

Interventie

Kriebels in je buik

Lespakket over weerbaarheid, relaties en seksualiteit

Erkenning

Erkend door deelcommissie Jeugdgezondheidszorg, preventie en gezondheidsbevordering

Datum: 16 februari 2023

Oordeel: Goed onderbouwd

De referentie naar dit document is: Reitzema (oktober 2022).

Databank effectieve jeugdinterventies: beschrijving 'Kriebels in je buik'. Utrecht:
Nederlands Jeugdinstituut. Gedownload van www.nji.nl/jeugdinterventies.

Inhoud

Inhoud	3
Samenvatting	3
Doelgroep	4
Doel	4
Aanpak	4
Materiaal	4
Onderbouwing	4
Onderzoek.....	5
1. Uitgebreide beschrijving	6
1.1 Doelgroep	6
1.2 Doel	7
1.3 Aanpak.....	8
2. Uitvoering	12
3. Onderbouwing	15
4. Onderzoek	24
4.1 Onderzoek naar de uitvoering	24
4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten	26
5. Samenvatting Werkzame elementen	26
6. Aangehaalde literatuur	27

Samenvatting

Kriebels in je buik is een samenhangend lespakket over het lichaam, gender, relaties, seksualiteit, wensen, veranderingen tijdens de puberteit, media, consent en seksuele weerbaarheid voor kinderen op de basisschool. Het lespakket beoogt bij te dragen aan een veilige en gezonde seksuele ontwikkeling van jonge kinderen. In de keuze van de thema's en werkvormen wordt aangesloten bij de leefwereld, vragen en problemen van jonge kinderen. Het lespakket staat in een online omgeving (kriebelsinjebuik.nl) en wordt in een doorlopende leerlijn van groep 1 t/m 8 aangeboden. Met het lespakket krijgen kinderen betrouwbare informatie, leren relaties en seksualiteit bespreekbaar te maken, tijdig hulp te vragen en respectvol met elkaar om te gaan. Het lespakket wordt gepromoot tijdens de Week van de Lentekriebels, een landelijke campagne in samenwerking met GGD-en. Leerkrachten geven in die week in elk leerjaar een les over relationele en seksuele vorming en gebruiken het lespakket Kriebels in je buik.

Doelgroep

Kinderen in de leeftijd van 4 tot en met 12 jaar in het primair onderwijs.

Doel

Kinderen maken een gezonde en veilige relationele en seksuele ontwikkeling door.

Aanpak

Het lespakket Kriebels in je buik bestaat uit 56 lessen van 45-50 minuten. De lessen worden gegeven door leerkrachten van groep 1 t/m 8, meestal tijdens de Week van de Lentekriebels.

Het lespakket sluit zoveel mogelijk aan bij de ontwikkelingsfasen, leefwereld, vragen en problemen van jonge kinderen en is flexibel inzetbaar.

Materiaal

Op www.kriebelsinjebuik.nl staat het volledige lespakket. Per thema en leerjaar staan lessen beschreven met het doel, de instructie en werkvormen met tips voor lesgeven en downloadbare werkbladen en links naar beeldmateriaal. Op de website staat een handleiding voor het gebruik, een introductie met achtergrondinformatie en een planningsschema voor de school ook zijn er filmpjes waarin het gebruik van het lespakket wordt uitgelegd.

Onderbouwing

Kinderen ontdekken hun lichaam, gaan relaties aan, zijn nieuwsgierig naar seksualiteit, vertonen seksueel gedrag en hebben veel vragen. Niet alle kinderen krijgen tijdig juiste en volledige informatie over relaties en seksualiteit. De informatie is soms te eenzijdig, te beperkt of onjuist. Hierdoor zijn sommige kinderen minder goed voorbereid op de puberteit, kunnen ze seksuele risico's lopen, kunnen ze seksueel grensoverschrijdend gedrag vertonen of psychosociale problemen ontwikkelen. Het lespakket Kriebels in je Buik is planmatig ontwikkeld via de methodiek van *intervention mapping*. In het lespakket worden belangrijke determinanten zoals kennis, attitude, sociale normen, risico-perceptie en communicatieve vaardigheden rondom relevante thema's aangepakt. In de lessen worden effectieve methoden ingezet zoals een veilige leeromgeving, tailoring, active learning, herhaling, perspectiefwisseling, corrigeren van onjuiste kennis, het versterken van een positieve sociale norm en het oefenen van communicatieve vaardigheden. Hiermee worden problemen zoals een negatief zelf- en lichaamsbeeld, homonegatief gedrag en seksuele grensoverschrijding voorkomen en worden een respectvolle omgang en gezond en veilig seksueel gedrag van jonge kinderen bevorderd.

De thema's en werkvormen sluiten aan bij de leefwereld van jonge kinderen en worden in een doorlopende leerlijn aangeboden.

Onderzoek

- Effectstudie lespakket Relaties & Seksualiteit in bovenbouw basisonderwijs (Bagchus et al., 2010): kinderen hebben significant meer kennis over puberteit, relaties en seksualiteit, de houding t.a.v. homoseksualiteit bij Nederlandse kinderen is positiever en kinderen zijn assertiever dan kinderen uit de controle groep.
- Procesevaluatie van het lespakket: leerlingen en leerkrachten waarderen het lespakket vanwege de relevantie van thema's, de lessen in een doorlopende leerlijn, het flexibel gebruik en de goede aansluiting bij de leefwereld van kinderen (Bagchus et al., 2010).
- Uit implementatieonderzoek (Cense et al., 2011) blijkt dat de belangrijkste voorspeller voor seksuele vorming in het primair onderwijs zich bevindt op het niveau van de school en de ondersteuning van de GGD. Het lespakket wordt door gebruikers positief gewaardeerd, met name de relevantie, gebruiksvriendelijkheid en de aansluiting bij de leefwereld van kinderen. Belemmerende factoren liggen vooral op het niveau van de school en de omgeving. In de school is er soms gebrek aan tijd, onvoldoende betrokkenheid bij het thema of te weinig expertise en bij de GGD is soms beperkte capaciteit voor ondersteuning.
- De meest recente procesevaluatie (Coehoorn, 2017) laat zien dat het lespakket Kriebels in je buik ook relevant, bruikbaar en waardevol is voor kinderen in achterstandswijken.

1. Uitgebreide beschrijving

1.1 Doelgroep

Uiteindelijke doelgroep

De lesmethode Kriebels in je buik is bedoeld voor kinderen in de leeftijd van 4 tot en met 12 jaar van het basisonderwijs (openbaar en bijzonder onderwijs) in Nederland.

Intermediaire doelgroep

De belangrijkste intermediaire doelgroep zijn de leerkrachten in het basisonderwijs. Zij geven relationele en seksuele vorming en maken hierbij gebruik van het lespakket Kriebels in je buik.

Daarnaast spelen GGD-en een belangrijke rol: zij ondersteunen scholen, leerkrachten en ouders bij de seksuele ontwikkeling van kinderen.

Selectie van doelgroepen

In principe is het lespakket geschikt voor alle kinderen in de leeftijd van 4 tot en met 12 jaar in het basisonderwijs. '

Het lespakket houdt rekening met de culturele en religieuze diversiteit van leerlingen. In multiculturele klassen kan men verdiepende lessen aanreiken, bijvoorbeeld rondom jongens- en meisjesbesnijdenis. Leerkrachten krijgen didactische en methodische tips hoe met culturele en religieuze diversiteit om te gaan en hoe zij thema's als sekse gender- en seksuele diversiteit of voortplanting op een veilige en respectvolle manier bespreekbaar kunnen maken.

Wel is het denkbaar dat het lespakket niet aansluit bij de signatuur van de school, bijvoorbeeld in het geval van streng christelijke of islamitische scholen. Voor hen is het lespakket mogelijk te expliciet en te progressief. Het komt (zeer sporadisch) voor dat ouders deelname van hun kind aan een les weigeren.

Het lespakket is ook geschikt voor kinderen met negatieve seksuele ervaringen. Recht op zelfbeschikking, seksuele weerbaarheid en hulp leren vragen zijn belangrijke onderwerpen in het lespakket. Leerkrachten krijgen tips en handvatten hoe te handelen in geval van vermoedens of signalen van seksueel misbruik bij kinderen en/of seksueel grensoverschrijdend gedrag in de klas.

Het lespakket is minder geschikt voor kinderen met een ernstige leer- of gedragsproblematiek en/of een lichamelijke of verstandelijke beperking. Hiervoor is het lespakket Kriebels in je buik SO ontwikkeld.

Betrokkenheid doelgroep

Bij de ontwikkeling en doorontwikkeling van het lespakket zijn leerkrachten uit het primair onderwijs in verschillende fasen betrokken geweest. Bij de vernieuwing van het lespakket Relaties & Seksualiteit in 2011 en omzetting naar het online lespakket Kriebels in je buik in 2016, zijn ervaringen, behoeften en wensen onder 50 leerkrachten (werkzaam in verschillende leerjaren) opnieuw geïnventariseerd. In aparte meetings zijn de belangrijkste doelen en thema's geprioriteerd en hebben leerkrachten lessuggesties en aansprekende werkvormen aangedragen. Het vernieuwde lespakket Kriebels in je buik is in 2016 onder 20 leerkrachten uitgetest op inhoud, gebruikersgemak, relevantie en aantrekkelijkheid. In het voorjaar 2017 is de gebruikswaarde van Kriebels in je buik

onder 180 leerlingen, 10 leerkrachten in 10 klassen in achterstandswijken onderzocht. Er zijn observaties uitgevoerd van lessen in de klas, 180 leerlingen hebben vragenlijsten ingevuld en met 50 leerlingen zijn focusgesprekken gevoerd. Naar aanleiding van de uitkomsten van het onderzoek zijn er in het lespakket meer handvatten aangereikt om cultuur-, kennis- en ontwikkelingssensitief te werken. Dit is gedaan door in het lespakket en in individuele lessen (in de digitale omgeving) meer aandacht te besteden aan het thema diversiteit. Ook zijn er meer cultuur diverse afbeeldingen gebruikt. Daarnaast is de gebruiksvriendelijkheid van de digitale omgeving verbeterd door instructiefilmpjes te maken voor het gebruik. En is de vindbaarheid van bepaalde informatie zoals werkbladen en achtergrondinformatie verbeterd door een download knop bovenaan de pagina van de les te plaatsen. De uitvoerbaarheid van de lessen zijn verbeterd door deze in meer verschillende hoofdstukken op te knippen en duidelijk aan te geven wat de basis is en welke de aanvullende hoofdstukken zijn en meer afwisselende werkvormen te gebruiken. Naast een gebruikersonderzoek hebben de leerkrachten doorlopend de mogelijkheid om feedback te geven op de lessen. Naar aanleiding daarvan worden kleine onderdelen van de lessen regelmatig aangepast. Te denken valt aan link naar een filmpje dat niet meer werkt of een verouderd filmpje of (spel)fouten. Deze zaken worden door de feedback van de doelgroep direct aangepast.

1.2 Doel

Hoofddoel

Kinderen (4 tot en met 12 jaar) maken een gezonde en veilige relationele en seksuele ontwikkeling door.

