

Het hoort er gewoon bij

Melanie Linssen-Meijer en Iva Bicanic

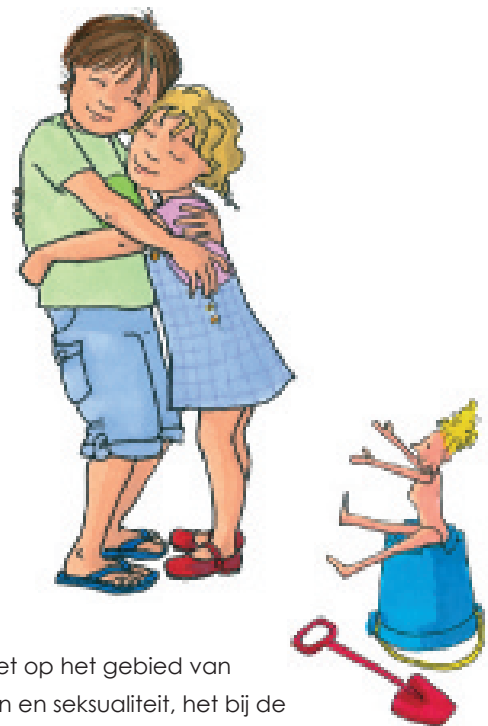


Volwassenen vinden het vaak lastig om met jonge kinderen te praten over hun lijf en bloot zijn. Terwijl kinderen hier meestal onbevangen en zonder schaamte tegenover staan. Toch is het belangrijk om als volwassene zonder schroom met kinderen over dit onderwerp te praten. Hoe pak je dat aan als leerkracht?

Seksuele opvoeding begint al in het eerste levensjaar. Als je een baby knuffelt, is er sprake van intimiteit. Een dreumes die zijn eigen geslachtsdeel aanraakt, kan merken dat dit een fijn gevoel geeft. Door ook deze lichamelijke aanraking niet af te keuren, krijgt het kind de boodschap mee dat het er mag zijn. Het kind is één met zijn lichaam en ontdekt het. Dit ontdekken van het eigen en ander-mans lichaam is kenmerkend voor de peuterfase en hoort bij een normale seksuele ontwikkeling. Een peuter wordt zich meer bewust van de verschillen tussen jongens en meisjes. Als je als leerkracht kennis hebt van de normale seksuele ontwikkeling en positief en begrenzend reageert op uitingen van kinderen, doe je aan seksuele opvoeding. Door bepaald gedrag te negeren of af te wijzen, kun je onbedoeld het signaal afgeven dat seksualiteit niet zou mogen bestaan. Terwijl het er gewoon is, elke dag weer. Helaas is er niet altijd voldoende kennis aanwezig en al helemaal niet over hoe ermee om te gaan. Daarom wat handvatten voor in de praktijk.

Onbevangen

De meeste jonge kinderen zijn onbevangen over seksualiteit. Het hoort er gewoon bij, ze kennen nog geen schaamte. Bij kinderen komt er ook geen erotiek bij kijken en daardoor is de beleving anders dan bij volwassenen, die er wel een bepaalde lading bij hebben. Voor volwassenen kan het daarom lastig zijn om zonder schroom met kinderen te praten over bloot zijn en hun lijf. Maar het is wel belangrijk om dit te doen en al direct op jonge leeftijd. Een kind is de baas over zijn lichaam, maar kan dat pas zijn als het weet hoe alles heet. En als een kind weet dat er een antwoord op vragen zal zijn en er dus over gepraat mag worden, schept dat het juiste, open, klimaat. Het kind weet dan dat als zich iets



voordoet op het gebied van bloot zijn en seksualiteit, het bij de ouders/verzorgers terecht kan. Als je op deze manier de seksuele ontwikkeling van het kind begeleidt, ben je bezig met seksuele opvoeding. Je leert het kind bepaalde vaardigheden, stimuleert een positief zelfbeeld en respecteert zijn grenzen. Uit onderzoek (Soa Aids Nederland; Rutgers Nisso Groep, 2005) blijkt dat jongeren die een goede band hebben met hun ouders minder vaak ervaringen hebben met gedwongen seks. Ze kunnen blijkbaar beter hun grenzen aangeven en vaker 'nee' zeggen tegen ongewenst seksueel gedrag. Kortom, openheid over seksualiteit kan bijdragen aan het ontwikkelen van de weerbaarheid van je kind.

