

Les 1



Wensen & Grenzen

Praten over seks... Hoe en hoezo?

In deze eerste les wordt het thema 'Seksueel gedrag' geïntroduceerd. Het is aan jou als mentor / docent om te bepalen of de sfeer in de groep veilig genoeg is om dit onderwerp op een open en eerlijke manier met elkaar te bespreken. Het is belangrijk dat de leerlingen weten dat ze vrij zijn om te vinden wat ze vinden, dat ze zich kunnen vergelijken met anderen maar zelf bepalen wat ze willen; ik ben van mij en jij bent van jou.

AANDACHTSPUNT: Is de groep (nog) niet veilig, of spelen er dingen tussen de jongens en meiden in jouw klas? Je kunt deze les dan ook gescheiden geven, waarbij de jongens de les krijgen van een man en de meisjes van een vrouw als rolmodel. Mocht je deze eerste les gescheiden willen geven: vraag er dan een collega van de andere sekse bij. Die docent treft in dat geval dezelfde voorbereidingen.

Aan het einde van deze les zijn de leerlingen geïntroduceerd in het thema. Er is een veilige sfeer in de klas gecreëerd om seksueel gedrag op een open en eerlijke manier te bespreken. De leerlingen weten wat seksestereotypering en de dubbele moraal zijn.

Intro Wensen & Grenzen - 5 min. Klassikaal

VERTEL IN JE EIGEN WOORDEN

We gaan de komende weken aan de slag met een spannend, leuk en soms ingewikkeld onderwerp: intimiteit en seksualiteit!

Wat verstaan we onder intimiteit en seksualiteit? Zoenen, strelen, elkaar aanraken, elkaar helpen bij het klaarkomen, geslachtsgemeenschap etcetera. (Vraag de leerlingen eventueel wat zij hier verder onder verstaan).

Iedereen is wel eens verliefd en wordt vroeger of later nieuwsgierig naar intimiteit en seksualiteit. Wanneer dit is, met wie, waarom en op welke manier verschilt van persoon tot persoon. Er bestaat eigenlijk geen standaard voor wat 'normaal' is op het gebied van intimiteit en seksualiteit. Het gaat er om dat wat je op seksueel vlak doet gezond, gewenst en veilig is. Bekend is dat het nog best lastig is om je eigen én andermans seksuele wensen en grenzen te (her)kennen. Dit wordt extra lastig gemaakt door de nogal stereotype beelden die (sociale)media over jongens en meiden laat zien. Hoe ze zouden zijn, hoe ze eruit moeten zien en wat ze zouden moeten doen en willen.



In de komende vier lessen gaan we aan de slag met het herkennen en aangeven van deze wensen en grenzen. Zo leer je jezelf beter kennen, word je kritisch(er) in het kijken naar stereotypen en leer je wensen en grenzen herkennen en uit te spreken. We gaan daarbij uit van een aantal basisafspraken. Om samen te bepalen wat belangrijk is in het gesprek met elkaar aangaan over seksualiteit, doen we deze eerste oefening.

Speeddate - 3 min. **Individueel**

Iedereen ontvang een speeddate-formulier. In het eerste vakje schrijf je op wat jij persoonlijk belangrijk vindt bij het 'klassikaal praten over seks'. Dit kan van alles zijn; Eerlijk zijn, anonimiteit, samen praten zonder oordeel of juist de optie om niets te zeggen als je dat zou willen.

Speeddate 1 - 3 min.

De leerlingen gaan door de klas lopen en ontmoeten een klasgenoot. Ze nemen het antwoord van de klasgenoot uit vakje één over. Ze schrijven er NIET bij van wie het is. Iedereen heeft nu twee vakjes ingevuld.

Belangrijk: Monitor wat jouw klas nodig heeft om actief deel te blijven nemen. Eventueel maak jij de tweetallen en laat ze doorschuiven i.p.v. rondlopen. Blijf zelf rondlopen, stimuleer en complimenteer waar nodig. Zorg eventueel voor meer structuur door korte, duidelijke opdrachten te geven. Kijk goed naar wat jouw groep nodig heeft!

2



Speeddate 2 - 3 min.

De leerlingen lopen weer door de klas en ontmoeten wederom een klasgenoot. Ze nemen nu elk één van de antwoorden over: het antwoord dat hen het meeste aanspreekt. Daarna wisselen ze weer van gesprekspartner. (Steeds maximaal één minuut per gesprek) Ze wisselen door totdat hun formulier vol is.

3



4

Output - 3 min. Klassikaal

Besprek met de leerlingen welke antwoorden ze hebben gehoord. Noteer deze op het bord. Wat valt op in de klas, wat wordt er belangrijk gevonden in deze groep? Hoe gaan we hier mee aan de slag de komende vier lessen? Maak **met** de klas afspraken hoe er de komende vier lessen wordt gepraat over seks. Niemand moet zich bezwaard voelen.

Hebben jullie een mooie lijst met afspraken? Is iedereen het ermee eens? Eenmaal andermaal... verkocht!