Subdoelen

Subdoelen (leerlingen):

1. Kinderen hebben betrouwbare kennis over het lichaam, veranderingen tijdens de puberteit.
2. Kinderen hebben kennis van sekse, gender, seksuele diversiteit, voortplanting, seksuele risico's, relaties en seksualiteit.
3. Kinderen hebben een positief zelfbeeld/lichaamsbeeld en kunnen kritisch kijken naar schoonheidsidealen- en geseksualiseerde beelden in de media.
4. Kinderen gaan respectvol met elkaar om, keuren gender normatief gedrag af en staan positief tegenover gelijkwaardige relaties tussen jongens/meisjes.
5. Kinderen weten dat er diversiteit is in leefvormen en relaties, staan positief tegenover lhbt+ en keuren homonegatief gedrag af.
6. Kinderen weten wat wel of niet seksueel toelaatbaar gedrag is (online en offline), keuren seksueel grensoverschrijdend gedrag af en weten hoe ze hun grenzen en wensen kunnen uiten en die van de ander kunnen respecteren.
7. Kinderen weten hoe de eerste seksuele contacten verlopen, wat seksuele risico's zijn en hoe ze zich hiertegen kunnen beschermen.
8. Kinderen praten gemakkelijk over lichaam, voortplanting, relaties en seksualiteit, durven vragen te stellen en weten hoe ze hulp kunnen vragen bij problemen.

Subdoelen (intermediaire doelgroep)

1. Leerkrachten weten hoe een gezonde relationele en seksuele ontwikkeling van kinderen en jongeren verloopt
2. Leerkrachten kunnen relationele en seksuele vorming geven middels het lespakket Kriebels in je buik
3. Leerkrachten weten hoe ze kinderen en ouders kunnen doorverwijzen naar betrouwbare bronnen
4. GGD'en kennen het lespakket Kriebels in je buik

5. GGD'en zijn op de hoogte van de hoe een gezonde relationele en seksuele ontwikkeling van kinderen en jongeren verloopt
6. GGD'en zijn in staat om leerkrachten training te geven over het geven van relationele en seksuele vorming en het lespakket Kriebels in je buik

1.3 Aanpak

Opzet van de interventie

Het lespakket Kriebels in je buik is opgebouwd aan de hand van vier inhoudelijke thema's:

1. lichamelijke ontwikkeling en zelfbeeld (het lichaam, veranderingen tijdens de puberteit, bloot zijn, geslachtskenmerken, media beelden) (totaal 16 lessen).
2. voortplanting en gezinsvorming (voortplanting, zwangerschap en bevalling, preventie soa en zwangerschap) (totaal 8 lessen).
3. sociaal emotionele ontwikkeling (relatievorming, gendergelijkheid en seksuele diversiteit)(totaal 18 lessen).
4. seksuele weerbaarheid (wensen en grenzen, consent, lastige situaties, seksueel misbruik hulp vragen)(totaal 14 lessen).

Het lespakket bestaat uit 56 basislessen van 50 minuten en sluit aan bij de standaard sexuality education (WHO & BZgA & WHO, 2018) en het Leerplankader Relaties en Seksualiteit van SLO (2015). De lessen worden gefaseerd uitgevoerd in de groepen 1 t/m 8 in een doorlopende leerlijn. In elk leerjaar komen lessen uit alle vier de thema's in een bepaalde volgorde aan bod (zie voor een uitgebreider doelenoverzicht per leerjaar: <https://seksuelevorming.nl/wp-content/uploads/2022/08/Leerdoelen-Kriebels-in-je-buik.pdf>). Leerkrachten kunnen op basis van bepaalde interesses, observaties of vragen van leerlingen zelf, een selectie maken van thema's en lessen uit het lesaanbod. Ze kunnen zelf besluiten bepaalde lessen eerder of later te behandelen of minder of meer aandacht te geven.

Voorbeeld van de lessen in de:

- Onderbouw:

Er wordt gestart met lessen over het lichaam, bloot zijn, overeenkomsten en verschillen tussen jongens en meisjes waarbij ook genderrolgedrag en genderstereotypering aan bod komen. Er wordt in lessen ingegaan op verschillen tussen fijne en minder prettige aanrakingen, het recht op zelfbeschikking, de mogelijkheid om nee te zeggen en grenzen aan te geven.

- Middenbouw

De lessen bouwen voort op de onderbouw en krijgen meer verdieping. Kinderen krijgen les over zwangerschap, voortplanting en bevalling. Kinderen leren dat er diverse type relaties en leefvormen zijn en leren sociale regels over wat wel of niet gepast seksueel gedrag is. Kinderen leren dat seksueel grensoverschrijdend gedrag niet toelaatbaar is, hoe je wensen en grenzen kunt herkennen en hoe je hulp kunt vragen.

- Bovenbouw

Hier krijgt verliefdheid, relatievorming, en seksuele diversiteit meer aandacht alsook de veranderingen in de puberteit, omgang met sociale druk, online media en vormen van seksueel grensoverschrijdend gedrag. Kinderen leren wensen en grenzen te uiten en te respecteren. Kinderen worden meer voorbereid op eerste seksuele contacten en bescherming tegen zwangerschap en soa.

Inhoud van de interventie

Werving

Tijdens een landelijke campagne Week van de Lentekriebels (voorjaar) informeren GGD-en basisscholen over het belang van seksuele vorming en stimuleren hen gebruik te maken van het lespakket Kriebels in je buik. Tijdens deelname van een school aan deze projectweek geven alle leerkrachten van groep 1 t/m 8 elke dag een les uit het lespakket Kriebels in je buik. Jaarlijks wordt een actueel thema uitgelicht, bijvoorbeeld sekse, gender- en seksuele diversiteit of seksueel grensoverschrijdend gedrag, om scholen te motiveren mee te doen.

Ondersteuning vanuit GGD

De meeste GGD-en bieden vooraf ondersteuning aan scholen voordat deze starten met de lessen. Ze maken scholen wegwijs in het lesmateriaal, adviseren bij beleid, organiseren ouderavonden en verzorgen scholing voor leerkrachten vanuit een Gezonde School aanpak. In de scholing krijgen leerkrachten o.a. informatie over de relevantie van de lessen, hun rol als leerkracht, de lesopbouw en begeleiding van de lessen, de betrokkenheid van ouders en het omgaan met lastige situaties of vragen van leerlingen. Mocht een GGD hier niet bij kunnen ondersteunen dan kunnen scholen terecht bij de Trainerspool op seksuelevorming.nl waar zij een trainer voor een teamtraining, gastles of ouderavond kunnen inhuren.

Scholen informeren ouders over relevantie van het onderwerp en het onderwijsaanbod en organiseren indien gewenst met de GGD een ouderavond met tips voor de seksuele opvoeding thuis, zodat ouders wat meer kennis hebben over een gezonde seksuele ontwikkeling, beter in staat zijn om vragen van hun kinderen te beantwoorden en ze minder weerstand hebben tegen lessen op school hierover. Scholen kunnen gebruik maken van een draaiboek voor de organisatie van een ouderavond (Kriebels op school) en kunnen ouders brochures met tips over de seksuele opvoeding van hun kinderen ("Seksuele opvoeding van kinderen") sturen of meegeven. Hiermee worden ouders ondersteund bij de vragen die kinderen na de lessen mogelijk hebben.

Vorbereiding lesgeven

Een school krijgt via een account toegang tot het online lespakket Kriebels in je buik. De leerkrachten selecteren de relevante lessen en werkbladen voor hun eigen groep en kunnen deze voor zichzelf desgewenst uitprinten. Bij het lespakket zit een online instructie voor gebruik met achtergrondinformatie over relationele en seksuele vorming.

Uitvoering

Leerkrachten starten meestal met de lessen in het voorjaar (rond de Week van de Lentekriebels) en dragen in de klas zorg voor een veilige leeromgeving. Tips en tools om een veilige leeromgeving te creëren staan in de algemene handleiding van het lespakket, bijvoorbeeld hoe een leerkracht met kinderen afspraken kan maken over het respecteren van elkaars mening.

De lessen kennen een bepaalde opbouw en duren in de regel 50 minuten. Per leerjaar staan de lessen in een bepaalde volgorde zodat leerlingen geleidelijk vertrouwd raken met de onderwerpen. Er wordt in groep 6 bijvoorbeeld gestart met lessen over lichamelijke ontwikkeling en verliefdheid. De wat meer beladen thema's zoals seksualiteit, seksuele grensoverschrijding en weerbaarheid komen als aan bod. De lessen hoeven echter niet in de opgegeven volgorde gegeven te worden.

Scholen kunnen ervoor kiezen om de lessen gedurende het hele jaar te geven of de lessen in een bepaalde projectperiode te geven. De lessen worden meestal gegeven in

een projectweek (de Week van de Lentekriebels), waarbij er ongeveer 5 lessen per periode gegeven worden. Daarnaast zijn er ook scholen die de lessen structureel gedurende het hele jaar aanbieden. Veelal wisselen zij de lessen (dit zijn dezelfde lessen als in de projectweek) af met sociale vaardigheidslessen en wordt er een les per maand gegeven. Ook buiten deze afgesproken periode of cyclus kunnen leerkrachten les geven over een onderwerp, bijvoorbeeld op basis van actualiteit of een gebeurtenis op school.

Elke les start met het doel en een instructie met activerende werkvormen en audiovisueel materiaal (via Smartboard) en tips voor leerkrachten. Elke les is stap voor stap uitgeschreven. Aan het eind van de les wordt nog eens stil gestaan bij het geleerde en bepaalde kernboodschappen worden nog eens herhaald. Een voorbeeld van de lessen kan bekeken worden op www.kriebelsinjebuik.nl. Onder het kopje Demolesen staat hier voor elke groep een gratis les.

Een voorbeeld van een les in de onderbouw (groep 2, les: 'Jongens en meisjes') over verschillen en overeenkomsten tussen jongens en meisjes: Leerlingen kunnen aan de hand van een jongens- en een meisjeslichaam op het digibord, verschillende lichaamsdelen benoemen, woorden verkennen en verschillen en overeenkomsten opmerken. Ze ontwikkelen hiermee met elkaar een gemeenschappelijke taal en leren ook geslachtsdelen bij de naam te noemen.

Om kinderen meer bewust te maken van genderrolgedrag en stereotypering, wordt er in de les ook aandacht besteed aan wat ze later zou kunnen worden. Daarna worden genderrollen besproken aan de hand van een sprookje waarin de genderrollen omgedraaid zijn.

Een voorbeeld van een les in de middenbouw rondom seksuele weerbaarheid (Les: Wat voor gevoel krijg je als, groep 5): Er worden op het digibord uiteenlopende situaties voorbeeld van kinderen met wel of niet grensoverschrijdend gedrag. Kinderen bepalen met elkaar wat wel of niet toelaatbaar is en wat je in zo'n situatie kunt doen. In de les leren kinderen dat er leuke en niet leuke geheimen zijn en weten ze wanneer ze hulp kunnen vragen.

In een daaropvolgende les oefenen kinderen in rollenspellen met verschillende manieren van nee zeggen en grenzen aangeven. Kinderen bedenken met elkaar verschillende oplossingen. De leerkracht benadrukt dat ieder kind eigen grenzen heeft en het recht heeft om nee te zeggen of contact te weigeren, ook als dit iemand is die van je houdt of jou lief vindt. De ander moet deze grenzen altijd respecteren en checken (consent vragen) wat de ander wel en niet wil.

