

# Seksualiteit en relaties

## Categorie

Ik en de ander

## Aantal deelnemers

6-12 personen

## Leeftijd

12-16 jaar

## Duur / aantal bijeenkomsten

Twee bijeenkomsten van anderhalf uur  
(met mogelijkheid voor een derde bijeenkomst)

## Auteur

Hanna Oosterlee

Walter Hogendoorn (grafische bijdrage)

## KORTE BESCHRIJVING

Relatie, grenzen, eigenwaarde, seksualiteit, jongens en meiden. Allemaal kernwoorden in dit item. Op de eerste avond focussen we ons op de verschillen tussen jongens en meiden, seksualiteit en hoe God naar hen kijkt. De tweede avond richten we ons op liefdesrelaties en wat helpt om die langdurig goed te houden. Hier worden filmpjes, een quiz, stellingen, spelvormen, gespreksvormen en een creatieve verwerking voor gebruikt.

## DOEL

- De deelnemers ontdekken hoe God naar hen, inclusief hun seksualiteit, kijkt
- De deelnemers leren meer over seks en seksualiteit

- De deelnemers leren dat een goede liefdesrelatie hebben niet vanzelf gaat en ontdekken door middel van de 'liefdestalen' basisvaardigheden die helpen invulling te geven aan een goede relatie

## VERANTWOORDING

Seks, seksualiteit en liefdesrelaties zijn een deel van ons dagelijkse leven. Toch lijkt het vaak lastig en ingewikkeld om vooral over de eerste twee onderwerpen met jongeren in gesprek te gaan. Jongeren zijn zoekende hierin. Vaak niet eens bewust. Juist op seksueel gebied is het goed om jongeren input te geven over wat gezonde seksualiteit is. Bijvoorbeeld dat het beeld dat in de media of films geschetst wordt, vaker niet klopt dan wel. Voorbeelden van hoe het ook kan, zijn erg waardevol voor de keuzes die ze op het gebied van seksualiteit maken.

## VOORBEREIDING

### Praktische voorbereiding

- Lees het hele item goed door, inclusief de bijlagen
- Geef dit item met twee personen, een man en een vrouw. Dat mag een stel zijn, maar hoeft niet
- Neem de bijeenkomsten door en kies welke werkvormen bij jouw groep passen
- Bekijk ook de twee filmpjes uit het programma
- Verzamel de benodigde materialen voor de door jullie gekozen werkvormen
- Besteed aandacht aan het maken van de enveloppen van de verdieping en verwerking van de eerste avond. Dit vormt namelijk de ruggengraat van je avond. Begin op tijd met de diverse kaartjes te printen en te knippen. Om het wat ludieker te maken, kun je in plaats van enveloppen ook

grotere ballonnen gebruiken waar je de cijfers op schrijft. Deze vul je dan met het materiaal dat je anders in de enveloppen zou doen. Het is wat gepruts, maar wel leuk.

- Download de Powerpointpresentatie en eventueel het filmpje van de verdieping en verwerking van de eerste avond en zet deze startklaar.
- Het kan waardevol zijn om tussen avond 1 en 2 een extra avond te plannen die je met de jongens en meiden apart houdt. Zie hiervoor ook 'Aandachtspunten'.
- Voor de tweede avond heeft elke deelnemer een mobiele telefoon met internet nodig. Vertel dit in je uitnodiging en zorg voor wifi of een tether-verbinding voor de jongeren zonder databundel.
- Doe zelf de liefdestalentest om te zien hoe het werkt.
- Keuze B in de verwerking van de tweede avond is een vrij grote verwerking. Als je vooral doeners hebt in je groep, is het een heel goede manier om met elkaar bezig te zijn. De verwerking omvat het zagen van een pop uit een MDF-plaat. Hiervoor heb je rechthoekige MDF-platen nodig, waar je een eenvoudige pop-figuur op tekent (denk aan de figuur uit bijlage 1) en uit zaagt.
- Het zagen kan met figuurzagen of een decoupeerzaag (vooral bij jongensgroepen gewild materiaal). Zorg voor veiligheid. Je kunt ze ook zelf voorzagen, dat ze enkel geschilderd hoeven te worden. Het is tijdrovend, maar wel leuk om samen te doen.
- Je kunt overwegen om het eerste deel - het zagen en de eerste verflaag - bij de inloop al te starten, zodat de eerste verflaag kan drogen tijdens je meer inhoudelijke deel over de liefdestalen.
- De tweede bijeenkomst kan door de creatieve verwerking wat langer duren dan de genoemde anderhalf uur.
- Leg voor elke bijeenkomst alle benodigdheden klaar.

### *Persoonlijke voorbereiding*

Ga samen in gesprek over de volgende vragen, nadat je het item doorgenomen hebt:

- Neem de verdieping van avond 1 inhoudelijk door en doe samen alle opdrachten. Oefen hierin om open het gesprek over seks en seksualiteit te voeren.
- Wat vinden jullie belangrijk dat de jongeren meekrijgen uit dit item?
- Mocht je ter voorbereiding willen lezen over gezonde seksualiteit, dan zijn de boeken van Arjet Borger een aanrader. Bijvoorbeeld 'In gesprek over seks': [www.arjetborger.nl/boeken/](http://www.arjetborger.nl/boeken/)

## **BENODIGDHEDEN**

### *Eerste bijeenkomst*

- Whiteboard of flapover met stiften
- Of bijlage 1 geprint en geknipt
- Enveloppen of ballonnen met de inhoud van bijlage 2. Zie hiervoor ook de praktische voorbereiding
- Briefjes of kaartjes in drie kleuren. Voor elke deelnemer één setje van drie kleuren
- Laptop met beamer en boxjes
- Powerpointpresentatie en filmpje (al dan niet gedownload) startklaar
- Roze en blauwe ballonnen

### *Tweede bijeenkomst*

- Kwartetspel uit bijlage 3 geprint en geknipt
- Of laptop met beamer en boxjes met filmpje 'UP' startklaar: [www.youtube.com/watch?v=F2bk\\_9T482g](http://www.youtube.com/watch?v=F2bk_9T482g)
- Bijlage 4 geprint
- Meerdere prints van bijlage 5, eventueel geplastificeerd
- Plakband of speldjes
- Eventueel voor creatieve verwerking:
  - MDF-platen
  - Figuurzagen of decoupeerzaag (als je dat aandurft)
  - Verf (plakkaatverf of muurverf met kleurtjes om eigen mix te maken)
  - Kwasten of rollers met houder
  - Kranten of tafelzeil
  - Prikbordprikkers
  - Carbonpapier
  - Potloden
  - Zwarte verf en penselen of zwarte dikke stift
- Snoephartjes

## **PROGRAMMA**

### *Eerste bijeenkomst*

**10 minuten**

#### *Opening*

Heet de deelnemers welkom en bied eventueel iets te drinken aan. Maak zo nodig een voorstelrondje.

