

---

## Webinar: Mama, papa: Waar komen baby's vandaan? 2022

### Q&A Mama, papa: waar komen baby's vandaan?

Hieronder vind je een overzicht van de (gebundelde) vragen die gesteld zijn tijdens het webinar "Mama, papa: waar komen baby's vandaan?" van 17 maart 2022. Voor individuele of verdiepende vragen kun je terecht bij je [lokale jeugdgezondheidszorg](#).

De volgende vragen worden in deze Q&A beantwoord. Klik op de vraag om direct naar het antwoord te gaan.

|                                                      |   |
|------------------------------------------------------|---|
| Webinar: Mama, papa: Waar komen baby's vandaan? 2022 | 1 |
| 1. Q: Lichaamsdelen laten zien                       | 2 |
| 2. Q: Genderidentiteit                               | 2 |
| 3. Q: Gezamenlijk douchen                            | 2 |
| 4. Q: Seksuele voorlichting                          | 3 |
| 5. Q: Seksuele oriëntatie                            | 3 |
| 6. Q: Start seksuele vorming                         | 3 |
| 7. Q: Lichaam ontdekken                              | 4 |
| 8. Q: Goedbedoeld advies                             | 4 |
| Tips voor boeken                                     | 4 |
| Tips voor video's                                    | 5 |

## 1. Q: Lichaamsdelen laten zien

### **Is het normaal dat mijn kind van 5 jaar 'ineens' (met trots) zijn billen of piemel laat zien?**

Dat is normaal. De peuter- en kleuterperiode is een ontdekkingsfase. Ze ontdekken hun lichaam en dat van anderen: hoe dat eruit ziet en aanvoelt, hoe geslachtsdelen heten en wat je daarmee kunt. En ze moeten zich de heersende sociaal-culturele normen nog eigen maken. Het komt daarom nogal eens voor dat ze hun geslachtsdelen laten zien of er in het openbaar aan zitten. Op deze leeftijd kun je kinderen de sociale regels leren over welk (seksueel) gedrag wel of niet toelaatbaar is.

Je kunt uitleggen dat je snapt dat ze het willen laten zien, er trots op zijn, nieuwsgierig zijn of dat het aanraken van de geslachtsdelen een prettig gevoel geeft. Echter is er een tijd en plaats voor is om dit te doen en dat het niet zomaar overal gepast is. Als je je er ongemakkelijk bij voelt kun je een kind van 5 leren dat je liever niet hebt dat hij/zij zomaar billen of piemel/vulva aan jou of anderen laat zien en het kind meegeven dat deze lichaamsdelen privé zijn en dat je die voor jezelf houdt. Laat wel weten dat het gedrag of zich oke is, maar dat we daar afspraken over gemaakt hebben dat je dat niet doet als anderen erbij zijn of tenminste als je gecheckt hebt bij de ander of die het geslachtsdeel of de blote billen wil zien. Daar is namelijk altijd toestemming/consent voor nodig en dat kun je een jong kind ook al uitleggen.

**Tip:** Het is goed om het over zulk gedrag te hebben met de ouders van vriendjes en vriendinnetjes van je kind. Openheid is hierin erg belangrijk, want het kan vervelend zijn als ze via het kind zelf horen dat hij/zij zijn/haar billen heeft laten zien aan een andere ouder. Ook kan het zijn dat andere ouders er andere normen en waarden op na houden. Sta er met elkaar steeds bij stil dat jullie kinderen nieuwsgierig zijn, imiteren en spelenderwijs ontdekken.

## 2. Q: Genderidentiteit

### **Mijn dochter van 2 zegt geregeld dat ze een jongetje is. Dit houdt ze dan een uurtje vol. Ook als ik zeg: "nee toch, je hebt een meisjes plasser", dan houdt ze vol. Hoe kan ik hier het beste op reageren?**

Bij peuters staat het concept gender nog niet vast. Ze denken op deze leeftijd dat dat nog kan veranderen. Ze zijn zich ook nog niet bewust van sociale normen rondom uiterlijk of hoe anderen hen zien. Daarom komt ontevredenheid over het eigen uiterlijk op deze leeftijd weinig voor. Vanaf 3 jaar weten kinderen of ze zelf een jongen of een meisje zijn. Ze denken soms nog wel dat dit later kan veranderen. Kinderen die weten dat ze een jongen of meisje zijn, gaan zich steeds meer volgens de eigen genderrol gedragen. Rond een jaar of 5 weten kinderen dat sekse een feit is. Let wel genderidentiteit ligt op een spectrum. Ze kunnen zich dus meer jongen of meer meisje voelen of iets er tussenin. Dit gaat steeds duidelijker worden. Het is vooral belangrijk voor een kind om de ruimte voelen om dit te mogen ontdekken.