Een voorbeeld van een les in de bovenbouw rondom verliefdheid en seksuele diversiteit (Les verliefdheid en seksuele oriëntatie, groep 8: In deze les leren leerlingen wat de begrippen seksuele oriëntatie, seksuele diversiteit, hetero, homo, lesbisch, bi, pan en queer inhouden. Ze bespreken hoe het is om andere seksuele oriëntatie te hebben dan iedereen om je heen.

In de onderbouw worden de lessen ondersteund met visueel en concreet materiaal waarbij het accent ligt op ervaringsgericht en zintuiglijk leren. In de middenbouw wordt de taalontwikkeling rondom relaties en seksualiteit verder gestimuleerd en krijgen leerlingen verwerkingsopdrachten, met kijk- en doe opdrachten om zich de stof eigen te maken.

In de bovenbouw is naast kennisoverdracht en bewustwording meer aandacht voor attitudevorming en de invloed van de sociale norm. Kinderen leren een eigen standpunt

in te nemen, worden zich meer bewust van onderlinge verschillen en gaan meer met elkaar in discussie. Hiertoe worden stellingen aangereikt. Vaardigheden in communicatie en onderhandelen worden verder uitgebouwd.

Evaluatie

Scholen hebben de mogelijkheid ook om via hun online dashboard te monitoren welke lessen in welke groepen gegeven zijn..

Omdat Kriebels in je buik een online lespakket is kan het landelijk gebruik ook goed gemonitord worden. Ook hebben de leerkrachten de mogelijkheid om direct feedback op de lessen te geven. Deze feedback wordt regelmatig bekeken waarnaar de lessen zo nodig worden aangepast. Op deze manier vindt evaluatie van het lespakket doorlopend plaats.

De lessen in het lespakket worden door de jaren heen inhoudelijk herzien. Dit om de lessen up-to-date te houden met de veranderingen in de maatschappij en zodat ze blijven aansluiten op de belevingswereld van kinderen. Zo zijn de lessen op het gebied van sekse, gender en seksuele diversiteit herzien. Hierin is meer aandacht gekomen voor intersekse en transgender en worden begrippen als pan en non-binair nu ook besproken. Ook zijn de lessen minder binair gemaakt; zo wordt er bijvoorbeeld door het hele lespakket minder gesproken over jongens en meisjes maar meer over kinderen. Ook de lessen over weerbaarheid zijn opnieuw bekeken en aangepast. Hierin heeft het begrip consent veel meer aandacht gekregen, naast het 'nee' zeggen. Er is ook extra aandacht voor seksueel misbruik en sexting. In het kader van mediawijsheid worden de lessen up-to-date gehouden waarbij gelet wordt op het recente gebruik van sociale media.

Ook is er meer ruimte voor seksueel plezier in het lespakket; zo wordt er in het lespakket meer aandacht besteed aan de vrouwelijke geslachtsorganen, waaronder de clitoris.

In 2023 en 2024 zal een update van het lespakket plaatsvinden, dan zal ook een procesevaluatie worden afgenomen.

2. Uitvoering

Materialen

- Voor de werving zijn er flyers, promotiematerialen en filmpjes beschikbaar.
- Het lespakket is voor scholen toegankelijk via licenties en inlog op de website www.Kriebelsinjebuik.nl
- Op Kriebelsinjebuik.nl staan alle lessen per leerjaar en thema geordend. Scholen kunnen zelf lessen selecteren en met een team een doorlopende leerlijn van lessen samenstellen. Alle lessen zijn beschreven met duidelijke doelen en instructies, inhoudelijke en didactische tips en een verwijzing naar ondersteunende materialen.
- Voor de leerkrachten is er een handleiding voor gebruik in de klas. In een algemene introductie staat het belang en de relevantie van de lessen, de seksuele ontwikkelingsfasen, omgang met diversiteit en een beschrijving van randvoorwaarden bij de uitvoering.
- Via de managementtoolwebsite kan de beheerder van de school leerkrachten van de school toegang geven tot het lespakket. Zij kunnen hier leerkrachten aan groepen koppelen. Als de leerkrachten dan is ingelogd ziet deze de mappen voor de groepen in het dashboard staan waarin diegene de lessen kan zetten die gegeven gaan worden.
- Daarnaast is er een dashboard voor de school waarmee het gebruik van het lespakket op school gemonitord kan worden. Hierin kan de school zien welke leerkrachten welke lessen hebben gegeven. Op deze manier kan de school de voortgang van de lessen per groep, per leerkracht en/of per leerjaar volgen.
- Voor het praktisch gebruik van het lespakket zijn een handleiding en instructiefilmpjes beschikbaar.

Locatie en type organisatie

De interventie Kriebels in je buik kan uitgevoerd worden in alle klassen/groepen van het primair onderwijs. Wel dient de school te beschikken over een digiboord, zonder digibord is slechts een selectie van de lessen te geven. Daarnaast is het goed om de lessen te geven in een afgesloten klaslokaal om zo een veilige leeromgeving te garanderen.

Opleiding en competenties van de uitvoerders

De uitvoerders zijn leerkrachten werkzaam in de onderbouw, middenbouw en bovenbouw van het basisonderwijs. Zij kunnen vooraf een dagdeel scholing van de GGD krijgen. Er is een uitgebreide handleiding en instructie voor het lesgeven. De meeste leerkrachten kunnen in de regel goed uit de voeten met het lespakket Kriebels in je buik, ook zonder training.

Gewenste competenties (in scholing en in de handleiding):

1. Brede kennis over de seksuele ontwikkelingsfasen van leerlingen van 4 tot en met 12 jaar.
2. Kennis over de opbouw van het lespakket en de beoogde doelen en werkvormen in verschillende leerjaren/doorlopende leerlijn.
3. Weten welke vragen kinderen kunnen hebben over het onderwerp en hoe deze te beantwoorden op een leeftijd adequate wijze.
4. Weten hoe je kunt aansluiten bij de culturele, religieuze en gender- en seksuele diversiteit in de klas.

5. Weten wat wel of niet toelaatbaar en/of acceptabel seksueel gedrag is bij kinderen en hoe hiermee om te gaan (corrigeren, normaliseren, informeren).
6. Ouders kunnen informeren over het belang van het thema en lesaanbod en hen tips kunnen geven over seksuele opvoeding.
7. Weten hoe seksualiteit open en leeftijdsadequaat te bespreken is in een veilige en respectvolle omgeving.

Leerkrachten die niet gewend zijn om deze thema's te bespreken (in multiculturele groepen), hebben soms extra ondersteuning nodig. Zij kunnen hiervoor ondersteuning krijgen van de GGD.

Kwaliteitsbewaking

Het online lespakket Kriebels in je buik biedt voldoende handvatten voor de uitvoering van de lessen. De lessen zijn concreet en zijn stap voor stap beschreven met duidelijke instructies en tips voor het lesgeven. De GGD-en ondersteunen leerkrachten/scholen desgewenst met scholing en advies. In de scholing is o.a. aandacht voor de seksuele ontwikkelingsfasen van kinderen, de thema's in de lessen, het lesgeven en de omgang met lastige situaties en samenwerking met ouders. Rutgers heeft met GGD-en een standaard training ontwikkeld en biedt jaarlijks training aan aan de GGD en aan scholen.

Het bereik van het lespakket wordt gemonitord: Het lespakket is sinds de start in 2016 2.417 keer aangeschaft door scholen. Gemiddeld worden er 345 lespakketten per jaar verkocht. Kriebels in je buik is een licentie die jaarlijks verlengd wordt. Opzegging van het abonnement is minimaal, de afgelopen jaren is dat gemiddeld 1 keer per jaar. Er zijn in totaal 48.242 gebruikers/leerkrachten aangemeld. Onze inschatting is dat we met het lespakket gemiddeld 450.000 leerlingen per jaar bereiken en in totaal de afgelopen jaren 2.136.939 leerlingen hebben bereikt.

Ongeveer 90% van de onderzochte scholen gaf aan dat de ondersteuning en scholing hen voldoende heeft toegerust om hierover les te geven (Dijk et al., 2011; Vlucht, 2013; Goenee, 2015) en gebruikersonderzoek (Coehoorn & de Vries, 2017) heeft laten zien dat de programma integriteit van de gegeven lessen hoog is.

Rugters evalueert regelmatig het gebruik van het lespakket en de geboden ondersteuning onder scholen, leerkrachten en GGD-en. Minimaal een keer per jaar wordt er gekeken naar het gebruik van het lespakket en worden de lessen indien nodig aangepast. Feedback op de lessen als er iets mis is met een filmpje of een les niet goed werkt wordt direct opgepakt.

In een online monitoringsdashboard kunnen we zien hoe elke les gewaardeerd wordt (duimpje omhoog of duimpje omlaag), op elke les kan feedback door docenten gegeven worden en we kunnen het gebruik van het lespakket monitoren: welke lessen worden er gegeven? Worden de lessen volledig gegeven? Bij herziening van een les worden de verzamelde gegevens gebruikt en de feedback van docenten verwerkt.

In 2017 heeft er een procesevaluatie plaatsgevonden, in 2023 zal deze nogmaals plaatsvinden in het kader van de herziening van het lespakket.

Randvoorwaarden

De belangrijkste organisatorische randvoorwaarden liggen op terrein van: Draagvlak in en om de school, betrokken, ervaren en deskundige leerkrachten en ruimte en tijd in het lesrooster. Als leerkrachten positieve ervaringen hebben met het geven van

de lessen (bijvoorbeeld na de Week van de Lentekriebels) werkt dit bevorderlijk voor een duurzame inbedding en breder gebruik van het lespakket in de school. Ook een scholing vanuit de GGD draagt bij aan meer betrokkenheid, deskundigheid en kwaliteit van de uitvoering. Als ouders goed geïnformeerd zijn en het belang van de lessen inzien, draagt dit eveneens bij aan meer draagvlak in de school.

Contextuele randvoorwaarden:

Er zijn geen duidelijke eindtermen of curricula waar een school aan moet voldoen. In 2012 zijn de kerndoelen voor het onderwijs aangepast en zijn seksualiteit en seksuele diversiteit expliciet toegevoegd. Hiermee is seksuele voorlichting verplicht geworden voor het basisonderwijs. Dit bevorderde de adoptie en implementatie van Kriebels in je buik. Sinds 2015 moeten scholen zelf zorg dragen voor een sociaal veilige school. Preventie van en signalering van seksuele grensoverschrijding, seksuele intimidatie en homonegatief gedrag is hier nauw aan gekoppeld.

Implementatie

Bij de introductie van het lespakket is er een implementatiestrategie ontwikkeld, op basis van planmatige implementatie strategieën (Fleuren et al., 2002). Op basis van onderzoek naar de bevorderende en belemmerende factoren van adoptie en implementatie van het oude lespakket Relaties & Seksualiteit (Cense et al., 2012) is het adoptie- en implementatieplan aangescherpt.

