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

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 9 maart 2021. 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.

1. Voorlichting/ in gesprek met je kind	2
2. Voordelen van de voorlichting	3
3. Lichamelijke ontwikkeling (puberteit)	3
4. Normen/waarden ouders	3
5. Verliefdheid	3
6. Woordkeuze	3
7. Inhoudelijke vragen van kinderen	4
9. Grenzen	4
10. Media gebruik	5
11. Programma bloot gewoon	5
Tips voor boeken	6
Tips voor video's	6

1. Voorlichting/ in gesprek met je kind

Uit onderzoek blijkt dat kinderen het liefst informatie over relaties en seksualiteit van hun ouders krijgen (school staat op de tweede plaats). Het is dus belangrijk om hier thuis aandacht aan te besteden.

- Je geeft zelf het voorbeeld. De manier waarop ouders met elkaar en anderen omgaan, ruzie maken en problemen oplossen maar ook affectie tonen is een voorbeeld voor kinderen hoe mensen zich horen te gedragen en met elkaar omgaan.
- Je hoeft niet alles te weten. Natuurlijk is het niet erg als je ergens geen antwoord op weet. Vertel je kind dat je het antwoord opzoekt en er later op terug komt.
- Gebruik bijvoorbeeld een krantenbericht of een tv-programma als aanleiding voor een gesprek. "Ik lees hier net dat... wat vind jij daarvan?"
- Creëer een situatie waarin je elkaar niet direct hoeft aan te kijken. Voor kinderen is het gemakkelijk om over een gevoelig onderwerp te praten als ze je niet direct hoeven aan te kijken. Je kunt bijvoorbeeld een gesprek beginnen als je samen fietst of in de auto zit, de hond uitlaat of gezamenlijk een huishoudelijk taakje doet.
- Gebruik boeken, brochures en plaatjes ter ondersteuning van je verhaal of lees ze een boek voor of laat ze het zelf lezen. Vraag dan achteraf of ze daarover vragen hebben of ga na aanleiding daarvan met ze in gesprek.
- Moedig je kinderen aan een eigen mening te vormen. Als kinderen vragen naar je mening, vertel die dan. Maar leg ook uit dat andere mensen een andere mening kunnen hebben.
- Respecteer dat kinderen behoefte hebben aan een beetje zelfstandigheid en privacy. Maak er bijvoorbeeld geen probleem van als je kind vindt dat u eerst moet kloppen voordat u zijn of haar kamer binnenkomt.
- Respecteer grenzen en wees daarin ook een voorbeeld. Het is belangrijk om kinderen te leren hun wensen en grenzen aan te geven. Als zij bijvoorbeeld geen kus willen geven bij begroeting of afscheid, respecteer dat dan. Zij geven hierin duidelijk hun grenzen aan. Je bent hierin zelf ook een voorbeeld. Laat hen ook duidelijk merken wat je zelf wel en niet prettig vindt.
- Gebruik humor. Bij het praten over relaties en seksualiteit mag je best een beetje humor gebruiken. Humor kan eventuele spanning doen afnemen.
- Probeer op de hoogte te blijven van waar jouw kind naar kijkt op tv en internet. Je kunt hiernaar vragen en af en toe eens meekijken. Stel je kind vragen over wat het ziet en keur niet alles af.

Laat merken dat je om jouw kind geeft. Zeg of laat regelmatig merken dat je van je kind houdt!

2. Voordelen van de voorlichting

Kinderen maken al een seksuele ontwikkeling door vanaf de geboorte. Daarom is het belangrijk al op jonge leeftijd hier met voorlichting bij aan te sluiten. Kinderen ontdekken namelijk al vanaf jonge leeftijd hun eigen lichaam, ontwikkelen hun seksuele identiteit en ontdekken verschillen tussen jongens en meisjes. Ze gaan relaties en vriendschappen aan, worden verliefd, komen in de puberteit en doen eerste ervaringen op met seksualiteit. Via de media krijgen kinderen veel informatie over seksualiteit, maar deze is vaak te eenzijdig, niet juist of te beperkt. Door al op jonge leeftijd te starten met seksuele en relationele vorming raken leerlingen vertrouwd met het thema. Ze krijgen hierdoor betrouwbare informatie, durven eerder vragen te stellen over seksualiteit, ontwikkelen waarden en normen, worden weerbaarder en leren respectvol met elkaar om te gaan.