Geslachtsdelen benoemen

Het begint bij het benoemen van de geslachtsdelen. Dat lijkt zo simpel, maar is het niet. Maak eens een rondje bij ouders of collega's en vraag hoe ze de geslachts-

delen van de kinderen benoemen. Voor een jongen is het meestal 'piemel', maar soms worden ook benamingen als 'pielemoos' of 'fluitje' gebruikt. Voor een meisje is het al wat lastiger. 'Vagina' klinkt voor sommigen te volwassen, maar iedereen kent wel de (ouderwetse) 'bibs' of 'voorbillen'. Waarom zo moeilijk doen? Kinderen hebben recht op een eenduidige en eenvoudige benaming. Wat maakt het hen uit of het 'piemel' is of 'penis', als het maar eenduidig is en iedereen het hetzelfde noemt. Je noemt je oren toch ook niet de ene keer 'luisterdoosjes' en de andere keer 'flapjes'?

Geslachtsdelen benamingen die voorkomen in de praktijk

Jongen: piemel, plasser, penis, pipi, geslachtsdeel, pik, kruis, tollie, lulletje, snikkel

Meisje: plasser, spleetje, vagina, poenie, gaatje, kutje, doosje, bibs, voorbillen, sneetje

Er is in 1999 onderzoek gedaan naar de benamingen voor geslachtsdelen, zoals die in Nederland door kinderen werden gebruikt (Hagens, Leeuwenburgh, 1999). Voor een jongen worden volgens dit onderzoek de volgende benamingen het meest genoemd: piemel, plasser, penis. Voor een meisje is het als volgt: plasser, spleetje, vagina.

Probeer als leerkracht in de **gespreksvoering** en de omgang met kinderen één van bovenstaande drie benamingen te gebruiken. Welke je kiest, hangt enerzijds af van waar je je het prettigst bij voelt en anderzijds van wat het kind van huis uit heeft meegekregen.

Bespreikbaar maken

In de dagelijkse omgang met kinderen zijn er vaak momenten waarin onderwerpen rondom seksualiteit bespreikbaar kunnen worden gemaakt. Kinderen zijn nieuwsgierig en kunnen van alles vragen, zoals 'jij hebt geen piemel hè?'. Je kunt er ook een keer expliciet aandacht aan schenken, bijvoorbeeld met het thema 'je lichaam'. Dit is ook fijn voor de kinderen die niet zo veel vragen stellen over dit onderwerp. Je kunt dit thema een keer tijdens een kringgesprek bespreikbaar maken. Als hulpmiddel kun je het prentenboek *In je blootje* (Meijer & Bicanic, 2008) gebruiken. Dit is speciaal ontwikkeld voor het jonge kind om hun lijf en bloot zijn bespreikbaar te maken. Juist in de leeftijd van twee tot vier jaar vindt de ontwikkeling van de genderidentificatie plaats. Kinderen worden zich dan bewust van het verschil tussen jongens en meisjes. Dit boekje is een goed hulpmiddel om tegemoet te komen aan de nieuwsgierigheid van het jonge kind. De illustraties van Laura Neuhaus zijn leuk en realistisch. Voor kinderen is bloot zijn net zo vanzelfsprekend als kleren aan hebben. Het boek over Luuk en Roos gaat



