

**week
van de
lentekriebels**
Sensoa

Mijn wens, mijn grens

Werken rond grenzen en
wensen bij 16- tot 18-jarigen

Inhoud

	Inleiding	3
1	Aanrakingen	5
1.1	Over de grens?	6
1.2	Jo en Sam	7
1.3	Vlaggensysteem	8
1.4	Mythes ontkrachten	12
2	Communicatie	13
2.1	Toestemming vragen is sexy!	14
2.2	De tien stappen ...	15
2.3	Toestemming, zo simpel als thee	16
2.4	Let's talk about it	17
2.5	Een vriend(in) vertelt je dat ...	18
2.6	Is't oké?	20
2.7	Wel of niet reageren?	21
2.8	#WijGrijpenIn	22
2.9	We Zien U - Onder invloed	24
3	Hulp vragen	25
3.1	Waar kan je vriend(in) terecht?	26
3.2	We Zien U	27
4	Online	28
4.1	Hoe reageren	29
4.2	Hé het is oké	30
4.3	Online grenzen	31
5	Bijlages	32
	Bijlage 1: Werkblad 'Over de grens'	33
	Bijlage 2: Werkblad 'Jo en Sam'	34
	Bijlage 3: Werkblad 'Situaties Vlaggensysteem'	35
	Bijlage 4: Werkblad 'Mythekaartjes'	38
	Bijlage 5: Werkblad 'Let's talk about it!'	39
	Bijlage 6: Werkblad 'Een vriend(in) vertelt je dat...'	40
	Bijlage 7: Werkblad 'Kaartjes Is't oké?'	41
	Bijlage 8: Werkblad 'Organisaties'	42
	Bijlage 9: Werkblad 'Hé het is oké'	44
	Bijlage 10: Werkblad 'Zullen we? Gewoon doen!'	45
	Bijlage 11: Werkblad 'Interventietrap'	46
	Bijlage 12: Werkblad 'Is 't oké: omstanders'	47
	Bijlage 13: Werkblad '5 A's'	48
	Bijlage 14: Achtergrondinformatie mythes	49
	Bijlage 15: Begeleidersfiche seksueel grensoverschrijdend gedrag	51
	Bijlage 16: Begeleidersfiche online seksueel grensoverschrijdend gedrag	53

Redactie Katelijn Gijssels en Tara De Laet
Eindredactie Katelijn Gijssels
Inhoudelijk advies Julia Day, Erika Frans en Jolien Peeters
Opmaak Volta
V.U. Chris Lambrechts, F. Rooseveltplaats 12 bus 7,
2060 Antwerpen
Tweede versie december 2023

Een uitgave van Sensoa vzw
© 2023 Sensoa

Toestemming is vereist voor overname van de teksten, op welke wijze ook
Met steun van de Vlaamse Minister bevoegd voor het Gezondheidsbeleid.

Met dank aan: We Zien U, een initiatief van de Vlaamse Overheid en VRT. Mede mogelijk gemaakt door Hotel Hungaria.

SENSOA
PRAAT OVER SEKS



Vlaanderen
is zorgzaam en
gezond samenleven

Inleiding

Jongeren zijn volop bezig hun eigen grenzen en die van anderen te ontdekken. Dat gaat niet altijd even makkelijk. Aangeven waar jouw grens ligt, reageren op grenzen van een ander ...

Met deze bundel vol werkvormen hopen we je te motiveren om hierrond aan de slag te gaan. Per werkvorm zijn er specifieke lesdoelen geformuleerd, dit kan je helpen de juiste werkvorm te vinden voor de behoeftes van jouw groep. Verder hebben we de werkvormen ook opgesplitst in vier thema's:

- Aanrakingen
- Communicatie
- Hulp vragen
- Online

Meestal is het seksueel gedrag dat jongeren stellen of meemaken oké. Soms kan het echter ook grensoverschrijdend zijn. Om te bepalen of een seksuele situatie oké is of niet gebruiken we de zes criteria van het Vlaggensysteem. Door middel van de oefeningen in deze bundel worden jongeren zich meer bewust van (enkele van) deze criteria. Zo willen we ervoor zorgen dat zij zelf een beter zicht krijgen op wanneer een seksuele situatie (niet) oké is. De criteria zullen dan ook in meerdere oefeningen aan bod komen of ondersteuning bieden. Meer informatie over het Vlaggensysteem of extra voorbeelden van situaties om met je klas te bespreken kan je vinden op www.vlaggensysteem.be.

Door voorbeeldsituaties voor te leggen aan de leerlingen en hun mening hierover te vragen, zullen de leerlingen meestal al heel wat dingen aanhalen die dichtbij onderstaande criteria liggen. We raden dan ook steeds aan om vanuit hun antwoorden tot onderstaande criteria te proberen komen.

De zes criteria die we gebruiken om een seksuele situatie in te schatten zijn:

- 1 Toestemming:** beide personen geven een 'ja', maken duidelijk dat ze akkoord zijn.
- 2 Vrijwilligheid:** er is geen sprake van druk, dwang of chantage.
Vraag hen zelf na te denken over voorbeelden van dwang of druk (groepsdruk, fysiek geweld, "als je mij graag ziet dan doe je dit toch", afpersing). Soms is er wel een 'ja' maar is die eigenlijk onder druk gegeven.
- 3 Gelijkwaardigheid:** beide personen zijn ongeveer even oud en er is geen machtsverhouding tussen beiden.
Vraag hen na te denken over situaties waarbij macht een rol kan spelen (leerkracht-leerling, scoutsleider-lid ...)
- 4 Ontwikkeling:** het gedrag is typisch en aanvaardbaar voor de ontwikkelingsfase. In jongerentaal: "Je voelt je er echt klaar voor!".
Wil je meer lezen over welk gedrag passend is voor welke leeftijd? Neem dan een kijkje naar [de normatieve lijst](#).
- 5 Context:** het gedrag houdt rekening met de omgeving en stoort of choqueert niemand. Denk maar aan het verschil tussen porno kijken in je slaapkamer versus porno kijken op school.
- 6 Impact:** het gedrag veroorzaakt geen fysieke, emotionele, of psychische schade aan de persoon zelf en derden.

Tip: Er is een handig ezelsbruggetje voor de eerste 3 criteria. Alle criteria zijn belangrijk, maar de eerste 3 criteria (in het kader) wegen iets zwaarder door en zijn heel belangrijk voor seksueel gedrag dat zich stelt in interactie. Het is dus zinvol dat jongeren deze drie criteria zeker onthouden. Je kan deze samenvatten via het ezelsbruggetje 'TGV'.

'TGV', een hogesnelheidstrein ... Net als een hogesnelheidstrein wil je er vaak er zo snel mogelijk invliegen. Je wil seksuele handelingen stellen, online of offline en dat is helemaal oké. Maar, voor je erin vliegt check je best even of de TGV oké is. Ben je zeker? Ga er dan voor! Twijfel je? Ga op de rem staan en zoek het even uit, of doe het gewoon niet.

Wil je meer lezen over het thema seksueel grensoverschrijdend gedrag? [Bekijk hier enkele belangrijke feiten en cijfers.](#)

1 Aanrakingen

**Materiaal**

- zie [bijlage 1](#) voor het werkblad 'Over de grens?'
- filmfragmenten

Doelstellingen

De leerlingen:

- weten wat verkrachting is;
- weten dat je op verschillende manieren kan reageren bij seksueel grensoverschrijdend gedrag;
- weten het verschil tussen toestemming en vrijwilligheid.

Werkwijze

Lees de twee scenario's uit [bijlage 1](#) voor aan de klas. Stel nadien (enkele van) de bijhorende vragen en bespreek de situaties met je klas.

Bij sommige vragen horen enkele filmfragmenten die de zaken wat verder uitleggen. Toon deze aan de klas en bespreek aan de hand van de richtvragen.

Optioneel: je kan bij beide filmfragmenten de zes criteria van het Vlaggensysteem (zie '[Inleiding](#)') overlopen en de jongeren deze laten toepassen. Dit kan zowel klassikaal als in kleinere groepjes.

Achtergrondinformatie

Wat is verkrachting juist volgens de wet? Dat is een vraag die bij deze werkvorm erg belangrijk is. Graag geven we je dan ook de nodige achtergrondinformatie waarmee je het gesprek kan begeleiden of de opdrachten kan verbeteren.

De strafwet geeft een zeer nauwkeurige omschrijving: 'verkrachting is elke daad van seksuele penetratie van welke aard en met welk middel ook, gepleegd op of met behulp van een persoon die daar niet in toestemt'. De penetratie hoeft niet volledig te zijn, deze kan ook gedeeltelijk zijn.

Ook de term penetratie is duidelijk omschreven: 'een lichaamsopening (vagina, mond, aars) binnendringen met een lichaamsdeel of een voorwerp'.

Orale seks, anale seks, iemand penetreren met een dildo, ... tegen iemands wil kan door de rechtbank als verkrachting worden beschouwd. Ook als je als man gedwongen wordt om te penetreren is dat volgens de wet verkrachting.

Zonder toestemming betekent:

- dat de penetratie tegen de wil van het slachtoffer gebeurd is,
- of dat de penetratie mogelijk was doordat de persoon die verkracht werd bijvoorbeeld een lichamelijke of mentale beperking had of zodanig onder invloed van drank of drugs was dat bewust toestemmen niet meer mogelijk was.

Belangrijk: toestemming kan ook tijdens de daad worden ingetrokken.

BRON: SENSOA

**Materiaal**

- zie [bijlage 2](#) voor het werkblad 'Jo en Sam'
- een groot vel papier

Doelstellingen

De leerlingen:

- beseffen dat hun opvattingen over grensoverschrijdend gedrag beïnvloed zijn door genderstereotypen.

Werkwijze

Verdeel de klasgroep in minstens twee groepen. Elke groep krijgt het verhaal van Jo en Sam. Bij de ene groep geef je onopvallend mee dat Sam een jongen is en Jo een meisje. De andere groep krijgt te horen dat Sam een meisje is en Jo een jongen. De leerlingen lezen individueel het verhaal en proberen dan in groep de bijhorende vragen op te lossen. Laat de leerlingen de antwoorden op een groot blad schrijven en hang deze op.

Nabespreking

Je brengt de twee groepen samen en bekijkt de antwoorden die ze genoteerd hebben. Hierbij deel je mee dat de groepen een andere opdracht hebben gekregen. Bespreek de verschillen en gelijkenissen met aandacht voor de achterliggende opvattingen over mannen, vrouwen en seksualiteit die het oordeel beïnvloeden.

Denk hierbij aan opvattingen als:

- Mannen zijn altijd geïnteresseerd in seks.
- Vrouwen zijn alleen geïnteresseerd in romantiek.
De situatie met Sam als man zal mogelijk negatiever beoordeeld worden dan deze met Sam als vrouw, omdat ze haar mogelijk romantische bedoelingen zullen toeschrijven.
- Als je A zegt, moet je ook B zeggen.
Als Jo niet wil vrijen, had ze er niet aan moeten beginnen. Maar het is echter belangrijk om mee te geven dat je op elk moment grenzen kan stellen.
- Vrouwen zijn passief op seksueel vlak.
Door deze mythe kan Sam in de rol van vrouw als negatief beoordeeld worden, omdat ze initiatief neemt tot seks. Jo in de rol van man kan ook negatief beoordeeld worden, omdat hij als zwak kan overkomen doordat hij geen seks wil.

BRONNEN: JE ZOU ER AIDS VAN KRIJGEN & GENDER IN DE BLENDER

**Materiaal**

- [zie bijlage 3](#) voor het werkblad "Situaties Vlaggensysteem"

Doelstellingen

De leerlingen:

- weten wat seksueel grensoverschrijdend gedrag is;
- kunnen het onderscheid maken tussen gedrag dat oké is en gedrag dat niet oké is;
- hebben een idee van manieren (criteria) om die inschatting te maken of seksueel gedrag grensoverschrijdend is of niet.

Werkwijze

Verdeel de klas in groepjes en geef elk groepje een werkblad met de situaties van het Vlaggensysteem. Je kan zelf het werkblad aanpassen en zelf enkele situaties kiezen. Zorg ervoor dat je werkblad minstens 6 situaties bevat, waarbij er van elke kleur minstens één situatie in zit.

Stap 1:

Leg uit dat we een oefening gaan doen om meer inzicht te krijgen in welk gedrag oké is en welk gedrag niet oké is. Verdeel de klas in groepjes en geef elk groepje een werkblad met enkele van de prenten met situaties van het Vlaggensysteem (zie [bijlage 3](#)). Zorg ervoor dat elk groepje minstens 6 prenten krijgt, waarbij er van elke kleur vlag minstens één situatie in zit. Schrap, indien nodig, de prenten die ze niet moeten behandelen. Laat de groepjes de situaties beoordelen in 'oké' of 'niet oké' (schrap wat niet past op het werkblad). Laat ze bij de 'criteria' neerschrijven waarom ze een situatie oké of niet oké vinden.

