

**week
van de
lentekriebels**
Sensoa

Mijn wens, mijn grens

Werken rond grenzen en
wensen bij 2,5- tot 6-jarigen

Inhoud

	Inleiding	3
1	Lichaam	5
	1.1 Omgekeerde wereld	6
	1.2 Raad het lichaamsdeel	7
	1.3 Individuele twister	8
2	Communicatie	9
	2.1 Mijn lijf is van mij	10
3	Grenzen	11
	Situatiespel met poppen	12
	3.1 Situatie 1: Een knuffel	13
	3.2 Situatie 2: Even plassen	14
	3.3 Situatie 3: Bij de dokter	15
	3.4 Situatie 4: Samen in bad	16
4	Enkele tips	17

Redactie: Katelijn Gijssels en Tara De Laet
Eindredactie: Katelijn Gijssels
Inhoudelijk advies: Julia Day
Met dank aan: De betrokken kleuterscholen, Camille Piron en Wannes Magits
Opmaak: Volta
V.U.: Chris Lambrechts, F. Rooseveltplaats 12 bus 7, 2060 Antwerpen
Versie: Oktober 2019

Een uitgave van Sensoa vzw
© 2019 Sensoa

Toestemming is vereist voor overname van de teksten, op welke wijze ook
Met steun van de Vlaamse Minister bevoegd voor het Gezondheidsbeleid.

Inleiding

Kleuters zijn volop de wereld aan het ontdekken en daar hoort ook het verkennen van hun eigen lichaam en dat van anderen bij. Het is heel normaal dat peuters en kleuters vragen stellen over wat nu het verschil is tussen jongens en meisjes, dat ze praten over hun eigen geslachtsdelen en nieuwsgierig zijn naar die van anderen. Daar moeten we ons dus niet te veel zorgen over maken, in tegendeel, die ontdekkingstocht is een belangrijk deel van hun ontwikkeling.

Het kan echter gebeuren dat peuters, kleuters en kinderen over elkaars grenzen gaan of dat volwassenen over die van hen gaan. Eén op zeven meisjes, en één op tien jongens maakt seksueel grensoverschrijdend gedrag mee voor de leeftijd van 18 jaar, vaak is het een ander kind dat over hun grens gaat. Met dit materiaal willen we kleuters meer weerbaarheid bieden en leren om met enkele situaties om te gaan, zonder specifiek te wijzen op eventuele gevaren.

Heb je vragen over welk gedrag wel of niet grensoverschrijdend is en hoe hierop te reageren? Neem dan een kijkje op www.vlaggensysteem.be.

Het is dus zinvol dat kinderen al van jongs af aan grenzen leren herkennen, zowel die van zichzelf als die van anderen. Daarnaast is het van belang dat ze iemand kunnen aanspreken als ze zich ergens niet oké bij voelen. Hiervoor is het nodig dat kleuters (letterlijk) de taal krijgen (lichaamsdelen en gevoelens kunnen benoemen) en dat ze de boodschap krijgen dat het oké is om iemand aan te spreken wanneer iets niet goed voelt.

Benieuwd welke thema's belangrijk zijn in het werken rond wensen en grenzen bij kleuters? [Bestel de affiche 'Mijn lichaam, omgaan met wensen en grenzen' gratis via de website.](#)



Bij het werken met jonge kinderen rond grenzen en wensen is het belangrijk dat zij:

- **Weten wat oké en niet oké is:** ze herkennen leuke en niet-leuke gevoelens bij aanrakingen en weten dat ze iets moeten zeggen wanneer iets niet leuk aanvoelt. Ze weten: het is belangrijk dat je eerst ja of nee kan zeggen voor iemand je zomaar aanraakt. Je mag dus ook niet zomaar iemand (op intieme plaatsen) aanraken zonder toestemming te vragen.
- **Anderen niet onder druk zetten en niets doen wat anderen niet willen:** ze weten dat wanneer iemand 'nee' zegt, je dit moet aanvaarden en moet stoppen zonder aan te dringen.
- **Hun eigen lichaam kennen:** ze kunnen hun eigen lichaamsdelen benoemen en over hun eigen lichaam spreken in eigen woorden.
- **Weten bij wie ze terecht kunnen:** als ze een probleem hebben, weten de kleuters dat ze bij hun ouders, leerkracht, beste vriend, broers of zussen terecht kunnen.
- **Weten dat jongens en meisjes evenveel waard zijn:** ze weten dat het niet is omdat een kindje een ander geslacht heeft dan jij, dat je mag denken dat hij of zij daarom minder waard is.
- **Kunnen 'nee' zeggen en wegwandelen wanneer iets niet oké is:** wanneer er iets is dat je niet leuk vindt, kan je allerlei zaken voelen (bv. boosheid, angst, verdriet, agressie). Kleuters weten dat het niet oké is om iemand te slaan als je je gekwetst voelt. Ze hebben ook de juiste taal om dit zelf aan te geven.
- **Voelen mee en dragen zorg voor anderen:** dit kan door kleuters te leren beseffen dat wanneer een ander kindje iets niet wil, je dit kan zien aan de lichaamstaal. Je kan ook bij jezelf nadenken: "Hoe zou ik mij voelen als dit met mij zou gebeuren?".

