

Les 3.1: Mijn lichaam is van mij

Kernzin: Ik houd van mijn lichaam en weet hoe alles heet.

De les

De leerlingen benoemen hun lichaamsdelen en verwonderen zich over hun Schepper. Ze tekenen hun lichaam, en kleden dat aan. Ze bespreken samen welke aanrakingen ze wel of niet prettig vinden.

Gesprek met kinderen thuis

Woordgebruik

Jonge kinderen maken nog weinig onderscheid tussen de verschillende lichaamsdelen, zoals armen, oren of geslachtsorganen. In hun omgeving kunnen ze soms merken dat je over bepaalde lichaamsdelen maar beter niet kunt praten. Dat heeft het gevaar dat deze lichaamsdelen geheimzinnig worden of vreemd. Kinderen gaan dan woorden gebruiken, die vaak tegen schuttingtaal aanliggen.

Wees niet bang om de geslachtsdelen te benoemen zoals jullie als ouders afgesproken hebben.

We noemen de 'privé'plekjes voortaan: spleetje, vagina, piemel of plasser.

Verwondering

Leg ook regelmatig uit dat uw kind bijzonder en uniek geschapen is. Jouw lichaam is van jou.

Jouw lichaam is mooi gemaakt door God de Schepper. Jij bent uniek en bijzonder. We zijn er zuinig op. We mogen Hem danken dat Hij ons zo mooi gemaakt heeft.

Aanraking

Bespreek eens met uw kind of het uw aanrakingen fijn vindt. Leg opnieuw uit dat een kind nee mag zeggen als het zich niet prettig voelt bij aanrakingen.

Voor ouders onderling

- Bespreek samen welke woorden jullie voor geslachtsdelen gebruiken. Gebruikt uw kind die ook al?
- Kinderen hebben behoefte aan lichamelijk contact. Op welke manieren raakt u uw kinderen aan? Hoe merkt u of ze het prettig vinden of niet?
- Wat vinden jullie een goede manier van reageren als je kind een schuttingwoord gebruikt?

Les 3.2: De komst van een baby

Kernzin: Een nieuwe baby groeit in mama's buik.

De les

De leerlingen staan stil bij hun eigen gezinssituatie. Ze praten over 'in verwachting' zijn en hoe een baby groeit in mama's buik. Ze denken na over de voorbereiding voor de komst van een nieuwe baby.

Gesprek met kinderen thuis

In verwachting

Leg uit hoe een kind groeit in de baarmoeder. Een zwangerschap in het gezin, de familie of kennissenkring biedt vaak aanleiding tot gesprek.

Iedere mama heeft een speciaal babykamertje in haar buik.

Meestal is dat kamertje leeg, maar soms groeit daar een nieuw kindje. Het baby'tje logeert in de speciale kinderkamer van mama's buik.

Betrek uw kinderen bij een nieuwe zwangerschap door een echofoto te laten zien of ze te laten meedenken over bed, kleertjes of namen.

Het ontstaan van een baby

Beantwoord vragen over het ontstaan van een baby eerlijk, bijvoorbeeld op de volgende manier.

Een vader en moeder houden veel van elkaar en vinden het fijn om met elkaar te knuffelen. Als ze elkaar overal aanraken en hun kleren uitdoen, kan via de penis van de man een zaadje door het spleetje van de vrouw in haar buik komen. Uit dat zaadje en een eitje van mama kan een baby'tje groeien.

Voor ouders onderling

- Als u meerdere kinderen hebt: hoe hebt u de komst van een nieuwe baby aan uw kinderen verteld?
- Heeft uw kind al vragen gesteld over het ontstaan van een baby? Hoe wilt u daarover vertellen?
- Zouden jullie de zwangerschap willen gebruiken om meer over de voortplanting te vertellen, ook als het kind niets vraagt?



Les 3.3: Fijne en vervelende geheimen

Kernzin: Vervelende geheimen vertel ik verder – ik heb het gezegd!

De les

De leerlingen leren het verschil tussen fijne en vervelende geheimen aan de hand van een 'fijne geheimenkoffer' en een 'zwarte geheimendoos'. Ze leren dat een vervelend geheim eigenlijk geen geheim is en dat het beter is zo'n geheim aan iemand te vertellen die ze vertrouwen. Vervelende geheimen doorvertellen is geen klikken.

Gesprek met kinderen thuis

Geheimen

Bespreek ook thuis het verschil tussen fijne en vervelende geheimen.

Fijne geheimen zijn leuk, daar word je blij van. Vervelende geheimen maken bang en verdrietig. Die geven een heel vervelend gevoel, een nee-gevoel.

Over geheimen gaan ook een aantal bladzijden in het prentenboek *Nee! Een boek over nee en ja zeggen* (zie literatuurlijst).

Vertellen

Vraag uw kind eens met wie het kan praten als er vervelende dingen gebeuren. Benadruk dat uw kind altijd bij u terecht kan. Heeft uw kind op school ook vertrouwenspersonen om zich heen? En durft uw kind te bidden voor vervelende dingen?

Voor ouders onderling

- Komt uw kind naar u toe om te vertellen als er iets vervelends is gebeurd? Probeer gelegenheid te 'arrangeren' voor vertrouwelijke gesprekjes, bijv. bij het naar bed brengen of het samen in de auto rijden.
- Hebt u ooit te maken gehad met vervelende geheimen? Met wie hebt u die gedeeld?