Voor de adoptie van het lespakket Kriebels in je buik wordt extra aandacht besteed aan de relevantie, het gebruikersgemak en de opbrengst voor de leerlingen en de school. Voor GGD-en is een toolkit met flyers en brochures beschikbaar om het lespakket te promoten en de implementatie te bevorderen. Via pr-filmpjes met ouders, leerkrachten en leerlingen, en website seksuelevorming.nl, nieuwsbrieven van de Gezonde School worden positieve kenmerken van de interventie en ervaringen met het gebruik, gecommuniceerd en gepromoot. Voorlopers in het primair onderwijs worden als ambassadeur ingezet en delen hun positieve ervaringen met andere scholen in de regio. Ook is er een vergelijkingsoverzicht gemaakt van de drie erkende lespakketten voor het basisonderwijs: Kriebels in je buik, Veiligwijs en Wonderlijk gemaakt. Hierin worden de 3 lespakketten inhoudelijk met elkaar vergeleken aan de hand van het Leerplankader van het SLO. Scholen en GGD'en kunnen aan de hand hiervan beter beslissen welk lespakket het beste bij welke school past.

Leerkrachten worden geschoold door GGD-en in het gebruik van het lespakket. Scholen hebben online toegang tot een gebruikershandleiding en het lesprogramma Kriebelsinjebuk.nl. Het gebruik van het online lespakket wordt gemonitord via licenties/accounts van scholen en via gebruikersonderzoek. Duurzaam gebruik is af te lezen aan het aantal verlengde licenties van het lespakket. Het blijkt dat de afgelopen jaren er slechts gemiddeld 1 abonnement per jaar wordt opgezegd.

Kosten

Personele uren voor gebruik van lespakket Kriebels in je buik:

- Voorbereiding, kennismaking met lespakket en scholing/training leerkrachten: 4-6 uur voorbereidingstijd per leerkracht.
- Uitvoering van de lessen: gemiddeld 4 a 5 lessen van 50 minuten per leerjaar met 2,5 uur voorbereiding per leerkracht.
- Evaluatie van de lessen (aan het eind van het jaar in hele team of bouw): 1 uur per leerkracht.

- De GGD ondersteunt de school met een dagdeel scholing/training en een ouderbijeenkomst.

Materiele kosten bij scholing en ondersteuning:

De kosten voor een scholing vanuit de GGD of de begeleiding van een ouderavond zijn in de regel gratis. Soms voeren GGD-en hierin een apart beleid, dit beleid is per GGD verschillend en ligt aan de subsidies die de GGD van de betreffende gemeente krijgt. De GGD-en volgen gratis een masterclass bij Rutgers en krijgen gratis materialen voor promotie en ondersteuning van scholen.

Kosten van lespakket en materialen

- De eenmalige aanschafkosten voor toegang tot het lespakket Kriebelsinjeboek.nl (voor scholen met 1 t/m 10 groepen) bedragen € 99,- en € 25,- licentiekosten voor de daaropvolgende leerjaren.
- De kosten voor scholen met meer dan 10 groepen bedragen € 199,- en € 50,- licentiekosten voor de daaropvolgende leerjaren.

3. Onderbouwing

Probleem

Relationele en seksuele ontwikkeling wordt gezien als een levenslang proces. Vanaf (en zelfs voor) de geboorte maken kinderen een seksuele en relationele ontwikkeling door (de Graaf, 2013b). Ook jonge kinderen laten seksueel gedrag zien, bijvoorbeeld doktertje spelen, of in het openbaar hun geslachtsdeel laten zien of aanraken (Cacciatore et al., 2020; de Graaf, 2013b; Roos & de Graaf, 2014). Kinderen van 6-9 jaar vertonen de meeste seksueel getinte gedragingen (geslachtsdelen laten zien aan anderen of er tegenaan wrijven), 56% van de kinderen van 6-12 jaar stelt vragen over seksualiteit, 61% is nieuwsgierig naar bloot (Roos & de Graaf, 2014) en zoekt informatie op internet (Nikken, 2013). De meeste kinderen (66%) op de basisschool geven ook aan wel eens verliefd te zijn geweest (Boer et al., 2022). Het is niet vanzelfsprekend dat kinderen uit zichzelf weten wat aanvaardbaar en grensoverschrijdend seksueel gedrag is, noch dat zij grenzen van anderen kunnen respecteren en hun eigen wensen en grenzen kunnen aangeven (Franck et al., 2011).

Weinig structurele aandacht voor RSV op de basisschool

Op de basisschool blijkt dat weinig scholen structureel aandacht geven aan respectvolle omgang met seksualiteit, waaronder seksuele weerbaarheid, en seksuele diversiteit in de samenleving (Inspectie van Onderwijs, 2016). Veel scholen doen dit op incidentele wijze en dan vaak in reactie op een incident met een leerling. Een recente peiling onder schoolleiders in het primair onderwijs (Beek & Reitzema, 2022) vond vergelijkbare resultaten: de meeste scholen geven wel enige aandacht aan RSV, maar slechts iets meer dan een derde (37,9%) doet dit structureel, dat wil zeggen: jaarlijks met een erkende methode voor RSV. 29,1% van de basisscholen in Nederland geeft complete structurele RSV, dat wil zeggen: vanaf groep 1 t/m groep 8 (doorlopende leerlijn) met een erkende methode voor RSV. Hoewel er geen onderzoek bekend is naar de meerwaarde van complete, structurele RSV op de basisschool, ziet de Inspectie van Onderwijs wel veel voordelen van zo'n integrale aanpak (Inspectie van Onderwijs, 2016). Vanuit onderzoek op de middelbare school blijkt een integrale aanpak ook een kansrijk element van effectieve RSV (Beek et al., 2022).

Weinig communicatie met ouders over seks en beperkte kennis

Niet alle leerlingen krijgen tijdige, volledige of betrouwbare informatie over relaties en seksualiteit van hun ouders en/of de school (de Graaf et al., 2017; Inspectie van Onderwijs, 2016). 50% van de 9- tot 12-jarigen praat niet met hun ouders en 30% heeft met niemand gepraat over veranderingen tijdens de puberteit of over seksuele grenzen (de Graaf, 2016). Verder blijkt dat ouders de kennis van hun kinderen over seks soms onderschatten en dat kinderen het ook vaker leerzaam en minder vaak spannend vinden dan hun ouders denken om hierover te praten (de Graaf, 2016). Onderzoek naar de vragen die kinderen stellen aan de Kindertelefoon wijst uit dat als kinderen (tussen de 8 en 12 jaar) vragen hebben over relaties/seksualiteit dit voornamelijk gaat over Verliefdheid en verkering, seks ("vrijen/neuken"), andere seksuele handelingen, zoals vingeren en pijpen, zelfbevrediging en (ontwikkeling van) het lichaam (Antal et al., 2018; Rutgers, 2019). Een overkoepelende vraag die vrijwilligers vaak horen van kinderen is: ben ik/is dit normaal? Kinderen hebben dus best wat kennis en ook vragen over seks(ualiteit) waar ze niet altijd met hun ouders over kunnen praten. Hoewel de meeste ouders inschatten dat ze goed in staat zijn om informatie te geven over relaties en seksualiteit, geldt dat niet voor alle ouders; sommige ouders denken dat ze niet goed in staat zijn op een begrijpelijke manier met hun kind over seksualiteit te praten (de Graaf, 2013a). Kortom: er zijn kinderen die niet weten wat wel of niet toelaatbaar is op

seksueel en relationeel gebied, die onvoldoende zijn voorbereid op de puberteit of relatievorming, die de gevolgen van hun gedrag niet helemaal overzien of onvoldoende weerbaar zijn. Ze kunnen mogelijk over grenzen van een ander gaan, de ander pijn doen of zichzelf of een ander schade berokkenen of zelf slachtoffer worden van seksueel misbruik.

Homonegatief gedrag, sekse discriminatie en stereotype genderrolgedrag

Sommige jongeren hebben negatieve attitudes ten aanzien van homoseksualiteit en gender non-conformiteit; zo keurt 27% van de jongens en 13% van de meisjes het af als jongens met elkaar zoenen op straat en staat 23% van de jongens en 8% van de meisjes negatief tegenover jongens die zich meisjesachtig gedragen (de Graaf, 2017). Vanuit recente cijfers van de HBSC (Boer et al., 2022) blijkt dat in totaal net iets meer dan de helft van de basisschoolleerlingen (56,8%) een positieve houding heeft ten aanzien van homoseksualiteit en dat jongens minder positieve attitudes hebben dan meisjes; van de jongens vindt zo'n 45% het vies als twee meisjes of twee jongens met elkaar zoenen en van de meisjes is dat zo'n 20%. 17,3% van de basisschoolleerlingen (19,4% van de jongens en 15,3% van de meisjes) vindt het ook vies als een meisje en jongen met elkaar zoenen (Boer et al., 2022). LHB jongeren hebben een lager welzijn, meer psychische problemen en maken vaker discriminatie en geweld bedreiging mee dan hetero jongeren (Kuyper, 2015; Myers et al., 2020): jaarlijks worden zo'n twee op de vijf homo of bi-jongens uitgescholden vanwege de seksuele voorkeur, een op de zes werd bedreigd en een op de negen is geschopt of geslagen. Lesbische en biseksuele meiden krijgen hier minder mee te maken, maar nog steeds heeft 18% meegemaakt dat ze werd uitgescholden, 4% is bedreigd en minder dan 2% is geschopt of geslagen (de Graaf et al., 2017). Pesten en homonegatief gedrag hebben een grote psychosociale impact, denk aan sociaal isolement, schuld en schaamte, of zelfdestructief gedrag of mentale problemen zoals depressie of angst-stoornissen (Baams & Bos, 2014; Huijnk & van Beusekom, 2021; Jonas et al., 2022).

Kinderen krijgen door het kijken van pornografische beelden soms ook onrealistische beelden over seks en genderrollen mee: 23% van de 9-jarigen, een derde van de 10-jarigen en 43% van de 11- en 12-jarigen zien wel eens pornografische beelden (met onrealistische beelden van seks) (de Graaf, 2017). De confrontatie met deze beelden kan verwarrend zijn en bijdragen aan een onjuiste en stereotype beeldvorming over seksualiteit en man-vrouw verhoudingen. Bij kinderen die dit aantrekkelijk, leerzaam en realistisch vinden, en geen referentiekaders hebben gekregen, kan dit leiden tot kopieergedrag (de Graaf et al., 2008; Kerstens & de Graaf, 2012).

Onveilige seks

Met name de "jonge starters" die voor het eerst seksueel contact hebben op 12-14 jarige leeftijd, lopen extra gezondheidsrisico's. Zij beschermen zich relatief slecht tegen een zwangerschap of soa of zijn minder weerbaar. Wanneer de eerste geslachtsgemeenschap op 13-jarige leeftijd of eerder plaatsvindt, gebruikt 29% van de jongens en 14% van de meisjes geen condooms of anticonceptie; wanneer jongeren ouder zijn (14-24 jaar) bij de eerste keer geslachtsgemeenschap neemt het percentage dat geen anticonceptie gebruikt af: bij jongens tussen de 5-10% en bij meisjes 6% (de Graaf et al., 2017).