Via enkele eenvoudige en flexibel inzetbare methodieken willen we hier aandacht aan schenken. Bij de methodieken raden we jullie aan gebruik te maken van materiaal uit de eigen klas. Zo worden de methodieken optimaal aangepast aan de stijl en behoeftes van jouw leerlingen. Jij als leerkracht bent dan ook diegene die jouw kleuters het beste kent.

Eenzijds bieden we methodieken aan om spelenderwijs het eigen lichaam te leren kennen en lichaamsdelen te leren benoemen. Anderzijds leren we ze de juiste communicatiemethoden om hun grenzen aan te geven en werd een gespreksmethodiek bedacht om via uitgespeelde scenario's een dialoog met de kleuters op gang te brengen.

1 Lichaam

Deze drie methodieken kunnen gebruikt worden om met je kleuters spelenderwijs de verschillende lichaamsdelen te leren benoemen. Kies één of twee werkvormen die best in jouw klas passen. Jij weet namelijk als de beste wat in jouw klas kan werken.

Bekijk ook enkele methodieken uit "k Zag 2 beren" die bij deze oefeningen kunnen helpen: 2.2 Vuil – proper; 2.3 Mijn lichaam; 2.5 Vrouwen en mannen

Doelstelling

De kleuters:

- kunnen de lichaamsdelen benoemen en weten waar deze zich op hun lichaam bevinden;
- weten dat er een verschil is tussen jongens en meisjes en kunnen de geslachtsdelen benoemen.



Duur
10 tot 15 minuten



Materiaal
afbeeldingen uit "["k Zag 2 beren"](#) (P 2.27)



Doelgroep
3- tot 4-jarigen

Werkwijze

Ga met je kleuters in een grote kring zitten. Duid telkens een lichaamsdeel aan op de tekeningen. Vraag de kinderen om het lichaamsdeel te benoemen, "Wat is dit?", of vraag ze jou te corrigeren, "Is dit zijn oor?" (wanneer je de voet aanduidt).

Reflectievragen die je hierbij kan stellen zijn:

- Hebben **meisjes/jongens** dit ook?
- Hoeveel **oren** heb jij?
- Heb jij ook een **voet**? Waar is die?

Laat ook zeker de intieme lichaamsdelen aan bod komen. Vraag hierbij aan je leerlingen welke woorden zij hiervoor kennen, wat zij het leukste woord vinden ...



Duur
10 tot 15 minuten



Doelgroep
5- tot 6-jarigen

Werkwijze

Ga met je kleuters in een grote kring zitten. Spelenderwijs kan je de kleuters met raadseltjes hun lichaam leren kennen. Via raadseltjes laat je hen zoeken over welk lichaamsdeel je het hebt.

Je kan raadsels bedenken als "als je je schoenen aandoet zie je ze niet meer", "ik kan er mee ruiken" of "het zit aan mijn lijfje en mijn navel zit er middenin". Eindigen doe je dan met "ik plas ermee". Hiermee kan je dan een gesprek openen over het verschil tussen jongens en meisjes.



Duur
10 tot 15 minuten



Doelgroep
3- tot 6-jarigen

Werkwijze

Ga met de kinderen van je klas in een kring zitten. Zorg dat elk kind voldoende ruimte heeft om zich vrij te bewegen. Geef hen vervolgens enkele opdrachten:

- Zet je voet op de stoel.
- Raak met je neus de grond aan.
- Zet je billen op de stoel.
- Leg je oor tegen de muur.
- ...

Op deze manier kan je speels samen met de kinderen werken rond de benaming van hun verschillende lichaamsdelen.

Op zoek naar een extra uitdaging voor je kleuters? Laat hen kennismaken met details als linker, rechter, voorkant, achterkant, bovenkant. Of werk met specifiekere lichaamsdelen zoals elleboog, schouder ... Bijvoorbeeld:

- Leg je rechter oor op de stoel.
- Zet je linker elleboog op de grond.
- Raak met de bovenkant van je voet de onderkant van je stoel aan.
- ...

2 Communicatie

Met deze werkvorm leren de kleuters hun grenzen aan te geven. Welke woorden kan je gebruiken om iemand duidelijk te maken dat je iets wel/of niet leuk vindt? Zijn er ook andere manieren? En, wat als iemand je afwijst, hoe reageer je dan?

