

Kriebels in je buik – Kinderen en seksualiteit

(Kleuters – eerste leerjaar)

Ook kleuters en jonge kinderen maken een seksuele ontwikkeling door. Ze hebben vragen over lichaam, voortplanting en verliefd zijn. En ze stellen ook typisch gedrag voor die leeftijd. Relationale en seksuele opvoeding is dus zeker op zijn plaats in het kleuteronderwijs.

1 Vragen van kleuters over seksualiteit

Kleuters hebben vooral vragen over hun lichaam en over het voortplantingsverhaal. Vanaf 4 jaar krijgen ze ook interesse in vriendschappen en relaties.

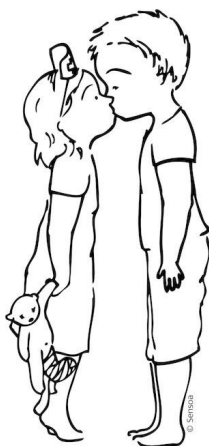
- Waarom heb ik een piemel en jij een spleetje?
- Krijgen alleen meisjes borsten?
- Hoe komt een baby in de buik van mama?
- Waarom zoenen mensen met elkaar?

2 Thema's voor seksuele vorming aan kleuters

Relationele en seksuele vorming kan bij kleuters dus gaan over

- geboorte en zwangerschap
- lichaam en hygiëne
- gelijkenissen en verschillen tussen meisjes en jongens
- vriendschappen en relatievormen
- sociale regels: wat mag je wel of niet doen in een bepaalde situatie

3 Seksuele ontwikkeling van kleuters



Kleuters worden zich bewust van sociale regels. Wanneer mag ik iemands lichaam bekijken of aanraken bijvoorbeeld. In hun nieuwe schoolomgeving worden die nieuwe omgangsregels nog belangrijker.

- Ze spelen graag rollenspelletjes of 'doktertje'
- Ze zijn nieuwsgierig naar het voortplantingsverhaal
- Ze beleven al hechte vriendschappen en worden 'verliefd'
- Ze leren dat 'jongen' of 'meisje' zijn definitief is

Omgaan met seksueel getint gedrag van kleuters

Zoentjes geven, piemeltje laten zien, doktertje spelen ... wie met kleuters werkt weet dat deze situaties zich voordoen, ook op school. Hoe reageer je daarop? Het [Vlaggensysteem van Sensoa](#) helpt je om seksueel gedrag van kinderen in te schatten en gepast te reageren.

De [normatieve lijst bij het Vlaggensysteem](#) geeft een overzicht van mogelijk seksueel gedrag per leeftijd.

Er bestaat een [Vlaggensysteem voor het onderwijs](#), in samenwerking met de Centra voor Leerlingenbegeleiding, de onderwijskoepels en ouderverenigingen. Met een aantal specifieke situaties in de kleuterschool.

4 Lestips voor seksuele voorlichting aan kleuters

4.1 Zorg voor een veilige sfeer

Zorg voor een rustige sfeer en maak de omgeving zo veilig mogelijk door goede afspraken te maken. Je kan daarvoor de [PICKASOLL-regels](#) aanpassen. De belangrijkste afspraken voor kleuters:

- stil zijn als iemand praat
- luisteren naar elkaar
- elkaar niet uitlachen

4.2 Gebruik woorden die herkenbaar zijn

Gebruik woorden die voor jou en voor de kleuters herkenbaar zijn. Vraag eens welke woorden ze kennen.

In de [lesmap 'k Zag 2 Beren](#) (PDF) - deel kleuters vind je een aantal tips voor opwarming en afspraken met kleuters.

4.3 Bespreek alle lichaamsdelen

Kinderen zijn eigenaar van hun lichaam. Het is belangrijk dat ze dat leren. Als er iets mee gebeurt dat ze niet fijn vinden, mogen ze dat vertellen. Om hen daarvan bewust te maken, benoem je alle lichaamsdelen, ook geslachtsdelen.

Zo leren we hen dat een piemel of een vagina gewoon een deel is van je lichaam, waarvoor jij en andere mensen respect hebben. En als je daar pijn of ongemak voelt, dan mag je dat benoemen.

4.4 Gebruik herkenbare situaties

Gebruik alledaagse, herkenbare situaties om te praten over sociale regels en privacy. Onder de deur van het toilet gluren bijvoorbeeld: mag dat? En vind je het zelf fijn als iemand dat doet?

Zo krijgen ze inzicht in wanneer iets wel kan of niet, wat je kan doen of zeggen als je iets niet leuk vindt.

4.5 Geef een eenvoudig antwoord op elke vraag

Antwoorden op hun vragen is nodig. Een eenvoudig antwoord zorgt voor geruststelling en vertrouwen:

- Het is oké om vragen te hebben over je lichaam, over baby's krijgen of verliefd zijn.
- Je mag hulp vragen aan een volwassene als je iets meemaakt dat niet leuk was.

Je wakkert er geen ongezonde nieuwsgierigheid voor seksualiteit mee aan. Kleuters onthouden alleen wat voor hen bevattelijk is. En zijn al snel weer met iets anders bezig.

Moedig hen aan vragen te stellen, zo sluit je aan bij hun leefwereld en ontwikkelingsniveau.

4.6 Neem kleuters ernstig

Neem kleuters ernstig als ze 'verliefd' zijn: kleuters ervaren soms al innige relaties met een persoon of een dier in hun omgeving. Ze zijn op zoek naar de betekenis van vriendschappen en relaties. Lach hen niet uit als ze erover vertellen.

