

Wensenkaart

Als jij uitgaat en een leuk jongen ontmoet, wat hoop je dan dat er gebeurt?



Dat we oogcontact hebben	<input type="checkbox"/> Echt niet! ☹	<input type="checkbox"/> Misschien wel	<input type="checkbox"/> Natuurlijk! ☺
Dat hij een drankje voor me koopt	<input type="checkbox"/> Echt niet! ☹	<input type="checkbox"/> Misschien wel	<input type="checkbox"/> Natuurlijk! ☺
Dat ik zijn telefoonnummer krijg	<input type="checkbox"/> Echt niet! ☹	<input type="checkbox"/> Misschien wel	<input type="checkbox"/> Natuurlijk! ☺
Dat we tegen elkaar aan dansen	<input type="checkbox"/> Echt niet! ☹	<input type="checkbox"/> Misschien wel	<input type="checkbox"/> Natuurlijk! ☺
Dat we elkaars hand vastpakken als mijn vriendinnen het zien	<input type="checkbox"/> Echt niet! ☹	<input type="checkbox"/> Misschien wel	<input type="checkbox"/> Natuurlijk! ☺
Dat we samen naar buiten gaan om te kletsen	<input type="checkbox"/> Echt niet! ☹	<input type="checkbox"/> Misschien wel	<input type="checkbox"/> Natuurlijk! ☺
Dat we op de dansvloer zoenen	<input type="checkbox"/> Echt niet! ☹	<input type="checkbox"/> Misschien wel	<input type="checkbox"/> Natuurlijk! ☺
Dat we tongzoenen	<input type="checkbox"/> Echt niet! ☹	<input type="checkbox"/> Misschien wel	<input type="checkbox"/> Natuurlijk! ☺
Dat ik aan zijn billen mag zitten	<input type="checkbox"/> Echt niet! ☹	<input type="checkbox"/> Misschien wel	<input type="checkbox"/> Natuurlijk! ☺



Grenzenkaart

Als jij uitgaat en een jongen ontmoet die je niet leuk vindt, wat mag er dan van jou gebeuren?

Dat hij naar me kijkt

Nee, dit wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Dat hij een drankje voor me koopt

Nee, dit wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Dat hij mijn telefoonnummer vraagt

Nee, dit wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Dat hij tegen mij aan danst

Nee, dit wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Dat hij mijn hand vastpakt als mijn vrienden het zien

Nee, dit wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Dat hij met me naar buiten gaat om te kletsen

Nee, dit wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Dat hij mij zoent op de dansvloer

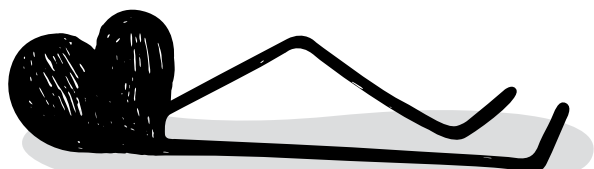
Nee, dit wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Dat hij met me tongzoent

Nee, dit wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Dat hij aan mijn billen zit

Nee, dit wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺



Communicatielijsten



Hoe kun je aan een jongen laten zien dat je hem leuk vindt en wat je wensen zijn?

1

2

3

4

5

Hoe kun je aan een jongen laten zien wat je grenzen zijn?



1

2

3

4

5

GEEF Versiertips

Hoe zorg je ervoor dat je een leuke avond hebt als je iemand wilt versieren?



TIP 1:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

TIP 3:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

TIP 2:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

TIP 4:

.....

.....

.....

.....

TIP 5:

.....

.....

.....

.....

.....

Speelkaartjes



Versieren, hoe doe jij dat? Welke stappen zet je als eerst in een contact en welke stappen pas later?