3. Lichamelijke ontwikkeling (puberteit)

Iedere kind is natuurlijk anders en ontwikkeld zich op zijn of haar eigen tempo. Meestal begint de puberteit wel rond je 11e (bij meisjes) en 13e (bij jongens), maar de puberteit kan ook eerder of later beginnen. En bij de een duurt de puberteit langer of korter dan bij de ander.

Wanneer je zorgen maakt over de ontwikkeling van je kind(eren) neem dan altijd contact op met de jeugdverpleegkundige.

4. Normen/waarden ouders

Iedereen heeft zijn eigen referentiekader, met de daarbij behoorde normen en waarden.

Het is belangrijk dat je eigen kinderen opvoed volgens je eigen normen en waarden.

Wanneer je andere normen en waarden hebt dan de "algemene" normen en waarden ben je als ouder dan bewust van het feit dat je kind wel ook in aanraking kan komen met deze andere normen en waarden. Ga hierover ook het gesprek aan met je kind(eren)

5. Verliefdheid

Vanaf een jaar of 8 kunnen vrijwel alle kinderen beschrijven hoe het voelt om verliefd te zijn en zijn de meeste van hen ook wel eens verliefd geweest. Sommige kinderen hebben dan ook 'verkering', meestal met iemand uit de klas. Deze relatie bestaat vaak slechts 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) en ze brengen ook zelden tijd met elkaar door zonder anderen erbij.

6. Woordkeuze

Er zijn verschillende woorden mogelijk voor de geslachtsdelen. We zien vaak dat ouders de woordkeuze ook aanpassen aan de leeftijd van hun kinderen. Let er wel op dat je kind een woord kent dat universeel is, zodat ze zich goed kunnen verwoorden als er iets aan de hand is met hun vulva.

7. Inhoudelijke vragen van kinderen

Probeer altijd de vragen van jouw kind te beantwoorden. Als je als ouder geen antwoord geeft op een vraag, leert je kind dat het blijkbaar niet goed is om vragen te stellen over seksualiteit. Geef antwoorden die passen bij het ontwikkelingsniveau van je kind. Ben niet bang dat je teveel verteld, een kind neemt op wat het qua ontwikkelingsniveau kan opnemen, de rest gaat het ene oor in en het andere oor uit. Weet je niet direct een antwoord? Geef aan dat je het nu even niet weet, maar dat je op de vraag terugkomt en doe dat ook. Als jij in jouw ogen een 'lastige' vraag krijgt komt dat vaak doordat u met een volwassen (seksueel) referentiekader naar de vraag kijkt. Probeer dan de volwassen bril af te zetten en af te dalen naar kindniveau en nogmaals de vraag interpreteren. Bijv. mama, waar komen baby's vandaan is voor jouw kind hetzelfde als de vraag waarom de lucht blauw is of de blaadjes van een boom groen.

8. Broers en zussen

Het is prima dat de kinderen samen in bad gaan. Naar mate de kinderen ouder worden en richting de puberteit gaan kunnen zij zich hier onprettig bij gaan voelen. Let dan ook goed op de grenzen van je eigen kinderen. Vraag af en toe of zij zich hier nog wel prettig bij voelen.

9. Grenzen

Ouders weten vaak niet wat seksuele weerbaarheid betekent. Kinderen hebben niet alleen kennis nodig, maar moeten ook bepaalde waarden en normen aanleren. Daarnaast is het van belang, dat kinderen leren om te communiceren over hun wensen en grenzen en deze leren respecteren

