

POSITIEVE SEKSEDUCTIE OEFENINGEN

Voor- en nabespreken Blootnodig jongeren training en/of boek "Wie zette mijn naaktfoto's online?".

Deze lesbrief is gemaakt ter voorbereiding of nabespreking van de training van Blootnodig. Doe hem in zijn geheel of kies een aantal opdrachten waarvan je vindt dat ze passen bij jouw klas en het niveau. Misschien heb je met de klas het boek "Wie zette mijn naaktfoto's online?" van Jantine Jongebloed gelezen en is er behoefte om dit na te bespreken. Misschien kunnen jullie niet wachten op de training van Blootnodig! Wat de aanleiding ook is, jij als docent vindt het belangrijk om open te praten over seksualiteit en wil graag bijdragen aan een gezonde seksuele ontwikkeling van je leerlingen.

Mocht je er niet uit komen, stel gerust je vragen! Stuur een e-mail naar info@blootnodig.nl en we helpen je graag verder!

➤ **Het is belangrijk dat jij je als docent op je gemak voelt bij het doen van deze opdrachten. Voel je vrij aanpassingen te maken. Deze les is bedoeld ter inspiratie, geef er jouw persoonlijke draai aan.**

VEILIGE LEEROMGEVING

Een veilige leeromgeving is belangrijk voor het bespreken van seksualiteit. Hoe zorg je ervoor dat iedereen luistert naar elkaar, elkaar begrijpt en meningen respecteert, juist als het gaat om gevoelige thema's? Maak met de leerlingen afspraken over hoe de sfeer goed te houden in de klas. Laat de leerlingen meedenken, maar neem in ieder geval de volgende afspraken mee:

- Alles mag gevraagd worden – maar je hoeft geen antwoord te geven
- Alles wat hier gebeurt blijft tussen deze muren
- We hebben respect voor elkaar (Bespreek kort wat respect hebben inhoudt)

Tijdens de lessen is het goed om deze zelfgekozen regels zichtbaar te hebben, zodat je er altijd naar kunt verwijzen als een leerling ze niet naleeft.

➤ **Jouw grenzen als docent zijn heel belangrijk, bedenk vooraf wat jij prettig vindt om te bespreken en wat niet.**



Tijdens de training van blootnodig zijn 'wensen en grenzen' een belangrijk onderwerp. Want wat zijn je wensen? En waar liggen je grenzen? Ontdek wat er speelt bij jullie in de klas en ga het gesprek aan met behulp van interactieve oefeningen over wensen en grenzen. Maak hierbij gebruik van het werkblad 'wensen en grenzen'.



1. Consent, as simple as tea

Doel: Introduceren van het thema 'wensen en grenzen'.

Deze video is bruikbaar als introductie wanneer je het wilt hebben over 'wensen en grenzen'. Er wordt een vergelijking gemaakt met het aanbieden van thee en het hebben van seks. Gebruik dit filmpje als brug naar de volgende opdracht. Bespreek hierbij het belang van toestemming; "Toestemming betekent dat je iets allebei wilt."

2. Wens of grens?

Doel: De leerlingen laten nadenken over wat hun persoonlijke wens of grens is. **Maak gebruik van het werkblad.*

Deze oefening kun je doen om leerlingen na te laten denken over het thema "wensen en grenzen" op het gebied van seksualiteit. Laat de leerlingen deze lijst invullen en deze daarna vergelijken met degene die naast hen zit, komt het overeen of zijn er juist veel verschillen? Benadruk dat deze verschillen heel normaal zijn! Juist daarom is het zo belangrijk om te weten wat de ander wel of niet oke vindt.



3. Hoe geef je het aan?

Doel: Met elkaar onderzoeken hoe je een wens of grens aangeeft (zowel verbaal als nonverbaal)

Hoe kun je laten zien dat je iemand leuk vindt en wat je wensen zijn? (Naar diegene lachen, zeggen dat je hem/haar leuk vindt, hem/haar zoenen etc).

Mocht het te spannend zijn voor leerlingen om dit te vertellen in de klas kun je ervoor kiezen om ze het eerst individueel op te laten schrijven.

- Verzamel ideeën met de klas en schrijf deze op het bord.

Hoe kun je iemand duidelijk maken wat je niet wilt (lichaamstaal, negeren, zeggen, weglopen, etc).

- Verzamel ook hiervoor ideeën met de klas en schrijf deze op het bord. Vul eventueel aan.

4. Wie zette mijn naaktfoto's online?

Doel: Voor of nabespreken van het boek en het bespreekbaar maken van het thema sexting.