AFSPREKEN



AANKIJKEN



KNUFFELEN



UITKLEDEN



KIJKEN



ZOENEN



**VOELEN AAN
ZIJN LICHAAM**



KNIPOGEN



UITGAAN



VRIJEN



CHATTEN



BELLEN



**KENNISMAKEN
MET ZIJN
VRIENDEN**



**HEM AAN
JE VRIENDEN
VOORSTELLEN**



**VERKERING
VRAGEN**



TONGZOENEN



**TELEFOON-
NUMMER
VRAGEN**



**EEN DRANKJE
VOOR HEM
KOPEN**



**KENNISMAKEN
MET ZIJN
OUDERS**



SEKS HEBBEN



**BIJ HEM OP
BEZOEK GAAN**



**BIJ HEM
BLIJVEN
SLAPEN**

Wensenkaart

Als je verkering hebt met een jongen,
wat verwacht jij dan van die verkering?
Wat vind je belangrijk?



Samen naar huis fietsen Nee, dit wil ik (nog) niet ☹ Weet ik niet Ja, dat wil ik wel ☺

**Na schooltijd bellen/chatten/
sms'en/pingen/facebook** Nee, dit wil ik (nog) niet ☹ Weet ik niet Ja, dat wil ik wel ☺

Samen leuke dingen doen Nee, dit wil ik (nog) niet ☹ Weet ik niet Ja, dat wil ik wel ☺

**Samen lange gesprekken
hebben** Nee, dit wil ik (nog) niet ☹ Weet ik niet Ja, dat wil ik wel ☺

Hand vasthouden Nee, dit wil ik (nog) niet ☹ Weet ik niet Ja, dat wil ik wel ☺

Kus op de mond Nee, dit wil ik (nog) niet ☹ Weet ik niet Ja, dat wil ik wel ☺

Tongzoenen Nee, dit wil ik (nog) niet ☹ Weet ik niet Ja, dat wil ik wel ☺

Knuffelen Nee, dit wil ik (nog) niet ☹ Weet ik niet Ja, dat wil ik wel ☺

Seks hebben Nee, dit wil ik (nog) niet ☹ Weet ik niet Ja, dat wil ik wel ☺

Grenzenkaart



Je bent bevriend met een jongen, maar je bent niet verliefd. Wat mag er van jou gebeuren?

Dat hij aandacht vraagt terwijl ik met vriendinnen ben

Nee, dat wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Dat hij na schooltijd belt/pingt/met me chat

Nee, dat wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Dat hij leuke dingen doet met andere meisjes

Nee, dat wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Dat hij mijn hand vastpakt

Nee, dat wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Dat hij mijn hand pakt als anderen het zien

Nee, dat wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Dat hij me een kus op mijn wang geeft

Nee, dat wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Tongzoenen

Nee, dat wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Dat hij bij mij thuis komt

Nee, dat wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Dat hij met iemand anders zoent

Nee, dat wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Dat hij seks heeft met iemand anders

Nee, dat wil ik niet ☹ Weet ik niet Geen probleem ☺

Communicatielijsten



Hoe kun je aan je vriend(in) laten zien wat je wensen zijn?

1

.....

2

.....

3

.....

4

.....

5

.....

Hoe kun je aan je vriend(in) laten zien wat je grenzen zijn?



1

.....

2

.....

3

.....

4

.....

5

.....

Situatiekaartjes

-Hoe zeg je-?



Hoe maak je aan je vriend(in) duidelijk wat je wilt en wat je niet wilt in jullie verkering?

Situatie 1: Bioscoopje

Je bent samen met een jongen met wie je bevriend bent naar de bioscoop. Voor jou is dit niet meer dan een vriendschap. Tijdens de film legt hij een hand op je been en wil hij je kussen.

Hoe zeg je dat je niet meer dan een vriendschap met hem wilt?

Situatie 4: Niet bellen, maar appen!

Je hebt sinds kort een vriend. Je vriend belt je iedere dag wel vijf of zes keer; je vindt dit een beetje te vaak en je vindt het fijner als hij je appt.

Hoe zeg je dit tegen hem?