Stap 2:

Laat de jongeren de situaties overlopen, uitleggen waarom ze een situatie wel of niet oké vinden, en laat hen toelichten waarom ze dit zo beoordelen. Meestal zullen zij heel wat dingen aanhalen die dichtbij de criteria komen die inderdaad bepalen of iets seksueel grensoverschrijdend gedrag is. Schrijf hun antwoorden op bord. Link hun antwoorden aan de criteria van het Vlaggensysteem.

Stap 3:

Laat hen de zes criteria van het Vlaggensysteem toepassen op deze situaties, gebruik hiervoor eventueel een extra blad zodat de leerlingen per criterium kunnen noteren.

Dit kan terug in kleine groep, en klassikaal teruggekoppeld worden, maar kan ook klassikaal gebeuren door elke situatie samen te overlopen.

Tip: het is aangeraden om als leerkracht/begeleider/opvoeder na de oefening nog een tijdje beschikbaar te zijn. Jongeren die negatieve ervaringen hebben opgelopen, willen misschien nog wat verder met je napraten.

Oplossing situaties Vlaggensysteem

	Toestemming	Gelijkwaardigheid	Vrijwilligheid	Ontwikkeling	Context	Impact	Vlag
1	Niet oké Het klasgenootje geeft geen toestemming om de foto online te plaatsen.	Niet oké Ze zijn waarschijnlijk even oud maar door het online plaatsen van de foto heeft hij macht over het klasgenootje.	Oké Niemand staat onder druk of dwang.	Niet oké Interesse in naaktfoto's is typisch voor deze ontwikkelingsfase, maar op 17 jaar moeten ze kunnen inschatten wat de gevolgen zijn als ze foto's ongevraagd online plaatsen.	Niet oké Het klasgenootje staat herkenbaar op de foto. Er is dus niet voldoende aandacht voor haar privacy.	Niet oké Het grote bereik van een online foto kan zeker negatieve gevolgen hebben voor het klasgenootje. Ook de jongen kan hierdoor schade ondervinden.	
2	Oké Het lijkt erop dat ze beiden instemmen met het gedrag.	Oké Ze zijn even oud.	Oké Niemand staat onder druk of dwang.	Oké Tijdens de puberteit wordt er op seksueel en lichamelijk vlak geëxperimenteerd met leeftijdsgenoten.	Oké Het speelt zich af in de privacy van de slaapkamer.	Oké Ze ondervinden geen nadelige gevolgen van dit gedrag.	
3	Niet oké Hij heeft geen inspraak in deze situatie en kan dus geen toestemming geven of weigeren	Niet oké Zij heeft een gezagsrelatie met hem.	Oké Niemand staat onder druk of dwang.	nvt	Niet oké In een klascontext kan een aanraking gepast zijn (bijvoorbeeld om troost of steun te bieden), maar hier moet bewust mee omgegaan worden.	Niet oké Dit kan ongemakkelijk zijn voor hem en kan haar imago schaden.	
4	Niet oké De meisjes hebben geen toestemming gegeven voor het aanraken van hun borsten.	Oké De jongens en meisjes zijn van dezelfde leeftijd en in een gelijkwaardige positie.	Oké Niemand staat onder druk of dwang.	Niet oké Op deze leeftijd zouden de jongens de grenzen van anderen moeten kennen en ze zouden er rekening mee moeten houden.	nvt	Niet oké De jongens hebben niet stilgestaan met de gevolgen die dit kan meebrengen voor hun.	

Oplossing situaties Vlaggensysteem

	Toestemming	Gelijkwaardigheid	Vrijwilligheid	Ontwikkeling	Context	Impact	Vlag
5	Niet oké De jongens gaan in op de vraag, maar zijn misschien niet volledig bewust van de gevolgen.	Niet oké Er is een groot leeftijdsverschil tussen de betrokkenen.	Oké Niemand staat onder druk of dwang.	Niet oké De man zou moeten weten dat het niet aanvaardbaar is om met minderjarige jongens intiem contact te zoeken.	Niet oké Datingapps zijn onveilig als herkenbare sexy foto's worden doorgestuurd.	Niet oké Het gaat over naaktbeelden waar de jongens herkenbaar op staan. Er kunnen negatieve gevolgen zijn voor de jongens, maar ook voor de man, want dit is strafbaar.	
6	Niet oké Zij weten niet dat ze begluurd worden en geven geen toestemming.	Niet oké Er is geen (groot) verschil in leeftijd.	Oké Niemand staat onder druk of dwang.	Niet oké Op deze leeftijd weet hij dat het ongepast is om te gluren.	Niet oké Dit gedrag schendt hun privacy en is dus niet geschikt voor de context.	Niet oké Dit gedrag kan hun gevoel van veiligheid ernstig verstoren en zijn imago schenden.	
7	Oké Dit gedrag kan hun gevoel van veiligheid ernstig verstoren en zijn imago schenden.	Oké Ze zijn even oud.	Oké Niemand staat onder druk of dwang.	Oké Het gedrag is gepast voor hun leeftijd, meer dan de helft van de min 18-jarigen heeft reeds geslachtsgemeenschap gehad.	Oké Het gedrag is gepast voor de context: het speelt zich af in de privacy van de slaapkamer.	Oké Er zijn geen schadelijke gevolgen voor hen. Het pakje condooms wijst op het belang dat ze hechten aan veilig vrijen.	
8	Oké Beide jongeren geven toestemming.	Oké Beide partners zijn gelijkwaardig.	Oké Niemand staat onder druk of dwang.	Oké Het gedrag is gepast voor de leeftijd.	Niet oké Een kleedhokje is ook niet voldoende privé.	Niet oké Het kan zijn dat de jongeren in de problemen komen als iemand hen betrapt.	

Oplossing situaties Vlaggensysteem

	Toestemming	Gelijkwaardigheid	Vrijwilligheid	Ontwikkeling	Context	Impact	Vlag
9	Oké De jongens geven toestemming om dit te doen.	Oké De jongens zijn even oud.	Niet oké Door groepsdruk kan er sprake zijn van dwang. Het is moeilijk om te zien of de jongens dit vrijwillig doen.	Oké Dit gedrag past binnen de ontwikkeling.	Niet oké Op de speelplaats zijn er ook andere kinderen aanwezig. Dit is niet de juiste plaats.	Niet oké Dit gedrag is niet goed voor het imago van de jongens.	
10	Niet oké De meisjes geven geen toestemming, het gaat om (ongewenste) seksuele aandacht.	Niet oké De leraar beslist over hun cijfers en heeft macht over hen. Door de hiërarchische positie kunnen de meisjes moeilijker hun grenzen aangeven.	Oké Niemand staat onder druk of dwang.	Niet oké Een volwassene zou moeten weten dat hij geen ongepaste seksuele aandacht kan geven aan de meisjes.	Niet oké In een schoolcontext is het niet oké dat een leerkracht seksuele aandacht geeft aan leerlingen.	Niet oké De meisjes kunnen dit choquerend vinden. Dit gedrag is mogelijk schadelijk voor het imago van de leerkracht.	
11	Oké De jongeren geven toestemming om hier samen naar te kijken.	Oké De jongeren zijn allemaal even oud.	Oké Niemand staat onder druk of dwang.	Oké Het gedrag past bij hun leeftijd. Jongeren zijn nieuwsgierig en zoeken informatie over seksualiteit.	Niet oké Andere kinderen kunnen dit ook zien en hier zich ongemakkelijk bijvoelen. Dit hoort ook niet tijdens een schoolreis.	Niet oké Niet oké: Ze kunnen zelf door het filmpje aangedaan of gechoqueerd zijn. Andere kinderen kunnen dit ook zien en hierdoor ook aangedaan zijn. Ze riskeren een sanctie om dit te doen tijdens de schooluren.	
12	Oké Het gaat om een koppel, ze zoenen elkaar en geven daar toestemming voor.	Oké De jongen en het meisje zijn ongeveer even oud.	Oké Niemand staat onder druk of dwang.	Oké Dit gedrag past bij de leeftijd.	+ - Oké We weten niet wat de school hiervan denkt, maar als die zoenen niet verbieden dan is dit gedrag oké.	Oké Het zoenen heeft geen schadelijke gevolgen voor het koppel.	

**Materiaal**

- [zie bijlage 4](#) voor werkblad 'Mythekaartjes'
- [zie bijlage 14](#) voor achtergrondinformatie bij de mythes voor jou als leerkracht

Doelstellingen

De leerlingen:

- kennen enkele belangrijke mythes over seksueel grensoverschrijdend gedrag;
- kunnen argumenten opsommen waarom bepaalde uitspraken mythes zijn.

Werkwijze

Verdeel de klasgroep in kleine groepjes. Deel aan elk groepje minstens 1 mythekaartje uit. Zorg ervoor dat je alle mythekaartjes die je hebt uitgedeeld, ook zeker bespreekt. Leg aan de leerlingen uit wat een mythe is. Je kan hierbij vertellen dat het uitspraken zijn die je vaak hoort, maar eigenlijk fout zijn. Een goed voorbeeld is "Kindjes komen van de ooievaar", een mythe die ze vaak vertellen aan jonge kinderen.

Soms is het niet zo eenvoudig om mythes te herkennen en sluipen ze in ons hoofd binnen. Daarom is het heel goed om te weten welke informatie juist en fout is, zeker ook wanneer het gaat over seksueel (grensoverschrijdend) gedrag.

Geef aan de leerlingen de opdracht om bij de mythekaartjes argumenten te verzinnen die je kan gebruiken om uit te leggen waarom de uitspraak op het kaartje fout is. Indien je internet ter beschikking hebt, kan je de leerlingen ook online informatie over de mythe laten opzoeken.

Na het opzoekrondje stelt elk groepje de mythe voor aan de klas met de argumentatie waarom deze mythe fout is. De rest van de klas kan hierbij eventueel nog verduidelijkende vragen stellen.

Nabespreking

Leg uit dat informatie invloed heeft op wat we wel of niet doen. Bijvoorbeeld als we denken dat jongens en mannen nooit seksueel geweld zullen meemaken, kan een man minder geneigd zijn om daarmee naar buiten te komen.

Gebruik de achtergrondinformatie om meer duiding te geven bij de mythes.

BRON: SENSOA

2 Communicatie

Doelstellingen

De leerlingen:

- weten wat consent/toestemming inhoudt;
- leren hoe ze naar toestemming kunnen vragen.

Werkwijze

Deel 1: Bekijk het filmpje van [Planned Parenthood](#) (Engelstalig) over consent en bespreek dit met je leerlingen. Je kan tussentijds het filmpje pauzeren om het te bespreken. Dit kan je doen aan de hand van volgende reflectievragen:

- Mag je altijd uitgaan van lichaamstaal om te zien of iemand toestemming geeft of niet? Waarom wel? Waarom niet?
- Moet je als koppel, ook nadat je al maanden seksueel actief bent, nog steeds achter toestemming vragen? Waarom wel/niet? Wat verandert er?
- Kan over toestemming praten ook sexy zijn of niet? Hoe kan je op een verleidelijke manier achter iemands grenzen vragen?

Deel 2: Bespreek volgende situaties:

- **Situatie 1:** Je ligt met je lief in bed. Jullie zijn al een tijdje aan het kussen en elkaar aan het strelen. Jullie willen beiden een stap verder gaan. Wanneer jij een condoom bovenhaalt zegt je lief deze niet te willen gebruiken.
 - Hoe reageer je?
 - Hoe kan je aangeven dat jij dit wel wil?
 - Wat als dit een discussiepunt blijft?
- **Situatie 2:** Je kijkt een film met je lief. Vanavond zijn jullie alleen thuis. Jullie zijn al enkele maanden samen en buiten zoenen en een beetje knuffelen is er nog niet veel gebeurd. Het is weer heel gezellig vanavond en deze keer wil jij graag een stapje verder gaan.
 - Hoe kan je vragen naar toestemming van de ander op een sexy of romantische manier?
 - Je lief reageert heel twijfelend. Hoe ga je hiermee om? Hoe reageer je als er geen duidelijk antwoord komt?
- **Situatie 3:** Je ligt met je lief in bed. Jullie zijn een avondje alleen thuis, alles was mooi gepland en super romantisch. Vanavond zouden jullie de eerste keer seks hebben met elkaar. Wanneer je broek wordt losgeknoopt begin je je echter heel ongemakkelijk te voelen.
 - Geef je dit aan? Of is het hier te laat voor omdat jullie het hadden afgesproken?
 - Hoe kan je dit duidelijk maken?
 - Je wil duidelijk maken dat je toch nog niet verder wil gaan, maar je wil de sfeer ook niet verpesten. Dit zoenen en knuffelen was zo leuk. Hoe kan je dit duidelijk maken? Bedenk enkele sexy zinnen.
 - Verplaats je nu even naar de rol van de andere. Je hoort je lief de zin zeggen die jullie net voorbereidden. Je bent enorm teleurgesteld, je had er zo naar uit gekeken. Hoe reageer je hier op?

2.2 De tien stappen ...



Materiaal

- pen en papier
- een groot vel papier/bord

Doelstellingen

De leerlingen:

- weten dat je best op zoek gaat naar toestemming, een 'ja', voor er seksueel contact plaatsvindt;
- weten dat er verschillende manieren zijn om een 'ja' te vragen;
- weten dat er verschillende stappen zijn tot contact met iemand.

