

7 tips bij het bespreken van seksualiteit met kinderen



7 tips bij het bespreken van seksualiteit met kinderen.

Makkelijker praten over seks....

Maar wat als je het zelf lastig vindt om dit thema te bespreken? Daarvoor geef ik je enkele tips. Deze kan je gebruiken bij het bespreekbaar maken van seksualiteit met kinderen. Ook als er bij hen sprake is van een verstandelijke beperking.

1. Zorg voor een ontspannen sfeer. Humor kan hierbij helpen.
Zorg ervoor dat jezelf ontspannen bent. Om zelf te ontspannen kan het helpen om je voor te bereiden op dit gesprek en het eens hardop te oefenen. Wat ook bijdraagt aan een ontspannen sfeer is uiteraard de tijd te nemen. Mobieltjes ed. aan de kant en echt even tijd voor elkaar.
2. Begin er zelf over
Als volwassene heb jij een voorbeeldfunctie. Als jij niet over het onderwerp seksualiteit begint, kan het kind dit opvatten als, "dat jij het er niet met het kind over wil praten". Hoe lastig is het dan voor een kind om hier zelf over te beginnen?! En aan wie kan het kind dan vragen stellen of zijn /haar verhaal kwijt?
3. Ga in op vragen van een kind.
Als je niet direct het antwoord weet op de vraag, zeg dit dan eerlijk en zoek het antwoord op en kom hier zo snel mogelijk op terug. Kinderen hebben het anders dondersgoed in de gaten als je ze iets op de mouw probeert te spelden.
Maar wees er ook van bewust dat veel kinderen niets vragen. Dat betekent niet dat je niks hoeft te vertellen. Neem dan zelf het initiatief om over seksualiteit te praten.
4. Ga in op situaties die zich voordoen.
Bijvoorbeeld op tv of als er in de omgeving een baby'tje geboren wordt. Je kunt ook aansluiten op de media. Bijvoorbeeld als er in de krant iets staat over sexting, kan je vragen of het kind weet wat dat is of iemand kent die dat wel eens heeft meegemaakt. Wat doe je als je dergelijke berichten krijgt? Niet doorsturen!

5. Gebruik duidelijke, niet verhullende taal die voor het kind begrijpelijk is.
Bedenk van te voren welke woorden je wilt gebruiken om de geslachtsorganen te benoemen. Gebruik hierbij geen verhullende taal om verwarring te voorkomen. Maar liever ook geen schuttingtaal. Want mogelijk gaat het kind deze woorden ook elders gebruiken. Denk hierbij weer aan jouw voorbeeldfunctie. Je kunt de woorden, piemel, vagina, vulva ed. goed gebruiken.
6. Maak het onderwerp seksualiteit ook met ouders bespreekbaar.
Vraag ouders of zij met hun kinderen over seksualiteit praten en welke boodschappen hierin voor hen belangrijk zijn. Leg uit waarom het belangrijk is seksualiteit met kinderen te bespreken. (helpt om gezonde seksuele relaties aan te gaan) Ondersteun ouders zo nodig om zelf met hun kind in gesprek te gaan over seksualiteit.
7. Je kunt gebruik maken van boekjes.
Voor peuters en kleuters kan je kiezen voor "Ik vind je lief", van Sanderijn van der Doef en voor iets oudere kinderen, "Ben jij ook op mij?" ook van Sanderijn van der Doef. Of het boek "Dokter Corrie, geeft antwoord" waarin Dokter Corrie op haar eigenzinnige wijze antwoord geeft op vragen over seksualiteit.
Verder zijn er nog meer leuke voorlichtingsboeken. Kijk hiervoor eens op internet of in de bibliotheek. Handige websites: www.seksualiteit.nl www.sense.info www.meerdanliefde.nl

EXTRA TIP! Denk er aan dat seksualiteit meer omvat dan alleen vrijen. Meer weten? Kijk op onderstaande link <https://www.praatjesenzo.nl/bij-praatjes/wat-is-seksualiteit/>

SPEL TIP! Denk ook eens aan het spelen van een spel, om op die manier seksualiteit bespreekbaar te maken. Zoals het Verboden Praatjes spel.
<https://www.praatjesenzo.nl/verboden-praatjes/>

Wil je op de hoogte gehouden worden van informatie over seksualiteit. Zodat jij hier makkelijker over kan praten? Schrijf je dan in voor de gratis Bij Praatjes (blogs)

