WAT äntweren?

Fiche Nr. 3
Wat äntwere jee no Alter?

D'Gespréich mat Ärem Kand iwwer emotional a sexuell Gesondheet sollt schonn an engem fréien Alter geféiert ginn, fir en einfachen Dialog tëschent Iech an Ärem Kand z'erméiglechen.

REMARK: Den Alter vun engem Kand oder enger Persoun kann dem Grad vun der allgemenger (z. B. geeschteger) Entwécklung entspriechen an net dem chronologeschen Alter (opgrond vum Gebuertsdatum). Et sollt een ëmmer heirop Uecht ginn.

Dës Themen sollten ugeschwat ginn

Fréi Kandheet

- D'Kierperdeeler benennen an ënnerscheeden: Vulva, Scheed, Penis, etc.
- Op d'Ënnerscheeder tëschent de Kanner hiweisen.
- Seng Gefiller, Emotiounen, Besoinen, Grenzen ausdrécken.
- Empathie fillen a weisen.
- Iwwert seng Famill a säin Entourage schwätzen.
- No an no léieren, „Nee" oder „Jo" ze soen.

Préscolaire – Fondamental

Cycle 1

5 Joer

- Déi eenzel Deeler vum/vu sengem Kierper kennen.
- Verstoen, wéi wichteg et ass, op säi Kierper stolz ze sinn a sech ëm en ze këmmeren.
- Seng Emotiounen erkennen an ausdrécken: Freed, Trauregkeet, Angscht, Roserei, Iwwerraschung an Eekel.
- Grondkenntnisser kréien: „Wou kommen d'Bëbeeën hier?" etc.
- Tëschent gudden a schlechte Geheimnisser ënnerscheeden (Preventioun vu Mëssbrauch a Gewalt).
- D'Konzept vu Privatsphär an Intimitéit (z. B. a wéi enge Situatiounen et o.k. ass, sech plakeg ze weisen) erklären.

Cycle 2, 3

8 Joer

- D'kierperlech Verännerungen a biologesch Ënnerscheeder vun der Pubertéit kennen.
- Léieren, seng Gefiller z'erkennen a mat sengen Emotiounen ëmzegoen.
- Grondkenntnisser hunn, wéi Bëbeeë gemaach ginn.
- Iwwert seng Rechter (Preventioun vu Mëssbrauch a Gewalt) schwätzen.
- Ënnerscheeder respektéieren (sexuell Orientéierung* etc.), d'Auswierkunge vu Sexismus verstoen.

Cycle 4

11 Joer

- Verännerungen am Zesummenhang mat Entwécklung/Wuesstem (Pubertéit etc.) verstoen an driwwer schwätzen.
- D'Reegel erklären (esouwuel Meedercher* ewéi Jongen), ier se déi éischte Kéier kënnt, a soen, dass et eppes ganz Natierleches ass.
- Basiswëssen iwwer Sexualitéit, Verhütung/Schutz, Menstruatiounszyklus, Hygiène etc. vermëttelen.
- Kritesch denken (Belästegung, Sex an de Medien, Internet, Stereotyppen etc.)
- Iwwer jidderengem seng Rechter schwätzen (Preventioun vu Mëssbrauch a Gewalt).
- Ënnerscheeder respektéieren, d'Auswierkunge vun all Form vu radikalem Verhale vis-à-vis vu Minoritéite verstoen (z. B. Sexismus, Homophobie, Transphobie).

Secondaire

13 Joer Verstoen:

- Menstruatiounszyklus, Schwangerschaft, Reproduktioun, éischt sexuell Erfarungen, sexuell Identitéit/Orientéierung, sexuell iwwerdrobar Infektiounen (STI) etc.
- Aner Specificitéiten am Zesummenhang mat dem Kierper: Verstümmlung, Anorexie, Bulimie etc.
- Wat et heescht, Elteren ze sinn (Elteren ze ginn).
- Informatiounen iwwer Servicer am Zesummenhang mat Verhütung: **www.macontraception.lu.**
- Perséinlech Hygiène.
- Sexuell Rechter, Afloss vun der Clique an dem Entourage, Medien, Alter, Geschlecht, Relioun etc.

