

## Prettig en niet prettig

### Leerdoelen

- Het kind maakt kennis met situaties en aanrakingen die zij prettig en minder prettig vinden
- Het kind weet dat niemand hen mag dwingen of overhalen iets te doen wat zij zelf niet willen
- Het kind weet wat zij kunnen doen in situaties die niet pluis voelen
- Het kind leert prettige en onprettige gevoelens in bepaalde situaties bij zichzelf te herkennen
- Het kind weet bij wie zij terecht kunnen met problemen en/of onprettige gevoelens

### Inleiding

Vandaag gaan we het hebben over prettige en niet-prettige aanrakingen. Niet iedereen vindt dezelfde manier van aanraken fijn. Zo vindt de één het fijn om onder z'n voet te kriebelen, terwijl een ander dat juist heel vervelend vindt. Als anderen je aanraken kan dat ook prettig of onprettig zijn. Je kunt het bijvoorbeeld fijn vinden als je moeder je op de rug kriebelt, maar niet fijn als je tante dat doet. In deze les gaat het over welke aanrakingen van anderen je wel of niet prettig vindt en in welke situaties dat zo is.

### Opdracht 1: Vind je dit prettig?

Hieronder staan afbeeldingen met verschillende situaties.

Lees per afbeelding de situatie voor aan het kind en stel de volgende vragen:

- Vind je het prettig of niet prettig?
- Stel, dat het je broer/zus, tante/oom, oma/opa of buurman/buurvrouw was geweest?
- Hoe voelt het als er iets gebeurt tegen je zin?
- Waar voel je dat in je lichaam?
- Hoe kun je dan reageren?

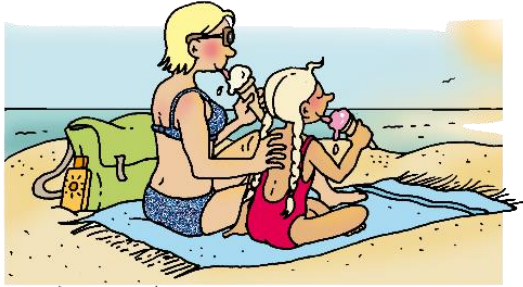
Vraag het kind nu ook echt te reageren en deze reactie uit te beelden door:

- gebruik te maken van zijn of haar stem
- gebruik te maken van zijn of haar houding
- gebruik te maken van gebaren

**Let op!:** Het kan voor het kind lastig zijn om te vertellen wat het prettig of niet prettig vindt. Soms ervaart een kind wel een onprettig gevoel maar durft het dat niet te zeggen of te laten merken.



Je helpt je oma in de keuken met het maken van een taart. Het is een mooie en feestelijke taart geworden. Oma is erg tevreden en geeft je een kus op je wang.



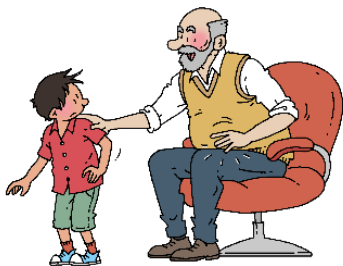
Het is mooi weer en je bent samen met je moeder op het strand of in het zwembad. Jullie eten een ijsje en je moeder kietelt je op jouw rug.



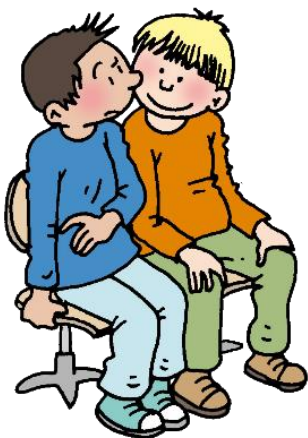
Je komt op school en vertelt aan een vriendje dat jullie hond erg ziek is. Het vriendje slaat een arm om je heen.



Vandaag ben je bij jouw vriendje aan het spelen. Jullie zijn samen op zijn kamer. Hij laat je zijn piemel zien.



Op het verjaardagsfeestje van je vader vraagt de buurman of je bij hem op schoot komt zitten.



Je zit in de klas in de kring en een klasgenootje zit dicht tegen je aan.

---

**Opdracht 2: Wie vraag jij om hulp?***Benodigdheden*

- Leeg A4-papier
- Pen of potlood

We gaan nadenken over de mensen die je om hulp kan vragen als er iemand iets doet wat je niet prettig vindt. Trek je hand over op het lege A4-papier. Naar wie zou jij als eerste toegaan als jij je verhaal kwijt wilt, problemen hebt of hulp nodig hebt. Schrijf deze naam op de duim. Aan wie zou je nog meer hulp kunnen vragen? Schrijf deze naam op de wijsvinger. Maak een lijst van 5 mensen die jou kunnen helpen, als je maar één of twee personen weet is het ook goed!

**Afsluiting**

Er bestaan prettige en onprettige situaties. Iemand kan jou aanraken of iets doen wat jij wel of niet fijn vindt. Als iemand iets bij jou doet of jou aanraakt op een manier die jij niet fijn vindt, is het belangrijk dat je dat tegen de ander zegt of duidelijk laat merken, bijvoorbeeld als iemand je kietelt op een onprettige manier, een geslachtsdeel aanraakt terwijl je dat niet wilt of je slaat. De ander hoort dan te stoppen. Als de ander niet luistert, kun je hulp vragen van iemand die jij vertrouwt.

**Boeken die aansluiten bij deze les:**

*Dat is fijn.* Melanie Meijer & Iva Bicanic, Uitgeverij SWP, 2008  
*Nee!* Sanderijn van der Doef & Marian Latour, Ploegsma, 2009  
*Knuffel heeft zorgen.* Katrin Meier, De Vries-Brouwers, 1997  
*Blijf van me af!*, Martine Delfos, Nino, 2012  
*Het is niet leuk.* Martine Delfos, SWP uitgeverij, 2011  
*Dat nare gevoel.* Martine Delfos, Nino, 2011  
*De baas over je lijf.* Melanie Meijer & Iva Bicanic, Niño, 2015