WELKOM BIJ HET WEBINAR

We starten 20.00

Alise, Suzanna en Wilbert

1

CHRIS EN VOORKOM

- Online
  Met anonieme chat, mail en telefoon
- Training
  GRIP en LEV trainingen bij scholen, kerken en verenigingen
- Jeugdpastoraat
  Met diverse trainingen en cursussen waaronder de Kinder- en tiener pastoraatcursus

2

ABCD KEUZE

Hoe kijkt u terug op uw eigen seksuele opvoeding?
A. *Er werd open over gepraat, ik kon alles vragen.*
B. *Het kwam wel eens ter sprake, maar vooral als het "nodig" was.*
C. *Bij ons werd er niet over gepraat.*
D. .....

3

VAN KIND NAAR TIENER

- Lichamelijke ontwikkeling
- Emotionele ontwikkeling
- Geestelijke ontwikkeling
- Sociale ontwikkeling

LEGS



4

SEKSUELE ONTWIKKELING

- Baby's
- Verkennen van eigen lichaam
  - Geen besef van verschillen j/m

- Peuters en kleuters
- Ontdekken bouw en functies van lichaam
  - Leren uiterlijke verschillen tussen j/m
  - Stellen veel vragen zonder schaamte



5

SEKSUELE ONTWIKKELING

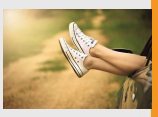
Kinderen 6-9 jaar
- Ontwikkelen seksuele persoonlijkheid (j/m)
- Zelfbewuster (nieuwsgierig, maar ook schaamte)
- Veel grapjes over seksualiteit

Kinderen 8-11 jaar
- Eerste verschijnselen van puberteit
- (95% van de meisjes tenminste één kenmerk van de puberteit tussen de 9 en 13,5 jaar)

6

TOT GROEP 8

- Leerbaar
- Kopieergedrag
- Aanhankelijk
- Afhankelijk


7

TIENER

- **Lichamelijk**: veranderingen, hormonen, zelfbeeld
- **Emotioneel**: sterke gevoelens, onzekerheid, verlangen naar erbij horen
- **Geestelijk**: experimenteren, grenzen testen
- **Sociaal**: vriendschappen, groepsdruk, eerste relaties

Deze ontwikkelingen lopen **niet synchroon** – en dat is normaal.

Seksuele ontwikkeling begint **lang vóór seksuele handelingen**

8

PRAKTISCHE TIPS

- Vertel alles op tijd
  - Niet kennis, maar onwetendheid leidt tot verkeerd gedrag
  - School / media / vrienden geven vaak verkeerde informatie
- Creëer open sfeer/Veiligheid om vragen te stellen
  - Geef antwoord, zonder kinderen uit te lachen
- Leef na wat je vertelt
- Benoemen wat normaal is
- Het vraagt **begeleiding**, geen haast.

9

JE KIND VRAAGT: WAT IS SEKS?

- **A.**
  Je schrikt en zegt: *"Heb je dat niet met biologie les op school gehad?"*
- **B.**
  Je geeft een uitgebreid en gedetailleerd biologisch verhaal, zodat je kind alles meteen weet.
- **C.**
  Je neemt de tijd om uit te leggen dat seks hoort in liefdevolle en respectvolle relatie.
- **D.**
  .....

10

SEKSUALITEIT = *MEER DAN SEKS ALLEEN*

Seksualiteit is **onderdeel van de hele mens**

Het gaat over:

- lichaam
- gevoelens
- relaties
- persoonlijkheid



11

BOUWEN AAN EEN RELATIE / VRIENDSCHAP

L ICHAMELIJK

E MOTIONEEL

G EESTELIJK

S OCIAAL



12

EN DAN OPEENS.....

- Verliefdheid en liefde
- Genegenheid vs. opwinding



13

JONGENS EN MEIDEN

Jongens	Meisjes
Vanzelf	Stand-by
Kijken	Voelen
Respect	Liefde
Pizza	Spaghetti



14

WEERBAARHEID EN GRENZEN

Weerbaarheid
= grenzen voelen, aangeven en volhouden
met respect voor een ander.

LEGS

15

WAT MAAKT EEN GRENS TREKKEN ZO LASTIG?

- Seksualiteit triggert: *lekker – meer – vaker – verder*
- Het brein remt nog onvoldoende in de puberteit
- Media / maatschappij heeft een sterke boodschap
- Sociale norm van de groep
- Onzekerheid, zelfbeeld en zelfvertrouwen

16

WEERBAARHEID BEVORDEREN

- Zelfvertrouwen
- Eigenwaarde en Zelfbeeld
- Steun vanuit huis
- Kritisch kunnen denken

Wie bepaalt wat 'normaal' is?

Waar haal jij meestal bevestiging vandaan?

Hoe weet je wanneer een grens bereikt is?

17

DRIE UNIVERSELE PSYCHOLOGISCHE BASISBEHOEFTEN

- Is er iemand blij met mij?

Verbondenheid
- *Hoor ik erbij en voel ik me gezien en gewaardeerd door anderen?*

Competentie
- *Voel ik dat ik ergens goed in ben en dat ik vooruitga in wat ik doe?*

Autonomie
- *Mag ik mezelf zijn en heb ik invloed op keuzes die voor mij belangrijk zijn?*

18