- Leer kinderen dat ze respect hebben voor de wensen en grenzen van anderen.
- Leer kinderen dat er verschillen zijn tussen prettige en niet prettige seksuele aanrakingen.
- Leer kinderen dat ze "nee" mogen zeggen als ze iets niet willen en dat een ander dit moet respecteren.
- Leer kinderen dat ze een ander nooit tot iets mogen dwingen of overhalen als de ander dit niet wil of als het de ander pijn kan doen. En dat een ander dat ook niet bij hen mag doen.
- Leer kinderen dat, als ze A zeggen, ze niet altijd B hoeven te zeggen.
- Leer kinderen hoe ze wensen en grenzen kunnen herkennen.
- Leer kinderen hoe ze duidelijk kunnen communiceren over wensen en grenzen.
- Laat kinderen weten wie ze kunnen vertrouwen en wat veilige of onveilige situaties zijn.
- Laat kinderen weten dat ze bij jou of iemand anders terecht kunnen als ze vervelende ervaringen hebben gehad.
- Laat kinderen weten dat vervelende geheimen hebben niet fijn is en dat erover praten beter is

Voor meer informatie; [ouderbrochure van het Vlaggensysteem](#)

10. Media gebruik

(Jonge) kinderen krijgen dagelijks informatie over seksualiteit, bijvoorbeeld op straat, via internet en andere media, op school en van vriendjes en vriendinnetjes. Door de opkomst van sociale media krijgen kinderen steeds meer toegang tot informatie over seksualiteit, die niet altijd juist is of niet passend voor de leeftijd. Daardoor kan hun beeld van seksualiteit eenzijdig of onjuist zijn. Door met kinderen te praten over relaties en seksualiteit leert u ze breder te kijken naar seksualiteit. Ouders geven hun kind zo de waarden en normen mee, die zij belangrijk vinden.

Hier vind je tips en informatie om u te helpen bij de mediaopvoeding van jouw kind.

- Kinderen versturen al op jonge leeftijd beelden en fotomateriaal via internet of telefoon naar anderen. Zij overzien vaak de mogelijke gevolgen nog niet van hun gedrag. Vertel jouw kind dat foto's en filmpjes nog heel lang op internet te vinden zijn, ook na verwijdering.
- Laat weten dat seks op internet niet hetzelfde is als seksualiteit in het echte leven. Een jongen kan denken dat hij sterk en stoer moet zijn en seksueel altijd moet presteren. Een meisje kan denken dat ze altijd slank en sexy moet zijn om aantrekkelijk gevonden te worden.
- Laat jouw kind kritisch kijken naar mediabeelden over seksualiteit en het ideale lichaam.
- Soms maken kinderen iets vervelends mee op internet, bijvoorbeeld als iemand een geslachtsdeel laat zien of een intieme vraag stelt. Vertel jouw kind dat het hier geen antwoord op hoeft te geven. Zorg dat jouw kind weet, dat het altijd met u kan praten over dit soort dingen.
- Kijk af en toe mee op sites, die jouw kind bezoekt. Zet de computer of laptop in de woonkamer, zodat u makkelijk mee kunt kijken.
- Maak goede afspraken met jouw kind, bijvoorbeeld geen vreemden toelaten in een chatsessie of mensen blokken, die vervelende vragen stellen.
- Zet een filter op de computer (tot 12 jaar), zodat jouw kind niet ongevraagd op pornosites terecht komt.

11. Programma Gewoon. Bloot

Gewoon. Bloot. richt zich op kinderen van 9-12; de leeftijd dat kinderen zich meer en meer bewust worden van hun eigen lichaam en de veranderingen die daarin plaatsvinden. Veel mensen gebruiken filters, make-up of gaan zelfs onder het mes om er beter uit te zien. Dat maakt het lastig om te zien wat nog 'echt' is. Daarom komt NPO Zapp met Gewoon. Bloot. Een programma waarin een groep kinderen onder leiding van presentator Edson da Graça vijf doodgewone mensen het hemd van het lijf vraagt.

Tips voor boeken

- [Boekenlijst groep 1 & 2](#)
- [Boekenlijst groep 3 & 4](#)
- [Boekenlijst groep 5 & 6](#)
- [Boekenlijst groep 7 & 8](#)

Tips voor video's

- [Filmpje over seksuele voorlichting van Opvoeden.nl](#)
- [Dokter Corrie heeft haar eigen seksvragen knutselrubriek bij de NPO Zapp \(2019\)](#)
- [Brochures voor ouders van Rutgers](#)