

## Mama, papa, waar komen baby's vandaan?

Fleur van 4 is verliefd op 5 jongens. Max van 7 vraagt wat een condoom is. Pien van 10 zegt homo tegen haar schoolvriendje. Je zoon van 12 kijkt porno op de computer. Dit soort gedrag kan ouders overvallen. Misschien weet je als ouder niet hoe je daarmee moet omgaan. Hieronder een aantal tips.

### Begin vroeg

Heeft je kind een vraag? Geef dan antwoord. Zo eerlijk, concreet en open mogelijk. Begin zelf het eerste gesprek op peuter- of kleuterleeftijd. Hierdoor is het praten over seks en relaties heel gewoon. Benoem bijvoorbeeld de geslachtsorganen als onderdeel van het lichaam. Uit onderzoek blijkt dat 85% van de ouders niet of nauwelijks over seksualiteit praat met hun kinderen onder de 10 jaar. Een gemiste kans, want het is makkelijker om met een jonger kind hierover te praten dan met een (bijna) puber.

### Vertel erover

Wacht niet tot je kind zelf vragen stelt, sommige kinderen doen dit niet uit zichzelf. Vertel iets over lichamelijke verschillen tussen jongens en meisjes, gevoelens, verliefdheid, lichamelijke veranderingen in de puberteit, seksuele voorkeur, normen en waarden, je eigen mening vormen en respect hebben voor de mening van anderen.

### Weet hoe de seksuele ontwikkeling eruit ziet

Laat je niet verrassen door het gedrag van je kind. Kennis over seksuele ontwikkeling is nodig als je je kind wilt begeleiden. Bij seksuele opvoeding gaat het er ook om dat kinderen ruimte krijgen om hun eigen lichaam, plus bijbehorende gevoelens, te ontdekken.

### Je bent zelf een voorbeeld

Hoe ouders met elkaar omgaan en de mate van intimiteit en openheid over seksualiteit, bepalen in grote mate hoe kinderen later als volwassenen relaties en seksualiteit ervaren. Heb als ouder interesse, wees betrokken en neem gevoelens van je kind serieus. Stimuleer hen om zelf te vertellen.

voor vragen over opgroeien en opvoeden



centrum voor  
jeugd en gezin  
Zeeuws-Vlaanderen

0800 254 01 15

[www.cjgzeeuwsvlaanderen.nl](http://www.cjgzeeuwsvlaanderen.nl)

[info@cjgzeeuwsvlaanderen.nl](mailto:info@cjgzeeuwsvlaanderen.nl)

 CJGZeeuwsVlaanderen