Vertel kort iets over de opzet van dit item (zie KORTE BESCHRIJVING).

**15 minuten**
*Verkenning*

In deze werkvorm gaan we op een luchtige manier het thema seksualiteit en het verschil tussen mannen en vrouwen aan de orde stellen om er later dieper op door te gaan. In de verkenning kun je kiezen uit twee mogelijkheden:

**Keuze A:**

Inventarisatie van namen voor meisjes/vrouwen en jongens/mannen.

Schrijf op een whiteboard links 'Meisjes' of 'Vrouwen' en rechts 'Jongens' of 'Mannen'. Vraag een jongen om op de linkerhelft woorden op te schrijven die gebruikt worden voor meisjes. De groep mag met elkaar de woorden bedenken. (Denk aan lekker ding, bitch, chickie etc.) Je kunt heel veel woorden bedenken, ze mogen alles zeggen. Dat zal voor wat reuring onder de meiden zorgen.

Daarna mag een meisje onder 'Jongens' woorden schrijven die de groep bedenkt voor 'jongen' of 'man'. Denk aan macho, hunk, bikkelaar, etc.. Stop als er een tiental woorden staat.

Bekijk samen wat opvalt. Vraag wat de jongens ervan vinden. En wat vinden de meiden ervan én van de reactie van de jongens hierop?

Hoe zou een man met een vrouw moeten omgaan? Vraag zowel jongens als meiden hierop antwoord te geven. Het mag kort en krachtig blijven, het is een verkenning van het onderwerp.

*Deze werkvorm is ook te vinden in 'Handleiding een avond over seks' van Arjet Berger.*

**Keuze B:**

Gebruik bijlage 1 als combineer-spel: welke eigenschappen passen bij welk geslacht? Leg de kaartjes en de 'jongen' en het 'meisje' op tafel of plak ze op een flapover. Vraag de jongeren de kaartjes met de woorden bij de juiste persoon te plakken of leggen.

Vaak passen de woorden bij zowel jongens als meiden. Vraag de deelnemers toch te kiezen, om zo scherp mogelijk de verschillen helder te krijgen. Als ze het écht bij beide vinden passen, kan het tussenin gelegd of geplakt worden. Vraag je jongeren welke eigenschap of verschil ze missen in de kaartjes. Bekijk wat jullie opvalt. Concludeer dat meiden en jongens verschillend zijn en daarmee uniek en mooi zoals ze zijn.

**45 minuten**
*Verdieping en verwerking*

De verschillende kanten van seksualiteit komen in deze verdieping aan bod. Gebruik de input om hierover met je jongeren in gesprek te gaan. Durf te lachen, kwetsbaar en eerlijk te zijn.

Vertel vooraf dat seksualiteit prachtig en kwetsbaar is. Vertel dat jullie hier met respect met elkaar willen omgaan, dus alles wat hier gezegd wordt blijft ook hier én alle vragen mogen gesteld worden - hoe slim of dom ze ook lijken (zonder uitgelachen te worden).

Vertel dat je zes enveloppen (of ballonnen) verstoppt hebt in de ruimte en geef hen de opdracht zo snel mogelijk de envelop met een 1 erop te vinden. Vinden ze een envelop met een ander cijfer, dan mogen ze die lekker laten liggen. In envelop 1 zitten een paar stellingen. De stellingen gaan over wat de wereld om hen heen vindt - of lijkt te vinden - van seksualiteit en seks. In deze werkvorm help je de jongeren een plaats te bepalen ten opzichte van het beeld dat in de maatschappij geschetst wordt. Vertel dat je jongeren straks mogen gaan plaatsbepalen: als ze het helemaal eens zijn mogen ze dicht bij de deur gaan staan, zijn ze het oneens dan zo ver mogelijk van de deur af.

Vraag de vinder om één stelling eruit te halen en voor te lezen. De jongeren mogen plaatsbepalen. Vraag hierna kort twee reacties van jongeren. Dan mag een ander een volgende stelling uit de envelop halen en herhaal je het vragen naar reacties.

In envelop 2 zit een kaartje die verwijst naar de Powerpoint-presentatie. De envelop bevat ook drie kleuren briefjes, voor elke deelnemer één setje van drie kleuren. Bedenk zelf welke kleur bij A, B of C hoort. In één van de vragen komen vijf opties aan de orde. De vierde en vijfde kunnen gemaakt worden met kleurencombinaties.

Dit onderdeel laat zien hoe de Bijbel spreekt over liefde, iets van seksualiteit beschrijft en wie je bent in Gods ogen. Wat in de Powerpointpresentatie staat, vind je in bijlage 2. Start de presentatie. Er verschijnen gedichten. Aan de jongeren de vraag waar die teksten vandaan komen. Volg de vragen die in beeld verschijnen. Stel eventueel verdiepende vragen aan de jongeren.

In envelop 3 zitten enkele stellingen. Deze keer over seksualiteit en je eigen grenzen. Het is belangrijk dat jongeren nadenken over welke grenzen ze hanteren en hoe ze die communiceren.

Je kunt hiervoor een andere manier kiezen om plaats te bepalen. Bijvoorbeeld door vier hoeken in de ruimte te creëren: Klopt helemaal, klopt een beetje, klopt helemaal niet, weet ik niet.

- Jongens en meisjes hebben dezelfde seksuele gevoelens.
- Als je van iemand houdt, laat je dat merken door met elkaar naar bed te gaan.
- Seks is met elkaar vrijen. Seks is ook elkaar bevredigen. Seks is ook tongzoenen. Seks is ook voelen onder de kleding.
- Ik weet goed hoe ver ik wil gaan met intimiteit, zoenen en seks met mijn toekomstige vriend of vriendin.
- Ik ben bang om de ander te kwetsen wanneer ik zeg wat ik wel of niet prettig vind als het gaat om intimiteit.
- God vindt seks prachtig, hij heeft het niet voor niets gemaakt!

Envelop 4 bevat een verwijzing naar het Youtube-filmpje ([www.youtube.com/watch?v=zqXRFu1PY2Q&t=47s](http://www.youtube.com/watch?v=zqXRFu1PY2Q&t=47s)) dat je klaar hebt staan. Dit filmpje gaat over sexting - het versturen van seksueel getinte foto's of video's naar een ander. Doel van dit onderdeel is bewustwording over wat sexting inhoudt en wat de risico's zijn. Heel belangrijk: Stop het filmpje op 37 seconden! Anders sla je het gesprek dat volgt mogelijk dicht. Bij vraag 5 staat dat het filmpje afgekeken mag worden.