Sexting, het online versturen van naaktfilmpjes, berichtjes of foto's, bestaat al sinds de komst van de eerste webcam en het internet. Het kan voor sommige mensen net even dat spannende extraatje geven aan hun seksuele ervaring. Seksualiteit en sexting zijn daarom onlosmakelijk met elkaar verbonden. Wat je er ook van vindt, denkt of bij voelt, sexting gebeurt veel, en interesse hierin begint al op jonge leeftijd. Daarom is het voor docenten een must om er aandacht aan te besteden en het bespreekbaar te maken. Vaak ligt de focus op de keren dat het mis gaat in plaats van de leuke kant ervan. Het is goed om jongeren al vroeg de 'spelregels' ervan mee te geven zodat sexting veilig en prettig kan verlopen, maar ook zeker dat het normaal is en bij seksualiteit hoort.

Jantine Jongebroed schreef het boek "Wie zette mijn naaktfoto's online?" en beschrijft haar verhaal en visie op dit onderwerp. Het boek is geschreven voor jongeren, maar bevat ook een gedeelte speciaal voor docenten. Bij elk hoofdstuk staan vragen die je als docent goed om weg kunnen helpen in de bespreking.

"Het is een verhaal over mij, maar het gaat ook over jou: over jouw seksualiteit, jouw naaktfoto's (als je die hebt, natuurlijk) én die van je klasgenoten. Het gaat over consent, online misbruik, slutshaming, schaamte, schuld en tot slot: over sukkels en hoe je daarmee kunt dealen." – Jantine Jongebroed

Ga je het boek samen lezen? Bespreek vooraf deze vragen om alvast te onderzoeken hoe je klas erin staat. Mocht het niet lukken om samen het boek te lezen, dan kunnen de opdrachten (met uitzondering van de nabesprek vragen) ook los gedaan worden.

- Wat is sexting?
- Waarom doen mensen aan sexting?
- Waarom gaat het bij sexting soms fout?
- Hoe kunnen we er samen voor zorgen dat sexting niet 'mis' gaat?

Heb je met je klas het boek van Jantine gelezen? Bespreek dan de vragen in het boek en ga dieper in op het onderwerp met onderstaande vragen.

Vragen voor de nabespreking

- Beschrijf in 1 woord wat je van het boek vindt
- Wat is je het meest bijgebleven? Waarom?
- Denk je nu anders over sexting?



5. Sexting - stellingen op de vloer

Doel: Onderzoeken van de verschillen in mening m.b.t het onderwerp.

Nodig: een leeg lokaal of gymzaal

De leerlingen staan op een lijn in het midden van het lokaal met de gezichten dezelfde kant op. Als een leerling het eens is met de stelling, dan doet hij/zij een stap vooruit, is hij/zij het niet eens met de stelling dan doet hij/zij een stap naar achteren. Na de stellingen bekijkt de groep hoe ver ze van elkaar vandaan staan. Geef hierbij aan dat niets goed of fout is, iedereen mag voor zichzelf aangeven of hij/zij het wel of niet eens is met de stelling.

1. Als ik een naaktfoto toegestuurd krijg, laat ik die aan anderen zien
2. Het hebben van naaktfoto's moet strafbaar zijn
3. Het doorsturen van naaktfoto's moet strafbaar zijn
4. Sexting is normaal
4. Praten over seks voorkomt slachtoffers van sexting
5. Degen die de foto maakt is de schuldige
6. Degene die de foto doorstuurt is de schuldige
7. De media maakt sexting te negatief
8. Op deze school komt veel sexingmisbruik voor
9. Op deze school komt veel (positieve) sexting voor

WERKBLAD WENSEN & GRENZEN

Doel: Leerlingen beseffen dat wat zij prettig vinden kan verschillen van een ander.

Je hebt iemand ontmoet op een feestje die je leuk vindt. Wat hoop je dat er dan gebeurt?

Oogcontact	ja	misschien	nee
Elkaar aanraken	ja	misschien	nee
Dat de ander een drankje voor mij koopt	ja	misschien	nee
Dat we gaan kletsen.	ja	misschien	nee
Kusje op de wang	ja	misschien	nee
Toevoegen op insta	ja	misschien	nee
Elkaars nummer uitwisselen	ja	misschien	nee
Dicht tegen elkaar dansen	ja	misschien	nee
Zoenen	ja	misschien	nee
Seks	ja	misschien	nee

Iemand vindt jou duidelijk leuk, jij hebt geen interesse. Wat vind je nog goed dat gebeurt?

Oogcontact	ja	misschien	nee
Aanraken	ja	misschien	nee
De ander koopt een drankje	ja	misschien	nee
Nummer vragen	ja	misschien	nee
Kus op de wang	ja	misschien	nee
Dicht tegen je aan dansen	ja	misschien	nee
Tegen je praten	ja	misschien	nee
Seksuele opmerkingen maken	ja	misschien	nee
Toevoegen op insta	ja	misschien	nee
Seks	ja	misschien	nee