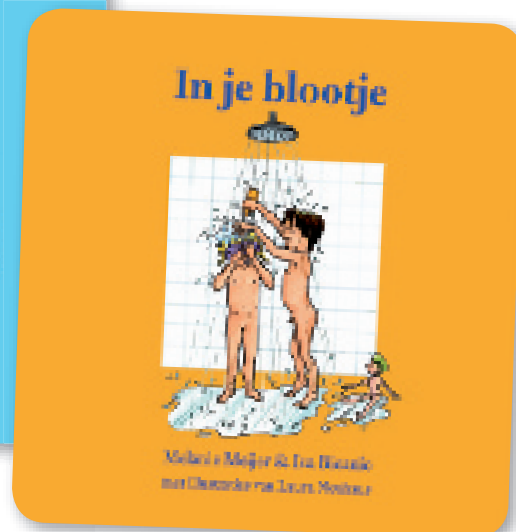
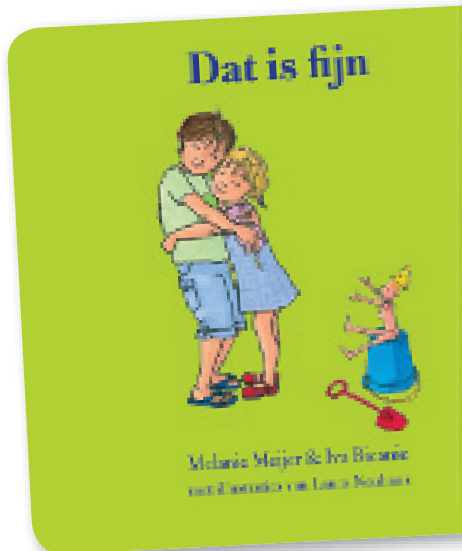
Plaatjes die dicht bij de belevingswereld van kinderen liggen, maken het makkelijker om over seksualiteit te praten

over het verschil tussen beiden. Eerst wordt het kind uitgenodigd om te vertellen hoe het ziet wie Luuk is en wie Roos. Luuk en Roos lopen in winterjassen met muts op. Ze gaan naar het zwembad. Hoe zie je wie wie is als je alleen een zwembroek aan hebt? Wat heb je vervolgens aan onder de douche? Tot slot worden de geslachtsdelen benoemd en kan de voorlezer het kind vragen welke naam het zelf heeft voor zijn of haar geslachtsdeel.

Maak een rondje en kijk naar de reacties van de kinderen. Zo leren ze dat de geslachtsdelen een normaal onderdeel van hun lichaam zijn en dat ze er een benaming voor hebben. Om het **thema 'je lichaam'** uit te breiden zou je ze naast het benoemen van de geslachtsdelen ook andere delen van het lichaam kunnen laten benoemen. Achter in het prentenboek staat alvast een plaatje van een blote Luuk en Roos met pijlen bij de voet, het haar et cetera. Nog leuker is het om in de kring te gaan staan en de onderdelen bij jezelf aan te wijzen, zodat de kinderen mogen roepen. Ook kun je ze een tekening laten maken over hun eigen lichaam.

Aanrakingen

Minstens zo belangrijk voor het ontwikkelen van een positief zelfbeeld is de bewustwording van aanrakingen.



Volwassenen raken kinderen vaak aan, bijvoorbeeld een aai over de bol of een kus op de wang, maar ook met het helpen aankleden. In de dagelijkse omgang is elkaar aanraken daarom meestal vanzelfsprekend. Toch is het belangrijk dat het jonge kind onderscheid leert maken tussen prettige en onprettige aanrakingen. Als je hierover praat, maak je het voor het kind makkelijker om aan te geven of een aanraking fijn of niet fijn is.

Als je **'aanraken'** als thema gebruikt, kun je een aantal activiteiten met de kinderen doen. Sta in het kringgesprek eens stil bij opzettelijk en per ongeluk lichamelijk contact. Er zijn vast voorbeelden uit de dagelijkse praktijk: je staat op iemands teen, je stoot iemand aan, je duwt of aait iemand. Wat vind je daarvan en wat vindt de ander? Het is belangrijk dat het kind leert herkennen of de ander dit wel of niet fijn vindt. Dat heeft alles te maken met het ontwikkelen van het besef dat je de grenzen van een ander moet respecteren, dat je een ander geen pijn mag doen en dat 'nee' ook echt 'nee' is.