Werkwijze

Verdeel de klas in groepjes. Laat elk groepje op een leeg blad nummers van 1 tot 10 schrijven. Geef elk groepje een andere "eerste keer" om bij nummer 10 te schrijven. Dit kan bv. de eerste keer op date gaan, de eerste keer seks of de eerste zoen zijn. Je kan ze zelf ook laten kiezen welke context ze willen.

Bijvoorbeeld: je leert iemand online kennen en wil de eerste keer op date gaan versus je leert iemand op een feestje kennen en wil de eerste keer op date gaan. Dit kan de eerste keer ooit kussen/seks zijn, maar ook de eerste keer met iemand nieuw iets doen.

Leg uit aan de leerlingen dat ze nummers 1-9 moeten proberen in te vullen. Hoe kom je tot 'de eerste keer'? Wat zijn de stappen die je kan nemen? Laat ze hierbij ook rekening houden met hoe ze steeds voor kunnen zorgen dat ze zeker weten dat de andere het fijn vindt. M.a.w. laat ze nadenken over "Hoe zorg je voor een 'ja' bij elke stap?".

Nabespreking

Breng de resultaten van de groepjes samen op een groot vel papier of bord. Laat de anderen input geven bij de stappen:

- Vinden zij dit een goede volgende stap? Wat zouden ze eventueel anders doen?
- Is ervoor gezorgd dat ze zeker zijn van de 'ja' bij de andere persoon? Hoe?
- Stel dat je na enkele stappen van gedacht verandert en niet meer verder wil, hoe zeg je dit? Hoe maak je dit duidelijk?

Je kan hierbij ook nog enkele vragen stellen over de 'eerste keer':

- Hoe voel je dat je er klaar voor bent?
- Wat is jouw ideale 'eerste keer ...'?
- Staat er een bepaalde leeftijd op deze 'eerste keer'?
- Hoe lang dien je samen te zijn voor deze 'eerste keer' plaatsvindt?

BRON: SENSOA

**Materiaal**

YouTube filmpje: ["Toestemming: zo simpel als thee"](#) (NL) of ["Tea consent"](#) (ENG)

Doelstellingen

De leerlingen:

- begrijpen het begrip toestemming;
- weten dat toestemming van belang is bij seksuele aanrakingen.

Werkwijze

Bekijk de video rond toestemming. Je hebt een versie in het Nederlands, maar ook in het Engels. Kies zelf wat het beste past bij je klas:

- ["Toestemming: zo simpel als thee" \(Nederlands\)](#)
- ["Tea Consent" \(Engels\)](#)

Nabespreking

Besprek, na het kijken van bovenstaand filmpje, volgende vragen met je klasgroep:

- Is toestemming in de realiteit altijd zo eenvoudig? Waarom wel/niet?
- Bedenk eens een situatie waarin het niet helemaal duidelijk is of je iemand mag kussen, aanraken, er seks mee mag hebben ...
vb: als je dronken bent, als je in een relatie zit ...
- Wat doe je als je niet zeker weet of je mag verder gaan?
- Hoe doe je dat, toestemming geven?

Inspiratie nodig? Kijk naar het [filmpje van Laci Green](#).

BRON: SENSOA

**Materiaal**

- zie [bijlage 5](#) voor het werkblad 'Let's talk about it!'
- een grote flap/bord

Doelstellingen

De leerlingen:

- weten dat het niet oké is om zomaar alle details van een relatie met iemand te delen;
- weten waarover ze wel of niet kunnen praten met vriend(innen).

Werkwijze

Verdeel de klas in groepjes. Geef elk groepje de situaties van het werkblad in [bijlage 5](#). Laat ze de situaties rangschikken van 'oké' naar 'helemaal niet oké'.

Bespreek nadien in grote groep waarom ze de situaties op deze manier ordenen. Zijn er bepaalde zaken waarmee ze rekening hielden?

Nabespreking

Laat de leerlingen positieve en negatieve zaken opschrijven over het praten over seksuele ervaringen.

Denk hierbij na over de volgende vragen:

- Vanaf wanneer is het niet meer oké om over je iemands bedprestaties te praten?
- Vanaf wanneer is het een schending van de privacy?

BRON: SENSOA

**Materiaal**

- [zie bijlage 6](#) voor het werkblad 'Een vriend(in) vertelt je dat ...'
- [zie bijlage 15](#) voor de 'Begeleidersfiche'
- pen en papier
- optioneel: fiche hulpbronnen ([zie bijlage 5](#) voor het werkblad 'Organisaties'), situatiekaarten [Vlaggensysteem onderwijs](#)

Doelstelling

De leerlingen:

- weten wat seksueel grensoverschrijdend gedrag is en kunnen het onderscheid maken tussen gedrag dat oké is en gedrag dat niet oké is;
- weten meer over de dynamieken van seksueel grensoverschrijdend gedrag;
- kennen de waarheid achter enkele vaakvoorkomende mythes;
- weten wanneer er hulp moet worden ingeroepen en waar ze die hulp vinden.

Werkwijze**Stap 1:**

Print en knip de casussen. Verdeel de klas in groepjes en geef elk groepje een casus. Vertel hen dat dit allemaal situaties zijn waarbij er sprake is van seksueel gedrag dat niet oké is. Alle situaties zijn echt gebeurd. Vraag hen kort de situatie te bespreken en te noteren wat hun reactie zou zijn indien zij dit zouden meemaken.

Stap 2:

Laat de groepjes kort hun situatie aan de rest van de klas voorstellen en vertellen hoe zij zouden reageren. Stel daarbij telkens nog wat richtvragen waarbij je extra informatie meegeeft. Bekijk de bijlage met begeleidersfiche voor extra informatie om in je antwoorden te verwerken.

- Denk je dat veel jongeren seksueel gedrag meemaken dat niet oké is?
- Hoeveel mensen die dit soort van dingen meemaken vertellen dit ooit aan iemand?
- Worden de meeste jongeren slachtoffer van seksueel grensoverschrijdend gedrag door volwassenen of door leeftijdsgenoten?
- Wanneer moet je het aan een volwassene gaan vertellen? Aan wie kan je het vertellen?

Stap 3:

Breng de groep terug samen in een kring. Nu ga je bespreken wat seksueel grensoverschrijdend gedrag juist is.

Vertel hen dat alle situaties die net werden besproken voorbeelden zijn van 'seksueel grensoverschrijdend gedrag'.

Vraag hen wat zij denken dat een bepaalde situatie wel of niet oké maakt. Meestal zullen zij heel wat dingen aanhalen die dichtbij de criteria komen die inderdaad bepalen of iets seksueel grensoverschrijdend gedrag is. Schrijf hun antwoorden op bord. Koppel deze aan de criteria van het Vlaggensysteem en pas dit toe op de situaties.

Stap 4 (optioneel):

Om de criteria van het Vlaggensysteem verder in te oefenen kan je een paar situaties voorlezen of tonen uit het [Vlaggensysteem onderwijs](#) en daarbij samen met hen de criteria overlopen. Het is niet de bedoeling dat de jongeren tot de juiste kleur vlag komen. Wel dat ze leren reflecteren over de criteria en een onderscheid leren maken tussen situaties die helemaal 'oké' zijn en situaties die 'niet oké' zijn.

BRON: SENSOA

2.6 Is't oké?



Materiaal

- zie [bijlage 7](#) voor kaartjes 'Is't oké'
- 3 zakken, potjes ... om de kaartjes in te doen
- [video: grenzen bij iemand die je kent \(We Zien U aflevering 2\)](#)

Doelstellingen

De leerlingen:

- denken na over wat ze oké vinden en wat niet;
- denken na over hoe ze reageren op situaties die ze oké of niet oké vinden;
- kunnen praten over individuele verschillen rond hoe ze situaties beleven;
- kunnen nadenken over situaties die niet altijd zwart of wit zijn.



Werkwijze

Knip de kaartjes uit en steek ze per categorie (wie, wat (gedrag), context) in een apart zakje. Je kan zelf ook nog enkele kaartjes invullen, of aan je klas vragen of zij nog inspiratie hebben.

Laat de jongeren per twee uit elk zakje een kaartje kiezen, zodat ze een totale situatie voor zich hebben. Laat ze dan per twee bespreken of ze deze situatie oké of niet oké vinden, en waarom. Laat hen ook nadenken over hoe ze zouden reageren op deze situatie.

Nabespreking

Breng de situaties per groepje voor de klas. De jongeren vertellen waarom ze de situatie wel of niet oké vinden, en hoe ze erop zouden reageren. Geef andere leerlingen de ruimte om hun mening over deze situatie te uiten.

Vertel dat het vaak niet eenvoudig te zien is of iets voor de ander oké is. Het hangt sterk af van de context, en eerdere ervaringen van de persoon. Hierdoor zal iedereen andere zaken wel of niet oké vinden. Wanneer je dus niet zeker bent of iets oké is, check je het dus best gewoon.

Om deze oefening af te ronden, kan je de leerlingen de zelftest laten invullen op www.horenzienpraten.be. Zo krijgen ze te zien hoe goed ze zelf de check doen!

Tip: De kaartjes uit de bijlage zijn gebaseerd op de Flirtertwister, die ook online terug te vinden is via allesoverseks.be/flirtertwister-spel

Extra tip: Kijk met de leerlingen eerst [de video](#) 'Grenzen bij iemand die je kent' (We Zien U aflevering 2). Hier hebben Seksuolotte en Sarah Vandeursen het over seksueel grensoverschrijdend gedrag samen met jongeren uit Hasselt. Het thema: grenzen bij iemand die je kent. Na deze video kan je met de leerlingen deze oefening verder doen.



Materiaal

- [zie bijlage 10](#) voor het werkblad 'Zullen we? Gewoon doen!' (dit scenario is gebaseerd op het filmpje 'Vill du? Just do it!', Zweeds gesproken met Engelstalige ondertiteling, online te vinden)
- [zie bijlage 11](#) voor het werkblad de 'Interventietrap'

Doelstellingen

De leerlingen:

- brengen in kaart welke barrières anderen en zichzelf (kunnen) ervaren om te reageren op seksueel grensoverschrijdend gedrag;
- leren welke stappen mensen doorlopen om te reageren op seksueel grensoverschrijdend gedrag.

Werkwijze

Deel het scenario uit [bijlage 10](#) uit aan iedere leerling en laat het hen lezen. Vraag hen om tijdens en na het lezen te bedenken of op een blad op te schrijven welke redenen er voor de jongens zijn om wel of niet te reageren.

Maak ondertussen al twee kolommen op het bord: 'wel reageren' en 'niet reageren'. Wanneer iedereen klaar is met lezen, stuur je de leerlingen om de beurt naar voren om in de tabellen op te schrijven wat ze bedachten.

Nabespreking

Overloop de redenen om wel en niet te reageren met de klas.

Wanneer alle redenen uit het scenario overlopen zijn, vraag hen dan of er nog andere redenen zijn die een rol spelen in de overweging of je wel of niet zou reageren in een situatie die niet oké is. Vul de kolommen verder aan.

Wanneer de groep geen ideeën meer heeft, kan je zelf nog aanvullen met waar je nog aan denkt en aan de leerlingen vragen of ze dit ook herkennen. Eindig deze vraag wanneer je het gevoel hebt dat jijzelf en de leerlingen geen aanvullingen meer hebben.

Toon dan de interventietrap en overloop de stappen die personen doorlopen om te reageren, terug te vinden in [bijlage 11](#). Geef aan dat het niet altijd makkelijk is om te reageren, maar dat het wel een groot verschil kan maken als je reageert. Er zijn verschillende manieren waarop je dat kan doen, die in een volgende oefening aan bod komen.

BRON: SENSOA

**Materiaal**

- [zie bijlage 12](#) voor het werkblad 'Is 't oké: omstanders'
- [zie bijlage 13](#) voor het werkblad '5 A's'

Doelstellingen

De leerlingen:

- denken na over hoe ze kunnen zien of een ander iets oké vindt of niet;
- leren hoe ze kunnen reageren op niet-oké situaties die ze waarnemen.

Werkwijze

Knip de kaartjes van [bijlage 12](#) uit. Je kan zelf ook nog enkele kaartjes toevoegen, of aan je klas vragen of zij nog inspiratie hebben. Laat de jongeren per twee samenzitten. Deel de verschillende kaartjes uit zodat iedere groep er minstens eentje heeft.

Laat ze per twee bespreken

- of ze deze situatie oké of niet oké vinden en waarom;
- hoe ze bij twijfel zouden kunnen zien aan de persoon of deze dit oké vindt of niet;
- hoe ze zouden kunnen reageren op deze situatie als ze die bij iemand anders zien gebeuren.

Nabespreking

Breng de situaties per groepje voor de klas. De jongeren beschrijven de situatie die ze selecteerden en vertellen of ze de situatie wel of niet oké vinden. Vraag hen ook hoe ze zouden zien aan de personen in de casus of zij de situatie wel of niet oké vinden. Denk hierbij aan verbaal gedrag, maar ook non-verbaal gedrag. Vraag naar waarom ze dit vinden.

