

Seksuele vorming in de klas

Van groep 1 tot en met groep 8



Het is belangrijk om kinderen te ondersteunen in hun sociaal-emotionele en seksuele ontwikkeling. Vooral in de periode dat kinderen basisonderwijs volgen is dit belangrijk, want in deze fase ontwikkelen zij normen en waarden, en leren ze vaardigheden om later gezonde (seksuele) relaties aan te gaan. Relaties waarin ze weloverwogen keuzes maken, hun eigen wensen en grenzen kennen en ook respect hebben voor de wensen en grenzen van anderen.

TEKST: INGIL DE HAAN, RUTGERS FOTO'S: FLOORFOTO EN LEONIE VAN DE MORTEL

Moeten wij iets met Lentekriebels? Het antwoord is: ja, je moet lessen geven over relaties en seksualiteit. Aandacht voor seksualiteit en seksuele diversiteit staat namelijk in de kerndoelen van alle onderwijsniveaus, van primair onderwijs tot en met mbo. En dat is niet voor niets.

AL OP DE BASISCHOOL

Waarom het al op de basisschool over relaties en seksualiteit moet gaan? Seksualiteit is veel meer dan seks. Kinderen maken al vanaf de geboorte een seksuele ontwikkeling door. Ze ontdekken hun lichaam, zijn nieuwsgierig naar dat van anderen en zien verschillen met die anderen. Zij vormen hun zelfbeeld. Sommige kinderen worden verliefd. Ook kunnen kinderen te maken krijgen met aanrakingen die ze niet fijn vinden of zijn ze onzeker over wat ze wel of niet prettig vinden. Voor sommigen begint aan het eind van de basisschoolleeftijd zelfs de puberteit al. Op deze situaties wil je kinderen voorbereiden. Er gebeurt de hele basisschoolperiode dus veel met kinderen. Leerkrachten spelen, naast ouders, in deze tijd een belangrijke rol in de kinderlevens. De school is bovendien bij uitstek een plek waar kinderen leren omgaan met verschillen, ook in normen en waarden.



BEHOEFTE AAN INFORMATIE

Bij alles wat kinderen zien en leren, kunnen ze vragen hebben. Jonge kinderen stellen die vragen gewoon. Hoe komt een baby in de buik? Waarom heeft zij twee papa's? Kinderen hebben recht op antwoorden, die passen bij hun eigen begrip en ontwikkelingsfase. Vertrouw erop dat wanneer kinderen een vraag stellen, ze klaar zijn voor de informatie. Het antwoord kun je verwoorden op een manier die zowel bij het kind als bij jouzelf past. In de bovenbouw ontstaat er meer schaamte rond seksualiteit. Dan hebben kinderen evengoed vragen en onzekerheden, maar vinden ze het lastiger om daarmee bij jou of een andere volwassene te komen. Elk kind vindt het spannend wat er gebeurt of kan gebeuren in de puberteit. Elk kind ziet op sociale media, op televisie en op straat seksueel getinte beelden, die het misschien niet altijd goed interpreteert. Bovendien krijgen kinderen mee dat er grensoverschrijdend gedrag en seksueel misbruik voorkomt, zoals bij *The Voice*. Het is belangrijk dat school een plek is waar kinderen betrouwbare informatie en antwoorden op hun vragen krijgen.

STIMULEREND SCHOOLKLIMAAT

Als leerkracht kun je een belangrijke rol spelen bij de begeleiding van kinderen in hun groei naar volwassenheid. Hoe eerder je met hen over relaties en seksualiteit praat en ruimte biedt om hier vragen over te stellen, hoe makkelijker dit bespreekbaar wordt én blijft als kinderen ouder worden. Je draagt hiermee bovendien bij aan een sociaal veilig schoolklimaat waarin iedereen zichzelf kan en mag zijn, zich durft te uiten en respect heeft voor elkaars meningen, wensen en grenzen. Van leerkrachten die lessen geven over relaties en seksualiteit horen we terug dat zowel zijzelf als de kinderen de lessen heel erg leuk vinden en dat ze zorgen voor een fijne groepsdynamiek.



HOE EERDER JE MET KINDEREN OVER SEKSUALITEIT PRAAT, HOE BETER DIT BESPREEKBAAR BLIJFT

NIET MOEILIJK!

Veel leerkrachten zien het belang van relationele en seksuele vorming, maar schromen om hiermee aan de slag te gaan. Voor sommige volwassenen heeft het thema relaties en seksualiteit een zekere lading. Het is een intiem en persoonlijk onderwerp, waar sommigen niet makkelijk over praten. Onthoud dan: het gaat niet om persoonlijke seksualiteitsbeleving. Je kunt altijd zelf bepalen wat je wel of niet wilt vertellen over jezelf. Daarmee geef je zelf ook je grenzen aan en laat je zien dat iedereen recht heeft op privacy. Erkende lesmethodes, zoals *Kriebels in je buik* en *Veilig Wijs*, kunnen helpen om het gesprek gemakkelijker te maken met leuke werkvormen en thema's die passen bij de leeftijdsfase van de kinderen. Het belangrijkste is dat jij het gesprek faciliteert en kinderen de ruimte geeft om hun eigen mening te vormen en vragen te stellen. Ook kunnen kinderen elkaars vragen beantwoorden, waarbij jij eventueel corrigeert. Weet je het antwoord op een vraag niet? Geen nood, zoek het op. Geef de kinderen het gevoel dat het goed is dat ze vragen stellen en creëer hiervoor een veilige sfeer.