Seksuele grensoverschrijding

8% van de docenten op de basisschool ziet wel eens seksueel grensoverschrijdend gedrag van kinderen op school (Sijbers et al., 2014). 11% van de meisjes en 2% van de jongens (12-25 jarigen) is ooit gedwongen tot seksuele handelingen (de Graaf et al., 2017). Uit ander onderzoek onder seksueel actieve jongeren blijkt dat 84% van de

meisjes en 66% van de jongens sinds hun 14^e wel eens te maken hebben gehad met seksueel grensoverschrijdend gedrag in brede zin (Kuyper et al., 2010). 4% van de 12-jarigen heeft ervaring met zoenen tegen de wil en 6,4% heeft ervaring met ongewenste seksuele aanrakingen (borsten, billen, geslachtsdelen aanraken) (de Graaf et al., 2017). Uit de Nationale prevalentiestudie mishandeling blijkt dat in 2017 tussen de 3.600 en 5.080 kinderen (ongeveer 0,12%) tussen de 0 en 18 jaar oud slachtoffer zijn geworden van seksueel misbruik (NJI, 2019). Deze cijfers zijn hoogstwaarschijnlijk een onderschatting van het totaal aantal gevallen, omdat het hier gaat om kinderen waarbij professionals mishandeling hebben gesignaleerd. De prevalentie van slachtofferschap van ten minste één vorm van seksueel geweld voor kinderen voor het 12^e levensjaar is 13,0% voor meiden en 4,4% voor jongens (Nationaal Rapporteur Mensenhandel en Seksueel Geweld tegen Kinderen, 2022). In datzelfde rapport zijn de prevalentiecijfers ook uitgesplitst per vorm van seksueel geweld: 7,9% van de meiden en 2,8% van de jongens is voor hun 12^e slachtoffer van fysiek seksueel geweld, 7,4% van de meiden en 2,3% van de jongens is slachtoffer van niet-fysieke seksuele intimidatie en 3,1% van de meiden en 1,0% van de jongens is slachtoffer van online seksuele intimidatie.

Oorzaken

De onveilige of ongezonde seksuele ontwikkeling wordt veroorzaakt door een complex aan persoonlijke, cognitieve en psycho-sociale factoren in de opvoeding, peers en media (Cense & Dalmijn, 2016; de Graaf et al., 2012; de Graaf et al., 2017; Doreleijers et al., 2010; Kirby, 2007; Martin & Luke 2010).

1. Weinig communicatie met ouders over seks en/of onjuiste en/of gebrekkige kennis

Ouders zijn de primaire opvoeders van kinderen. Een minderheid van de ouders spreekt met kinderen van 8-12 jaar over seksueel gedrag en voorbehoedsmiddelen (de Graaf, 2013a). 1:5 ouders bespreekt prettige en niet prettige aanrakingen met kinderen en geen enkel onderwerp over seksualiteit komt herhaaldelijk aan bod (Dorsselaer et al., 2010). Ouders ervaren barrières in de seksuele opvoeding aan jonge kinderen (Stone et al., 2013). Als kinderen geen of onjuiste kennis krijgen, lopen kinderen meer seksuele risico's.

2. Negatief zelfbeeld, eenzijdige beeldvorming en gevoel een last te zijn

7,8% van de jongens en 13% van de meisjes op de basisschool heeft een negatief lichaamsbeeld (Bun, et al 2010). Kinderen met een negatief zelf- of lichaamsbeeld zijn minder weerbaar in de relationele omgang en lopen meer risico op seksuele grensoverschrijding. Sterke gevoeligheid voor ideaalbeelden, sterke sociale normen, pestgedrag en eenzijdige blootstelling aan geseksualiseerde beelden beïnvloeden het zelf- of lichaamsbeeld. Het zien van seksueel getinte mediabeelden (vooral porno en seksueel getinte videoclips) heeft invloed op het seksueel gedrag en de opvattingen rondom seksualiteit met name als beelden realistisch, aantrekkelijk of relevant worden gevonden (De Graaf et al. 2008; De Graaf et al. 2009a, Nikken, 2013). Voor LHBTIQ+ jongeren blijkt dat het ervaren van slachtofferschap van seksuele oriëntatie (bijv. anti-homo pesten of geweld) en geïnternaliseerde homofobie indirect gerelateerd waren aan het ervaren van depressieve klachten via het gevoel tot last te zijn (Baams et al., 2018). Het besef af te wijken van anderen speelt ook mee aan de problemen die LHB-jongeren ervaren (Kuyper 2015).

3. Lage acceptatie seksuele diversiteit en sekse discriminatie, sterke sociale normen

In bepaalde groepen en milieus zijn strikte en schadelijke gendernormen en – rolopvattingen. Sekse, seksuele en genderdiversiteit wordt niet altijd geaccepteerd of getolereerd door jongeren: zoals eerder aangegeven keurt 27% van de jongens en 13% van de meisjes het af als jongens met elkaar zoenen op straat en staat 23% van de jongens en 8% van de meisjes negatief tegenover jongens die zich meisjesachtig

gedragen (de Graaf, 2017). Stereotype genderrolopvattingen en rigide gendernormen in groepen belemmeren genderdiversiteit (Baams & Bos, 2014) en kunnen bijdragen aan seksuele grensoverschrijding en homonegatief gedrag (de Graaf et al., 2014; Tolman et al., 2003).

4. Lage risico inschatting en beperkte communicatieve vaardigheden

Seksuele grensoverschrijding (online en offline), soa en zwangerschap kunnen voortkomen uit een lage risico inschatting. Kinderen zijn zich nog niet bewust van de risico's of overzien de gevolgen nog niet van hun eigen seksuele gedrag (de Graaf et al., 2014). Het goed kunnen inschatting van de eigen-effectiviteit en hebben van vaardigheden om effectief te communiceren over wensen en grenzen in relaties en onderhandelen zijn belangrijke voorspellers van gezond en veilig seksueel gedrag bij jongeren (Ryan et al., 2007; de Graaf et al., 2017).

Risicofactoren in de omgeving:

Ervaringen in de jeugd, zoals sociale deprivatie, een negatief opvoedingsklimaat, seksueel misbruik of mishandeling, beperkte seksuele vorming en opvoeding, maar ook de mate van sociale integratie in een samenleving (Cense & Dalmijn, 2016).

Beschermende factoren in de omgeving:

Een warm en betrokken opvoedingsklimaat werkt beschermend. Een autoritatieve opvoedingsstijl wat gekenmerkt wordt door een positief, stimulerend, warm, affectief, respectvol en emotioneel opvoedingsklimaat, blijkt positieve effecten te hebben op de seksuele ontwikkeling van kinderen (Klai, 2005, de Graaf et al., 2012). Beschermende factoren tegen de effecten van het anti-homo pesten zijn steunende familie en vrienden, en een sterk en positief schoolklimaat (Espelage et al., 2019; Huijnk & van Beusekom, 2021).

Aan te pakken factoren

De interventie Kriebels in je buik richt zich hoofdzakelijk op de veranderbare individuele determinanten bij kinderen zelf: kennis, zelf- en lichaamsbeeld, attitudes, risicoperceptie, communicatieve vaardigheden en weerbaarheid, zie het schema bij Verantwoording. De omgevingsfactoren, zoals opvoeding thuis, eerdere negatieve ervaringen, media en peers worden zeer beperkt aangepakt. Via de school krijgen de ouders wel informatie en tips voor de seksuele opvoeding. Verder zijn er voor ouders brochures (bijvoorbeeld 'Seksuele opvoeding'), nieuwsbrieven en tips voor de seksuele opvoeding op seksuelevorming.nl beschikbaar en binnenkort kunnen ouders ook terecht voor informatie bij seksueleopvoeding.info.

De interventie beïnvloedt de persoonlijke factoren die beschermend of bevorderlijk werken voor een veilige en gezonde seksuele ontwikkeling van jonge kinderen vooral op het niveau van:

- Het verbeteren van kennis (volledige en betrouwbare kennis, ontkrachten van mythes en mispercepties).
- Het versterken van een positief zelf- en lichaamsbeeld (complimenten, bekrachtiging, kritisch leren kijken).
- Het versterken van positieve attitudes rondom een respectvolle omgang en het versterken van de positieve sociale norm rond acceptatie van seksuele diversiteit en gendergelijkwaardigheid (meningsvorming, reflectie).
- Het vergroten van risicoperceptie (gevolgen en impact laten zien van gedrag online en offline).
- Het versterken van communicatieve vaardigheden en weerbaarheid (oefenen nee zeggen, grenzen uiten, leren praten over seksualiteit en hulp vragen).

Daadwerkelijke preventie van seksueel ongezond gedrag, zoals soa en onbedoelde zwangerschap, is in deze leeftijdsperiode nog niet mogelijk omdat de meeste kinderen nog geen seks hebben. Kinderen worden wel voorbereid op eerste seksuele contacten.

Wat betreft de intermediaire doelgroepen, de GGD'en en leerkrachten, zetten we in op het vergroten van de kennis en vaardigheden van de leerkrachten, middels de handleiding en tips. Daarnaast heeft Rutgers e-learnings ontwikkeld en video's met lessituaties voor leerkrachten en GGD'en. Daarnaast organiseert Rutgers jaarlijks trainingen voor GGD-en en scholen (leerkrachten) over het geven van RSV.

Verantwoording

RSV op de basisschool

Er wordt weinig onderzoek gedaan naar de seksuele ontwikkeling van prepuberale kinderen (de Graaf & Rademakers, 2011), laat staan naar de mogelijke effecten van een vroege start met relationele en seksuele vorming (RSV) (zie bijvoorbeeld Zhou, 2020). Er is wel consensus onder experts over hoe RSV voor kinderen eruit zou moeten zien. Volgens zowel de meest recente standaarden (wereldwijd en de Europese) voor relationele en seksuele vorming zou dit vanaf jonge leeftijd moeten starten, moet het compleet (*comprehensive*) en passend bij de leeftijd zijn (Unesco et al., 2018; WHO & BZgA, 2010). Het idee hierachter is dat kinderen de juiste (communicatieve) vaardigheden, kennis, attitudes en normen krijgen om een gezonde seksuele en relationele ontwikkeling door te maken: hiermee zijn ze goed voorbereid wanneer de puberteit zich aandient en wanneer ze hun eerste seksuele relaties met anderen aangaan (DeGue et al. 2014; Michielsen et al., 2022; WHO & BZgA, 2010). Een ander argument voor een vroege start is dat ideeën over gender dan nog niet zo sterk gevormd zijn (Kedzior et al., 2020). Daarnaast blijkt vanuit onderzoek ook dat kinderen al best wat kennis en vragen hebben over seks en relaties (Antal et al., 2018; de Graaf, 2016; Rutgers, 2019). De meerderheid van de ouders vinden het goed dat scholen informatie aan kinderen geven over relaties en seksualiteit, hoewel er voor sommige onderwerpen (bijv. 83,6% van de ouders vindt het goed als scholen kinderen tussen de 4 en 8 jaar leren dat anderen je niet mogen aanraken als je dat niet wilt) meer steun is dan voor andere onderwerpen (bijv. 50,4% vindt het goed als scholen kinderen tussen de 4 en 8 jaar leren hoe een baby in de buik komt) (de Graaf, 2013a).