Wanneer ze de situatie niet oké vinden, vraag dan of ze hierop zouden reageren. Zo ja, op welke manier; zo nee, waarom niet. Laat ze zo concreet mogelijk bespreken wat volgens hen een goede, helpende reactie is. Geef andere leerlingen de ruimte om hun mening over deze situatie te uiten.

Schrijf op bord de verschillende manieren om te reageren die aan bod komen in dit klasgesprek. Wanneer alle situaties besproken zijn, vraag je of er nog andere manieren zijn om te reageren op situaties die niet oké zijn die nog niet vermeld zijn. Geef dan aan dat er een ezelsbrug is, de 5 A's, om als richtlijn te nemen voor manieren waarop je kan reageren. Overloop de 5 A's aan de hand van de illustratie en beschrijvingen in [bijlage 13](#) en maak bij je uitleg de brug met de manieren van reageren die de leerlingen zelf aanhaalden.

Vaak is het niet eenvoudig om te reageren, dit om verschillende redenen:

- omdat je denkt dat je het fout ziet;
- omdat je denkt dat anderen die erbij zijn ook iets moeten zeggen;
- omdat het makkelijker is om het gewoon voorbij te laten gaan.

Het is echter wel belangrijk om te reageren. De 5 A's kunnen je helpen om te beslissen hoe je kan reageren, ze helpen je zoeken naar een manier die bij jou én bij de situatie past.

Tip: laat de leerlingen een affiche van de 5 A's maken en een slogan bedenken.

Ze kunnen de affiche verder vormgeven met afbeeldingen uit tijdschriften of kranten.

BRON: SENSOA

**Materiaal**

- [video: grenzen tijdens 't uitgaan \(We Zien U aflevering 1\)](#)
- pen en papier

Deze werkvorm gaat over gedrag onder invloed van alcohol of andere drugs. Jij als leerkracht/begeleider bent in de perfecte positie om in te schatten of deze werkvorm relevant en/of haalbaar is bij jouw doelgroep. Het is best hier even bij stil te staan.

Doelstellingen

De leerlingen:

- denken na over grenzen van zichzelf en de ander tijdens het uitgaan;
- denken na over de impact van middelengebruik op seksueel grensoverschrijdend gedrag.

Werkwijze

In deze aflevering trekken Seksuolotte en Maximiliaan eropuit in Gent om jongeren te bevragen over hun ervaringen tijdens het uitgaan. Tijdens hun tocht maken ze kennis met een aantal jongeren waaronder Nona. Zij werd tijdens het feesten ongewenst aangeraakt. Andere jongeren delen ook hun verhalen over wat ze allemaal meemaken als ze gaan feesten.

Zo werd er gesproken over

- ongewenst aangeraakt worden (komen schuren tegen iemand tijdens het dansen, iemand aan de borst of heupen aanraken, etc.);
- ongewenst aangestaard worden;
- ongepaste opmerkingen krijgen.

Tijdens feesten kan er middelengebruik aan te pas komen. Sommige mensen drinken alcohol of gebruiken andere vormen van drugs. Maar, wat is de impact hiervan op seksueel gedrag?

Laat jongeren per twee samenzitten en laat hen nadenken over de mogelijke positieve en negatieve impact van alcohol en andere drugs. Laat hen nadien nadenken over hoe respectvol gedrag kan aangemoedigd worden tijdens het uitgaan. Laat hen hierbij extra stilstaan bij middelengebruik en het respecteren van elkaars grenzen. Wat kan iemand doen om te voorkomen dat die zelf over iemands grens gaat tijdens het uitgaan? Wat kunnen anderen, omstaanders, doen om dit te voorkomen? Wat kan de locatie/organisator doen om dit te voorkomen?

Nabespreking

Bespreek met de klas de volgende vragen:

- Hoe voelden jullie zich tijdens het bekijken van het videofragment? Welke gedachten kwamen hierbij boven?
- Hoe denken jullie dat het voelt om in de schoenen van Nona te staan? Hoe denken jullie te reageren in zo een situatie?
- Wat zijn volgens jullie manieren om respectvol uit te gaan en elkaars grenzen te respecteren?

3 Hulp vragen

**Materiaal**

zie [bijlage 8](#) voor het werkblad 'Organisaties'

Doelstelling

De leerlingen:

- weten waar in hun omgeving ze terecht kunnen met vragen rond seksualiteit en seksueel grensoverschrijdend gedrag;
- kennen enkele belangrijke hulporganisaties.

Werkwijze

Geef aan de jongeren van je klas uitgeknipte kaartjes van de organisaties. Lees ook enkele situaties voor waarin jongeren met een vraag zitten.

Enkele voorbeelden van zulke situaties:

- Mijn vriendin zegt dat ze zwanger is en weet niet goed wat ze moet doen.
- Mijn vriend zegt dat hij op iemand van hetzelfde geslacht valt en graag met andere jongeren hierover wil praten.
- Mijn vriendin zegt dat ze zich niet goed voelt in haar lichaam en niet goed weet hoe ze met dit gevoel om moet gaan.
- Mijn vriend zegt dat zijn trainer hem vaak ongepast aanraakt.
- Mijn vriendin zegt dat ze zich niet goed voelt in haar vel en nood heeft aan een babbel.
- Mijn vriend zegt dat een jongen op school hem regelmatig onder druk zet om porno te kijken, en als hij dit niet doet wordt hij geslagen.
- Mijn vriendin zoekt informatie over hoe ze kan praten met haar lief over seks en condoomgebruik.
- Mijn vriendin vertelt dat ze dit weekend seks moest hebben met haar lief tegen haar wil.

Waar kan deze persoon terecht? Laat de jongeren gepaste organisaties naar voren schuiven waar de vriend(in) terecht kan. Laat hen uitleggen waarom ze deze organisatie naar voren schuiven. Geef eventueel zelf als leerkracht nog extra informatie over de desbetreffende organisaties.

Tip: je kan ook gebruik maken van het Oké?! spel. Dit spel bevat heel wat 'hulpkaartjes' met relevante organisaties. Deze kaartjes kan je inzetten in de werkvorm als token.

Nabespreking

Besprek na afloop volgende vragen met de hele klas:

- Heb je het gevoel dat je op school in met zo'n situatie terecht kan? Bij wie?
- Kent er nog iemand goede organisaties/hulpbronnen buiten de school? Welke?
- Wat is voor jou belangrijk om goed opgevangen te worden?

**Materiaal**

- [video: grenzen tijdens 't uitgaan \(We Zien U aflevering 1\)](#)
- pen en papier

Doelstelling

De leerlingen:

- denken na over grenzen van zichzelf en de ander tijdens het uitgaan;
- weten wat een safer space inhoudt;
- denken na wat voor hen belangrijk is in een safe space.

Inleiding

In deze video trekken Seksuolotte en Maximiliaan er in Gent op uit om jongeren te vragen naar hun ervaringen tijdens het uitgaan. Tijdens hun tocht maken ze kennis met Nona, die ongewenst werd betast tijdens het feesten. Ook andere jongeren delen hun verhalen over wat ze meemaken als ze op stap gaan.

Later verkent Seksuolotte Paradise City om meer te ontdekken over de 'safer space'* die daar gecreëerd wordt. Zo een safer space is speciaal ontworpen om een zo veilig mogelijke omgeving te bieden voor iedereen.

*We spreken over safer space in plaats van safe space omdat je nooit iemand volledige veiligheid kan beloven.

Werkwijze

Verdeel de klas in verschillende groepjes en geef elke groep een groot blad papier. Vraag aan de leerlingen om zich in te beelden wat hun safer space allemaal nodig zou moeten hebben. Laat ze tekenen, schrijven en opkomen met originele ideeën.

Breng na een tijd de klas terug bij elkaar en laat ieder groepje hun safer space voorstellen.

Wanneer elke groep zijn safer space heeft voorgesteld, ga je het gesprek aan met de hele klas. Volgende vragen kunnen hierbij helpen:

- Zou je zelf naar een safer space gaan? Wat zou je tegenhouden of net motiveren?
- Denken jullie dat het belangrijk is om safer spaces te creëren op evenementen en in andere sociale situaties? Waarom wel/niet?
- Van welke elementen uit de voorgestelde safer spaces zou je zeker willen dat ze aanwezig zijn op een evenement?
- Wat zou je kunnen doen om iemand te helpen op een evenement waar er geen safer space is?

BRONNEN: SENSOA, VRT MAX, WE ZIEN U (VLAAMSE OVERHEID)

4 Online

**Materiaal**

Tool "coolnotcool" vanop de website www.thatnotcool.com

Doelstelling

De leerlingen:

- weten dat er verschillende strategieën zijn om op ongewenst online seksueel getint gedrag te reageren.

Werkwijze

Ga naar de website www.thatnotcool.com en open de tool "coolnotcool".

Doorloop het verhaal klassikaal met de klas en vraag hen of ze deze situatie "cool" (oké) of "not cool" (niet oké) vinden. Vertaal de situaties indien nodig of maak er een werkblad van. Zo kan je de situaties ook zelf aanpassen.

Er zijn drie situaties:

- Shelby + Alex: controleren van social media, bij wie kan je hiervoor terecht?
- Alice + Carla: aandringen tot sexting, bij wie kan je hiervoor terecht?
- Leila + Chris: controleren gsm, foto's ongevraagd opslaan, Facebook hacken, bij wie kan je hiervoor terecht?

Nabespreking

Bespreek na elke situatie:

- Wat vond je van de reacties in deze situatie?
- Hoe kan je hier beter op reageren?
- Waar kan je terecht met vragen rond dit thema?

BRON: SENSOA

4.2 Hé het is oké



Materiaal

- zie [bijlage 9](#) voor het werkblad 'Hé het is oké'
- optioneel: pen en papier voor toepassing criteria Vlaggensysteem

Doelstelling

De leerlingen:

- weten wat online seksueel grensoverschrijdend gedrag is;
- kunnen het onderscheid maken tussen gedrag dat oké is en gedrag dat niet oké is.

Werkwijze

Verdeel de klas in groepjes en geef elk groepje de uitgeknipte situaties van het werkblad uit bijlage 9.

Stap 1:

Laat de groepjes de situaties rangschikken in 'oké' en 'niet oké'. Als ze de situaties verdeeld hebben in twee stapels, laat je ze alle situaties rangschikken van minst ernstig naar meest ernstig. Met 'ernstig' bedoelen we de verwachting dat de situatie schade met zich meebrengt voor de betrokkenen.

Stap 2:

Laat de jongeren hun rangschikking overlopen en toelichten waarom ze iets (niet) oké vinden. Vertel hen dat sommige van deze situaties voorbeelden zijn van online seksueel grensoverschrijdend gedrag.

Vraag hen wat zij denken dat een bepaalde situatie wel of niet oké maakt. Meestal zullen zij heel wat dingen aanhalen die dichtbij de criteria komen die inderdaad bepalen of iets seksueel grensoverschrijdend gedrag is. Schrijf hun antwoorden op het bord.

Schrijf dan de criteria van het Vlaggensysteem op het bord (zie '[Inleiding](#)') en leg per criterium uit wat dit wil zeggen.

Stap 3:

Doe de check van de criteria bij elke situatie. Dit kan terug in kleine groep voorbereid, en klassikaal teruggekoppeld worden, maar kan ook klassikaal gebeuren door elke situatie samen te overlopen.

BRON: SENSOA & HÉ HET IS OKÉ - MEDIAMIJS

 Materiaal

- [video: grenzen online \(We Zien U aflevering 3\)](#)
- grootte bladen papier, stiften en pennen
- [zie bijlage 16 voor 'Begeleidersfiche online seksueel grensoverschrijdend gedrag'](#)

Doelstelling

De leerlingen:

- weten wat online seksueel grensoverschrijdend gedrag is;
- kunnen kritisch nadenken over waarom iets al dan niet over de grens gaat. .

Werkvorm

In deze aflevering trekken Seksuolotte en Amir Motaffaf eropuit en vragen ze Mechelse jongeren over seksueel grensoverschrijdend gedrag in de online wereld. Wanneer ga je over de grens en wanneer is het wel oké? Lotte praat met de moeder van een slachtoffer wiens naaktfoto ongewild verspreid werd, met verschrikkelijke gevolgen.

Laat de leerlingen, voor de start van de video, enkele vragen op een blad schrijven. Bedoeling is dat ze deze, na het bekijken van de video, kunnen beantwoorden.

De vragen die je kan stellen:

- 37% van de belgen heeft al een dickpick ontvangen, het merendeel daarvan was ongewenst. Hoe kwam dit cijfer bij je binnen? Verschoot je hiervan?
- Amir trekt de straat op en vraagt jongeren of hun seksleven zich ook online afspeelt, hierbij werden veel voorbeelden gegeven. Wat zijn volgens jullie de voor- en nadelen van online seksualiteit beleven?
- Je hoorde het verhaal van Yasmin, zij werd benaderd en bedreigd voor sexy foto's. Zij lichtte uiteindelijk haar klastitularis in, die haar doorverwees. Moest jij zoiets meemaken, wie zou jij aanspreken? Wie zou jij je verhaal toevertrouwen?
- Het werd enkele keren vernoemd maar, bij welke officiële instanties zou je hulp kunnen vinden? (Neem gerust bijlage 8 erbij voor tips.)