Envelop 4b heeft een paar kaartjes met vragen erop. Je kunt die op twee manieren inzetten:

**Keuze A:** Gebruik de vragenkaartjes als kaartjes voor een 'interviewer' die een duo vragen stelt. Vraag wie het leuk vindt om de interviewer te zijn. Geef de interviewer een borstel of iets dergelijks als 'microfoon'. Kies een duo dat antwoord mag geven op de vraag. Nadat het duo geprobeerd heeft om een antwoord te geven, mag de groep het antwoord aanvullen. Ook wanneer het duo het niet lukt om antwoord te geven - wat helemaal niet erg is - mag de groep het duo helpen.

Nadat de eerste interviewer en duo geweest zijn, wisselt de microfoon van eigenaar en wordt een ander duo geïnterviewd.

Probeer de sfeer open te houden. Elk antwoord mag er zijn, elke mening mag er zijn.

## Keuze B:

Gebruik de vragenkaartjes door de deelnemers om de beurt een vraag te laten voorlezen. Mocht je iedereen willen uitdagen een gesprek te starten, dan mag de persoon rechts van de 'vragensteller' het eerste antwoord geven. Daarna mag de groep aanvullen.

## 10 minuten

### Afsluiting

De afsluiting is bedoeld als luchtige afsluiter van een mogelijk intense of spannende avond.

In envelop 5 zitten blauwe en roze ballonnen. Elke jongen blaast een blauwe ballon op en knoopt deze aan zijn enkel. Elk meisje doet hetzelfde met een roze ballon. De jongens tegen de meiden: alle jongens proberen de ballonnen bij de meiden kapot te stampen en de meiden die van de jongens. Als je ballon kapot is, ga je langs de kant zitten kijken. De sekse die als eerste alle ballonnen van de andere kapot heeft getrapt, wint.

Mocht het wat te lang duren, dan kun je alle spelers langs de kant weer laten meedoen om de laatste ballonnen van de andere sekse kapot te trappen.

Bedank de jongeren voor hun openheid en herinner hen aan de volgende bijeenkomst die gaat over liefdesrelaties.

## Tweede bijeenkomst

## 10 minuten

### Opening

Heet de deelnemers welkom en bied eventueel iets te drinken aan. Kom nog even terug op de eerste bijeenkomst. Vertel kort wat jou het meeste raakte van de vorige bijeenkomst.

## 15 minuten

### Verkenning

In de verkenning wordt het thema 'liefdesrelaties' op een ludieke manier neergezet. Het is een verkenning waarbij veel dingen langskomen. Het is niet nodig er diep op in te gaan. Je kunt er eventueel later in het programma op teruggrijpen.

## Keuze A:

Speel het kwartet 'Liefdesrelatie' uit bijlage 4 met elkaar. Om het wat actiever te maken, kun je de volgende spelregels gebruiken:

Loop met elkaar door de ruimte en elke keer als je iemand tegenkomt mag je diegene één kaart vragen en hij/zij mag er één terug vragen. Daarna ga je door naar de volgende persoon. Naarmate het spel vordert, zullen de jongeren deze spelregel laten varen, en dat is prima om de vaart erin te houden. Probeer de tijd te bewaken, dat het spel niet langer dan tien à vijftien minuten duurt.

#### **Keuze B:**

Centraal staat het filmpje uit 'UP': [www.youtube.com/watch?v=F2bk\\_9T482g](http://www.youtube.com/watch?v=F2bk_9T482g). Hierin komt de lange relatie van de hoofdpersoon langs. Zowel de mooie als de moeilijke momenten. Vertel de deelnemers vooraf dat je ze na het filmpje gaat vragen wat ze het mooiste vonden uit het filmpje.

Kijk samen het filmpje. Vraag de deelnemers wat ze het mooiste vonden uit het filmpje. Laat iedereen kort antwoorden. Concludeer dat er in een lange relatie heel veel gebeuren kan. Zowel mooie als vervelende of verdrietige dingen.

#### **20 minuten**

##### *Verdieping*

In deze verdieping gaan we aan de slag met de vijf talen van de liefde. De vijf talen van de liefde laten zien dat elk mens anders in elkaar zit en liefde anders ervaart. Je hebt het nodig je in de ander te verplaatsen om hem of haar te laten voelen dat je van haar of hem houdt. Kern van dit onderdeel is dat een langdurige relatie investering nodig heeft, net als elke andere relatie die je goed wilt houden.

Ook bij de verdieping zijn er twee mogelijkheden.

**Keuze A:** verdeel je groep in vijf tweetallen (of een iets andere samenstelling). Geef elk tweetal een 'taal' uit bijlage 4 om zelf te ontdekken. Vertel de deelnemers dat ze vijf minuten krijgen om te ontdekken hoe de taal in elkaar zit en dat ze daarna twee minuten krijgen om een manier te verzinnen om die taal uit te leggen aan de rest van de groep. Dat mag door simpelweg vertellen. Leuker is om een andere manier te bedenken, zoals uitbeelden. Het symbool dat erbij hoort, moeten ze hierin een plekje geven. Het uitleggen mag maar één minuut per taal duren.

Bewaak de tijd. Geef eventueel één of twee minuten extra voor de uitwerking, maar niet meer. Zo blijft de vaart erin.

Laat de tweetallen om de beurt binnen één minuut hun taal uitleggen. Gebruik eventueel de timer op je telefoon. Vraag na elke taal of één persoon uit de groep het in eigen woorden kan samenvatten. Vraag ook of er nog vragen zijn.

Daarna ga je door naar de volgende taal.

Zeg tot slot dat in een relatie mensen vaker niet dan wel dezelfde liefdestaal hebben. Dat betekent dat je moeite moet doen om de ander te bereiken. Dat betekent dat je ervoor moet kiezen om je in te leven in je partner of goede vriend(in) en te onderzoeken hoe je aan hem/haar kunt laten voelen dat je van hem/haar houdt. In een relatie moet je dus investeren, het gaat nooit helemaal vanzelf. En dat maakt een relatie interessant.

**Keuze B:** Vertel zelf aan de hand van bijlage 5 wat de talen inhouden. Geef daarbij voorbeelden uit je eigen leven.

#### **30 - 60 minuten**

##### *Verwerking deel I*

Nu de liefdestalen helder zijn, is het nodig om te ontdekken welke liefdestaal bij jou als persoon past. Van daaruit krijg je het antwoord wat jij nodig hebt van mensen om je heen om je geliefd te voelen.

Vraag de deelnemers om hun telefoon erbij te pakken en te gaan naar [liefdestalen.nl](http://liefdestalen.nl). In het menu vind je de optie 'liefdestalentest'. Vraag de jongeren deze test in te vullen. Vertel van te voren dat de test veel vragen op verschillende manieren stelt om een goed beeld van je te krijgen. Dat vergt enig geduld, maar vaak wel met een beter resultaat. De uitslag van de test wordt gestuurd naar je e-mailadres, die je aan het eind mag invullen.