Bij het leren herkennen van gezichtsuitdrukkingen en lichaamstaal kun je het prentenboekje *Dat is fijn* (Meijer & Bicanic, 2008) gebruiken. Roos krijgt een kus op haar wang, Luuk een duw in de speeltuin en ze zitten samen op de bank. De illustraties zijn duidelijk en herkenbaar. Bij elke tekening staan twee vragen, zoals 'wat doet de hond?' en 'hoe vindt Luuk dat?'. Laat de kinderen daarna om de beurt iets noemen wat zij fijn vinden en daarna wat ze niet fijn vinden. Op deze manier kunnen ze putten uit hun eigen belevingswereld. Ook deze activiteit kan worden afgesloten met het maken van een tekening over iets wat het kind fijn vindt, gerelateerd aan een aanraking. Bijvoorbeeld liggen op een zacht kussen of bij mama op schoot zitten.

Grenzen aangeven

Als kinderen herkennen welke aanrakingen ze niet leuk vinden, kunnen ze daar 'nee' tegen zeggen. Jonge kinderen moeten nog oefenen om voor zichzelf op te komen. Met behulp van hun directe omgeving kunnen de vaardigheden die hiervoor nodig zijn wel worden ontwikkeld. Het thema 'nee zeggen mag' kan in de klas een leuke manier zijn om de kinderen te laten oefenen met 'nee' zeggen. Ook is dit een mooie aanleiding om te benoemen in welke situaties het belangrijk is dit te zeggen én als kind hiernaar te luisteren.

Jonge kinderen zijn nieuwsgierig naar hun eigen lichaam en dat van een ander. Zo kan het gebeuren dat kinderen vader en moedertje of dokterdje spelen. Dat jonge kinderen aan elkaar zitten en ook elkaars piemel of spleetje bekijken en betasten, hoort bij normaal seksueel gedrag op deze leeftijd. Wel gelden een aantal 'regels'. Je kunt deze regels bij dit thema expliciet benoemen. Daarnaast kun je hierbij het derde boekje uit de weerbaarheidsserie gebruiken, *Nee zeggen mag* (Meijer & Bicanic, 2010). Door middel van twee verhalen wordt duidelijk gemaakt dat Luuk en Roos 'nee' mogen zeggen tegen handelingen of aanrakingen die ze niet willen. Ze lopen weg en vertellen het mama. Als Roos bijvoorbeeld geen kusje wil geven aan haar tante, wordt dit gerespecteerd. Roos is de baas over haar kusjes. Ook hier staan bij elke illustratie één of twee vragen.

Bespreek tijdens een kringgesprek dit onderwerp interactief met de kinderen. Zoals de vraag 'aan wie vertel jij iets dat je niet leuk vindt?'. In een **rollenspel** kun je met de kinderen oefenen in het 'nee zeggen'. Ieder kind komt aan de beurt en ieder kind zegt 'nee' op zijn eigen manier.

Het prentenboek sluit af met het 'nee'-lied op de melodie van 'Altijd is Kortjakje ziek'/'Olifantje in het bos'. Door

het kringgesprek, rollenspel en liedje geef je op een gevarieerde manier aandacht aan dit belangrijke thema.

Weerbaarheid

Elk kind is weer anders en het ene kind is van nature weerbaarder dan de ander. Dat heeft onder meer te maken met het karakter van het kind, het gezin waar het uit komt en eerdere ervaringen. Maar hoe verschillend kinderen ook zijn, ze hebben allemaal recht op de basisinformatie, steun van de directe omgeving en ook de ruimte om zichzelf te ontdekken en te ontwikkelen. Lekker in je vel zitten is belangrijk voor nu en voor later. Je mag zijn wie je bent en bent minder kwetsbaar voor vervelende gebeurtenissen die zich in het leven zullen voordoen. Het ontwikkelen van een positief zelfbeeld begint bij de geboorte. Het kind is de baas over zijn eigen lichaam: zijn lichaam is van hem en van niemand anders. Dit meegeven aan kinderen is misschien wel de meest waardevolle boodschap, zodat ze zelf hun grenzen kunnen aangeven en hun weerbaarheid kunnen versterken.