(zie volgende pagina voor de rest van stap 4)

Check met de klas of de onderstaande zes punten aan bod zijn gekomen, vul aan waar nodig. Print eventueel de lijst van afspraken en hang deze op een goed zichtbare plek in de klas. Zo kun je hier iedere les opnieuw naar verwijzen.

1. Jij bepaalt wat je hier wel en niet wilt zeggen.
2. Geen antwoord is gek, het is jouw antwoord.
3. Vertel geen verhalen rond over anderen. Wat we hier met elkaar bespreken is privé.
4. Luister goed en laat de ander uitpraten.
5. Lachen is goed, uitlachen niet.
6. Praat over wat je zélf belangrijk vindt en veroordeel een ander niet.

Eenmaal...
andermaal...
...verkocht!



Bloubs - 10 min.**Klassikaal**

Bekijk met de klas de drie filmpjes van de Bloubs.

De filmpjes dienen als introductie op het onderwerp, zodat de jongeren een concreet beeld krijgen van waar we het over gaan hebben. Zet na ieder filmpje de les even stil en stel klassikaal of individueel een aantal reflecterende vragen:

- Wat zie je hier gebeuren?
- Herken je deze situatie? Zou je zelf in zo'n situatie kunnen komen?
- Wat is er niet oké?
- Laat orange/blue duidelijk weten dat hij/zij niet wil of twijfels heeft?
- Hoe laat orange/blue dit weten?

Vraag naar de meningen van leerlingen. Vraag na een mening ook duidelijk: wie vond dit helemaal niet? Zorg dat er ruimte is voor tegenpolen, geef eventueel zelf een voorbeeld om aan te geven dat er verschillen zijn in interpretatie en mening. Zorg ervoor dat niet iedereen braaf 'ja-knikt' maar dat er een gesprek ontstaat.

TIP: Voor meer vragen en suggesties m.b.t. de Bloubs filmpjes kijk op: www.ikbenvanmij.nl/bloubs

(On)eens - 10 min.**Klassikaal**

Er zijn drie opties om met je klas aan de slag te gaan met de volgende stellingen (zie bijlage). Kies de werkvorm die het beste past bij jouw klas. Er volgt een aantal stellingen. Presenteer deze in de actieve of minder-actieve werkvorm: wat past bij jouw klas?

Je hoeft bij geen van de werkvormen in gesprek over de uitkomsten. Denk ook nog even aan de afspraken die jullie gemaakt hebben in les 1!

Optie 1 - Actieve werkvorm (voor deze actieve werkvorm moet de veiligheid goed zijn in de klas): de leerlingen lopen telkens door de klas, waar een 'streep' in het midden staat. Er worden stellingen geroepen: uiterst links is telkens "mee eens" halverwege links is 'een beetje eens', uiterst rechts is telkens "oneens", halverwege rechts is 'beetje oneens'.

Optie 2 - Minder-actieve werkvorm: de leerlingen reageren op iedere stelling door achter hun tafel te gaan staan: "eens", of te gaan zitten "oneens".

Optie 3 - Stellingenquiz: verwerk de stelling in een eens/oneens quiz, bijvoorbeeld in LessonUp zelf. Aan het einde van zo'n quiz kun je vaak de antwoordpercentages bekijken, dit kan interessant zijn voor een reflectiegesprek. De vragen waar het juist 50-50% verdeeld is of waar een extreem 10-90% verdeling is, zijn interessante uitgangspunten voor gesprek.



(Sociale) media - 10 min.
Klassikaal

7

Seksestereotype en dubbele moraal

Vanuit (social) media, opvoeding en onderwijs krijgt iedereen beelden mee van wat 'normaal' is en van wat afwijkt. Dat beeld is met regelmaat seksestereotype. Jongens en mannen zijn stoer en als ze veel mooie meisjes daten zijn ze de hunk van de klas of een coole player. Meisjes en vrouwen worden neergezet als lief en mooi, zij worden versierd. Als ze met 'teveel' jongens daten zijn ze een slet. Relaties gaan in de media meestal over heteroseksuele relaties: een jongen en een meisje.

Al deze seksestereotype beelden zijn (onbewust) van invloed op ons gedrag en zorgen ervoor dat er sprake is van een zogenaamde 'dubbele moraal'. Dat betekent dat we hetzelfde gedrag van een jongen anders beoordelen dan dat van een meisje. Een jongen met veel meisjes is stoer, een meisje met veel jongens een hoer. Meiden krijgen ook vaker de boodschap dat ze voorzichtig moeten zijn en jongens dat 'veroveren erbij hoort'. Mede door deze beelden zijn verwachtingen rondom flirtgedrag en het aangeven van grenzen verschillend voor de seksen, daardoor lastig aan te geven en kunnen ze leiden tot ongewenst gedrag.



Neem enkele foto's uit (social) media met de leerlingen door. Hier volgen vier suggesties, die de dubbele moraal en weergeven. Gebruik deze foto's, of zoek zelf andere personen die aansluiten bij de belevingswereld van jouw klas.

Belangrijk ter afsluiting:

Benoem aan het eind van de les dat je altijd aanspreekpunt (vertrouwelijk) bent.

8