Wanneer iedereen zijn/haar uitslag binnen en bekeken heeft, maak je een rondje met welke liefdestaal ieder heeft. Vraag gelijk of dit ook de verwachting vooraf was van elke deelnemer.

##### *Verwerking deel II*

Dit tweede deel gaat meer over de ander en hoe je die kunt bereiken door een andere liefdestaal te gaan 'spreken'. Hiervoor zijn twee mogelijkheden. Je kunt hieruit kiezen of ze allebei doen.

#### **Keuze A:** 'liefdestalen-speeddate'

Vraag iedereen zijn eigen liefdestaal op te zoeken in de prints van bijlage 6 en uit te knippen in een mooie vorm. Hierna mogen zij hem op hun borst plakken of spelden als corsage.



Geef iedereen een enkele bloem mee om te gebruiken bij de volgende werkvorm.

Vertel dat jullie gaan oefenen met de verschillende liefdestalen. Bedenk eerst samen voor elke liefdestaal een manier om in die taal te 'spreken'. Bijvoorbeeld: geef de bloem aan iemand die cadeaus als liefdestaal heeft; geef een compliment aan iemand die positieve woorden als liefdestaal heeft; stel iemand een vraag waaruit je oprechte interesse blijkt aan iemand die 'tijd en aandacht' als liefdestaal heeft; etc..

Daag je deelnemers uit om in de volgende vijf á tien minuten elke andere deelnemer aan te spreken op deze manier.

Vraag hierna iedereen rond te lopen door de ruimte en elkaar om de beurt op te zoeken.

**Keuze B:** creatieve verwerking.

In deze verwerking maken de jongeren een prikbordpop met hun eigen liefdestaal erop. Dit als herinnering aan hun eigen liefdestaal als ze weer opgeslokt worden door het leven van alledag.

Gebruik dit stappenplan als soort handleiding om tot het eindresultaat te komen.

1. Teken een grote pop-figuur op de MDF-plaat. Hoe minder 'bochtjes' hoe beter het is.
2. Zaag hem uit.
3. Kies een kleur die je mooi vindt en die bij je kamer past. Verf de pop in die kleur.
4. Schilder of teken met stift het symbool van jouw liefdestaal groot op de pop. Gebruik hiervoor eventueel carbonpapier om over te trekken voordat je gaat tekenen.
5. Laat het geheel drogen.
6. Gebruik prikbordprikkers om je prikbord daadwerkelijk te gaan gebruiken.

5 minuten

*Afsluiting*

Laat elkaar het resultaat van je prikbordpop zien.

Iedereen krijgt een zakje met snoephartjes om uit te delen aan mensen die ze leuk vinden. (Welke liefdestaal is dat?)

## AANDACHTSPUNTEN

In aanvulling op de eerste bijeenkomst, is het heel waardevol om een halve of hele bijeenkomst te wijden aan een groepsgesprek over seks met de jongens en meiden apart. Je kunt bijvoorbeeld aan het begin van de avond alle vragen die er leven rondom seksualiteit anoniem verzamelen, in één

bak doen en er elke keer één uit halen om samen te beantwoorden of te bespreken. Stimuleer de jongeren om zoveel mogelijk vragen op te schrijven op verschillende briefjes. Eenvoudige en ingewikkelde vragen.

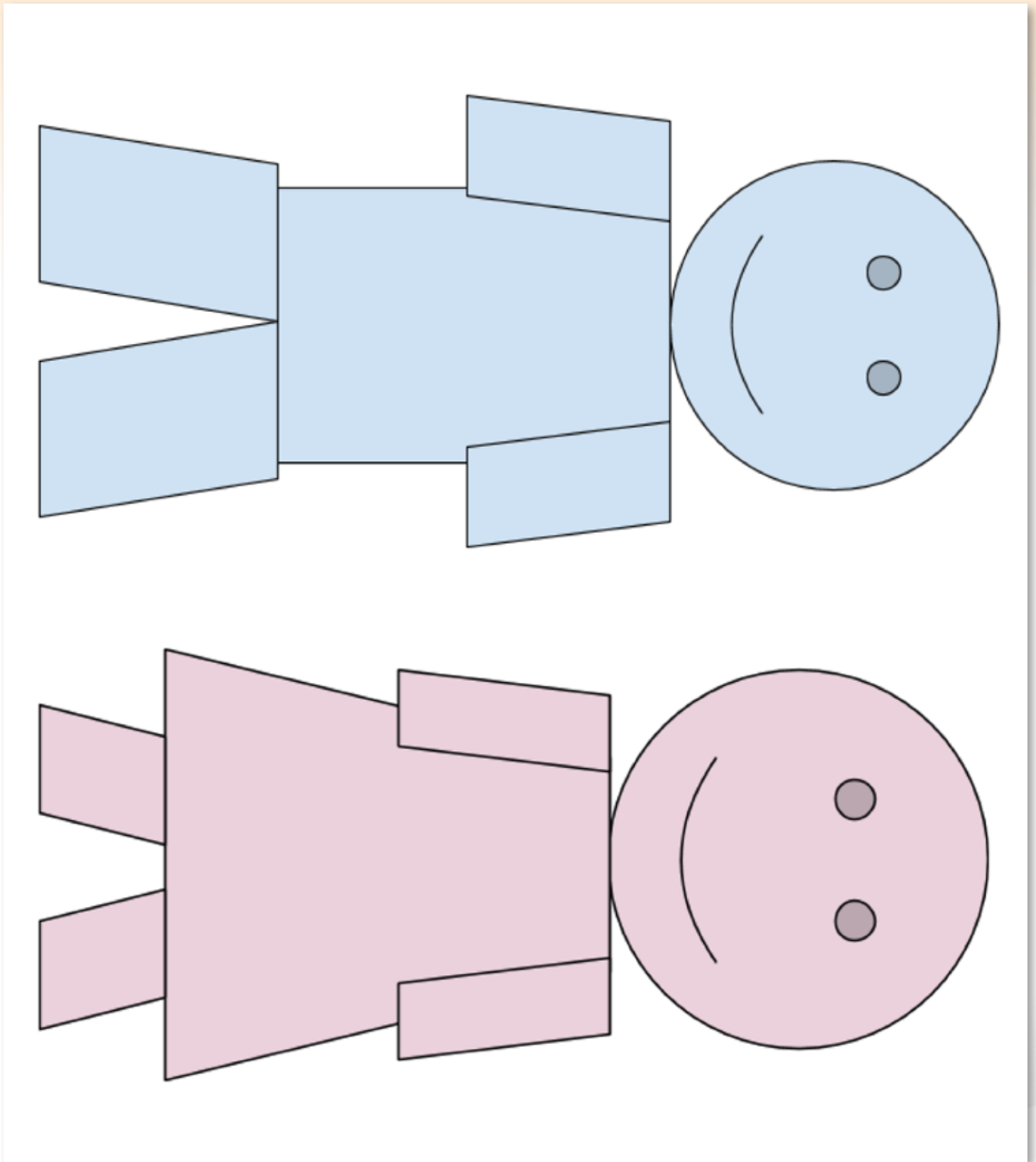
Voeg zelf ook onderwerpen toe en vertel dat je dit doet. Dit maakt het stellen van vragen anoniemer in een kleine groep. Liefst onderwerpen waar vaak nog een taboe op rust, zoals zelfbevrediging (ook voor meisjes), hoe het is om nog maagd te zijn (of juist niet meer), wat er allemaal tussen de eerste zoen en de geslachtsgemeenschap zit en de grenzen die je daarin aanbrengt.

