uitgelegd?
- Zijn jullie bang dat jullie kind bang wordt voor vreemden als u waarschuwt? Hoe voorkomt u dat?