Vanuit een (zeldzame) effectstudie naar de brede uitkomsten van RSV op de basisschool blijkt dat dit ook positieve effecten kan hebben (Bacghus et al., 2010, zie Hoofdstuk 4 voor meer informatie). Effectstudies beperken zich vaak tot één specifiek thema, namelijk preventie van seksuele grensoverschrijding/misbruik bij kinderen (bijv. Topping & Barron, 2009; Walsh et al., 2018). Mogelijke kansrijke elementen van effectieve programma's bij preventie van seksueel misbruik lijken: 1) het leren van veiligheidsregels (zoals: "mijn lijf is van mij"), 2) het leren van concepten met betrekking tot preventie (bijvoorbeeld: het verschil tussen gepaste en ongepaste aanraking) en 3) het gebruiken van actieve lesmethoden zoals, discussie, modellering, rollenspellen, oefening en feedback (Topping & Barron, 2009; Walsh et al., 2018). Dit komt ook aan bod in het lespakket Kriebels in je buik.

Planmatige ontwikkeling Kriebels in je Buik

Bij de ontwikkeling van Kriebels in je buik is gebruik gemaakt van *intervention mapping* (Eldredge et al., 2016). De belangrijkste determinanten voor een gezonde en veilige seksuele ontwikkeling van jonge kinderen, zijn per subdoel op niveau van kennis,

attitude, sociale norm en vaardigheden in kaart gebracht en gekoppeld aan werkbare methoden/strategieën (Eldredge et al., 2016), waarbij de inhoud van het lespakket Kriebels in je Buik aansluit op de aanbevelingen van de Wereldgezondheidsorganisatie en de Europese standaarden voor *sexuality education* (Unesco et al., 2018; WHO & BZgA, 2010). De lessen zijn verspreid over meerdere leerjaren met verschillende accenten. (Zie bijlage lessenoverzicht met subdoelen, lessen per leerjaar, factoren en methoden).

De koppeling tussen de problemen/ subdoelen, te beïnvloeden factoren/determinanten en gebruikte methoden op niveau van kennis (k), attitude (a), sociale norm (sn), risicoperceptie (rp) en/of vaardigheden (v) worden hieronder schematisch weergegeven.

Doelen- en methoden matrix Kriebels in je buik		
Subdoel	factoren k/a/sn/rp/v	methoden
1. Kinderen hebben betrouwbare kennis over het lichaam, veranderingen tijdens de puberteit, sekse, gender, seksuele diversiteit, voortplanting, seksuele risico's, relaties en seksualiteit.		
	betrouwbare kennis over lichaam, geslachtskenmerken, voortplanting, relaties en seksualiteit (k)	informatie overdracht, tailoring
	mythen en mispercepties ontkrachten (k)	vergelijken, corrigeren
2. Kinderen hebben een positief zelfbeeld/lichaamsbeeld en kunnen kritisch kijken naar schoonheidsidealen- en geseksualiseerde beelden in de media.		
	verschillen j/m en lichaamskenmerken (k)	informatie overdracht, tailoring
	veranderingen j/m puberteit (k)	informatie overdracht, vergelijking
	bewustwording en acceptatie diversiteit (a/sn)	confrontatie, vergelijking en zelf evaluatie
	ideale mediabeelden en realiteit (a/sn)	vergelijking, reflectie
	kritisch naar media (a)	kritische reflectie, discussie
	benoemen positieve eigenschappen (a/sn)	positieve feedback, bekrachtiging
3. Kinderen gaan respectvol met elkaar om, keuren gender normatief gedrag af en staan positief tegenover gelijkwaardige relaties tussen jongens/meisjes.		
	m/v rolgedragingen en verwachtingen (k)	informatie overdracht, tailoring
	in- en uitsluiting (a/sn/rp)	confronteren, empathie, inleven in ander

	stereotypering en ruimte voor diversiteit (k/a/sn)	informatie, reflectie, shifting, positieve sociale norm
	gelijkwaardige en liefdevolle omgang (k,sn)	modelling, shifting, sociale norm bekrachtigen
	verliefdheid, vriendschappen en relatievorming (k/v)	informatie overdracht, oefenen, persuasieve communication
4. Kinderen weten dat er diversiteit is in leefvormen en relaties, staan positief tegenover lhbt+ en keuren homonegatief gedrag af.		
	gendernormen en diverse leefstijlen (k)	informatie overdracht, tailoring
	verliefdheid, vriendschappen en relatievorming (k,a)	informatie, discussie, reflectie
	diversiteit samenlevingsvormen (k/a)	reflectie, empathie, sociale norm
	impact homonegatief gedrag en respectvolle omgang (k/sn/v)	kennis, shifting, inleefverhalen, empathie, regels en afspraken, versterken sociale norm, anticiperen en guided practise
	verliefdheid, vriendschappen en relatievorming (k/v)	informatieoverdracht, oefenen, guided practise
5. Kinderen weten wat wel of niet seksueel toelaatbaar gedrag is (online en offline), keuren seksueel grensoverschrijdend gedrag af en weten hoe ze hun grenzen en wensen kunnen uiten en die van de ander kunnen respecteren.		
	prettige en niet prettige aanrakingen (k/a)	informatieoverdracht, tailoring
	acceptabel en niet acceptabel gedrag (k/sn)	informatieoverdracht, shifting, inleefverhalen, versterken sociale norm
	recht op zelfbeschikking (k/a)	kennisoverdracht, meningsvorming/discussie
	wederzijdse instemming (k/a)	kennisoverdracht, reflectie, self evaluation
	risico perceptie en gevolgen van gedrag (k/rp)	informatie, shifting, confrontatie, geanticipeerde spijt, reflectie en corrigeren
	wensen en grenzen, communicatie (v)	rollenspelen, feedback, modeling
	geheimen en niet pluis gevoelens (k/a)	informatie, sociale norm,
	hulp vragen en nee zeggen (v)	guided practice, modelling en bekrachtiging
6. Kinderen weten hoe de eerste seksuele contacten verlopen, wat seksuele risico's zijn en hoe ze zich hiertegen kunnen beschermen.		

	voortplanting, zwangerschap en bevalling, onveilig en veilig seksueel gedrag (k)	informatie overdracht
	risico perceptie (a/rp)	confrontatie, discussie en reflectie
	gevolgen van onveilig gedrag (k/a)	informatie, reflectie en meningsvorming
	bescherming en maatregelen (k,a/)	informatie, sociale norm, anticiperen op situaties.
	positieve attitude risico bescherming (a/sn)	vergelijken, meningsvorming, sociale norm
	stapsgewijze carrière en anticiperen (k,a)	informatie, tailoring, reflectie, active learning, sociale norm
	weerbaarheid (v)	modellering, rollenspellen, persuasive communication, bekrachtiging
7. Kinderen praten gemakkelijk over lichaam, voortplanting, relaties en seksualiteit, durven vragen te stellen en weten hoe ze hulp kunnen vragen bij problemen.		
	benoemen en taal geven aan lichaamsdelen, relaties en seksualiteit (k/v)	informatieoverdracht, bespreekbaar maken, oefenen en bekrachtigen
	praten over relaties en seksualiteit (v)	modellering, active learning, stimulans, social support
	seksuele problemen en gevolgen (k/a)	informatie, tailoring
	gebruik maken van hulpbronnen (k/v)	informatie, active learning, oefenen
	geheimen en niet pluis gevoelens (k/a)	informatie, bewustwording,
	hulp vragen (v)	oefenen, feedback en modeling

Effectieve verandermethoden en aansluiten bij de doelgroep

Om ervoor te zorgen dat het beoogde doel en de te beïnvloeden factoren effectief worden aangepakt zijn effectieve methoden ingezet die aansluiten bij het ontwikkelingsniveau van leerlingen. Zo wordt er bij jonge kinderen meer gebruik gemaakt van beeldmateriaal en is er bij oudere kinderen meer ruimte voor discussie.

Werkbare bestanddelen voor de bevordering van acceptatie van seksuele diversiteit liggen op het terrein van het vergroten van empathie voor homoseksuele karakters, inspelen op sociale norm en inleven in negatieve gevolgen van discriminatie (Felten et al., 2015). Het thema seksuele diversiteit is in meerdere lessen geïntegreerd. Bij dit thema is er vooral aandacht voor het versterken van positieve denkbeelden en het bevorderen van empathie (bijvoorbeeld ouders of mensen uit de eigen omgeving die homoseksueel of lesbisch zijn, overeenkomsten benoemen met heteromensen).

Kinderen worden actief bij de les betrokken door doe-opdrachten, zintuiglijke opdrachten, discussie, rollenspellen en meningsvorming waardoor ze ervaringsgericht leren (Bandura, 2001). Leerlingen reflecteren op situaties uit hun dagelijks leven en evalueren hun (online) gedrag. Positieve rolmodellen worden ingezet en passend gedrag

bekrachtigd. Ze oefenen praktische en communicatieve vaardigheden waarmee interactiecompetenties worden versterkt en gedrag wordt bijgesteld (Vanwesenbeeck, et al., 1999). Ze leren nadenken en anticiperen op toekomstige situaties (online en offline) met simulatie en rollenspelen en maken een inschatting of ze in staat zijn, het gewenste gedrag te vertonen in het echte leven (Ajzen, 1988). Door het leerproces van kinderen te begeleiden en in een controleerbare setting te oefenen, kunnen kinderen zich een bepaald gedrag eigen maken (met name rondom weerbaarheid, het communiceren over wensen en grenzen en respectvol met elkaar leren omgaan) (Schaafsma, Kok, Stoffelen & Curfs, 2015). Bij een aantal thema's (zoals omgang met internet, daten, relatievorming, hulp vragen bij problemen), worden leerlingen uitgenodigd zelf oplossingen aan te dragen en wordt feedback gegeven op oefengedrag via modelling en guided practice (Eldredge et al., 2016).

Voor een effectieve interventie is het belangrijk om aan te sluiten bij de vragen en leefwereld van de doelgroep, in dit geval: kinderen (Eldredge et al., 2016). Uit evaluaties naar het gebruik van de interventie Kriebels in je buik komt veelvuldig naar voren dat de lessen goed aansluiten bij de belevingswereld, vragen en behoeften van kinderen (Bagchus et al., 2010, Coehoorn & de Vries, 2017). Veel lesmateriaal wordt op een kindvriendelijke en aantrekkelijke manier in beeld gebracht met illustraties, filmpjes en werkbladen. Onderzoek naar de praktijk van seksuele vorming (Inspectie van onderwijs, 2016; Coehoorn & de Vries 2017) laat zien dat leerlingen die al eerder of in een doorlopende leerlijn les hebben gekregen in relaties en seksualiteit, opener zijn over seksualiteit, respectvol met elkaar omgaan en makkelijk vragen durven stellen. De spanning om te praten over deze onderwerpen wordt hiermee al op jonge leeftijd weggenomen.

4. Onderzoek

4.1 Onderzoek naar de uitvoering

Bagchus, L., Martens, M., Sluis, M. van der (2010). Relationele en seksuele vorming in het basisonderwijs: Een effect- en procesevaluatie van het leskatern "Relaties & Seksualiteit" en "Lekker in je vel". Amsterdam: ResCon

Procesevaluatie naar de waardering, gebruik en succes- en faalfactoren van het leskatern Relaties en seksualiteit in de bovenbouw van het primair onderwijs. Aan de procesevaluatie (d.m.v. logboeken en aanvullende interviews met docenten, ouders en leerlingen) hebben 11 van de 16 basisscholen (totaal 1008 leerlingen) deelgenomen.