4.7 Heb aandacht voor diversiteit

Laat verschillende soorten relaties en gezinsvormen aan bod komen in je les. Denk na over genderstereotypes. Met het [materiaal rond het personage 'Lou'](#) bijvoorbeeld komen kinderen op een speelse manier in aanraking met een divers mensbeeld.

5 Prentenboeken voor seksuele voorlichting

Prentenboeken zijn een welkom hulpmiddel om het over relaties en seksualiteit te hebben.

5.1 Hoe kan je prentenboeken gebruiken?

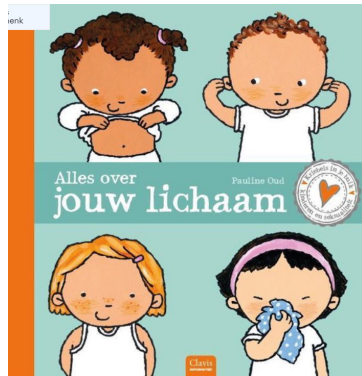
- Een goed prentenboek helpt je om het over gevoelens, verliefd zijn bijvoorbeeld, te hebben.
- De illustraties in kinderboeken helpen om zaken te visualiseren.
- Je vindt vanzelf de gepaste woorden als je het daar moeilijk mee hebt.
- Kinderboeken gebruiken vaak humor, zo krijg je een ontspannen sfeer.

- Als je samen in een boek kijkt, hoef je elkaar niet voortdurend aan te kijken.

5.2 Hoe herken je een goed kinderboek over seksualiteit?

Een goed kinderboek over seksualiteit

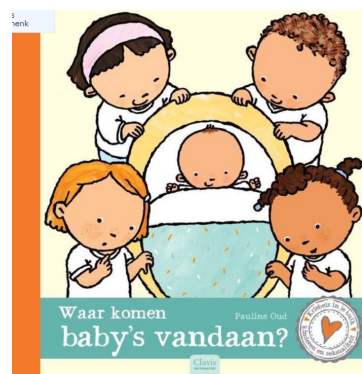
- is voldoende recent (zeker voor informatieve boeken)
- werkt aan attitudevorming, is niet stereotyperend, rolbevestigend of discriminerend
- sluit aan bij de ontwikkeling van het kind.



Jouw lichaam

Het eerste boek in de Kriebels in je buik-serie. De eerste seksuele voorlichting voor kinderen vanaf 4 jaar. Maak kennis met je eigen lichaam. En met het lichaam van andere kinderen! Hoofd, buik, benen, armen en handjes: samen ontdekken we het hele lichaam en hoe je er goed voor zorgt!

Waar komen baby's vandaan?

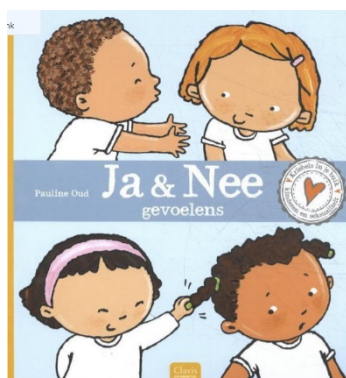


Ook kinderen hebben vaak kriebels in hun buik. Als ze hun eigen lichaam leren kennen, als ze voor het eerst verliefd worden, of als ze intimiteit en seksualiteit ontdekken. Dat is heel natuurlijk. Kriebels in je buik maakt al deze stappen bespreekbaar, met op maat gemaakte boeken voor verschillende leeftijden. Kinderen groeien op, en Kriebels in je buik groeit met hen mee. Wat een fijn gevoel. Een heldere en interactieve eerste kennismaking met het lichaam, baby's en voortplanting. De eerste seksuele voorlichting voor kinderen vanaf 3 jaar. Noa wordt grote zus. Er zit een baby in haar mama's buik. Maar hoe komt de baby in mama's buik? Hoe groeit de baby? Wanneer komt de baby uit mama's buik? En hoe gaat dat dan? Aan de hand van korte, herkenbare situatieschetsen en interessante

weetjes worden alle vragen van kinderen beantwoord.

→ Op een kindvriendelijke manier worden de feiten rondom baby's krijgen besproken. Zeer geschikt voor nieuwsgierige kleuters die een broertje of zusje verwachten en vragen hebben.

Ja & nee gevoelens



Een boek waarin weerbaarheid en zelfvertrouwen centraal staan. Met leuke spelletjes en vraagjes. De eerste seksuele voorlichting voor kinderen vanaf 3 jaar.

Ook kinderen hebben vaak kriebels in hun buik. Als ze hun eigen lichaam leren kennen, als ze voor het eerst verliefd worden, of als ze intimiteit en seksualiteit ontdekken. Dat is heel natuurlijk. Kriebels in je buik maakt al deze stappen bespreekbaar, met op maat gemaakte boeken voor verschillende leeftijden. Kinderen groeien op, en Kriebels in je buik groeit met hen mee. Wat een fijn gevoel. Wanneer zeg je ja en wanneer zeg je nee? Wanneer mag iets wel doen en wanneer mag je iets niet doen? Kun jij zelf ook luisteren als een ander nee zegt? Wat zijn leuke geheimpjes en wat

zijn nare geheimpjes? Dit boek leert je dat je zelf de baas bent over jouw lichaam.

→ Super goed boek! Een boek waar duidelijk instaat wat fijn en niet fijn is. Maar ook de grenzen aangeven van een knuffel, of als iemand wil dat je op schoot gaat zitten. Je kan seksueel misbruik niet voorkomen, maar dit boek helpt kinderen wel om er over te praten en duidelijk te maken naar een ouder of een ander vertrouwd persoon. Nee zeggen en zelf ook luisteren naar nee als een ander dit zegt.