Doelstelling

De kleuters:

- kunnen opkomen voor zichzelf;
- beseffen dat je mag aangeven wanneer aanrakingen niet leuk zijn;
- oefenen manieren om hun grenzen aan te duiden;
- proberen manieren uit om met afwijzing, aangeduide grenzen, om te gaan.



Duur
10 tot 15 minuten



Materiaal
foto's dieren



Doelgroep
3- tot 6-jarigen

Materiaal

Foto's of prenten van dieren die zich verdedigen (zelf te zoeken)
(bijvoorbeeld een kat met hoge rug die blaast, een hond die blaft, een egel die zich oprolt, een gans die kwaakt, een paard dat steigert, een leeuw die brult ...).

Werkwijze

Voor deze oefening heb je foto's of prenten nodig van dieren die zich verdedigen. Deze kan je online zoeken of uit magazines of boeken halen.

Vraag aan de kinderen of ze al gezien hebben hoe een dier kan reageren als je ze benadert wanneer ze dit niet willen. Wat doet een poes? Wat doet een paard? Je doet de geluiden en houdingen van een aantal van de dieren na met de ganse groep.

Wat doen mensen? Stel, iemand trekt aan je haar, wat zeg je dan? Hoe reageer jij dan? Of als iemand je hard opzij duwt, wat doe jij dan?

Laat de antwoorden van de kinderen komen. Spoor hen ook aan te vergelijken met een van de besproken dieren of laat de groep herhalen wat een kindje zegt.

En, hoe reageer je dan als iemand "nee" zegt, of aangeeft dat je moet stoppen? Kruip jij niet als een slak in je slakkenhuis? Blaas jij gewoon terug, zoals een kat? Of maak jij je klein, zoals een hond?

Besprek met de kinderen hoe zij gewoonlijk reageren op grenzen die niet gerespecteerd worden en op afwijzing, iemand die zijn grenzen aanduidt. Leg nadruk op goede methodes.

BRON: 'K ZAG 2 BEREN – SENSOA

3 Grenzen

Met éénzelfde methodiek rond grenzen bieden we de mogelijkheid om verschillende situaties uit de leefwereld van kleuters te bespreken. Houd rekening met de aandachtspanne van je leerlingen en splits de oefeningen indien nodig op. Zo kan je bijvoorbeeld elke dag of elke week één scenario uitspelen en bespreken.

De doelstellingen staan uitgelegd bij elke individuele situatie.

Situatiespel met poppen



Duur
15 minuten per situatie



Materiaal
2 poppen/personages



Doelgroep
3- tot 6-jarigen

Werkwijze

Als leerkracht beeld je enkele situaties uit. Hiervoor gebruik je poppen of knuffels uit je eigen klas. Zo wordt het interactief en herkenbaar voor de kleuters. Wanneer je personages nog geen vaste naam hebben kan je deze samen met de kleuters bedenken. Zo betrek je hen des te meer bij je spel. Op bepaalde momenten stop je met je poppenspel en vraag je de kleuters om hun mening.

Voorbeeldvragen zijn:

- Wat zien we hier?
- Is dit oké? Hoe zie je dat?
- Wat moet er anders?
- Hoe zou jij reageren?
- Tegen wie zou je dit vertellen? Wie ga je om hulp vragen?

Belangrijk is om de kleuters zelf te laten bedenken waarom iets wel of niet oké is. Je kan dit denkproces, indien nodig, ondersteunen door de emoties van de personages te verduidelijken of aan te passen. Wanneer je ze aanpast kan je de kleuters vragen of ze nu iets anders zien, wat dit verandert aan de situatie.

In de voorbeelden voor de situaties hebben onze personages de namen Said en Manu.

Manu ziet haar beste vriend Said terug. Zij heeft hem al heel lang niet meer gezien. Het was namelijk vakantie. Wanneer Manu Said ziet loopt ze naar hem toe en geeft hem een knuffel. Said voelt zich een beetje ongemakkelijk (staart naar de grond, draait zich weg, knuffelt niet terug ...).

Doelstelling

De kleuters:

- weten dat iets leuk vinden iets heel persoonlijk is, en zodus niet voor iedereen hetzelfde is;
- weten dat als iemand een "nee-signaal" geeft, je niet mag aandringen of je initiatief niet alsnog mag voortzetten.

Reflectievragen

- Denk je dat Said een knuffel wou of niet?
- Hoe zie je dat Said niet geknuffeld wou worden?
- Hoe zou Said zich hebben gevoeld? Hij wou geen knuffel en kreeg er toch een.
- Als je zelf geen knuffel wil. Wat doe je dan? Hoe zou je dat zeggen?
- Mag je iemand die geen knuffel wil er toch een geven?
- Hoe kan je zeker weten of iemand een knuffel wil?
- Wat had Manu anders kunnen doen?