ONDERSTEUNING VAN OUDERS

De meeste ouders vinden het heel fijn en goed dat er op de basisschool over deze onderwerpen wordt gesproken. Soms vinden ze het zelf lastig om over deze onderwerpen te spreken, dan helpt het hen als de school deze bespreekbaar maakt. Thuis kunnen ze er dan met de kinderen over doorpraten en hun eigen visie, normen en waarden toevoegen.

Er zijn ook ouders die bang zijn dat hun kind te vroeg dingen leert over seks, bijvoorbeeld omdat ze bang zijn dat hun kind er nog niet aan toe is of vroeg met seks gaat beginnen. Die angst is ongegrond. Onderzoek laat zien dat kinderen die goede informatie ontvangen, bewustere en gezondere keuzes maken op dit gebied. Ze hebben geleerd wat hun eigen wensen en grenzen zijn, om rekening te houden met de grenzen van anderen en om respect te hebben voor andere meningen, waarden en normen. Als ouders weten waar seksuele vorming op school over gaat, vinden ze het vaak heel goed. Seksuele vorming heeft als doel om kinderen sterker en bewuster te maken, en dat willen alle ouders voor hun kind. ▶

TIP

Blijf jezelf en vind een manier die bij je past. Je didactische vaardigheden als leerkracht zijn belangrijker dan kennis van seksualiteit. Houd het luchtig, gebruik humor en geniet van wat je terugkrijgt van de kinderen!

GRENSOVERSCHRIJDING STOPPEN

Seksuele vorming heeft een positieve insteek. Iedereen is anders, iedereen mag er zijn. Aanrakingen en seks moeten fijn zijn, voor beide partijen. Seksuele vorming leert kinderen dat het niet oké is als iets niet goed voelt en dat je dat mag laten merken. Dat je altijd moet checken bij de ander of die het ook oké vindt. Die grens kan namelijk voor iedereen anders zijn. Is het niet oké en ga je over iemands grens, dan is er sprake van seksuele grensoverschrijding.

Het kan zijn dat een kind dit al heeft meegemaakt. Als het kind zich dat tijdens de les realiseert, kan het hier iets van laten merken. Het is dan je taak om het kind te helpen en te zorgen dat het grensoverschrijdende gedrag stopt. Een leerkracht kan op verschillende manieren helpen om de leefwereld van een kind veilig te maken.

KINDEREN DIE GOEDE INFORMATIE HEBBEN, MAKEN BEWUSTERE EN GEZONDERE KEUZES



AAN DE SLAG

Lentekriebels

De Week van de Lentekriebels is een laagdrempelige manier om het geven van lessen over relaties en seksualiteit uit te proberen. De projectweek vindt elk jaar plaats rond 21 maart, het begin van de lente. GGD's ondersteunen scholen bij het organiseren van deze projectweek.

Lesmethodes

Kies een erkende lesmethode en bied deze aan in een doorlopende leerlijn vanaf groep 1 tot en met groep 8. Structureel aandacht voor relaties en seksualiteit beklijft beter dan een enkele les of projectweek. *Kriebelsinjeboek.nl* is een erkende interventie van Rutgers, waarvan ook een versie is voor het speciaal onderwijs (*Kriebelsinjeboekso.nl*). Op de website van Gezonde School vind je meer erkende lesmethodes en aanvullende interventies.

Ondersteuning

Seksuelevorming.nl van Rutgers biedt ondersteuning aan scholen, ook in het speciaal onderwijs. Behalve praktische tips vind je hier educatieve materialen, een beeldbank en informatie over de Week van de Lentekriebels. Gebruik de tips bij het thema van dit jaar, *Je lijf is van jou*, om wensen en grenzen bespreekbaar te maken. Dit kan natuurlijk ook buiten de Week van de Lentekriebels!

Teamtraining

Is nog niet het hele team overtuigd van het belang van seksuele vorming? Stel voor om een teamtraining te volgen. Je kunt daarvoor terecht bij de Gezonde School Adviseur van de GGD of je kunt een trainer zoeken in de trainerspool op *seksuelevorming.nl*. Er zijn ook trainingen over het Vlaggensysteem of de Meldcode huiselijk geweld en kindermishandeling.

Ouders

Breng ouders op de hoogte voordat je de lessen gaat geven. Informeer hen over de inhoud van de lesmethode, vertel waarom de school deze lessen geeft en neem dit onderdeel op in het schoolplan of de schoolgids. Geef ouders ook informatie over hoe zij zelf seksuele opvoeding kunnen geven. In de webshop van Rutgers vind je brochures over seksuele ontwikkeling en opvoeding die je kunt downloaden of bestellen. Ook kun je kinderen huiswerkopdrachtjes meegeven om over dit onderwerp met hun ouders te praten.

Schoolklimaat

Aandacht voor relaties en seksualiteit op school gaat verder dan lessen geven; de schoolomgeving moet veilig zijn. Stel als school gedragsregels op voor positief gedrag en voor gedrag dat niet toelaatbaar is. Houd toezicht en geef het goede voorbeeld. Maak bijvoorbeeld geen seksistische opmerkingen, behandel jongens en meisjes niet verschillend en spreek elkaar aan op ongewenst gedrag. Maak kinderen duidelijk waar zij terecht kunnen met vragen, twijfels, zorgen of problemen (een vertrouwenspersoon bijvoorbeeld) en creëer een duidelijke zorgstructuur.

Ingvil de Haan werkt bij Rutgers, expertisecentrum seksualiteit. Ze houdt zich bezig met online informatie en de ondersteuning van professionals rond seksuele vorming, anticonceptie en onbedoelde zwangerschap.