Situatie 2: Zoen als afscheid?

Je bent op een date geweest met een jongen die je heel erg leuk vindt. Je weet niet zeker of hij jou ook leuk vindt, maar bij het afscheid wil je hem toch erg graag een zoen op zijn mond geven.

Hoe vraag je of hij dat oké vindt?

(Of hoe kom je erachter of hij dat ook wil?)

Situatie 5: Haar ouders ontmoeten

Je hebt nu al een tijdje een vriend en je wil hem voorstellen aan jouw ouders en jezelf voorstellen aan zijn ouders.

Hoe kom je erachter of hij dit ook wil?

Situatie 3: Zoenen met een ander

Je bent in de discotheek met je vriend. Jullie hebben net ruzie gemaakt en hij zoent plotseling met een andere meisje. Je vindt dit niet leuk.

Wat zeg je tegen hem?

Situatie 6: ZOENEN! ZOENEN!

Je bent uit met je vriendinnen en je ontmoet een leuke jongen. Jullie dansen de hele avond al samen en je hebt het prima naar je zin. Je vriendinnen blijven telkens tegen je zeggen dat je hem moet zoenen, maar dit wil je niet.

Hoe maak je dit duidelijk aan je vriendinnen?

Groepsdruk

Soms proberen je vriendinnen je over te halen om iets te doen wat je eigenlijk niet wilt. Hoe kan je voorkomen dat je over je eigen grens gaat?



TIP 1:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

TIP 3:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



TIP 4:

.....

.....

.....

.....

.....

TIP 2:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

TIP 5:

.....

.....

.....

.....

.....

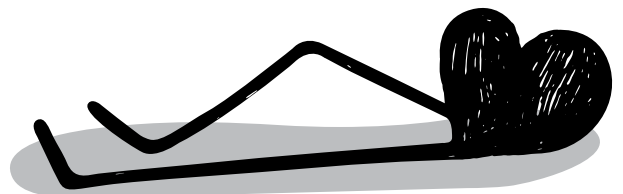
.....

Wat wil je wanneer?



1. Bij ons eerste afspraakje:

A large empty rectangular area defined by a dotted border, intended for writing answers to the question above.

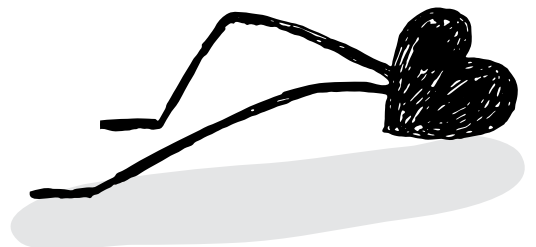


Wat wil je wanneer?



2. Als we een paar maanden verking hebben

A large empty rectangular area defined by a dotted border, intended for writing or drawing.

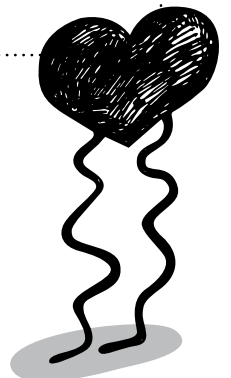


Wat wil je wanneer?



3. Als we getrouwd zijn

A large empty rectangular area defined by a dotted border, intended for writing answers to the question 'Wat wil je wanneer?' under the sub-heading '3. Als we getrouwd zijn'.

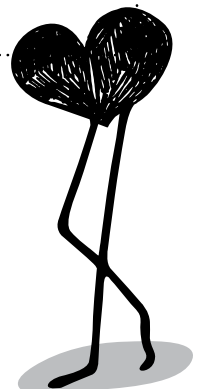


Wat wil je wanneer?



4. Nooit

A large empty rectangular area defined by a dotted border, intended for writing answers to the question 'Wat wil je wanneer?' under the category '4. Nooit'.



Wat wil je wanneer?

Hoe goed moet je elkaar kennen voordat je een telefoonnummer vraagt, wilt zoenen, bij elkaar blijft slapen, seks hebt, enzovoorts?