## 3. Q: Gezamenlijk douchen

### **Tot welke leeftijd kunnen kinderen (jongens en meisjes) bijvoorbeeld samen douchen na een zwemles o.i.d?**

Zolang de ouders en de kinderen dit prima vinden is er niets aan de hand. Kleuters zijn zich nog niet bewust van sociale normen rondom uiterlijk of hoe anderen hen zien. Zij hebben vaak ook nog niet de schaamte over het naakte lichaam die bijvoorbeeld bij pubers aanwezig is.

### **Hoe kun je het beste omgaan met kinderen die zich niet prettig voelen bij het gezamenlijk douchen na het sporten bij een teamsport?**

---

Vanaf 7 jaar kennen kinderen de sociale regels steeds beter. Schaamte doet dan, bij sommigen, ook zijn intrede. Kinderen worden zich steeds bewuster van de mening van anderen en vergelijken zichzelf met anderen of met hoe ze zouden willen zijn. Daardoor wordt de zelfwaardering steeds realistischer en kunnen kinderen over bepaalde kenmerken of vaardigheden van zichzelf onzeker zijn. In deze leeftijdsfase kunnen kinderen zich ineens ongemakkelijk voelen over naakt zijn in gezelschap.

Daarom kunnen jongens en meisjes op deze leeftijd ook moeite krijgen met het gezamenlijk douchen. Het is belangrijk deze signalen te respecteren en te bevestigen dat het goed is dat ze dit aangeven.

#### **4. Q: Seksuele voorlichting**

##### **Vertel je bij seksuele voorlichting over vrijen alleen over penis in vagina?**

Nee, het is erg belangrijk om toe te lichten dat vrijen meer omvat dan alleen geslachtsgemeenschap, maar ook draait om knuffelen, strelen, kussen, zoenen en andere vormen van seksueel contact. Daarnaast kun dit ook uitbreiden door te vertellen dat niet alleen een man en een vrouw vrijen maar dit ook gebeurt tussen mannen of vrouwen onderling. Als laatste kun je dan ook nog toevoegen dat er naast vaginale seks ook vormen als orale en anale seks zijn.

**Tip:** Check bij je kind waar de vraag vandaan komt en wat hij of zij er zelf al van weet. Dan kun jij aanvullen en je antwoord afstemmen op zijn/haar ontwikkeling.

#### **5. Q: Seksuele oriëntatie**

##### **Mijn dochter van elf heeft mij aangegeven op een meisje verliefd te zijn, ik heb daar geen problemen mee maar vraag me af; Hoe serieus kan dit zijn op deze leeftijd?**

Onder invloed van hormonen begint het lichaam in de puberteit te veranderen. Bij meisjes gebeurt dat tussen de 8 en 13 jaar (gemiddeld op de leeftijd van 10,5 jaar), bij jongens tussen de 9 en 14 jaar (gemiddeld op de leeftijd van 11,5 jaar). Aan het eind van deze levensfase zijn de meeste kinderen weleens verliefd geweest. Sommige kinderen hebben dan ook 'verkering', meestal met iemand uit de klas. Deze relatie bestaat vaak alleen uit het bij elkaar staan in de pauze of met een groep vrienden rondhangen. Er is nauwelijks lichamelijk contact, ook geen handen vasthouden of zoenen. Kinderen met verkering brengen zelden tijd met elkaar door zonder anderen erbij. Jongeren die zich aangetrokken voelen tot hun eigen seksegenoten kunnen zich in deze fase bewust worden van deze gevoelens.

Ze is dus aan het ontdekken wie ze is en wat er bij haar hoort. Neem het serieus, het is helemaal prima; maar maak het ook niet te groot. Het is allemaal goed.

#### **6. Q: Start seksuele vorming**

##### **Wanneer is het verstandig voor mij als ouder om te vertellen hoe baby's gemaakt worden? Alleen als mijn kind (5) ernaar vraagt? Of ook al uit mezelf?**

*We keken bijvoorbeeld in het baby fotoboek van hem en hij zag eerst dat ik zwanger was en toen was hij ineens geboren. Er kwamen toen geen vragen, maar die verwacht ik nog wel.*

Je kunt niet vroeg genoeg beginnen met relationele en seksuele opvoeding. Hoe normaler ouders omgaan met vragen rondom seksualiteit, hoe normaler kinderen het vinden om te praten over dit onderwerp. Zo leren ze dat ze vragen kunnen stellen over seksualiteit en dat ze bij jou als ouder terecht kunnen. De belangrijkste aanwijzing dat een kind over seksualiteit wil praten is wanneer het kind zelf vragen begint te stellen. Daar kun je als ouder op inhaken. Al vanaf de kleuterleeftijd kun je over relaties en seksualiteit praten. Pas het gesprek dan wel aan op het niveau van het kind. In plaats van bijvoorbeeld over een zaadje en een eitje te vertellen kun je zeggen dat

