

Les 5.1: Wonder van de geboorte

Kernzin: Zo kwam ik op de wereld – ik mag er zijn.

De les

De leerlingen denken na over zwangerschap en geboorte, ook vanuit hun eigen naam, plek in het gezin en gelijkenis met familieleden. Ze bereiden zich voor op een interview met familieleden over hun eigen geboorte.

Gesprek met kinderen thuis

Geboorte

Vertel uw kind wat u nog weet over zijn of haar geboorte, eventueel aan de hand van foto's en het geboortekaartje. Zo bouwt u ook aan de band met uw kind. Beantwoord zijn of haar vragen eerlijk.

Bevalling

Sommige kinderen kunnen al erg geïnteresseerd zijn in de bevalling. Vertel daarvan wat u kwijt wilt.

Je weet dat een baby groeit in het babykamertje in de buik van een moeder. Als de baby groot genoeg is, moet het naar buiten. De moeder heeft een apart gaatje waar de baby uit komt. De vagina van de moeder (speeltje) is net als een elastiekje. Bij de bevalling wordt het zover uitgerekt dat de baby er door past. Meestal komt eerst het hoofdje. Wat een wonder!

De boeken *Het wonder van het leven* en *Mam, waar was ik toen?* zijn goed bruikbaar ter aanvulling op deze les (zie literatuurlijst).

Voor ouders onderling

- Wat willen jullie je kind vertellen over zijn/haar eigen geboorte?
- Hoe is de band met jullie familie? Voelt uw kind die band ook?
- Als u adoptiekinderen heeft, hoe praat u dan over zijn/haar geboorte?



Les 5.2: Zelfverzekerdheid en lichaamstaal

Kernzin: Ik kan vertellen met mijn lichaam.

De les

De leerlingen leren wat ze met hun houding, gezichtsuitdrukking en stemtoon laten zien. Ze oefenen in een zelfverzekerde houding ('lopen met een volle ballon').

Gesprek met kinderen thuis

Non-verbaal

Stimuleer een zelfverzekerde houding en leer uw kind voor zichzelf opkomen. Kinderen zijn zich vaak niet bewust van de grote invloed en kracht die non-verbale communicatie heeft. Om ze weerbaar te maken kunnen ze oefenen met de kracht van lichaamstaal.

Als iemand je aanraakt en je wilt dat niet, mag je afweren, bijvoorbeeld met je handen. Jouw lichaam is van jou, privé.

Zelfverzekerd

Kijk eens naar uw kind en help hem/haar met een goede houding. Uw kind kan natuurlijk ook uw houding benoemen!

Bij een zelfverzekerde houding hoort:

- hoofd rechtop
- een krachtige stem
- een ballon van binnen opblazen
- rechtop lopen
- stevig staan – benen een beetje uit elkaar
- borst vooruit
- schouders naar achteren
- aankijken

Voor ouders onderling

- Vraag eens aan uw man/vrouw hoe zelfverzekerd uw eigen houding is.
- Welke emoties laat u vaak in uw houding zien? Positieve dingen als blijdschap of trots? Of negatieve dingen als ergernis, boosheid of angst?

Les 5.3: Verdachte situaties

Kernzin: Is het verdacht of is het veilig?

De les

De leerlingen bespreken aan de hand van krantenartikelen en foto's om goed te reageren op verdachte situaties aan de hand van een ja- of neegevoel.

Gesprek met kinderen thuis

Jagevoel of neegevoel?

Besprek met uw kind wanneer het een jagevoel of een neegevoel heeft over dagelijkse situaties. Denk aan familiebezoek, een treinreis, doktersbezoek et cetera.

Je kunt in verschillende situaties een jagevoel of een neegevoel hebben. Dat voelt anders. Bij een jagevoel voel je je tevreden en blij. En bij een neegevoel voel je je juist bang, verdrietig of boos. Dat moet je altijd aan iemand vertellen!

Wat zou je doen als?

Wanneer er in het nieuws of in de omgeving misbruiksituaties aan het licht komen, kan dat een aanleiding zijn om met uw kind te praten over de situatie. Wees nooit gericht op bang maken, maar op weerbaar maken, door vragen als 'Wat zou jij doen als...?'

...er een man dicht naast je komt zitten in de trein.

...een man in een auto vraagt of je hem even de weg wilt wijzen en bij hem in de auto komt.

...je na zwemles niet in een apart douchehokje kunt aankleden.

...je tante weer wil dat je lang op schoot blijft zitten.

Voor ouders onderling

- Bent u zelf bang als uw kind alleen op straat is? Merken ze dat? Wees gericht op weerbaarheid en niet op angst.
- Bedenk of u zelf wel eens in een situatie bent gekomen waarin u een nee-gevoel kreeg. Wat gebeurde er? Hoe reageerde u? Bespreek dat met elkaar. En is dit iets om aan uw kind te vertellen, zodat u een identificatiefiguur kunt zijn?
- Weet u wat u moet doen bij vermoedens van kindermishandeling? Zie hoofdstuk 4.