**EEN KUS
OP DE WANG
GEVEN**



**SAMEN IN
ÉÉN BED
SLAPEN**



**HAND
VASTHOUDEN**



**AAN JE
VRIENDINNEN
VOORSTELLEN**



**ELKAARS
KLEREN
UITTREKKEN**



**EEN KUS
OP DE MOND
GEVEN**



**ZIJN OUDERS
ONTMOETEN**



**SAMEN
BLOOT ZIJN**



**ORALE SEKS
(PIJPEN/
BEFFEN)**



TONGZOENEN



**SEKS HEBBEN
(NEUKEN)**



**PRATEN
OVER SEKS**



KNUFFELEN



**ZEGGEN DAT JE
VERLIEFD BENT**



**SAMEN NAAR
HUIS FIETSEN**



**KINDEREN
MET ELKAAR
KRIJGEN**



**MET ELKAAR
PRATEN**



**AAN ZIJN
LICHAAM
VOELEN**



TROUWEN



**IN ZIJN KONT
KNIJPEN/AAN
ZIJN BILLEN
ZITTEN**



**VRIENDEN
WORDEN OP
FACEBOOK**



KNIPOGEN



**PRATEN OVER
KINDEREN**

Communicatielijsten



Hoe laat je aan je vriend(in) zien wat je wensen zijn op het gebied van seks?

1

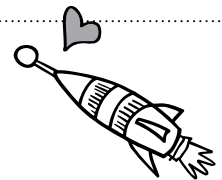
2

3

4

5

Hoe laat je aan je vriend(in) zien wat je grenzen zijn op het gebied van seks?



1

2

3

4

5

Communicatielijsten



Hoe laat je vriend(in) aan jou zien wat zijn wensen zijn op het gebied van seks?

1

.....

2

.....

3

.....

4

.....

5

.....

Hoe laat je vriend(in) aan jou zien wat zijn grenzen zijn op het gebied van seks?



1

.....

2

.....

3

.....

4

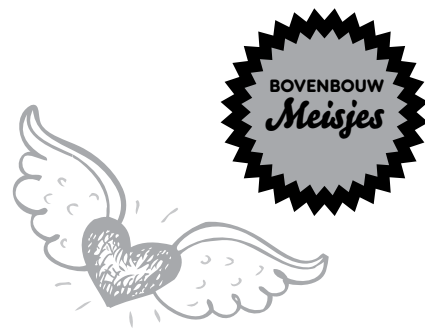
.....

5

.....

Wensenkaart

Als je verkering hebt met een jongen,
wat wil je dan wel of niet doen met hem,
op het gebied van seks?



Met hem zoenen	<input type="checkbox"/> Nee, dit wil ik (nog) niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Ja, dat wil ik wel ☺
Met hem tongzoenen	<input type="checkbox"/> Nee, dit wil ik (nog) niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Ja, dat wil ik wel ☺
Kusjes geven in zijn nek	<input type="checkbox"/> Nee, dit wil ik (nog) niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Ja, dat wil ik wel ☺
Hem aanraken met kleren aan	<input type="checkbox"/> Nee, dit wil ik (nog) niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Ja, dat wil ik wel ☺
Hem aanraken zonder kleren	<input type="checkbox"/> Nee, dit wil ik (nog) niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Ja, dat wil ik wel ☺
Hem aftrekken	<input type="checkbox"/> Nee, dit wil ik (nog) niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Ja, dat wil ik wel ☺
Je laten vingeren door hem	<input type="checkbox"/> Nee, dit wil ik (nog) niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Ja, dat wil ik wel ☺
Orale seks (pijpen/beffen)	<input type="checkbox"/> Nee, dit wil ik (nog) niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Ja, dat wil ik wel ☺
Seks hebben (neuken) met hem	<input type="checkbox"/> Nee, dit wil ik (nog) niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Ja, dat wil ik wel ☺

Grenzenkaart

Als je een jongen leert kennen die jou leuk vindt, maar jij vindt hem niet zo leuk; wat mag er dan van jou gebeuren, op het gebied van seks?