Het kan drempelverlagend werken als je op dezelfde manier vragen verzamelt. Op de avond zelf nodig je één of twee stellen uit die als een soort 'panel' de vragen beantwoorden. Uiteraard stimuleer je het onderlinge gesprek tijdens het beantwoorden van de vragen.

## BIJLAGEN

1. Jongens-meiden-spel
2. Inhoud voor de enveloppen/ballonnen
3. Inhoud Powerpointpresentatie
4. Kwartetspel 'liefdesrelates'
5. Uitleg van de liefdestalen
6. Symbolen van de liefdestalen

JONGENS-MEIDEN-SPEL



<b>Testosteron</b>	<b>Kan goed concentreren</b>	<b>Borsten</b>
<b>Oestrogeen</b>	<b>Zorgt vaak voor anderen</b>	<b>Sixpack</b>
<b>Fysiek</b>	<b>Emotioneel</b>	<b>Ruimtelijk inzicht</b>
<b>Impulsief</b>	<b>Gods evenbeeld</b>	<b>Aggressief</b>
<b>Grote fantasie</b>	<b>Druk</b>	<b>Sensatiegericht</b>
<b>Korte spanningsboog</b>	<b>Stoer</b>	<b>Taalvaardig</b>
<b>Kletst veel</b>	<b>Vagina</b>	<b>Luisteren</b>
<b>Penis</b>	<b>Competitie</b>	<b>Door God gemaakt</b>



## INHOUD VAN DE ENVELOPPEN/BALLONNEN AVOND 1

### Envelop 1 - Stellingen:

Meisjes moeten slank zijn en jongens stoer - dat zie je overal toch?  
Ik hoor overal dat seks leuk en makkelijk is. Ik denk dat ze gelijk hebben.  
Ik vind het raar om over seks te praten.

### Envelop 2 - verwijzing naar de Powerpointpresentatie:

Speel samen de quiz 'Waar staat dit...?'.

### Envelop 3 - Stellingen:

Jongens en meisjes hebben dezelfde seksuele gevoelens.  
Als je van iemand houdt, laat je dat merken door met elkaar naar bed te gaan.  
Seks is met elkaar vrijen. Seks is ook elkaar bevredigen. Seks is ook tongzoenen. Seks is ook voelen onder de kleding.  
Ik weet goed hoe ver ik wil gaan met intimiteit, zoenen en seks met mijn (toekomstige) vriend of vriendin.  
Ik ben bang om de ander te kwetsen wanneer ik zeg wat ik wel of niet prettig vind als het gaat om intimiteit.  
God vindt seks prachtig, Hij heeft het niet voor niets gemaakt!

### Envelop 4a - filmpje:

Bekijk samen de eerste 37 seconden van het filmpje dat je vindt via deze URL:  
[www.youtube.com/watch?v=zqXRFu1PY2Q&t=47s](http://www.youtube.com/watch?v=zqXRFu1PY2Q&t=47s)  
Interview elkaar daarna met de vragen uit envelop 4b.

### Envelop 4b - interviewvragen:

1. Stel je voor: je moet dit filmpje samenvatten voor een blind iemand. Hoe zou je dat doen?
2. Er zijn best wel wat meisjes en jongens die in een relatie doen wat dit meisje doet. Wat vind je daarvan?
3. Waar ligt voor jou de grens als het gaat om foto's en filmpjes? Waarom ligt de grens daar?
4. Hoe zou je tegen iemand die je leuk vindt zeggen dat je niet wil wat zij of hij van jou wil?
5. Optioneel: kijk de rest van het filmpje. Wat vind je van wat er gebeurt?
6. Heb je zoiets wel eens meegemaakt? Niet zelf, maar bij iemand die je kent?
7. Wist je dat het strafbaar is om zo'n foto door te sturen? Wat vind je daarvan?  
*(Wetboek van strafrecht 240b: 1) Met gevangenisstraf van ten hoogste vier jaren of geldboete van de vijfde categorie wordt gestraft degene die een afbeelding - of een gegevensdrager, bevattende een afbeelding - van een seksuele gedraging, waarbij iemand die kennelijk de leeftijd van achttien jaar nog niet heeft bereikt, is betrokken of schijnbaar is betrokken, verspreidt, openlijk tentoonstelt, vervaardigt, invoert, doorvoert, uitvoert of in bezit heeft.  
2) Met gevangenisstraf van ten hoogste zes jaren of geldboete van de vijfde categorie wordt gestraft degene die van het plegen van een van de misdrijven, omschreven in het eerste lid, een beroep of een gewoonte maakt.)*

### Envelop 5 - inhoud van de afsluiter: (knip het kaartje uit en doe het in de envelop).

### Het eindspel!

Elke jongen blaast een blauwe ballon op en knoopt deze aan zijn enkel. Elk meisje doet hetzelfde met een roze ballon.  
De jongens tegen de meiden: alle jongens proberen de ballonnen bij de meiden kapot te stampen en de meiden die van de jongens. Als je ballon kapot is, ga je langs de kant zitten kijken. De sekse die als eerste alle ballonnen van de andere kapot heeft getrapt, wint.

## INHOUD POWERPOINTPRESENTATIE AVOND 1

Vergeet mij niet,  
draag mijn liefde als een ketting op je borst,  
als een armband om je arm.  
De liefde is zo sterk als de dood,  
niemand houdt de liefde tegen.  
De liefde lijkt op een vuur,  
een vuur dat hevig brandt.  
Geen zee of rivier kan dat vuur ooit blussen,  
want de liefde houdt nooit op.

*Vraag:*

Waar komt deze tekst vandaan?

A: Een raptekst van Lange Frans

B: Een gedichtenwebsite

C: De Bijbel

*Tekst erna:*

Deze tekst komt uit Hooglied, hét boek over een jongen  
en een meisje die intens verliefd zijn.

Wat vind je van de tekst?

A: mooi

B: raar

C: intens

D: ingewikkeld

E: anders, namelijk...