Weerbaarheidsboekjes door Melanie Meijer en Iva Bicanic: 1. *In je blootje*, 2. *Dat is fijn*, 3. *Nee zeggen mag*. De serie is speciaal ontwikkeld voor het jonge kind (twee t/m vijf jaar), om bij te dragen aan het vormen van een positief zelfbeeld. Door kennis te nemen van de voorbeelden uit de boekjes kunnen kinderen gestimuleerd worden vaardigheden te ontwikkelen om grenzen aan te geven. Dit kan hun weerbaarheid versterken.

Handige tips

Regels bij seksueel spel, zoals 'dokterje spelen':

- Hou toezicht op jonge kinderen, terwijl ze wel een eigen plekje hebben om te spelen.
- Kinderen zijn ongeveer van dezelfde leeftijd (3-5 jaar verschil).
- Ze doen elkaar geen pijn.
- Ze dwingen elkaar niet.
- Ze maken elkaar niet bang.
- Ze hebben zichtbaar plezier.
- Ze kunnen zo nodig makkelijk stoppen met het spel.

Praten met het jonge kind

- Neem de ruimte voor vragen en beantwoord die eerlijk.
- Hou je informatie simpel en kort.
- Draai er niet omheen.
- Luister goed naar het kind.

Voorbeeldsituaties

1. Als je Kevin (5 jaar) helpt met zijn veters strikken, grijpt hij opeens naar je borst. Hij reageert lachend op je schrik-

reactie. Wat doe je? Natuurlijk wil je niet dat hij aan je borsten komt. Maar je wil er ook niet teveel ophef over maken, kinderen kunnen dit nu eenmaal dit doen.

Tip Maak hier voor Kevin een leermoment van. Vertel Kevin dat hij niet zomaar aan jouw borsten mag komen, je vindt het niet prettig, je borsten zijn van jou. Jij komt toch ook niet zomaar aan zijn billen? 'Want jouw billen zijn van jou'. Zo leert Kevin dat het niet normaal is als er zomaar iemand aan zijn billen of piemel komt.

2. Sofie (4 jaar) zit steeds met haar hand in haar broek. Je negeert haar gedrag aanvankelijk, maar omdat ze dit steeds vaker doet, gaat het je irriteren. Wat doe je? Je wilt haar gedrag niet afwijzen, want ook masturbatie hoort bij normaal seksueel gedrag, maar het stoort je in de klas.

Tip Vanaf een jaar of vier kun je kinderen prima leren dat je sommige dingen niet doet in de klas, net zoals neuspeuteren, boeren of winden laten. Vertel Sofie dat je begrijpt dat het wrijven haar een fijn gevoel geeft en dat ze dit best mag doen, maar dan liever als ze thuis is. ●

Leestips

- Baseler, M. (2003). *Ik+jij=wij, alles over vriendschap, liefde en geboorte*. Amsterdam: The House of Books.
- Doef, S. van der (2005). *Ik vind jou lief*. Amsterdam: Ploegsma.
- Doef, S. van der (2007). *Kleine mensen, grote gevoelens, de seksuele opvoeding van kinderen*. Amsterdam: Ploegsma.
- Doef, S. van der (2009). *Nee, een boek over Nee en Ja zeggen*. Amsterdam: Ploegsma.
- Doef, S. van der (2009). *Kinderen & Seksualiteit*. Utrecht: Kosmos Uitgevers
- Zwiep, C. (2005). *Kinderen en seksualiteit, pedagogische begeleiding in de kinderopvang*. Amsterdam: uitgeverij SWP.
- Zwiep, C. (2010). *Dokterje spelen en zo, omgaan met lichamelijkheid, intimiteit en seksualiteit*. Amsterdam: Elsevier gezondheidszorg.
- Zwiep, C. (2010). *Wat is wijsheid, seksuele opvoeding van jonge kinderen*. Amsterdam: uitgeverij SWP.

Literatuur

- Soa Aids Nederland, Rutgers Nisso Groep (2005). *101 vragen over jongeren en seks, uit het onderzoek 'Seks onder je 25'*. Delft: Eburon.
- Hagens, R. & Leeuwenburgh, I. (1999). *Het geheel is meer dan de som der delen: onderzoek naar kennis van seksualiteit bij kinderen van 7 en 8 jaar*. Amsterdam: VU.