Samenvatting: Het lespakket Relaties & Seksualiteit biedt voldoende handvatten voor de uitvoering en docenten beoordeelden het leskatern als (heel) gebruiksvriendelijk en zijn positief over de lesopbouw. Het leskatern sluit goed aan bij het kennisniveau en belevingswereld van jonge kinderen. Deze factoren dragen bij aan een succesvolle implementatie van het leskatern. Verbeterpunten zijn: concretisering van doelen, goede inleiding en afsluiting, meer achtergrondinformatie rondom seksueel misbruik en tips voor de nabespreking. Gemiddeld heeft een leerkracht ongeveer 4 á 5 uur voor dit onderwerp per leerjaar beschikbaar. De leerlingen geven gemiddeld een 8,3 voor de lessen. Het merendeel (61,8%) vindt de lessen (heel) leuk, 71,5% (heel) interessant en 71% vindt de lessen (heel) makkelijk. De uitkomsten zijn gebruikt om het lespakket op onderdelen te verbeteren.

Uit de evaluaties van het lespakket onder docenten die meegedaan hebben aan de Week van de Lentekriebels (2010-2014) kwamen vergelijkbare reacties naar voren. Leerkrachten zijn vooral positief over de gebruiksvriendelijkheid (flexibel en makkelijk in gebruik), de opbouw en het aanbod (variëteit aan relevante thema's en een compleet aanbod) met verschillende leskaternen. Ze hebben behoefte aan meer doe-opdrachten en een update van het materiaal.

Cense, M., Martens, M., Maris, S., Jansen, M., Graaf, H. de (2011). Onderzoek naar succesvolle en belemmerende factoren van implementatie van het lespakket Relaties & Seksualiteit, Amsterdam, Rutgers WPF & ResCon.

Met een kwalitatieve voorverkenning onder 14 scholen en een determinantenanalyse onder 321 scholen/respondenten uit het primair onderwijs, is een determinantenanalyse gemaakt van succesvolle en belemmerende factoren voor de adoptie en implementatie van het lespakket Relaties & Seksualiteit.

Samenvatting: Het onderzoek laat zien dat de belangrijkste voorspeller voor seksuele vorming in het primair onderwijs zich bevindt op het niveau van de school en de ondersteuning van de GGD. Als er meer expertise is en meer draagvlak voor het thema neemt de kans op het gebruik van het lespakket toe. De Week van de lentekriebels geniet landelijke bekendheid en is een goed vehikel. Het lespakket Relaties & seksualiteit is minder goed bekend. Het lespakket zelf wordt door gebruikers positief gewaardeerd, met name de relevantie, gebruiksvriendelijkheid en de aansluiting bij de leefwereld van kinderen. De verwachting is dat als scholen het lespakket eenmaal schoolbreed gebruiken dit ook duurzaam wordt uitgevoerd. Belemmerende factoren liggen vooral op het niveau van de school en de omgeving. In de school is er soms gebrek aan tijd, onvoldoende betrokkenheid bij het thema of te weinig expertise en bij de GGD is soms beperkte capaciteit voor ondersteuning. Met de uitkomsten is de adoptie en implementatie strategie verder aangescherpt.

Coehoorn, I., Vries, J. de (2017). Procesevaluatie Kriebels in je buik, hoe wordt het lespakket gebruikt en gewaardeerd in achterstandswijken?, Rutgers, Utrecht

Met een mix aan onderzoeksmethoden (observaties in de klas, vragenlijst onder 180 leerlingen, focusgroepen met 50 leerlingen en gesprekken met 10 leerkrachten) is de

gebruikswaarde van 10 lessen uit het vernieuwde online lespakket Kriebels in je buik in 10 klassen in groep 7 en 8 in beeld gebracht.

Samenvatting: Het (vernieuwde) online lespakket Kriebels in je buik wordt door leerkrachten en leerlingen als relevant en waardevol gezien. Met name het flexibele karakter, het online lesaanbod met links naar audiovisuele materialen, de aansluiting bij de leefwereld van kinderen wordt door leerkrachten gewaardeerd. De programma integriteit van de gegeven lessen blijkt hoog ondanks de grotere keuzevrijheid in het online lesaanbod. Ze missen hierin wat meer sturing en structuur. Bepaalde lessen met de meer gevoelige thema's komen minder vanzelfsprekend aan bod. Leerkrachten voelen zich met het online lespakket voldoende toegerust om hierover les te geven en het vraagt weinig voorbereidingstijd. De leerlingen waarderen de lessen gemiddeld met een 8,2. Uit de observaties blijkt dat leerlingen actief meedoen, veel vragen stellen en belangstelling tonen voor de onderwerpen. 91% van de leerlingen vindt de lessen leuk en 76% heeft er iets van geleerd. Er zijn grote verschillen in kennisniveau en culturele achtergrond tussen de leerlingen. Toch zeggen de meeste leerkrachten dat ze hier goed mee kunnen omgaan.

4.2 Onderzoek naar de behaalde effecten

Bagchus, L., Martens, M., Sluis, M. van der (2010). *Relationele en seksuele vorming in het basisonderwijs: Een effect- en procesevaluatie van de leskatern "Relaties & Seksualiteit" en "Lekker in je vel"*. Amsterdam: ResCon, research & consultancy.

Onderzoekaankpak: quasi-experimenteel onderzoeksdesign met een voor-, tussen- en nameting na 3 maanden onder 1.008 leerlingen die in groep 7 en 8 van het basisonderwijs al of niet 6 lessen over seksuele vorming hebben gekregen uit een van beide lespakketten. Er waren twee experimentele condities (scholen die Relaties & Seksualiteit gebruiken en scholen die een ander pakket (Lekker in je vel gebruikten) en een controleconditie (scholen die geen gestandaardiseerd leskatern gebruiken, d.w.z. geen of ad hoc aandacht aan seksuele/relatieve vorming).

Samenvatting resultaten: ten opzichte van de controlegroep hebben leerlingen die les hebben gehad met behulp van het leskatern Relaties & Seksualiteit:

- Significant meer kennis over puberteit, relaties en seksualiteit (o.a. voortplanting, homoseksualiteit, soa, anticonceptie).
- Significant meer kennis over seksueel misbruik en seksuele intimidatie.
- Een significant positievere attitude ten aanzien van homoseksualiteit (alleen respondenten zonder migratie-achtergrond).
- Een significant positievere attitude ten aanzien van verkering (alleen respondenten met een migratie-achtergrond).
- En zijn ze significant assertiever (alleen respondenten zonder migratieachtergrond met weinig ervaring op het gebied van (tong-)zoenen en verkering).

5. Samenvatting Werkzame elementen

Inhoudelijke elementen:

- De inhoud sluit aan op de meest recente standaarden voor relationele en seksuele vorming.
- De lessen sluiten goed aan bij de leefwereld, de seksuele ontwikkeling, vragen en problemen van leerlingen zelf.

- De lessen kennen een gefaseerde opbouw, waardoor leerlingen vertrouwd raken met de thema's en na verloop van tijd makkelijker over seksualiteit praten en vragen durven te stellen.
- Leerlingen krijgen betrouwbare en juiste informatie aangereikt en in lessen wordt gebruik gemaakt van effectieve methoden/strategieën passend bij beoogde doelen en te beïnvloeden determinanten. Bijvoorbeeld inzet persuasive communication bij het bevorderen van veilig seksueel gedrag (benadrukken dat je een ander geen pijn mag doen, dat seksuele grensoverschrijding vervelende gevolgen kan hebben en niet leuk en onacceptabel is).
- Positieve sociale norm en gewenst gedrag wordt positief bekrachtigd met modellering, zelfevaluatie, feedback en reinforcement.
- Leerlingen worden geactiveerd zelf oplossingen te zoeken voor lastige situaties en positief gedrag wordt direct en specifiek beloond.
- Leerlingen oefenen met communicatie vaardigheden in uiteenlopende en krijgen handelingsalternatieven aangereikt, geven elkaar feedback en merken welke het meest effectief zijn (leren nee zeggen op verschillende manieren, weigeren van contacten, de ander corrigeren of hulp leren vragen).
- Door herhaling van kernachtige boodschappen tijdens de lessen en de lessen in een doorlopende leerlijn aan te bieden, beklijft de informatie beter.

Praktische elementen:

- Gevarieerd, aantrekkelijk en bruikbaar lespakket ondersteund met audiovisueel beeldmateriaal.
- Het online lespakket is flexibel inzetbaar, gebruiksvriendelijk en wordt gewaardeerd door leerkrachten en leerlingen.

6. Aangehaalde literatuur

Abraham C., Sheeran P., Johnston M. (1998). From health beliefs to self-regulation: Theoretical advances in the psychology of action control. *Psychology and Health*, 13, 569-591.

Ajzen I. (1988). *Attitudes, personality and behaviour*. England: Milton Keynes: Open University Press.

- Antal, K., de Jong, R., Ockels, M., & Witschge, D. (2018). *Kinderen vragen over seksualiteit: Een onderzoek in opdracht van Rutgers naar de aard van vragen die kinderen stellen aan De Kindertelefoon*. Rapport.
- Baams, L., Dubas, J. J. S., Russell, S. T., Buikema, R. L., & van Aken, M. A. G. (2018). Minority Stress, Perceived Burdensomeness, and Depressive Symptoms Among Sexual Minority Youth. *Journal of Adolescence*, 66, 9-18.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- Bandura, A. (2001). *Social cognitive theory. An agentic perspective*, Stanford, Stanford University
- Baams, L. & Bos, H. (2014). Gender non-conformiteit, stigmatisering, en psychologisch welzijn van Nederlandse lesbische, homoseksuele en biseksuele jongeren, *Tijdschrift voor Seksuologie*, 38, 86 - 93.
- Bagchus, L., Martens, M., Sluis, M. van der (2010). *Relationele en seksuele vorming in het basisonderwijs: Een effect- en procesevaluatie van de leskaternen "Relaties & Seksualiteit" en "Lekker in je vel"*. Amsterdam: ResCon.
- Beek, T.F., van de Griend, J., Meijer, S., Schutte, L., & van der Vlugt, I. (2022). *Wat werkt dossier: School-gebonden interventies ter bevordering van de seksuele gezondheid en het seksueel welzijn van jongeren*. Rutgers & SoaAids Nederland. Opgehaald van: https://www.loketgezondleven.nl/sites/default/files/2022-03/WatWerkt_Seksuele_gezondheid_onderwijs.pdf
- Beek, T.F. & Reitzema, E. (2022). *Relationele en seksuele vorming in het basisonderwijs: Peiling onder schoolleiders 2022*. Rutgers. Opgehaald van: https://seksuelevorming.nl/wp-content/uploads/2022/04/Rapportage-Peiling-RSV-2022_def.pdf
- Boer, M., van Dorsselaer, S., de Looze, M., de Roos, S., Brons, H., van den Eijnden, R., Monshouwer, K., Huijnk, W., ter Brogt, T., Vollebergh, W., & Stevens, G. (2022). *HBSC 2021: Gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland*, Universiteit Utrecht.
- Bun, C., Schwiebbe, L., Schutz, F., Bijlsma_Schlosser, J., Hirasing, A., (2010). Negative body image and weight loss behavior in Dutch school children. *European Journal of Public Health*, 22, 130-133.
- Cacciatore, R. S. M., Ingman-Friberg, S. M. L., Lainiala, L. P., & Apter, D. L. (2020). Verbal and behavioral expressions of child sexuality among 1–6-year-olds as observed by daycare professionals in Finland. *Archives of Sexual Behavior*, 49, 2725-2734.
- Cense, M., Martens, M., Maris, S., Jansen, M., Graaf, H. de (2011). *Onderzoek naar succesvolle en belemmerende factoren van implementatie van het lespakket Relaties & Seksualiteit* (2012), Amsterdam, Rutgers WPF & Rescon.
- Cense, M. Tuk, B. (2012). *Seksuele vorming en weerbaarheid. Over kriebels, vlinders, ja- en nee gevoelens*. JSW. 10 juni 2012, Pg 40-43.