Wat ben je mooi,  
wat ben je knap.  
Je bent lief, zo lief!  
Je bent zo slank als een palmboom,  
je borsten lijken op druiventrossen.  
Ik wil wel in die palmboom klimmen,  
en me vasthouden aan zijn takken.  
Ik wil je kussen en je liefde proeven met mijn lippen.  
Want je adem is zo zoet als een appel,  
je tong smaakt naar zoete wijn,  
je borsten lijken op druiventrossen.

*Vraag:*

Waar komt deze tekst vandaan?

A: Een songtekst van Ali B.

B: De winnaar van Gedichtencontest 2011

C: De Bijbel

*Tekst erna:*

Deze tekst komt ook uit Hooglied. De seks hangt hier in de  
lucht! Vind je dat raar?

U maakte mij in de buik van mijn moeder.  
Elk deel van mijn lichaam hebt u gevormd.  
Ik dank u daarvoor.  
Want het is een wonder,  
zoals ik gemaakt ben.  
Alles wat u maakt, is een wonder.  
Dat weet ik heel goed.  
U hebt me al gezien  
toen ik in het geheim gemaakt werd.

*Vraag:*

Welk gevoel geeft het jou dat God je heeft gemaakt zoals je  
bent? Eén woord of één zin is genoeg.

KWARTETSPEL 'LIEFDESRELATIES'



**Liefde**

Ik houd van jou  
Hart  
Moeite doen voor elkaar  
Gevoel én keuze



**Geborgenheid**

Veilig voelen  
Eerlijk zijn  
Alles kunnen zeggen  
Bij elkaar op nummer één staan



**Seks**

Opwindend  
Genieten  
Wensen en grenzen  
Vrijen



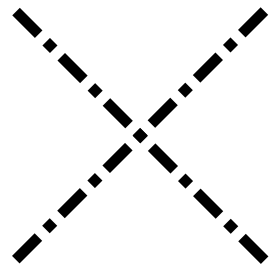
**Soorten liefdesrelaties**

Vrouw en man  
Man en man  
Vrouw en vrouw  
Speciaal persoon van wie je houdt



**Registratie**

Huwelijk  
Geregistreerd partnerschap  
Samenlevingscontract  
Manier van verbonden zijn



**Grenzen**

Respect voor jezelf  
Respect voor de ander  
Durven 'nee' te zeggen  
Staan voor je keuzes



**Verliefd**

Vlinders in je buik  
Alleen maar aan hem/haar denken  
Eindeloos appen  
Roze wolk



**Trouwen**

Trouwjurk en/of trouwpak  
Geliefden  
Grote dag  
Happily ever after



**Liefdestalen**

Samen zijn  
Positieve woorden  
Dingen doen voor elkaar  
Lichamelijk contact



**Liefde**

Ik houd van jou  
**Hart**  
 Moeite doen voor elkaar  
 Gevoel én keuze



**Geborgenheid**

Veilig voelen  
**Eerlijk zijn**  
 Alles kunnen zeggen  
 Bij elkaar op nummer één staan



**Seks**

Opwindend  
**Genieten**  
 Wensen en grenzen  
 Vrijen



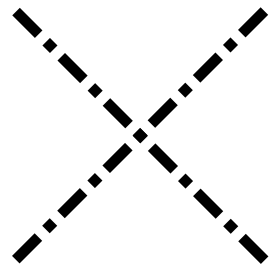
**Soorten liefdesrelaties**

Vrouw en man  
**Man en man**  
 Vrouw en vrouw  
 Speciaal persoon van wie je houdt



**Registratie**

Huwelijk  
**Geregistreerd partnerschap**  
 Samenlevingscontract  
 Manier van verbonden zijn



**Grenzen**

Respect voor jezelf  
**Respect voor de ander**  
 Durven 'nee' te zeggen  
 Staan voor je keuzes



**Verliefd**

Vlinders in je buik  
**Alleen maar aan hem/haar denken**  
 Eindeloos appen  
 Roze wolk



**Trouwen**

Trouwjurk en/of trouwpak  
**Geliefden**  
 Grote dag  
 Happily ever after



**Liefdestalen**

Samen zijn  
**Positieve woorden**  
 Dingen doen voor elkaar  
 Lichamelijk contact



**Liefde**

Ik houd van jou  
Hart

**Moeite doen voor elkaar**  
Gevoel én keuze



**Geborgenheid**

Veilig voelen  
Eerlijk zijn

**Alles kunnen zeggen**  
Bij elkaar op nummer één staan



**Seks**

Opwindend  
Genieten

**Wensen en grenzen**  
Vrijen



**Soorten liefdesrelaties**

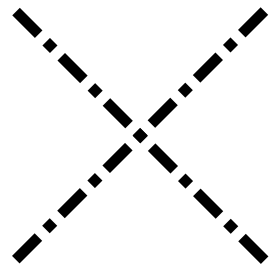
Vrouw en man  
Man en man

**Vrouw en vrouw**  
Speciaal persoon van wie je houdt



**Registratie**

Huwelijk  
Geregistreerd partnerschap  
**Samenlevingscontract**  
Manier van verbonden zijn



**Grenzen**

Respect voor jezelf  
Respect voor de ander  
**Durven 'nee' te zeggen**  
Staan voor je keuzes



**Verliefd**

Vlinders in je buik  
Alleen maar aan hem/haar denken  
**Eindeloos appen**  
Roze wolk



**Trouwen**

Trouwjurk en/of trouwpak  
Geliefden  
**Grote dag**  
Happily ever after



**Liefdestalen**

Samen zijn  
Positieve woorden  
**Dingen doen voor elkaar**  
Lichamelijk contact





**Liefde**

Ik houd van jou  
Hart  
Moeite doen voor elkaar  
**Gevoel én keuze**



**Geborgenheid**

Veilig voelen  
Eerlijk zijn  
Alles kunnen zeggen  
**Bij elkaar op nummer één staan**



**Seks**

Opwindend  
Genieten  
Wensen en grenzen  
**Vrijen**



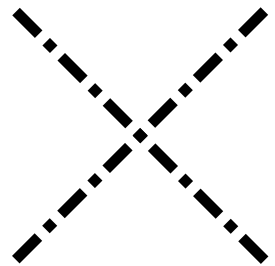
**Soorten liefdesrelaties**

Vrouw en man  
Man en man  
Vrouw en vrouw  
**Speciaal persoon van wie je houdt**



**Registratie**

Huwelijk  
Geregistreerd partnerschap  
Samenlevingscontract  
**Manier van verbonden zijn**



**Grenzen**

Respect voor jezelf  
Respect voor de ander  
Durven 'nee' te zeggen  
**Staan voor je keuzes**



**Verliefd**

Vlinders in je buik  
Alleen maar aan hem/haar denken  
Eindeloos appen  
**Roze wolk**