Met hem zoenen	<input type="checkbox"/> Nee, dat wil ik niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Geen probleem ☺
Met hem tongzoenen	<input type="checkbox"/> Nee, dat wil ik niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Geen probleem ☺
Kusjes geven in zijn nek	<input type="checkbox"/> Nee, dat wil ik niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Geen probleem ☺
Hem aanraken met kleren aan	<input type="checkbox"/> Nee, dat wil ik niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Geen probleem ☺
Hem aanraken zonder kleren	<input type="checkbox"/> Nee, dat wil ik niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Geen probleem ☺
Hem aftrekken	<input type="checkbox"/> Nee, dat wil ik niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Geen probleem ☺
Je laten vingeren door hem	<input type="checkbox"/> Nee, dat wil ik niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Geen probleem ☺
Orale seks (pijpen/beffen)	<input type="checkbox"/> Nee, dat wil ik niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Geen probleem ☺
Seks hebben (neuken) met hem	<input type="checkbox"/> Nee, dat wil ik niet ☹	<input type="checkbox"/> Weet ik niet	<input type="checkbox"/> Geen probleem ☺



Situatiekaartjes

-Hoe zeg je-?

Hoe zeg je wat je wilt en wat je niet wilt op het gebied van seks?

Situatie 1: Nog niet klaar voor seks

Je hebt vanavond afgesproken met je vriend. Hij heeft tegen je gezegd dat hij vanavond graag seks met je wil hebben. Je bent gek op je vriend, maar je bent nog niet klaar voor seks met hem. Je vriend weet dit nog niet.

Hoe zeg je tegen hem dat je nog niet klaar bent voor seks?

Situatie 2: Voorbehoedsmiddel?

Vanavond is het zo ver! Je gaat voor het eerst seks hebben met je vriend. Je bent aan de pil, maar je wilt ook graag gebruik maken van een condoom. Je weet niet of je vriend een condoom bij zich heeft.

Hoe zeg je tegen hem dat je graag wil dat jullie een condoom gebruiken?

Situatie 3: Geen kusjes, maar knuffels!

Als je vriend bij je blijft slapen, geeft hij je voor het slapen gaan altijd kusjes in je nek. Je bent gek op hem, maar je vindt het niet lekker als hij je kusjes geeft in je nek. Je hebt liever dat hij je knuffelt.

Hoe zeg je dit tegen hem?

Situatie 4: Vriend is maagd

Je bent nu al een tijdje samen met je vriend en je merkt dat je graag seks met hem wil hebben. Je weet dat je vriend nog maagd is, maar je weet niet of hij dit wil blijven.

Hoe kom je erachter of hij ook seks wil hebben met jou?

Situatie 5: Vrienden, alsjeblieft?

Je bent een paar keer uitgeweest met een jongen uit je klas. Je kan het goed met hem vinden, maar je bent niet verliefd op hem.

Hij is wel verliefd op jou en hij wil een relatie met je beginnen. Jij bent niet klaar voor een relatie met hem.

Hoe kun je dit duidelijk maken aan hem?

Situatie 6: Massage zonder kleren

Je vriend is gek op massages! Je geeft je vriend dan ook vaak massages, maar hij houdt altijd zijn kleren aan. Je wilt hem graag een keer masseren zonder dat hij zijn kleren aan heeft.

Hoe laat je hem weten dat je dit graag zou willen?

Situatie 7: Geen seks, wel voorspel!

Je zit met je vriend op je kamer; hij vertelt aan je dat hij graag seks met je wil hebben. Jij wilt hier nog mee wachten, maar zou het wel fijn vinden om door hem gevingerd te worden.

Hoe kun je dit tegen hem zeggen?