Tip: Wil je met meer werkvormen rond sexting aan de slag? Gebruik dan de werkvormen uit ['Praten over sexting'](#). In deze gratis downloadbare bundel vind je 8 werkvormen rond sexting waarmee je aan de slag kan met jouw leerlingen.

BRONNEN: SENSOA, VRT MAX, WE ZIEN U (VLAAMSE OVERHEID)

5 Bijlages

Werkblad 'Over de grens'

Scenario beste vriend

Fien blijft slapen bij haar beste vriend. Ze zijn al jaren vrienden, kennen mekaar door en door. Dat vinden ze allebei oké, vrienden zijn er immers voor altijd, een lief is te veel miserie. Ze blijven wel vaker bij elkaar slapen. Maar deze keer is het anders. Ze ligt naast hem, rustig, bijna in slaap. Plots merkt ze iets, ze denkt dat ze droomt maar doet toch haar ogen open. Zijn hand gaat onder haar T-shirt, op haar borst. Ze schrikt, gaat rechtop zitten in bed en zegt "Huh, wat doe je?". Hij zegt gewoon "Ssttt ... Ik wil dit al zo lang. Gij toch ook?". Fien zegt zachtjes nee. Hij doet alsof hij haar niet hoort, denkt Fien. Hij duwt haar schouders in de matras en kruipt over haar heen. Ze zegt nog eens nee. Maar hij doet haar zwijgen door haar te kussen. Ze wil loskomen, wilt nee roepen, maar het lukt niet. Hij is sterker dan haar, zijn hand glijdt tussen haar benen. Hij zegt: "Ziet ge wel dat ge het wilt, ziet ge wel dat ge het lekker vindt". Fien hoopt dat het snel voorbij gaat. Ze ligt stil, beweegt niet. Als een pop waar hij in klaarkomt en van afglijdt. Fien draait zich om en snikt. Hij troost haar.

BRON: GRENSGEVALLEN O'KONTREIR

Bijvragen:

- Vind je dat Fien goed heeft gereageerd?
- Is dit verkrachting? [Toon filmfragment](#)
- Had ze zich harder moeten verzetten? [Toon filmfragment](#)

Scenario eerste keer

Amira en Bram zijn al super lang samen. Amira wil Bram verrassen en neemt hem mee naar het kot van haar broer. Ze neemt Bram geblinddoekt mee naar daar en laat hem vol trots de grote slaapkamer zien. Bram lijkt niet echt onder de indruk, maar Amira zegt "Ik zie u echt graag schatje, dat weet ge toch ...", waarop Bram antwoordt: "Ik u ook ...". Amira trekt hem mee op het bed, maar Bram weigert. "Komaan, ik ga kei voorzichtig zijn, ge gaat het echt fijn vinden ...". Bram vindt het te snel. Maar Amira houdt vol: "Ik weet echt wat ik doe! Ik ga u laten genieten, beloofd!". Ze begint zijn broek los te knopen. Maar Bram blijft volhouden: "Ik ben er nog niet klaar voor!". Amira zegt dat je niet kan weten of je ergens klaar voor bent, tot je het probeert. Bram twijfelt ... Amira dringt nog wat verder aan: "Komaan ik heb dat hier allemaal geregeld! Ik heb keiveel zin in u! Daar is toch niets mis mee?". Bram beaamt dat er niets met mis is, maar blijft volhouden dat hij meer tijd nodig heeft. Amira geraakt gefrustreerd: "Ik wacht nu al maanden! Weet ge hoe frustrerend dat dat is op den duur. Ge ziet mij gewoon niet graag genoeg!". Bram zegt dat hij Amira echt wel graag ziet en niet kwijt wil, waarop Amira zegt: "Ik wil u ook niet kwijt. Ik wil u laten voelen dat ik u graag zie, mag dat?". Met een zeer twijfelende "Ja maar ..." wordt Amira plots heel gelukkig. "Echt? Mag ik? Oh ge zijt zo fantastisch, weet ge dat?". Ze duwt Bram op bed, kust hem en begint zijn kleren uit te doen.

BRON: GRENSGEVALLEN O'KONTREIR

Bijvragen:

- In welke mate is er sprake van toestemming?
- [Toon filmfragment](#)
- Vind je dat het oké is dat Bram uiteindelijk toegeeft aan Amira?
- Zou de situatie voor jou anders zijn als de rollen omgekeerd zijn, namelijk wanneer Bram zou aandringen bij Amira?

Werkblad 'Jo en Sam'

Het begin van dit verhaal is heel herkenbaar: ze zijn allebei uitgenodigd op een verjaardagsfeestje. De drank vloeit rijkelijk waardoor ze beide wat dronken zijn. Hoewel Sam en Jo elkaar nauwelijks kennen, zijn ze door hun gemeenschappelijke vriend wel op de hoogte van elkaar. Van hem zou je niet zeggen dat hij dronken is. Zij heeft kennelijk wel te veel op, want ze giechelt heel de tijd met haar vrienden en kan er maar moeilijk mee ophouden.

Ze waren elkaar al eerder opgevallen, meer dan eens zelfs, en anderen hebben hen de stap zien overwegen. Het is moeilijk te zeggen wie van hen het meest geïnteresseerd is. Ze gedragen zich beiden heel vrolijk. Na middernacht, als er al wat volk naar huis is, pakt hij haar hand en ze begeven zich naar de dansvloer.

Ze zegt: "Ik hoop dat je mijn hand niet vasthoudt omdat je bang bent dat ik niet meer stevig op mijn benen sta". "Je weet dat dat niet de reden is", antwoordt hij. Ze dansen heel de avond dicht tegen elkaar aan, ook op de snelle nummers.

's Ochtends vroeg eindigt het feest en worden ze aan de deur gezet. "We zouden ergens naartoe kunnen gaan", mompelt Sam. Er wordt even zwijgend over het voorstel nagedacht, tot Jo fluistert: "Om gezellig nog wat te praten".

Ze halen hun jassen en wandelen naar het kot van Jo. Jo woont samen met een vriend die boven ligt te slapen, dus ze gaan stil naar de eetkamer. Jo verontschuldigt zich voor de rommel en wijst naar de zetel: "De meest comfortabele plek op ons kot".

De zetel is echter wat klein voor hun tweeën waardoor ze heel dicht tegen elkaar zitten. Na een paar minuten weten ze niet meer waar ze hun armen moeten houden en merkt Sam op: "Dit is niet ideaal. Waarom gaan we niet naar de slaapkamer?". Waarop Jo reageert: "Nee, laten we nog even babbelen". Sam lacht en zegt: "Dat kunnen we boven toch ook doen?". "Maar mijn kotgenoot ligt daar te slapen ... Als we teveel lawaai maken ...".

Jo maakt de zin niet af en ze kijken even naar elkaar. Wat ze zien is: haar kleedje zit verfrommeld halverwege haar dijen, zijn hemdje is helemaal losgeknoopt en hun lippen zijn vochtig van het kussen. Van praten komt weinig in huis als ze haar mond weer tegen de zijne drukt. Tegen de tijd dat ze terug beseffen dat ze zich gingen verplaatsen, is het twee uur later.

"Waarom gaan we niet naar boven?", vraagt Sam.

"De reden," zegt Jo, "is dat we ons morgenochtend slecht zullen voelen. We kennen elkaar amper".

"Maar wat is het verschil met hoe we nu bezig zijn?", vraagt Sam.

"Wat we nu doen is maar wat kussen, dat is niet zo serieus ..." aarzelt Jo.

Sam laat een reeks bezwaren horen beginnend met "maar misschien wil ik wel iets serieus met jou" en eindigend met de opmerking dat het nu veel te laat is om naar huis te gaan.

"Je moet weten" – Sams hand verdwijnt in de onderbroek van Jo – "dat ik je echt heel leuk vind".

"Ik wil dit niet ..." fluistert Jo. "Ik bedoel, ik wil het wel, maar niet nu. We zijn nog niet eens met elkaar op date geweest".

En zo gaat het door. De gesprekken, de argumenten, de vergaande verstrengeling van hun lichamen. Jo duwt Sam niet weg, staat niet op en geeft op geen enkele andere wijze aan dat het niet leuk meer is. Maar toch zegt Jo 'nee': je mag me hier aanraken, maar daar niet; je mag dit doen, maar dat niet. We kunnen tot hier gaan, maar niet verder. Nog niet – niet vanavond.

"Maar waarom niet", probeert Sam nog eens. Jo zegt aarzelend "Ik denk dat ik bang ben voor een soa. Als ...".

"Ik heb een condoom bij me", zegt Sam snel. Het condoom wordt tevoorschijn gehaald. Sams handen zijn nu overal. Dat de zetel te klein is, dat zijn ze ondertussen vergeten. Nu kunnen ze ophouden met praten, stoppen met die zinloze excuses en eindelijk doen waar ze al de hele avond zin in hebben. Als Jo's hand naar beneden gaat om de onderbroek die uitgetrokken wordt tegen te houden, maakt dat nog weinig indruk op Sam, die zegt: "Zeg, is dit plankenkoorts of zo?".

De onderbroek gaat uit, Jo zit ineengedoken op de bank, in tweestrijd. Sam snauwt: "Waar ben je bang voor? Doe toch niet zo preuts!"

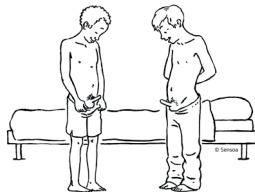
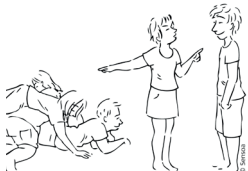
En dus doen ze het met elkaar.

BRON: GEÏNSPIREERD DOOR KATE FILLION, WIJ ZIJN KRENGEN

Los volgende vragen op

- Wat wil Sam? Hoe maakt Sam dit duidelijk?
- Wat vind je van Sams gedrag?
- Wat wil Jo? Hoe maakt Jo dit duidelijk?
- Wat denk je van Jo's gedrag?
- Is dit verkrachting? Waarom wel? Waarom niet?

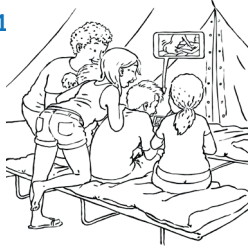
Werkblad 'Situaties vlaggensysteem'

Situatie	Oké Niet oké	Criteria
1  Afbeelding Een jongen van 17 jaar zet doelbewust een naaktfoto van een klasgenoot op het internet.	Oké Niet oké	
2  Twee jongens van 14 jaar logeren bij elkaar. Ze laten elkaar hun erectie zien.	Oké Niet oké	
3  Een leerkracht leunt over een 15-jarige leerling.	Oké Niet oké	
4  Na een spelletje vleeshoop bij de 14-jarigen zijn enkele meisjes woedend: de jongens hebben in hun borsten geknepen. De jongens lachen de beschuldigingen weg, maar achteraf blijkt dat de jongens afgesproken hadden om het meeste 'tieten te knijpen'.	Oké Niet oké	

Werkblad 'Situaties vlaggensysteem'

Situatie	Oké Niet oké	Criteria
5  Een man van 27 jaar zoekt contact via een datingapp voor holebi's en vraagt een jongen van 15 jaar om een naaktfoto van zichzelf op te sturen.	Oké Niet oké	
6  Een jongen van 17 jaar gluurt na de turnles in de doucheruimtes van de meisjes van zijn klas.	Oké Niet oké	
7  Een moeder is helemaal van de kaart omdat ze haar zoon van 16 en zijn vriendinnetje van 17 samen in bed verrast. Op het nachtkastje ligt een pakje condoms.	Oké Niet oké	
8  Tijdens de zwemles zijn een jongen en een meisje van 15 jaar verstopt in een kleedhokje. Het meisje toont haar borsten en ze strelen elkaar wederzijds.	Oké Niet oké	

Werkblad 'Situaties vlaggensysteem'

Situatie	Oké Niet oké	Criteria
9  Tijdens de speeltijd daagt een jongen zijn klasgenoten uit om een condoom te gebruiken.	Oké Niet oké	
10  De sportleerkracht staart regelmatig naar de borsten van de meisjes en maakt dan seksueel getinte opmerkingen.	Oké Niet oké	
11  Een groep meisjes en jongens van 13 jaar kijken samen naar een seksueel filmpje op hun gsm tijdens een schoolreis.	Oké Niet oké	
12  Tijdens de leswissel kust een jongen van 15 jaar zijn vriendin van 16 jaar.	Oké Niet oké	

Werkblad 'Mythekaartjes'



1

Mannen of jongens zijn nooit het slachtoffer van seksueel grensoverschrijdend gedrag.

2

Meisjes en vrouwen kunnen niemand seksueel misbruiken.

3

Het meeste seksueel grensoverschrijdend gedrag wordt gepleegd door een onbekende.

4

Seksueel misbruik komt niet vaak voor bij jongeren.

5

Er zijn vaak valse beschuldigingen van seksueel grensoverschrijdend gedrag.

