

bepaalde dingen vindt, hoe het ermee omgaat en met welke vragen het rondloopt.

Bron: *Help, een puber in huis!* Uitgave: NIGZ, Woerden, januari 2005

Het Nederlands Gebarencentrum geeft een DVD-rom uit met ± 1500 gebaren: "Lexicon Nederlandse Gebarentaal Relaties & Seksualiteit". U kunt deze bestellen bij het Nederlands Gebarencentrum (www.gebarencentrum.nl).

Relaties & Seksualiteit

Lesmateriaal voor dove en slechthorende jongeren



Ouderinformatie

Algemene folder bij aanmelding voortgezet onderwijs

Inleiding

Uw kind heeft de overstap gemaakt van het basisonderwijs naar het voortgezet onderwijs. Een van de vakken die hier gegeven wordt, is 'Relaties en seksualiteit'. Elk jaar zijn er tien lessen rond dit thema. In deze folder willen wij u informeren over de inhoud van deze lessen en hoe u hier in de thuissituatie bij kunt aansluiten, door dezelfde thema's ook thuis bespreekbaar te maken.

Kenmerken van relationele en seksuele ontwikkeling bij 12- tot 15-jarigen

- Jongeren van deze leeftijd kunnen duidelijke seksuele opwinding voelen en ook zelf opwekken. Ze weten hier nog niet altijd goed mee om te gaan.
- Jongeren van deze leeftijd gaan zich steeds meer afvragen wat anderen van hen vinden, vooral anderen van het andere geslacht.
- Jongeren van deze leeftijd hebben vooral technische vragen over het lichaam en de techniek van seks, voornamelijk vanuit nieuwsgierigheid.
- Voor veel jongeren is dit een onzekere periode: ze vragen zich af of ze wel normaal en aantrekkelijk zijn en gaan anderen ook steeds meer zo bekijken.
- In deze periode beginnen de toenaderingspogingen. De jongeren gaan bedenken hoe ze in contact kunnen komen met de ander. Ook seksualiteit gaat een rol spelen, al weten de jongeren nog niet altijd wat ze precies willen.

Kenmerken van relationele en seksuele ontwikkeling bij 15- tot 18-jarigen

- In deze fase ontstaan de eerste echte verkeringsen, waarin ook het vrijen kan worden uitprobeerd. Stap voor stap ontwikkelen de jongeren de seksualiteit: (tong)zoenen, het strelen onder de kleren, het ontdekken van het lichaam van de ander en dus ook elkaars geslachtsdelen en tot slot de eerste geslachts-gemeenschap. De overgang naar de volgende fase neemt tijd in beslag, soms meerdere jaren.
- Jongeren van deze leeftijd willen weten hoe zwangerschappen en soa's te voorkomen zijn. Vaak durven ze niet toe te geven dat ze hier nog niet alles over weten.

Het vak 'relaties en seksualiteit' op school

Tijdens de lessen 'relaties en seksualiteit' worden uiteenlopende onderwerpen behandeld, die te maken hebben met zelfvertrouwen, voortplanting, beleving van seksualiteit, roldoorbreking, vriendschap en verliefdheid, relaties en samenlevingsvormen, waarden en normen rondom seksualiteit, hygiëne en gezondheid, weerbaarheid en grensoverschrijdend gedrag. Naast het leren

opzoeken van betrouwbare informatie en informatieoverdracht vanuit de leerkracht, zijn er veel momenten van discussie met de jongeren. Hierbij leren zij binnen een groep leeftijdsgenoten hun mening formuleren over verschillende onderwerpen. Zij leren nadenken over de gevolgen van hun eigen gedrag, voor henzelf en voor de ander. Uitgangspunt is vooral het respectvol omgaan met jezelf en met de ander.

De ervaringen die de jongeren opdoen tijdens de lessen, kunnen zij gebruiken wanneer zij hun eigen 'relaties en seksualiteit' gaan vormgeven.

Hoe kunt u hier thuis bij aansluiten?

- Om te voorkomen dat uw kind u steeds minder vertelt, is het belangrijk dat u als ouder blijft praten met uw kind. Jongeren houden niet van officiële gesprekken, daarom is het vaak beter om ook regelmatig tussendoor even met elkaar te praten.
- U kunt de mening van uw kind vragen over zaken die met seksualiteit te maken hebben, bijvoorbeeld: 'Wat zou jij doen als...' Zo houdt u het gesprek open.
- Probeer op de hoogte te blijven van waar uw kind naar kijkt op tv en internet. Vraag er naar en kijk zo nu en dan eens mee. Stel vragen over wat ze zien en geef aan hoe u dit voor uzelf waardeert.
- Neem uw kind serieus. Als hij/zij verliefd is of zegt verkering te hebben, stel er dan vragen over zoals: 'Spannend voor je, ben je er blij mee?'
- Stel uw eigen grenzen. Jongeren kunnen ook vragen stellen over uw seksuele ervaringen. Bepaal voor uzelf wat u wel en niet kwijt wilt hierover.
- Informeer eens bij andere ouders over kwesties als tijdstip van thuiskomen, uitgaan, etc. Kinderen zijn geneigd hun ouders voor te spiegelen dat zij als enige in de klas altijd vroeg moeten thuiskomen, weinig zakgeld krijgen of nooit bij iemand mogen slapen. Natuurlijk bepaalt u zelf de regels, maar overleg hierover met andere ouders kan nuttig zijn.
- Vergelijk uw jeugd niet met de 'jeugd van tegenwoordig'. Soms hoor je ouders zeggen: 'Vroeger, toen ik zo oud was als jij...'. Jongeren kunnen niets met deze vergelijking, ze leven in deze tijd en het is moeilijk om een voorstelling te maken van een tijd die ze niet zelf beleefd hebben. Tijden veranderen en vragen om eigen regels.
- Laat merken dat u om uw kind geeft. Ondanks woordenwisselingen, ruzies en opmerkingen dat u 'ouderwets en streng' bent, willen jongeren heel graag merken dat u van hen houdt.
- Soms vinden jongeren het moeilijk om over zichzelf te praten met hun ouders. Het kan dan helpen om het niet direct over de situatie van uw kind te hebben, maar om samen over de situatie van een ander te spreken. Zo zou u kunnen zeggen: 'Ik hoorde vandaag een meisje in de trein vertellen dat ... Wat vind jij daarvan?' Zo krijgt u als ouder toch inzicht in wat uw kind van