---

wanneer 2 mensen elkaar lief vinden en vrijen, dat een vrouw zwanger kan worden. Je hoeft nooit bang te zijn dat je te veel vertelt. Het kind pakt namelijk op wat past bij zijn/haar ontwikkelingsfase. De rest gaat het ene oor in en het andere oor uit. Daarnaast is het belangrijk om vragen van kinderen serieus te nemen. Zeg daarom bijvoorbeeld nooit: 'Daar ben je nog te klein voor'. De meeste kinderen zijn van nature nieuwsgierig naar seksualiteit en stellen daar vragen over. Vanaf een jaar of 7 hebben kinderen meer informatie nodig.

Maar wat doe je wanneer een kind uit zichzelf geen vragen stelt? Dan kun je ervoor kiezen om zelf initiatief te nemen.

**Tip:** Ga vooral niet voor 'het grote gesprek', maar geef informatie in kleine stukjes en haak bijvoorbeeld aan bij actuele gebeurtenissen. Praat met elkaar tijdens het afwassen, tafeldekken of als je in de auto zit. Zeker voor kinderen praat een lastig onderwerp vaak gemakkelijker als je elkaar niet hoeft aan te kijken.

## **7. Q: Lichaam ontdekken**

### **Is het oké als een broertje (5) en zusje (7) elkaars lichaam ontdekken?**

Wanneer jij en je kinderen dit OK vinden is het OK. Deze kinderen zijn in de ontdekkingsfase. Ze ontdekken de overeenkomsten en de verschillen tussen jongens en meisjes. Daarnaast ontdekken ze hun eigen lichaam en dat van anderen: hoe dat eruit ziet en aanvoelt, hoe geslachtsdelen heten en wat je daarmee kunt. Dit hoort allemaal bij de seksuele ontwikkeling.

Het is wel belangrijk ze te vertellen dat er een aantal regels zijn wanneer ze seksuele spelletjes spelen. Deze houden in dat ze het ontdekken of het spelletje alleen mogen spelen als ze het allebei leuk vinden om te doen. Geeft een van je kinderen aan dat ze dit niet fijn vinden of jij voelt je er niet prettig bij, bespreek je dit met elkaar. Daarnaast is het belangrijk de kinderen ongeveer even oud, sterk en slim zijn. Bij een te groot leeftijdsverschil zitten de kinderen in een andere seksuele ontwikkelingsfase en kan er sprake zijn van ongelijkwaardigheid. Verder mogen ze elkaar geen pijn doen en mogen ze niets bij zichzelf of bij de ander in een opening stoppen. Heb als ouder ook aandacht voor plaats en tijd om elkaar te ontdekken, zorg dat je er altijd zicht op hebt.

## **8. Q: Goedbedoeld advies**

### **Mijn dochter is heel nieuwsgierig en wil alles weten. Ze deelt haar kennis ook graag. Hoe leg ik aan haar uit dat ze het niet overal hoeft te delen, omdat andere ouders niet zo ver zijn in de uitleg naar hun kinderen?**

Je kunt haar inderdaad uitleggen dat ze dit niet overal hoeft te delen, omdat ieder gezin hier anders mee omgaat. Wanneer je dit uitlegt kun je benoemen dat het belangrijk is om deze verschillen te respecteren. Toch kan het niet 'schadelijk' zijn voor andere kinderen aangezien kinderen alleen informatie oppikken waar ze klaar voor zijn. De overige informatie gaat dan het ene oor in en het andere oor weer uit. Je kunt je dochter dus ook complimenteren dat ze het allemaal al zo goed weet en dit ook aan anderen wil vertellen.

### **Tips voor boeken**

1. Alles over jouw lichaam - Pauline Oud
2. Maar HOE dan?! - Philippine van der Goes Karin Middelburg
3. Waar komen baby's vandaan - Pauline Oud
4. Ja en nee gevoelens - Pauline Oud
5. Mijn familie, jouw familie - Pauline Oud
6. Hier komen baby's vandaan - David Vlietstra
7. 100 Antwoorden Bij Seksuele Opvoeding - Belle Barbe
8. Bolle buiken - Nathalie Depoorter
9. Mijn papa heeft een piemel - Pimm van Hest

- 
- 
10. Ik vind je lief – Sanderijn van der Doef
  11. Nee! – Sanderijn van der Doef
  12. Kleine mensen met grote gevoelens - Sanderijn van der Doef

**Tips voor video's**

1. [Genderkoek - YouTube](#) - Uitleg over de complexiteit van gender en seksualiteit.