**Trouwen**

Trouwjurk en/of trouwpak  
Geliefden  
Grote dag  
**Happily ever after**

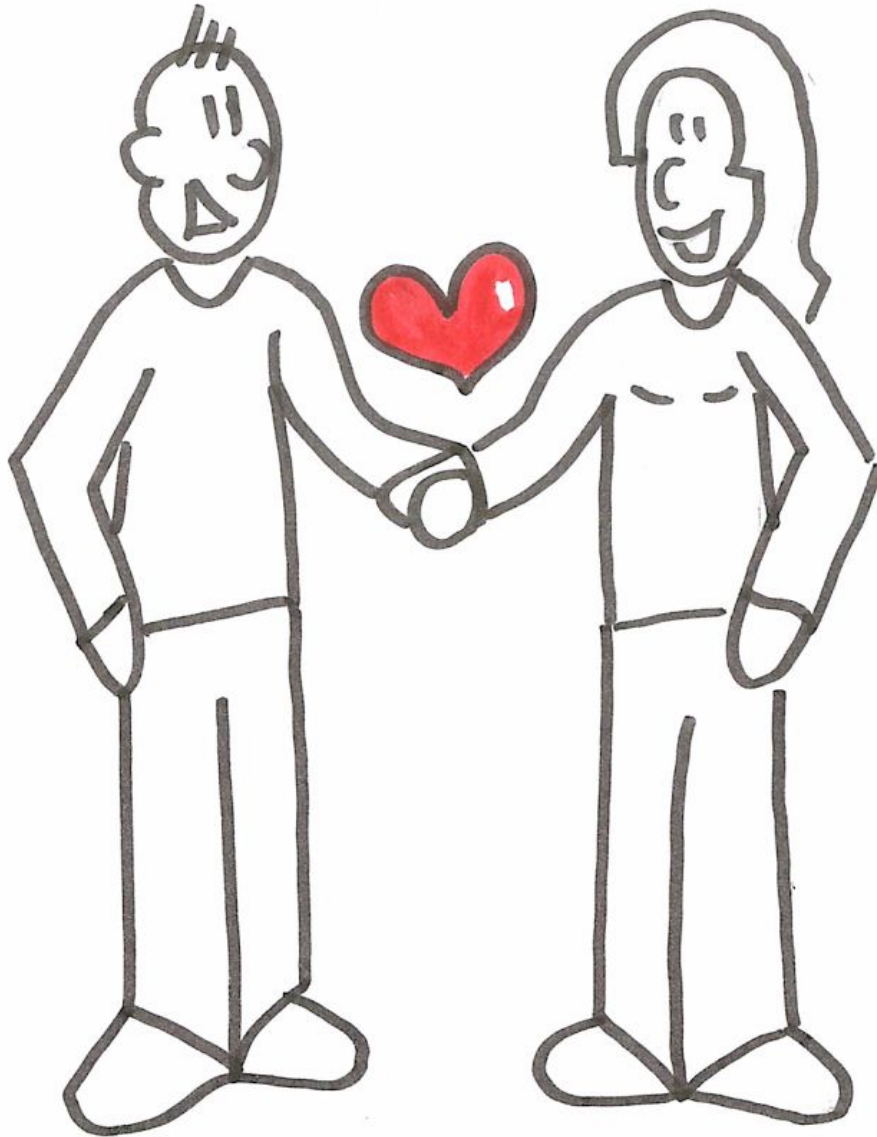


**Liefdestalen**

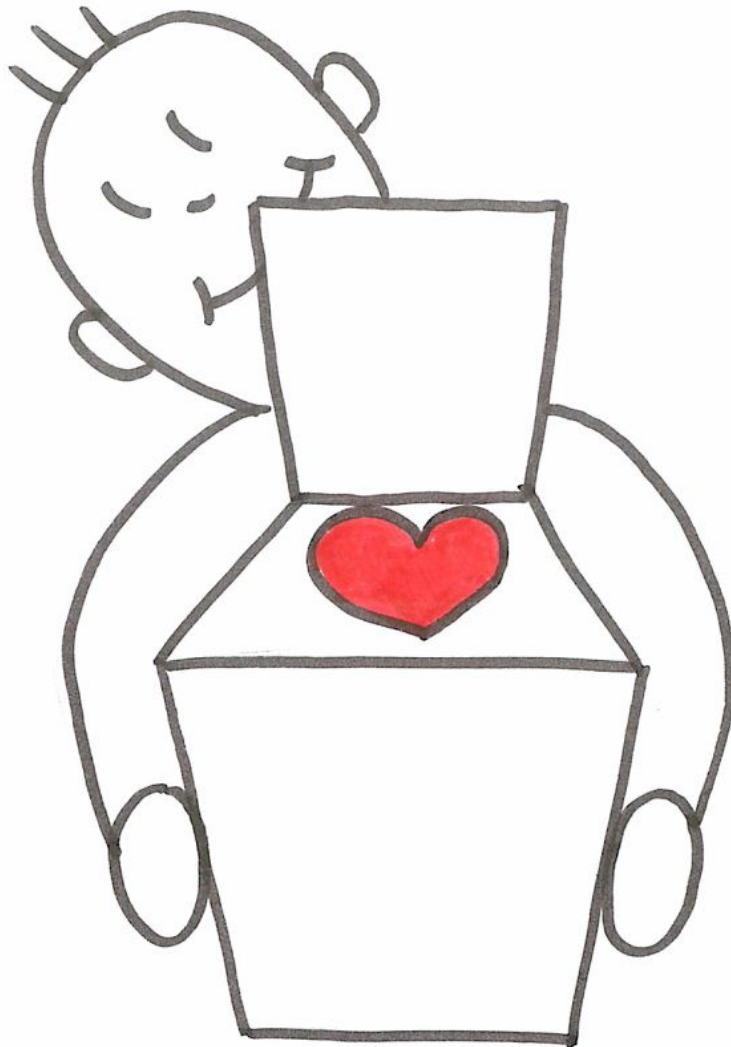
Samen zijn  
Positieve woorden  
Dingen doen voor elkaar  
**Lichamelijk contact**