6

Als je je niet verzet bij seksueel grensoverschrijdend gedrag, is het je eigen schuld dat je slachtoffer bent.

7

Mannen hebben altijd zin in seks.

8

In een vaste relatie moet je seks hebben met je partner.

9

Mensen die naaktfoto's sturen, vragen erom dat deze worden doorgestuurd.

Werkblad 'Let's talk about it!'

Rangschik de situaties van 'helemaal oké' naar 'helemaal niet oké'. Nummer ze van 1 tot 4 waarbij nummer 1 helemaal niet oké is en nummer 4 juist wel. Noteer voor jezelf waarom je de situaties zo rangschikt.

1

Anna is al een paar maanden samen met Adil en ze besloten samen dat ze een stapje verder wilden gaan. Ze heeft hem gepijpt maar ze vond het eigenlijk niet zo leuk want ze moest ervan kokhalzen. Ze weet dat Adil het wel heel leuk vond en wilt het dus nog wel eens proberen maar weet niet goed hoe ze het moet aanpakken. Ze vertelt aan haar vriendinnen wat er is gebeurd en vraagt om advies. Haar vriendinnen hebben wel al meer ervaring met pijpen en geven haar tips over hoe ze het anders kan aanpakken zodat het voor haar ook fijner is.

2

Thomas en Lara zijn al een half jaar een koppel en ze zijn heel gelukkig samen. Thomas is heel erg tevreden over hun seksleven. Hij vertelt aan al zijn vrienden in geuren en kleuren wat voor een beest Lara in bed is.

3

Melat heeft gevoelens voor meisjes maar ze is nog niet helemaal zeker dat ze hiermee naar buiten wilt komen. Sarah is openlijk lesbisch, dat weet iedereen van de klas. Tijdens een leuke avond samen beginnen ze te zoenen. De volgende dag vertelt Sarah aan heel de klas; "Héla, ik ben niet meer de enige lesbo in de klas. Melat is ook voor de meisjes, dat kan ik u verzekeren!".

4

Ada en Lars waren een tijdje een koppel maar sinds kort is het tussen hen gedaan. Wanneer Ada op een avond met haar vriendinnen op café zit vertelt ze "Och, een groot verlies is het niet, het is een lieve jongen maar hij komt zo snel klaar!". Nadien voelt ze zich wat schuldig, ze was wat zat en het deed deugd om even te kunnen praten over de break up. En het was eigenlijk wel waar wat ze vertelde. Maar ze heeft er toch geen goed gevoel bij.

Werkblad 'Een vriend(in) vertelt je dat ...'



Situatie 1

Een vriendin vertelt je dat, toen ze in de lagere school zat, ze regelmatig met haar neven en nichten bij haar grootouders logeerde tijdens de vakantie. Soms gebeurde het dan dat haar neef van 16 jaar bij haar in bed kroop en met zijn handen onder haar pyjama voelde. Hij stak dan haar hand ook in zijn broek. Ze heeft dit nog nooit eerder aan iemand verteld.

Wat is je eerste reactie?

Zou je hulp zoeken?

Waar zou je hulp zoeken?

Situatie 2

Een vriend van je zwemt op competitieniveau en vertelt je dat zijn zwemcoach hem vaak pikante berichtjes stuurt. Eerst bleef het daarbij maar nu wilt hij ook altijd samen gaan omkleden, hij staat dan heel hard te staren. Je vriend vindt dit super vervelend en is bang dat zijn coach binnenkort seksuele dingen met hem wilt doen. Hij durft dit aan niemand te vertellen want hij is bang dat hij dan niet meer zal kunnen competitiezwemmen.

Wat is je eerste reactie?

Zou je hulp zoeken?

Waar zou je hulp zoeken?

Situatie 3

Een vriend van je vertelt dat hij in de scouts soms seksuele dingen moet doen. Hij zegt dat andere jongens hem dwingen om naar porno te kijken. De andere jongens trekken zich dan af. Als hij probeert weg te lopen, zeggen ze dat hij flauw doet en dat als hij niet meedoet, ze aan iedereen gaan zeggen dat hij een loser is en een kleine piemel heeft. Ze doen dit de laatste tijd echt heel vaak. Hij is hier heel beschaamd over en wilt niet dat je het aan iemand vertelt.

Wat is je eerste reactie?

Zou je hulp zoeken?

Waar zou je hulp zoeken?

Situatie 4

Je oudere broer is 19 en toen hij een keer dronken thuiskwam vertelde hij dat hij soms opgewonden wordt als hij in de zomer de kindjes in de wijk ziet spelen. Je hebt ook al eens gezien dat hij naar porno keek en dat de mensen op de beelden er echt heel jong uitzagen.

Wat doe je?

Zou je hulp zoeken?

Waar zou je hulp zoeken?

Situatie 5

Je beste vriendin was 8 maanden samen met haar vriendinnetje. In die periode hadden zij en haar vriendinnetje wel eens sexy foto's in ondergoed naar elkaar gestuurd. Sinds 2 maanden is het gedaan tussen hen. Vorige week stuurde haar ex een kwaad bericht omdat ze haar had zien dansen met iemand anders op een feestje. Nu heeft ze via via gehoord dat haar ex die foto's van haar heeft gepost in een WhatsApp groep. Ze is helemaal in paniek en vraagt wat ze moet doen.

Wat is je eerste reactie?

Zou je hulp zoeken?

Waar zou je hulp zoeken?

Werkblad 'Kaartjes is't oké?'

Wie?	Wat (gedrag)?	Context
Je beste vriend(in)	geeft een compliment over je outfit	tijdens de speeltijd.
Een groepje mannen/vrouwen	geeft een compliment over je billen	in een drukke winkelstraat.
Iemand van een andere klas die je niet zo goed kent	legt een hand op je achterwerk	terwijl je 's avonds op straat loopt.
Iemand van je klas	probeert je te kussen	terwijl je op de trein/bus/tram zit.
Iemand van de fitness/sportclub	vertelt over zijn/haar seksleven	op een feestje.
Een vriend van een vriend	stuurt je een berichtje dat eindigt met 'xx'	tijdens het chillen met je vrienden.
Je trainer/leider in de jeugdbeweging	stuurt je een sexy foto	op de camping van een festival.
Iemand op wie je al een tijdje een oogje hebt	vraagt je om af te spreken	terwijl je shopt met je mama.
Die knappe stagiair op school	fluit je na	tijdens het sporten.
Die ene knappe uit je wijk die je soms tegenkomt	legt beide handen op je heupen om te passeren	op weg naar huis na een feestje.
Een wildvreemde passant(e)	stuurt je een volgverzoek op sociale media	terwijl je alleen met hem/haar in de lift staat.
Je lief	vraagt naar je relatiestatus	terwijl je op stap bent met vrienden.
Iemand die je via sociale media kent	stuurt seksueel getinte memes	na school.
Iemand die je al vaker in de buurt van je school hebt gezien	stelt veel persoonlijke vragen	terwijl je met je bestie in het park zit.
Iemand van je klas	komt tegen je aan schuren	terwijl je naar school fietst.
Je baas op je studentenjob	vraagt je nummer/sociale media account	in het zwembad.
Iemand van op kamp/jeugdbeweging	staart je lang aan	terwijl je staat aan te schuiven voor een drankje.
Een wildvreemde	vraagt of je nog maagd bent	terwijl jullie samen naar de fiets/bus/tram aan het wandelen zijn.
Je neef/nicht	vraagt om een sexy foto	terwijl je ligt te zonnen in het park.
Een vriend(in) van je oudere broer/zus	likt al je foto's	nadat je net bent gedumpt.

BIJLAGE 8:

Werkblad 'Organisaties'



Awel luistert naar alle kinderen en jongeren met een verhaal, een vraag en/of een probleem.

Website: www.awel.be

Telefoon: 102

(gratis en anoniem, bereikbaar van 16 uur tot 22 uur, behalve op zon- en feestdagen)

E-mail: brievenbus@awel.be

Chat: www.awel.be

(elke dag beschikbaar van 18 uur tot 22 uur, behalve op zon- en feestdagen)



TEJO biedt therapeutische begeleiding aan voor jongeren van 10 tot 20 jaar, met of zonder afspraak, anoniem en gratis!

Je kan bij TEJO terecht in Antwerpen, Brasschaat, Brugge, Gent, Ieper, Kempen-Turnhout, Kortrijk, Lier, Mechelen, Oostende, Roeselare, Ronse, Schoten en Goes (Nederland).

Website: www.tejo.be

Mail: info.vlaanderen@tejo.be



Voor jongeren met een vraag of probleem. Samen zoeken ze naar een oplossing, naar de mogelijkheden die bij jou en in je omgeving te vinden zijn.

Website: www.jac.be

Chat: www.jac.be/chat

Bel of kom langs: neem een kijkje op de website voor een JAC in jouw buurt.



In een OverKop-huis kan je als jongere, tot 25 jaar, gewoon binnen en buiten lopen en allerlei leuke activiteiten doen. Het is een veilige plek waar je ook een luisterend oor vindt en beroep kan doen op professionele therapeutische hulp, zonder een label opgeplakt te krijgen. Er is een OverKop-huis in Oostende, Gent, Mechelen, Tienen en Genk

Website: www.overkop.be



Ben je minderjarig en heb je vragen over seksueel misbruik? Word je seksueel lastig gevalen? Word je vaak uitgescholden? Is er iemand die je fysiek pijn doet? Ken je iemand met zo'n probleem?

Je kan hierover anoniem chatten met één van de gespecialiseerde medewerkers.

Website: www.nupraatikerover.be



Op de chat praat je met een medewerker van het CLB. Je kan je verhaal vertellen, een vraag stellen of samen met je chatbegeleider bekijken wat je zou willen bereiken en hoe je dat kan aanpakken.

Website: www.clbchat.be



Fara is een luister- en informatieorganisatie over zwangerschapskeuzes. Je kan er terecht met vragen over ongeplande zwangerschappen, tienerzwangerschappen, jong ouderschap en prenatale diagnose.

Website: www.fara.be



Merhaba is een holebiwerking voor mensen met een migratie-achtergrond. Je kan op hun website terecht met vragen, voor een gesprek, voor hulp of informatie. Je kan hen ook telefonisch bereiken via de Merhabaphone.

Website: www.merhaba.be

Telefoon: 0487 55 69 38



1712 is er voor iedereen die geweld meemaakt of getuige is van geweld. Of misschien vraag jij je af of jouw gedrag wel OK is? 1712 is het nummer dat je belt bij alle vragen over geweld.

Website: kids.1712.be

Telefoon: 1712 (gratis en anoniem, bereikbaar van maandag tot vrijdag tussen 9 en 17u)



Heb je hulp nodig of maak je je zorgen over iemand? Praten kan helpen. Bij de zelfmoordlijn staat er iemand voor je klaar. Elk gesprek is gratis en anoniem.

Website: www.zelfmoord1813.be

Telefoon: 1813 (gratis en anoniem, altijd beschikbaar)

Chat: www.zelfmoord1813.be
(elke avond tussen 18u30 en 22u)

E-mail: email.zelfmoord1813.be



Wel Jong Niet Hetero is een holebi-jeugdvereniging, voor en door Vlaamse en Brusselse holebi's en transgenders. Heb je vragen of zoek je informatie over holebi's? Hier kan je altijd terecht!

Website:
www.weljongniethetero.be



Bij deze organisatie kan je terecht met al je vragen over kinderrechten. Je blijft anoniem. Je kan bellen, mailen en chatten

Website: www.tzitemzo.be/jongeren



Op Min19 kan je terecht als je tussen de 13 en 19 jaar bent. Het is een plek waar iedereen die transgender, lesbisch, bi, homo, panseksueel is (of iedereen die twijfelt) terecht kan om nieuwe vrienden te maken.

Website: www.min19.be



WatWat is een website voor jongeren waar je terecht kan met allerlei vragen. Geen topic is te gek en geen taboe is te groot.

Website: www.watwat.be



De naam zegt het zelf: alles wat je ooit te weten wilde komen over seks staat verzameld op deze website (wat seks juist inhoudt, soa's, anticonceptie, liefde & relaties, seks & internet, holebi, ...)

Website: www.allesoverseks.be



Lumi is een opvang- en infolijn voor iedereen met vragen over seksuele voorkeur en gender.

Website: www.lumi.be

Telefoon: 0800 99 533
(Gratis. Bereikbaar op maandag, woensdag en donderdag van 18.30u tot 21.15u)

Chat: www.lumi.be/chatten

Mail: vragen@holebifoon.be

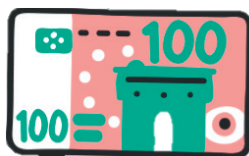


Een zorgcentrum na seksueel geweld is een centrum in een ziekenhuis waar je terecht kan voor medische en psychologische zorg, je kan er ook klacht neerleggen bij de politie.

Website: zsg.belgium.be

Werkblad 'Hé het is oké'

A



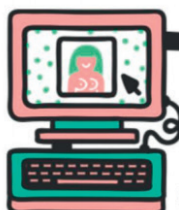
Twee jongens van 17 jaar dreigen ermee een naaktfoto van een meisje online te zetten als ze hen geen 100 euro betaalt.