Voor de speeltijd gaat de hele klas naar het toilet. Ze gaan allemaal eerst even plassen voor ze buiten gaan spelen. Er zijn, net zoals op school (situatie aanpassen naar hoe het op school is) geen deurtjes aan de toiletten. Manu is nieuwsgierig en kijkt toe hoe Said plast.

Doelstelling

De kleuters:

- weten dat ze iets mogen zeggen als ze iets niet leuk vinden.

Reflectievragen

- Hoe zou Said zich hierbij voelen?
- Hoe voel jij je als iemand staat te kijken wanneer je op het toilet zit?
- Zou je dat wel of niet leuk vinden?
- Wat zou je kunnen zeggen als je dit niet zo leuk vindt?

Vandaag moet Manu naar de dokter. Manu is een beetje ziek. Als ze bij de dokter zijn vraagt die aan Manu om haar T-shirt even uit te doen. Manu wil dit niet.

Doelstelling

De kleuters:

- weten dat ze iets mogen zeggen als ze iets niet leuk vinden;
- weten dat iets niet leuk vinden niet altijd wil zeggen dat het ook niet moet.

Reflectievragen

- Hoe zou Manu zich voelen?
- Hoe kan je zien aan Manu dat zij dit niet leuk vindt? Hoe toont zij dit?
- Moet Manu haar T-shirt uit doen of niet?
- Waarom wel? Waarom niet?
- Mag de dokter dit vragen aan Manu?
- Wat als de mevrouw aan de kassa van de supermarkt dit vraagt, moet Manu dan ook luisteren?

Het is weekend. Manu gaat uit logeren. Ze mag een hele dag gaan spelen bij Said en mag er ook een nachtje blijven slapen. Ze spelen samen buiten, bakken koekjes en maken mooie schilderijen. 's Avonds zijn ze helemaal vuil. De mama van Said laat het bad vol lopen. Said en Manu mogen samen in bad gaan.

Doelstelling

De kleuters:

- weten dat het oké is om te zeggen als ze iets niet leuk vinden;
- weten dat het ook oké is om het wel leuk te vinden om samen in bad te gaan (het is niet de bedoeling dat ze hier uit leren om schaamte te hebben over hun lichaam).

Reflectievragen

- Zou jij het leuk vinden om samen met een vriendje/vriendinnetje in bad te gaan?
- Waarom wel? Waarom niet?
- Wat kan je zeggen als je dat eigenlijk niet leuk vindt?
- Moet je samen in bad als je dat niet wil?

4

Enkele tips

Educatief materiaal

- **Kriebels in je buik**

Digitaal lespakket voor relationele en seksuele vorming in het basisonderwijs. Met leuke interactieve werkvormen op het digibord.

- **Lespakket relaties en seksualiteit**

Lespakket met aparte katernen per graad, en een katern voor de leerkracht als introductie tot het pakket.

- **'k Zag 2 beren**

Verken op een interactieve manier met kleuters en kinderen de thema's seksualiteit en relaties.

- **Articulated Boy & Girl**

Beweegbare lihamen van een jongen en een meisje in kunststof. Geeft de mogelijkheid om anatomie, lichaamsbeleving en emoties bespreekbaar te maken.

Prentenboeken over grenzen en wensen

- **De baas over je lijf**

Boekje om met jonge kinderen over gewenst en ongewenst lichamelijk contact te praten.

- **Giechelgeheimpjes**

Groot formaat prentenboek met werkvormen om kinderen weerbaar te maken tegen seksueel overschrijdend gedrag, pesten en geweld.

- **Het NEEmannetje**

In zijn woede, omdat tante Karin hem weer tegen zijn zin een kus heeft gegeven, tekent Rik een raar mannetje dat tot leven komt en zich het NEEmannetje noemt.

Achtergrondinformatie

- **Omgaan met seksueel (grensoverschrijdend) gedrag op school**

Deze uitbreiding van het Sensoa Vlaggensysteem helpt leerkrachten, directies, CLB's, zorgcoördinatoren, pedagogische medewerkers seksueel (grensoverschrijdend) gedrag van kinderen en jongeren op school in te schatten en er gepast op te reageren.

- **Seksuele opvoeding van kinderen 0-6 jaar – brochure**

Deze brochure geeft informatie en tips aan ouders en opvoeders over de seksuele ontwikkeling van kinderen tussen 0 en 6 jaar.

- **Kleine mensen, grote gevoelens**

Handboek voor de seksuele opvoeding van kinderen van 0 tot 12 jaar. Psycholoog-seksuoloog Sanderijn van der Doef beschrijft de seksuele ontwikkeling van baby tot puber, en hoe deze zo goed mogelijk te begeleiden.