- Cense, M. Dalmijn, E. (2016). *In een klap volwassen. Over tienerzwangerschap*, Utrecht, Rutgers en Fiom.
- Coehoorn, I. & Vries, J. de (2017). *Procesevaluatie Kriebels in je buik. Hoe wordt het lespakket gebruikt en gewaardeerd op scholen in achterstandswijken?* Utrecht, Rutgers.
- de Graaf, H., Nikken, P., Janssens, K., Felten, H. & van Berlo, W. (2008). *Seksualisering: Reden tot zorg?* Utrecht: Rutgers Nisso Groep/NJi/MOVISIE.
- de Graaf, H., Neeleman, A., & de Haas, S. (2009). De seksuele levensloop. In Gijs, L., Gianotten, W., Vanwesenbeeck, I., & Weijnenborg, P. (Eds), *Seksuologie* (pp. 157-179). Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- de Graaf, H., van Dijk, L. & Wijsen, C. (2010). *Leefstijlcampagne seksuele weerbaarheid: Voorbereidend literatuuronderzoek*. Utrecht: Rutgers Nisso Groep.
- de Graaf, H., Kruijer, H., van Acker, J. & Meijer, S. (2012). *Seks onder je 25^e, Seksuele gezondheid van jongeren in Nederland anno 2012*, Utrecht, Rutgers WPF en Soa Aids Nederland.
- de Graaf, H. (2013a). Bloemetjes en bijtjes of zaadjes en eitjes? (Opvattingen over) seksuele opvoeding in Nederland. In *Pedagogiek*, 33e jaargang 1 (pp 21-36).
- de Graaf, H. (2013b). Van alle leeftijden: De seksuele levensloop van conceptie tot overlijden. Utrecht, Rutgers. Opgehaald van: <https://shop.rutgers.nl/666378.pdf>
- de Graaf, H. (2016). *Hoe denken kinderen van 9 tot en met 12 jaar over seks? Samenvatting van een onderzoek onder kinderen en ouders*. Utrecht, Rutgers i.s.m. panelonderzoek No Ties en NOS Jeugdjournaal
- de Graaf, H. (2017). *Hoe vaak worden kinderen van 9-12 jaar op internet geconfronteerd met seksueel getinte beelden? Samenvatting van een onderzoek onder kinderen*. Utrecht, Rutgers in samenwerking met internetpanel No Ties en NOS Jeugdjournaal.
- de Graaf, H., Nikkelen, S., Twisk, D., Borne, M. van den, Meijer, S. (2017). *Seks onder je 25^e. De seksuele gezondheid van jongeren in Nederland anno 2017*, Utrecht, Rutgers & Soa Aids Nederland. Opgehaald van: <https://shop.rutgers.nl/641118.pdf>
- de Graaf, H., & Rademakers, J. (2011). The psychological measurement of childhood sexual development in Western societies: Methodological challenges. *Journal of Sex Research*, 48, 118-129.
- Dijk, L., Maris, S. Vlugt, I. van der (2011). *Evaluatie van de Week van de lentekriebels*, Utrecht, Rutgers WPF.
- Doreleijers T., Crone E., & Jansen L. (2010). Biologische ontwikkeling. *Psychologie van de adolescentie. Basisboek*. Zutphen: Thieme Meulenhoff.
- Dorselaer, S. van, Looze, M., de Vermeulen-Smit, E.(2010). *Gezondheid, welzijn en opvoeding van jongeren in Nederland*. HBSC 2009, Utrecht, Trimbos Instituut
- Eldredge, L. K. B., Markham, C. M., Ruiters, R. A., Fernández, M. E., Kok, G., & Parcel, G. S. (2016). *Planning health promotion programs: An intervention mapping approach*. John Wiley & Sons.

Felten, H., Emmen, M., & Keuzenkamp, S. (2015). *Do the right thing! De plausibiliteit van interventies voor vergroting van acceptatie van homoseksualiteit*. Utrecht, Movisie.

Fleuren, M.A.H., Wiefferink, C.H. & Paulussen, T.G.W.M. (2002). *Belemmerende en bevorderende factoren bij de implementatie van zorgvernieuwingen in organisaties*. Leiden: TNO preventie en gezondheid.

Franck, T., Frans, E., Decraen, E. van, Repetur, L. & Boet, A. (2011). *Over de grens? Seksueel opvoeden met het Vlaggensysteem. Gids voor ouders*. Utrecht: Movisie, Antwerpen: Sensoa.

Goenee, M. (2015). *Evaluatie van de Week van de lentekriebels*, Utrecht, Rutgers WPF

Huijnk, W. & Van Beusekom, G. (2021). *Wat maakt het verschil? Over het welzijn, de sociale relaties en de leefstijl van lesbische, homoseksuele en biseksuele jongeren*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Inspectie van onderwijs (2016). *Een beschrijving van het onderwijsaanbod van scholen, Omgaan met seksualiteit en seksuele diversiteit*. Den Haag, Ministerie van OCW.

Jonas, L., Salazar de Pablo, G., Shum, M., Nosarti, C., Abbott, C., & Vaquerizo-Serrano, J. (2022). A systematic review and meta-analysis investigating the impact of childhood adversities on the mental health of LGBT+ youth. *JCPP Advances*, e12079.

Kerstens, J. & de Graaf, H. (2012). Jongeren en online seksuele activiteiten. In: J. Kerstens & W. Stol (red.). *Jeugd en cybersafety: Online slachtoffer- en ouderschap onder Nederlandse jongeren*. Den Haag: Boom Lemma Uitgevers.

Kirby, D. & Lepore, G. (2007). *Sexual risk and protective factors: Factors affecting teen sexual behavior, pregnancy, childbearing and sexually transmitted disease: Which are important? Which can you change?* Washington, D.C.: The National Campaign to Prevent Teen and Unplanned Pregnancy.

Kuyper, L., de Wit, J., Adam, P., Woertman, L., & Berlo, W. van (2010). Grensoverschrijdende seksuele ervaringen en gedragingen onder jongeren: De belangrijkste resultaten uit het onderzoek 'Laat je nu horen!'. *Tijdschrift voor Seksuologie*, 34, 90-103.

Kuyper, L. (2015). *Jongeren en seksuele oriëntatie: Ervaringen van en opvattingen over lesbische, homoseksuele, biseksuele en heteroseksuele jongeren*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Martin, K, Luke, K. (2010). Gender differences in the ABC's of the birds and the bees; What mothers teach young children about sexuality and reproduction. *Sex Roles*, 62, pg 278-291.

Myers, W., Turanovic, J. J., Lloyd, K. M., & Pratt, T. C. (2020). The victimization of LGBTQ students at school: A meta-analysis. *Journal of School Violence*, 19(4), 421-432.

Nationaal Rapporteur Mensenhandel en Seksueel Geweld tegen Kinderen (2022). *Slachtoffermonitor seksueel geweld tegen kinderen 2017-2021*. Nationaal Rapporteur.

Nikken, P. (2013). *Media risico's voor kinderen. Een verkenning*. Utrecht: Nederlands Jeugdinstituut.

NJI (2019). *Cijfers over kindermishandeling*. Opgehaald van: <https://www.nji.nl/cijfers/kindermishandeling>

Roos, M., & De Graaf, H. (2014). Seksueel getint gedrag van twee- tot twaalfjarigen: Waarnemingen van ouders. *Kind & Adolescent*, *35*, 223-238.

Roos, S. de, Kuyper, L., & Iedema, J. (2014). "Ik vind het vies als twee jongens met elkaar zoenen." Acceptatie van homoseksualiteit onder Nederlandse scholieren. *Tijdschrift voor Seksuologie*, *38*, 58-67.

Rutgers (2019). *Wat willen kinderen weten over relaties en seksualiteit? Onderzoek naar de vragen die kinderen van 8-12 jaar aan De Kindertelefoon stellen*. Samenvatting.

Ryan, S., Franzetta, K., & Manlove, J. (2007). Knowledge, perceptions, and motivations for contraception: Influence on teens' contraceptive consistency. *Youth & Society*, *39*, 182-208.

Sijbers, R., Fettelaar, D., Wit, W. de., & Mooij, T. (2014). *Sociale veiligheid in en rond scholen*. Nijmegen: ITS.

SLO (2015). *Leerplankader Sport, Bewegen en gezonde leefstijl. Thema Relaties en Seksualiteit*, Enschede, Stichting Leerplan Ontwikkeling,

Stone, N., Ingham, R, Gibbins, K. (2013). Where do babies come from? Barriers to early sexuality communication between parents and young children. In: *Sex Education, Sexuality, Society and learning*. 13:2, pg 228-240

Tolman, D.L., Striipe, M.I., & Harmon, T. (2003). Gender matters: Constructing a model of adolescent sexual health. *Journal of Sex Research*, *40*, 4-12.

Topping, K., Barron, I. (2009). Schoolbased child sexual abuse prevention programs: A review of effectiveness, *Review of Educational Research*, Spring 2009, vol. 79, no 1 pg. 431-463

Vlugt, I. van der (2012). *Evaluatie van de Week van de lentekriebels*, Utrecht, Rutgers WPF Vanwesenbeeck, I., Zessen, G. van, Ingham, R., Jaramazovič, E. & Stevens, D. (1999). Factors and processes in heterosexual competence and risk: An integrated review of the evidence. *Psychology and Health*, *14*, 25-50.

Walsh, K., Zwi, K., Woolfenden, S., & Shlonsky, A. (2018). School-based education programs for the prevention of child sexual abuse: A Cochrane systematic review and meta-analysis. *Research on Social Work Practice*, *28*, 33-55.

WHO Regional Office for Europe & BZgA (2010). *Standards for Sexuality Education in Europe: A framework for policy makers, educational and health authorities and specialists*. Cologne: Federal Centre for Health Education, BZgA.

Samenwerking erkenningstraject

Het erkenningstraject wordt in samenwerking uitgevoerd door het Nederlands Jeugdinstituut (NJI), het RIVM Centrum Gezond Leven (CGL), het Kenniscentrum Sport & Bewegen, Vilans, het Trimbos Instituut en MOVISIE. Door samen te werken aan het beoordelen van interventies volgens eenduidige criteria streven wij naar kwaliteitsverbetering in de betrokken werkvelden.



kennis en aanpak van
sociale vraagstukken



Nederlands
Jeugdinstituut



Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu
Ministerie van Volksgezondheid,
Wetzijn en Sport



Trimbos
instituut



Vilans