B



Een jongen van 17 jaar spreekt op café af met een leeftijdsgenoot die hij online heeft leren kennen. Ze hebben elkaar al gezien via FaceTime.

C



Een jongen van 17 jaar heeft het account van een meisje uit zijn klas gehackt en stuurt naaktfoto's die hij vindt in privéberichten naar zijn vrienden door.

D



Een groep jongens van 16 jaar kijkt tijdens de speeltijd af en toe samen naar porno op hun smartphone.

E



Een meisje van 15 jaar slaat ongevraagd op haar smartphone een aantal naaktfoto's op die haar lief doorgestuurd heeft via Snapchat zodat ze die later nog kan herbekijken. Ze vertelt dit niet aan haar lief.

F



Een meisje van 15 jaar kleedt zich in haar kamer uit voor haar lief van 17 jaar via een privé livechat. Ze hebben hier duidelijke afspraken over gemaakt.

G



Een meisje van 15 jaar plaatst enkele zwoele bikinifoto's van zichzelf op Instagram. Iedereen kan de foto's zien.

Werkblad 'Zullen we? Gewoon doen!'

Abdul is op een feestje van een klasgenoot. Omdat hij even alleen wilde zijn, is hij naar de keuken gegaan. Hij is in gedachten verzonken wanneer Noah, zijn beste vriend, binnenkomt en zegt: "Ah, hier ben je! Wat doe je hier?"

"Er is iets mis tussen Filip en dat meisje, ik heb zo'n gevoel," antwoordt Abdul.

"Ben je zeker?"

"Ik weet het niet. Moet je echt 100% zeker zijn om erop te reageren?"

"Ja toch wel, het is nogal serieus om naar iemand toe te stappen en te zeggen 'excuseer mij onbekend meisje, word je aangerand?'" zegt Noah lachend.

Abdul lacht niet mee. Noah gelooft niet dat de situaties echt serieus is. "Je hebt het over Filip, hij bakt muffins en schrijft romantische liedjes. Hij zou nooit zoiets doen."

"Hij trok aan haar," reageert Abdul boos, "dat is niet oké. Hij was aan het zeuren. Zij wou niet, ik kon het aan haar zien"

"Dus, ze was niet geïnteresseerd?" vraagt Noah verbaasd.

"Eerst wel, maar daarna niet meer."

Noah zucht. "Wat gaan we dan zeggen?". Hij doet een boos stemmetje na: "Ben je zeker dat ze echt wilt? Wat doe je nu?"

"Niet op zo'n manier, je moet wat meer relaxed zijn. Gewoon er zeker van zijn dat alles oké is."

"Maar we gaan echt een scène maken, er gaan er echt boos worden," waarschuwt Noah. "Ze gaan zeggen 'wat is jullie probleem, hebben jullie de laatste tijd zelf geen seks meer gehad misschien?'"

"Of ze zeggen," en Abdul vult spottend aan in een hoog stemmetje, "waarom zouden we jou en haar geloven? Wij zijn Filips vrienden!"

Noah neemt een paraplu die in de kamer ligt. "En hiermee misschien?" en hij slaat rond met de paraplu alsof hij het als wapen gebruikt om mee te vechten. Abdul lacht. "Stop daar maar mee, we kunnen niet winnen tegen Filip."

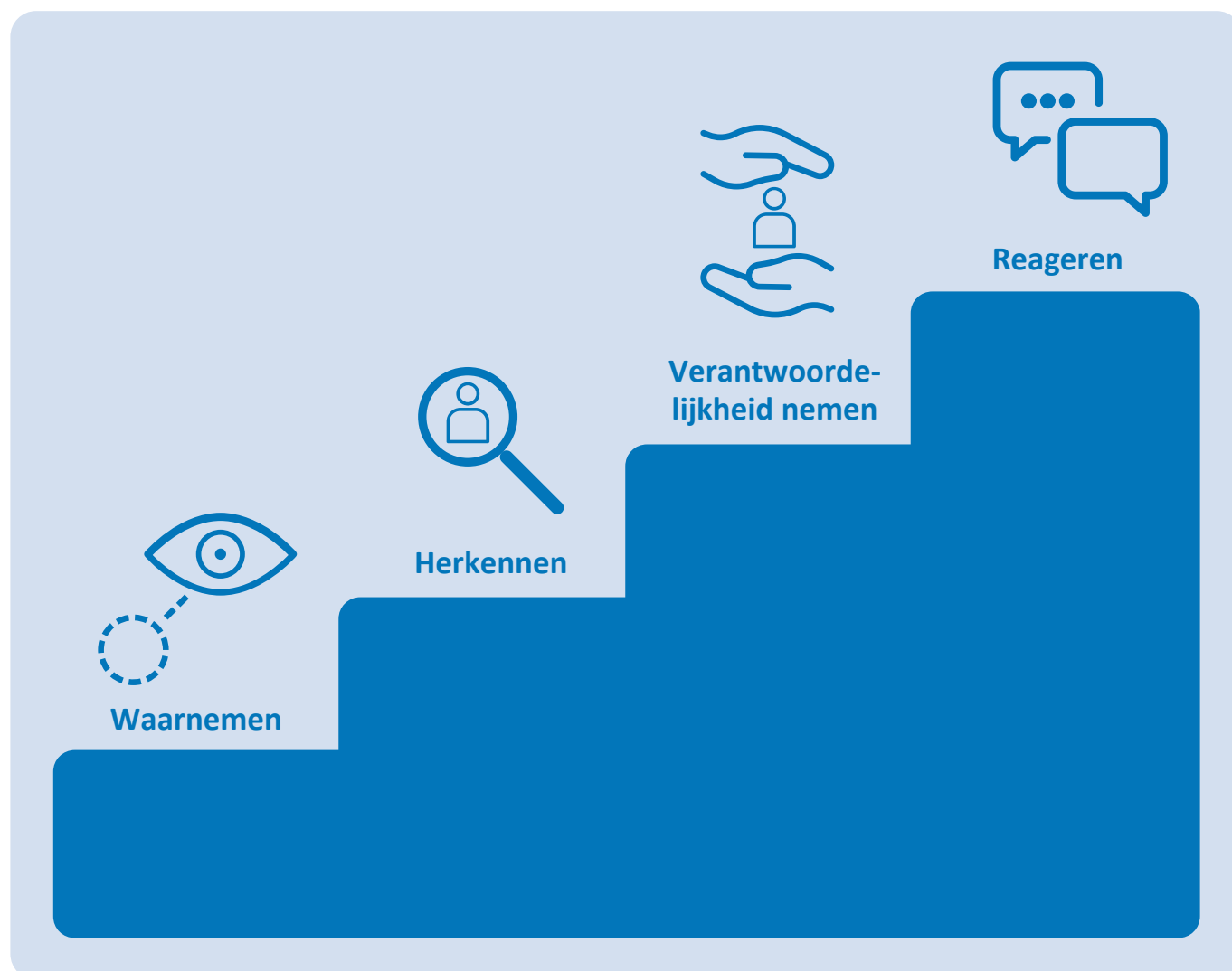
Noah legt de paraplu terug. "Je hebt gelijk, hij kan veel beter vechten dan wij twee samen".

Er valt een stilte, ze worden weer serieus.

"Het ding is," zegt Abdul, "we moeten iets doen. Doe je mee of niet?"

Noah denkt even na. "Oké, we gaan" en ze gaan terug naar het feestje.

Werkblad 'Interventietrap'



De eerste stap is de gebeurtenis opmerken. Dit gaat simpelweg over het horen of zien ervan. Is het druk, ben je aan het bellen of in gedachten verzonken, dan is de kans kleiner dat je iets zal opmerken.

De tweede stap, de gebeurtenis herkennen, houdt in dat je ziet dat er iets gebeurt dat niet oké is en dat je dus het seksueel grensoverschrijdend gedrag herkent. Dit is moeilijker als je niet weet wat seksueel grensoverschrijdend gedrag is of hoe het te herkennen bij anderen.

De derde stap is het opnemen van de eigen verantwoordelijkheid en beseffen 'ik moet iets doen'. Als andere personen in de buurt zijn, denkt iedereen al sneller dat iemand anders wel reageert.

De vierde en laatste stap is weten hoe te reageren en het ook doen. Zou ik hulp halen, zou ik er zelf iets van zeggen of zou ik doen alsof ik de persoon ken? Als je weet welke reactie jou het beste lijkt in die situatie, dan weet je dat je kan helpen en ervoor kan zorgen dat iedereen een leuke tijd heeft!

Werkblad 'Is 't oké: omstanders'

Iemand van je klas stuurt je tijdens de speeltijd een sexy foto van iemand die in een andere klas bij jou op school zit.	Je neef/ nicht vraagt het nummer/ social media account van je beste vriend(in) terwijl jullie alleen met hem/ haar in de lift staan.
Wanneer jullie thuis samen aan het gamen zijn, vraagt je lief naar de relatiestatus van een vriend(in) van je oudere broer/ zus.	Iemand van je klas vraagt in een kledingwinkel aan je jongere zus om af te spreken, terwijl jullie aan het shoppen zijn met jullie mama.
Een vriend van een vriend schuurt tegen een onbekende man/vrouw aan terwijl jullie op stap zijn met vrienden.	Je baas op je studentenjob vertelt luidop over zijn/ haar seksleven tegen een collega op je studentenjob terwijl jullie aan het werk zijn.
Een onbekende vraagt aan je neef/ nicht onder een post op Instagram om een sexy foto.	Je trainer/ leider in de jeugdbeweging probeert op een feestje een vriend van een vriend te kussen.
Iemand van op kamp/ jeugdbeweging vraagt op de camping van een festival aan een medelid of hij/zij nog maagd is.	Tijdens het chillen met je vrienden fluit een groepje mannen/vrouwen een voorbijganger na.
Een wildvreemde legt beide handen op de heupen van een onbekend jong meisje om te passeren in een drukke winkelstraat.	Verschillende personen van een groepje vrienden knippen om de beurt in de billen van personen die je niet kent, terwijl je staat aan te schuiven voor een drankje.
Terwijl je naar school fietst, geeft iemand die je al vaker in de buurt van je school hebt gezien een compliment over het rokje van je beste vriendin.	Tijdens het sporten geeft iemand op wie je al een tijdje een oogje hebt een compliment over de billen van iemand van je klas.
Een wildvreemde passant(e) stelt op weg naar huis na een feestje veel persoonlijke vragen aan die ene knappe uit je wijk.	Een groep onbekende mannen roept vnzige woorden naar een onbekende vrouw met een buggy terwijl je 's avonds op straat loopt.
Iemand van de fitness/sportclub, die al een hele tijd je beste vriend(in) aanstaart, volgt je beste vriend(in) naar de toiletten.	Op het schoolfeest danst iemand uit je klas intiem met een andere klasgenoot die duidelijk dronken is en niet meer goed kan rechtstaan.
Een wildvreemde neemt stiekem een foto van je broer/zus terwijl jullie op de bus zitten.	Een dronken vrouw loopt tijdens het uitgaan de mannentoiletten binnen en kijkt naar de mannen die plassen.

Werkblad '5 A's'

ANDEREN BETREKKEN

- Betrek een omstander of verantwoordelijke. Bijvoorbeeld de buschauffeur, de barmedewerker, een verantwoordelijke op een festival, een leerkracht op school.
- Betrek een vriend(in). Spreek af dat één van jullie de persoon zal afleiden terwijl de andere hulp gaat zoeken.
- Spreek een andere omstaander aan. Misschien bevindt deze zich in een betere positie om tussen te komen. Werk samen.
- Bel 112 om hulp van politie in te roepen. Probeer bij de persoon die lastiggevallen wordt te checken of die dit wel wenst.

AFZONDEREN

Haal de persoon die het gedrag ondergaat weg uit de situatie. Dit kan door jezelf tussen hen in te zetten of door de persoon (eventueel met een smoesje) mee te nemen naar een andere plaats, bv. de dansvloer, het toilet of in de buurt van een groepje mensen.

AANSPREKEN

Spreek de betrokken personen rechtstreeks aan. Vraag aan de persoon die het gedrag ondergaat of alles oké is. Als je voelt dat het kan, spreek dan ook de persoon die het gedrag stelt aan.

Dingen die je zou kunnen zeggen, zijn:

- 'Wat je doet is ongepast'
- 'Wat doe je nu?'
- 'Laat hem/haar met rust'
- 'Hij/zij vindt wat je doet duidelijk niet leuk, stop daar mee'

Hou het kort en bondig. Ga geen uitgebreide discussie aan. Focus op je doel: ervoor zorgen dat het gedrag stopt en de persoon veilig is.

AANWEZIG BLIJVEN

Het is niet de bedoeling dat je jezelf door deze tussenkomsten in gevaar brengt. Als je op het moment zelf niet echt iets kan doen, kan je altijd in de buurt blijven en nadien een steun zijn voor de persoon die wordt lastiggevallen.