VIJF TALEN VAN DE LIEFDE



# Tijd en aandacht



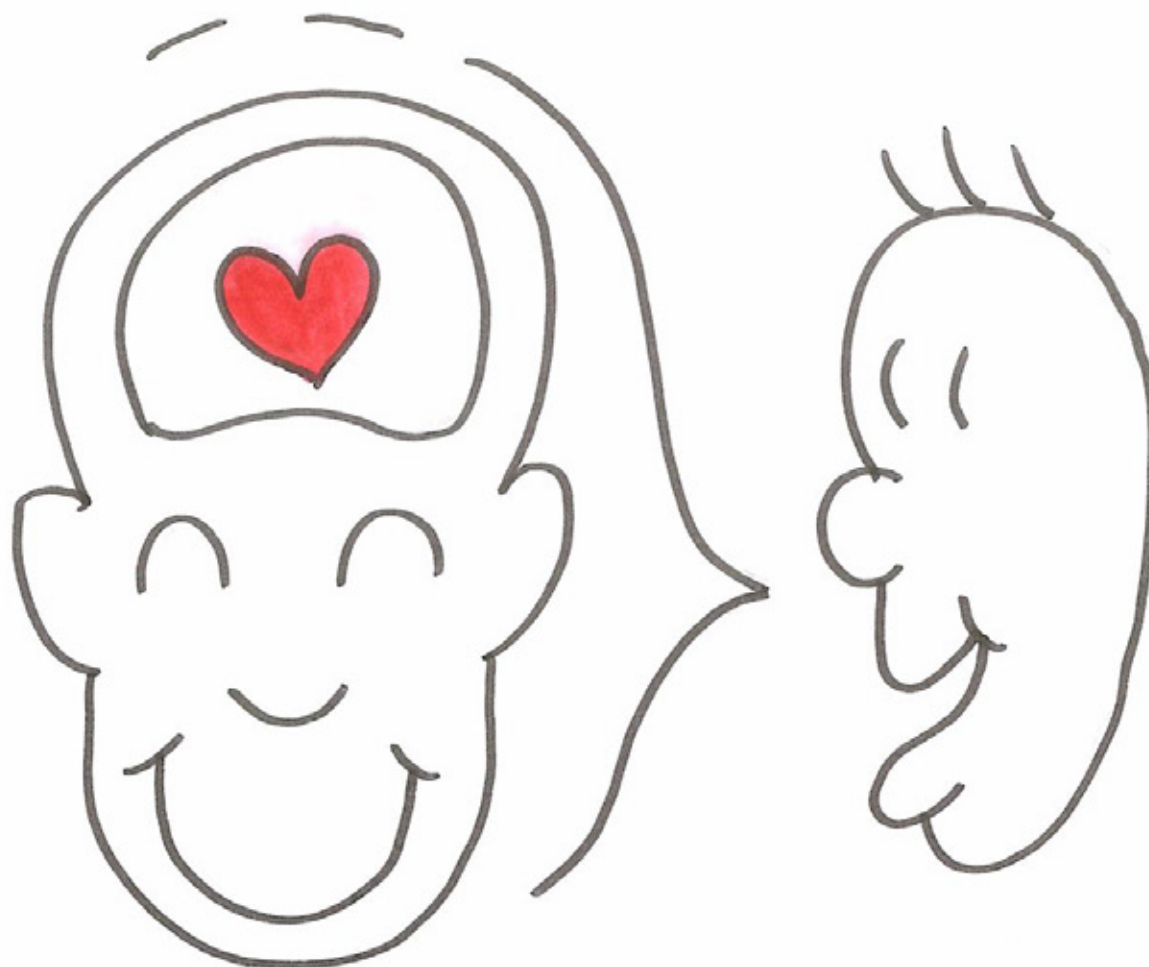
# Cadeaus



## Lichamelijk contact



## Dienstbaarheid



## Positieve woorden

- **Positieve woorden**

Als dit jouw liefdestaal is, wil je niets liever dan complimenten horen. Het horen van de woorden 'Ik houd van je' of 'Wat zie je er goed uit' is erg belangrijk voor je. Beledigingen kunnen je gebroken achterlaten en je zult ze niet snel vergeten.

*Voorbeeld: Lukas 7-9*

*Jezus gaat met Joodse leiders mee naar een Romeinse officier. Deze 'vijand' zegt in Jezus te geloven, terwijl dat helemaal niet normaal was. Jezus is diep onder de indruk en complimenteert deze Romein: 'Iemand met zo'n groot geloof heb ik in Israel nog niet gezien.'*

- **Tijd en aandacht**

Als je deze liefdestaal spreekt, wil je de onverdeelde aandacht. Een avond bij de open haard met een colaatje is het toppunt van geluk. De aanwezigheid van je partner, familie of goede vriend(in) is essentieel, maar dan moet hij er ook écht zijn: hij moet - bij wijze van spreken - alles uit zijn handen laten vallen om er voor jou te zijn. Niet opletten, afspraken uitstellen en niet luisteren valt beslist niet in goede aarde.

*Voorbeeld: Lukas 8:45-48*

*Een vrouw is al twaalf jaar ongesteld en daarom volgens de Joodse wet continu 'onrein'. Ze probeert ongezien Jezus' mantel aan te raken. Ondanks de drukte en de mensen die de aandacht van Jezus opeisen, heeft Jezus direct alle tijd en aandacht voor deze vrouw die vanwege haar ziekte een outcast was geworden in de samenleving.*

- **Cadeautjes geven/ krijgen**

Dit is geen uiting van materialisme. De spreker van deze taal geniet vooral van het feit dat je attent bent en van de inspanning die getoond wordt om aan een heel persoonlijk cadeau te komen. Het cadeau hoeft dus ook helemaal niets te kosten. Het gebaar bewijst dat de ontvanger gewaardeerd wordt. Een gemiste verjaardag of een inderhaast gekocht cadeau is funest.

*Voorbeeld: Lukas 7:36-39*

*Een vrouw die volgens velen in de stad een slecht leven leidt, hoort dat Jezus bij een Farizeeër te gast is. Ze koopt een kruikje dure olie en smeert Jezus' voeten daarmee in. Jezus waardeert het geschenk omdat het een cadeau is dat uit liefde is gegeven.*

- **Hulpvaardigheid**

Kan stofzuigen een uiting van liefde zijn? Absoluut! Alles wat je doet om de lasten te verlichten van de persoon die deze liefdestaal spreekt, wordt gezien als een blijk van liefde. De woorden die hij het liefste hoort zijn: 'Wacht, laat mij dat maar even doen'. Luiheid, beloften niet nakomen en hem nog meer werk bezorgen, zal je niet in dank worden afgenomen.

*Voorbeeld: Johannes 13:3-5*

*Aan de vooravond van Jezus' kruisdood wast Jezus de voeten van Zijn discipelen. Het was doorgaans het werk dat een slaaf moest doen. Mensen droegen in die tijd sandalen. Omdat het droog en stoffig is in Israël, worden de voeten snel vies.*

- **Lichamelijke aanraking**

Dit gaat niet over seks. Sommige mensen raken anderen vaker aan en hebben ook meer behoefte aan een knuffel, een schouder om op uit te huilen, hand in hand lopen, .... Je fysieke aanwezigheid en toegankelijkheid zijn cruciaal, terwijl verwaarlozing of misbruik onvergeeflijk is.

*Voorbeeld: Lukas 10:13-16*

*Mensen gaan met kinderen naar Jezus toe om ze door Hem te laten aanraken. De discipelen maken bezwaar maar Jezus slaat Zijn armen om kinderen heen en zegent hen.*



SYMBOLEN VAN DE LIEFDESTALEN