15 Joer a méi Wëssen, verstoen an driwwer nodenken:

- Sexualitéit a Gesondheet: Wuelbefannen, Auswierkungen, Belästegung, Selbstverdeedegung etc.
- Verännerunge bei der Fertilitéit am Zesummenhang mat der Pubertéit, dem Alter etc.
- Ënnerscheeder respektéieren.
- Sexuell Bezéiungen.
- Sexuell Rechter.

Themen, fir d'Entwécklung an d'Wuelbefanne vum Kand* ze begleeden

mat 2 bis 4 Joer	mat 4 bis 6 Joer	mat 6 bis 9 Joer	mat 9 bis 12 Joer	ab 12 Joer
Kapabel sinn...				
Seng Emotiounen an déi vun anere geréieren: Frënn, Famill etc.	Näid, Jalousie, Roserei, Aggressivitéit, Enttäuschung, Fréndschaft, Léift, Freed, Angscht etc. geréieren	Fréndschaft, Léift, Zäertlechkeet, Verlaangen, Sexualitéit an de Medien, um Internet etc. verstoen	Seng Gefiller vis-à-vis vum Groussginn, dem Teenageralter etc. geréieren	Iwwer éischt Erfarungen, sexuell Orientéierung, Intimitéit, Eltere sinn/ginn etc. schwätzen
Déi verschidde Kierperdeeler an d'Ënnerscheeder benennen	Déi verschidde Kierperdeeler an d'Ënnerscheeder tëschent d'Kanner	D'kierperlech Verännerungen an d'biologesch Ënnerscheeder kennen	D'Verännerungen a sengem eegene Liewen (Pubertéit etc.) verstoen an akzeptéieren	All d'Verännerungen opgrond vun der Pubertéit kennen
Äntweren op „Wéi mécht ee Bëbeeën?"	Äntweren op „Wat ass Léift/Sex?"	Äntweren op „Wat geschitt beim Sex?"	Iwwer de Menstruatiounszyklus, Verhütung, Schwangerschaft etc. Bescheed wëssen	Menstruatioun, Ejakulatioun, Fertilitéit an Onfruuchtbarkeet verstoen an d'Notioun vun der Loscht nach emol erklären
Inklusiv Biller entdecken	Iwwert d'Ënnerscheeder schwätzen ...	Iwwer d'Rollen am Zesummenhang mat de Gender (genre) an de Kulture schwätzen	Iwwert d'Impakter vu Sexismus, Homophonie, Transphobie etc. schwätzen	Iwwert den Afloss vum Alter, der Relioun, der Clique, den Normen, de Medien etc. schwätzen
Grenzen ausdrécken: Nee soe kënnen	Den 3-Schrëtt-Modell uwenden (Nee soen, fortgoen, mat enger Vertrauenspersoun schwätzen)	Iwwer Awëllegung, Gewalt a sexuelle Mëssbrauch an d'Gefore schwätzen (Internet etc.)	Iwwer d'Manéiere schwätzen, wéi sexuell Aggressiounen an engem reellen a virtuelle Kontext verhënnert kënne ginn	Iwwer Sexualitéit, Wuelbefannen, e positiivt Kierperbild, Belästegung, Mobbing, Gewalt etc. schwätzen
Tëschent ëffentlech a privat ënnerscheeden	Iwwer „gutt a schlecht" Geheimnisser schwätzen	Verhütung a sexuell iwwerdrobar Krankheeten zur Sprooch bréngen	Verhütungsmëttelen, sexuell iwwerdrobar Krankheeten an d'Servicer kennen	Wëssen, wéi Kondomer benotzt ginn, an iwwer d'Duerstellunge vun der Sexualitéit nodenken

*Matrice simplifiée, source initiale : www.bzga-whocc.de/fileadmin/user_upload/WHO_BZgA_Standards_English.pdf

planning familial

Eng Bibliothéik mat Material, en nëtzleche Lexikon, eng Bibliographie, wichteg Adressen etc. Dir fannt all eis Hëllefsmëttelen an den „Annexe"-Fichen op dem Site
www.watantweren.lu