Soms is de situatie ook heel kort in duur en krijg je niet de kans om tussen te komen. Je wacht dan best even af tot de situatie voorbij is en spreekt nadien hem of haar aan:

- Vraag hoe het gaat en zeg dat je het vervelend vindt dat dit hem of haar is overkomen.
- Vraag of je iets voor de persoon kan doen.
- Bied aan om mee op iemand te wachten, iemand te bellen of ergens mee naartoe te wandelen.
- Geef aan dat je mee hulp kan zoeken of aangifte doen als de persoon dat wil.

AFLEIDEN

Je kan ook subtieler te werk gaan en voor afleiding zorgen om het gedrag te doen stoppen. Soms is het voldoende om gewoon in de buurt te gaan staan van de persoon die wordt lastiggevallen.

Helpt dit niet, dan kan je de persoon die wordt lastiggevallen aanspreken. Begin over iets dat niets met de situatie te maken heeft:

- Stel een vraag. Vraag bv. de weg naar het toilet of informeer hoe laat het is.
- Doe alsof je de persoon die wordt lastiggevallen kent en begin over iets alledaags.
- Zorg 'per ongeluk' voor commotie door je drankje te morsen of iets te laten vallen.

Achtergrondinformatie mythes

Mythe 1: "Mannen of jongens zijn nooit het slachtoffer van seksueel grensoverschrijdend gedrag."

Meer vrouwen dan mannen rapporteren slachtoffer te zijn. Experts vermoeden echter dat de cijfers bij mannen nog wat onderschat worden. Dit kan enerzijds komen door de vraagstelling die gebruikt wordt in onderzoek, of omdat ze zelf niet willen geloven dat ze slachtoffer zijn. Maar mannen of jongens kunnen zeker ook slachtoffer zijn van seksueel grensoverschrijdend gedrag.

Mythe 2: "Meisjes en vrouwen kunnen niemand seksueel misbruiken."

Het is zeker en vast niet zo dat enkel mannen plegers zijn wanneer het gaat over seksueel grensoverschrijdend gedrag. Wanneer we kijken naar plegers binnen het gezin toont onderzoek aan dat, naast de broer op de eerste plaats, de moeder als tweede wordt aangegeven als vaakst voorkomende pleger. De vader komt op een derde plaats, na de moeder.

Mythe 3: "Het meeste seksueel grensoverschrijdend gedrag wordt gepleegd door een onbekende."

Wanneer we kijken naar de daders van seksueel grensoverschrijdend gedrag, zien we dat de daders meestal een bekende zijn. Zowel bij jongeren als volwassenen zien we dat het meestal gaat om een gekende: een (ex)partner, een kennis, collega of vriend(in). Zowel bij jongeren als volwassenen.

Mythe 4: "Seksueel grensoverschrijdend gedrag komt niet vaak voor bij jongeren."

Als we kijken naar cijfers rond seksueel grensoverschrijdend gedrag zien we dat kinderen en jongeren twee maal zoveel slachtoffer worden in vergelijking met volwassenen. Daarbovenop blijkt ook dat kinderen of jongeren die slachtoffer waren in hun jeugd, en geen hulp kregen nadien, op volwassen leeftijd twee keer zoveel kans hebben om opnieuw slachtoffer van seksueel grensoverschrijdend gedrag te worden als andere mensen.

Mythe 5: "Er zijn vaak valse beschuldigingen van seksueel grensoverschrijdend gedrag."

Dat wordt wel eens gezegd, maar het klopt niet. Uit onderzoek weten we dat er maar heel weinig aangiftes vals zijn.

Door deze mythe geloven sommige mensen slachtoffers niet als ze vertellen dat hen iets is overkomen. Het zorgt er ook voor dat slachtoffers het tegen niemand durven te zeggen en dat is heel zwaar voor hen. Slachtoffers vertellen dat niet geloofd worden soms nog erger is dan de feiten zelf. Als iemand vertelt dat hij of zij slachtoffer is van seksueel grensoverschrijdend gedrag, dan is het dus maar logisch om er in eerste instantie van uit te gaan dat het wel degelijk de waarheid is.

Mythe 6: "Als je je niet verzet bij seksueel grensoverschrijdend gedrag, is het je eigen schuld dat je slachtoffer bent."

Je lichaam kan op verschillende manieren reageren bij situaties van seksueel grensoverschrijdend gedrag. Je kan terugvechten of vluchten. Maar heel vaak gaat je lichaam ook bevriezen of zelfs meewerken. Je lichaam doet dit dan om je te beschermen en ervoor te zorgen dat de situatie sneller voorbij gaat. Het wil echter niet zeggen dat wanneer iemand bevriest of meewerkt, iemand toestemt met het seksueel grensoverschrijdend gedrag.

Mythe 7: "Mannen hebben altijd zin in seks."

Het is niet zo dat mannen altijd zin hebben in seks. Het is zelfs niet zo dat mannen meer zin hebben in seks dan vrouwen. Wel is het zo dat er van mannen meer wordt verwacht dat ze er veel over praten, waardoor het soms zo kan lijken. Klopt dus niet, mannen en vrouwen hebben evenveel zin in seks. Het probleem met het idee dat mannen altijd zin hebben in seks is dat er daardoor ook het idee leeft dat je mannen dus moeilijk kan aanranden. Want als je altijd zin hebt in seks dan is die seks ook altijd gewenst. Niet dus! Enkel een 'ja' is een startschot voor seks, ook bij mannen.

Mythe 8: "In een vaste relatie moet je seks hebben met je partner."

Het is zo dat veel mensen een vaste relatie in verband brengen met seks. Dat kan zeker als beide personen zich daar goed bij voelen. Elke relatie is anders en sommige mensen hebben binnen hun relatie (veel) seks, anderen minder of geen. Het hangt er van af of je er beiden klaar voor bent. Ook als jullie al seks hebben gehad kan het zijn dat er daarna een periode volgt met minder of geen seks. Het is vooral belangrijk dat beide personen zich goed voelen bij de situatie. Je moet geen seks hebben enkel omdat je denkt dat het zo hoort.

Mythe 9: "Mensen die naaktfoto's sturen, vragen erom dat deze worden doorgestuurd."

Wanneer we een naaktfoto sturen naar iemand, willen we dat enkel die persoon naar wie je het stuurt deze foto ziet. Een naaktfoto sturen naar iemand is ook helemaal oké, zolang er van beide partijen uit toestemming is en dit vrijwillig verstuurd wordt. Bij naaktfoto's die de ronde doen, is er bijna nooit toestemming om die foto te verspreiden. Het doorsturen van naaktfoto's is niet oké, en is ook nooit de schuld van diegene die de foto heeft gemaakt. Diegene die foto's ongevraagd doorstuurt is in fout, meer nog, die persoon doet iets wat strafbaar is.

Meer weten?

Neem een kijkje op de feiten en cijfers over seksueel grensoverschrijdend gedrag:

[Cijfers over seksueel misbruik in België | Sensoa](#)

Begeleidersfiche seksueel grensoverschrijdend gedrag

Seksueel grensoverschrijdend komt niet alleen voor bij volwassenen: ook jongeren maken het mee. Bij jongeren is het vaak een andere jongere die over hun grens gaat. Ongeveer de helft van grensoverschrijdend gedrag gebeurt door leeftijdsgenoten. Volwassenen gaan meestal over de grens binnen de familie. Zowel bij jongeren als volwassenen is de persoon die over de grens gaat meestal een bekende van het slachtoffer.

Het is niet altijd zo eenvoudig om te vertellen dat je slachtoffer bent van seksueel grensoverschrijdend gedrag. Ongeveer de helft van de mensen die slachtoffer wordt, zal dit nooit aan iemand vertellen. Als ze dat dan toch doen is het meestal aan een vriend of vriendin. Ze vertellen het niet omdat ze bang zijn om niet geloofd te worden, zelf de schuld te krijgen ... Jongens krijgen nog vaker de reactie dat ze het toch waarschijnlijk zelf ook leuk vonden. Er leeft het idee dat jongens altijd zin hebben in seks of toch zeker kunnen terugvechten als het misloopt. Dit klopt niet.

Zeker bij sexting krijgt het slachtoffer vaak de schuld. Opmerkingen zoals "Je had maar geen naaktfoto moeten sturen" zijn daarom ook niet oké. Het is altijd aan de persoon die de naaktfoto ontvangt om die niet door te sturen.

Dus: heeft iemand iets meegemaakt en vertelt die persoon dat aan jou? Maak in je reactie duidelijk dat je er bent voor die persoon en betuig je steun.

Maar wanneer vertel je nu best aan een volwassene wat je vriend(in) heeft meegemaakt? Als de kans groot is dat het nog eens zal gebeuren, of als je denkt dat er nog veel negatieve gevolgen zullen zijn voor je vriend(in), kan je het best aan een volwassene vertellen. Het kan soms zijn dat het slachtoffer je vraagt om het geheim te houden. Toch is het belangrijk om ervoor te zorgen dat de persoon verder geholpen wordt. Hulp zoeken is soms de beste oplossing. Je kan voorstellen om het samen te vertellen. Zo staat je vriend(in) er niet alleen voor. Hierbij kies je zelf waar je hulp zoekt. Het is niet altijd nodig om onmiddellijk naar de politie te stappen.

Ga samen op zoek naar gepaste hulp. Je vriend of vriendin kan terecht bij verschillende personen op je school: CLB-medewerker, leerlingbegeleiding, een leerkracht die je vertrouwt. Er zijn ook verschillende anonieme mogelijkheden:

- Nupraatikerover.be: chat van de mensen van het vertrouwenscentrum.
- Awel: chat en telefoon
- 1712: telefoon
- Child Focus: telefoon

Begeleidersfiche seksueel grensoverschrijdend gedrag

Sexting

Het is belangrijk om te weten dat sexting eigenlijk heel gewoon gedrag is. Het kan deel uitmaken van de seksuele ontwikkeling van een jongere. Zolang je dit allebei leuk vindt, is sexting eigenlijk helemaal oké. Het wordt pas grensoverschrijdend wanneer de foto ongewenst doorgestuurd wordt. Dan ben je in fout, en dit is ook strafbaar.

In deze werkbundel zit ook een casus rond pedofilie. Pedofilie kan gedefinieerd worden als het hebben van seksuele verlangens voor kinderen (tot ongeveer 13 jaar) als volwassene. Ongeveer 1 – 3% van de mannen heeft pedofiele gevoelens. Over vrouwen zijn er hierover minder cijfers beschikbaar. Dit wil niet zeggen dat vrouwen geen pedofiele gevoelens hebben, maar we weten minder goed over hoeveel vrouwen dit net gaat. Het is niet omdat je zulke gevoelens hebt, dat je ook effectief seksuele dingen gaat doen met kinderen. Deze gevoelens zijn voor heel veel mensen erg vervelend. De meeste mensen doen er ook niets mee. Soms zijn er ook mensen zonder pedofiele gevoelens die kinderen misbruiken, omdat kinderen gemakkelijker zijn om macht op uit te oefenen en op in te praten.

Veel mensen geven aan dat ze voor het eerst merken dat ze pedofiele gevoelens hebben rond de leeftijd van ongeveer 16 jaar oud. Ze merken dit doordat ze niet verliefd worden op hun leeftijdsgenoten, maar interesse hebben in jongere kinderen. Het is belangrijk dat mensen met pedofiele gevoelens ook weten waar ze terecht kunnen, zodat ze weten hoe ze met deze gevoelens moeten omgaan. Stop it now! is een organisatie die ondersteuning biedt aan mensen met pedofiele gevoelens en hun naasten.

BIJLAGE 16:

Begeleidersfiche online seksueel grensoverschrijdend gedrag

Er zijn heel wat veranderingen in de online wereld van jongeren, deze staat nooit stil. Ook op het gebied van online seksueel grensoverschrijdend gedrag zien we veel veranderen. Het kan zijn dat je leerlingen allerlei dingen aanhalen die jij nog niet weet. Daarom is het zeker belangrijk om eens te kijken naar de volgende fenomenen. Ken jij ze allemaal al?

Sextortion	Bij sextortion wordt het slachtoffer overhaald om seksueel getinte beelden door te sturen, nadien wordt er gedreigd met het verspreiden van de beelden, tenzij het slachtoffer geld betaalt.
Deepfake porno	Deepfake media zijn beelden die worden gemaakt door de manipulatie van de oorspronkelijke beelden.
Hacking om niet-consensuele inhoud	Het binnendringen van een informaticasysteem met als doel om naakt-en/of seksueel getinte inhoud te bemachtigen.
Upskirting	Het heimelijk produceren van niet-consensuele seksuele inhoud door beelden te maken onder de kleding van een niet-instemmende persoon. Dit kan zowel door een smartphone of een verborgen camera.
Cyberflashing	Zelfgeproduceerd seksueel beeldmateriaal (genitaliën) doorsturen naar een andere persoon die geen toestemming heeft gegeven of niet vermoedt om het te ontvangen.
Peer-to-peer online grooming	Vertrouwen inwinnen van een andere jongere, met als doel om seksueel grensoverschrijdend gedrag te verwezenlijken.

BRON: JONGEREN EN ONLINE SEKSUEEL GRENDOVERSCHRIJDEND GEDRAG – ZOHRA LKASBI (2022)