

**week
van de
lentekriebels**
Sensoa

Mijn wens, mijn grens

Werken rond grenzen en
wensen bij 9- tot 12-jarigen

Inhoud

	Inleiding	3
1	Aanrakingen	4
1.1	Lastig	5
1.2	Wie mag wat?	6
2	Communicatie	7
2.1	Stoplichten	8
2.2	Filmpje toestemming	10
2.3	Ik wil contact	11
2.4	Hoe reageren?	12
3	Hulp vragen	14
3.1	Vertrouwenspersonen	15
4	Online	16
4.1	Moeilijk of gemakkelijk	17
4.2	Zelftest	18
4.3	Risico inschatting	19
5	Bijlages	20
	Bijlage 1: Werkblad 'Lastig?'	21
	Bijlage 2: Werkblad 'Menselijke figuur (man)'	22
	Bijlage 2: Werkblad 'Menselijke figuur (vrouw)'	23
	Bijlage 3: 'Stoplichten'	24
	Bijlage 4: 'Situatiekaartjes'	27
	Bijlage 5: 'Checklist contactsignalen'	28
	Bijlage 6: Werkblad 'Over de grens'	29
	Bijlage 7: Werkblad 'Vertrouwenspersonen'	30
	Bijlage 8: Werkblad 'Moeilijk of gemakkelijk?'	31
	Bijlage 9: Werkblad 'Zelftest'	32
	Bijlage 10: Werkblad 'Risico inschatting'	33

Redactie Katelijn Gijssels en Tara De Laet

Eindredactie Katelijn Gijssels

Inhoudelijk advies Julia Day en Erika Frans

Opmaak Volta

V.U. Chris Lambrechts, F. Rooseveltplaats 12 bus 7,
2060 Antwerpen

Versie oktober 2019

Een uitgave van Sensoa vzw
© 2019 Sensoa

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

Inleiding

Deze bundel bevat allerlei werkvormen die je met een klas kan doen rond het thema wensen en grenzen. Per werkvorm zijn er lesdoelen geformuleerd. Er zijn vier thema's die in de bundel aan bod komen:

- Aanrakingen
- Communicatie
- Hulp vragen
- Online

Kinderen in de lagere school zijn net als kleuters bezig met het ontdekken van hun eigen lichaam en worden wel eens verliefd. Daarenboven komt nog dat hun lichaam tegen het einde van de lagere school grote veranderingen meemaakt. Van kinderlichaam naar dat van een puber, met alle interesses, onzekerheden en vragen die daar bij komen kijken. Daarnaast beginnen ze sociale media te ontdekken, met alle fijne ervaringen maar ook risico's die daarmee gepaard gaan.

Terwijl peuters en kleuters nog volop vragen stellen, zullen kinderen in de lagere school dit veel minder openlijk doen. Ze zijn zich ervan bewust dat alles dat te maken heeft met seks iets is waar je niet zomaar over praat. Dat wil echter niet zeggen dat ze geen vragen hebben. In tegendeel, ze zullen meer in het geheim op zoek gaan naar informatie (bij hun vrienden, in boekjes, online ...). Net dit maakt het zo belangrijk om het gesprek aan te gaan, zo krijgen ze de juiste informatie mee.

We weten bovendien dat de lagere schoolleeftijd een van de meest kwetsbare leeftijden is om seksueel grensoverschrijdend gedrag mee te maken. Eén op vijf meisjes, en één op tien jongens maakt seksueel grensoverschrijdend gedrag mee voor de leeftijd van 18 jaar, vaak (maar zeker niet altijd) is het een ander kind dat over hun grens gaat. Met dit materiaal willen we kinderen meer weerbaarheid bieden en leren om met situaties om te gaan, zonder hen angst aan te jagen.

Het is dus zinvol dat kinderen leren omgaan met de interesses die de veranderingen in hun lichaam met zich meebrengen en al van jongs af aan grenzen leren herkennen, zowel die van zichzelf als die van anderen. Daarnaast is het van belang dat ze iemand kunnen aanspreken als ze zich ergens niet oké bij voelen. Hiervoor is het nodig dat kinderen de taal krijgen (ervaringen en gevoelens kunnen benoemen) en dat ze de boodschap krijgen dat het oké is om iemand aan te spreken wanneer iets niet goed voelt.

Heb je vragen over welk gedrag wel of niet grensoverschrijdend is en hoe hierop te reageren? Neem dan een kijkje op www.vlaggensysteem.be.

1 Aanrakingen

**Materiaal**

- zie [bijlage 1](#) voor het werkblad 'Lastig?'
- eventueel zelf te voorzien: een rood en groen kaartje voor elke leerling

Doelstellingen

De leerlingen:

- weten welke aanrakingen ze leuk of niet leuk vinden;
- kunnen op gepaste wijze laten merken dat ze aan aanraking leuk of niet leuk vinden;
- weten welke signalen erop wijzen dat iemand een aanraking leuk of niet leuk vindt.

Werkwijze

Leerlingen vullen individueel het werkblad 'Lastig?' in. Nadien wordt klassikaal overlopen welke situaties als lastig en niet lastig worden aangekruist. Dit kan bijvoorbeeld door de leerlingen een groen (niet lastig) en rood kaartje (lastig) te laten omhoog steken, of door de leerlingen zich te laten verplaatsen in de ruimte (bv. links = niet lastig; rechts = lastig).

Nabespreking

Bespreek na de oefening klassikaal:

- Waarom vind je een aanraking lastig?
- Hangt dit af van de situatie? Van wie de persoon is die je aanraakt?
- Hoe laat je merken dat je een aanraking lastig vindt? Hoe laat je merken dat je een aanraking wel fijn vindt?
- Hoe merk je bij een ander dat die een aanraking lastig vindt? Hoe merk je dat de ander een aanraking wel fijn vindt?

BRON: WERKGROEP GOEDE MINNAARS - CGSO TREFPUNT

**Materiaal**

zie [bijlage 2](#) voor het werkblad 'Menselijke figuur'

Doelstellingen

De leerlingen:

- weten welke aanrakingen ze fijn en niet fijn vinden;
- weten dat ze zelf mogen beslissen wie er hun lichaam aanraakt;
- kennen hun eigen attitudes t.a.v. aanrakingen;
- weten dat grenzen bij aanrakingen kunnen verschillen van persoon tot persoon.

Werkwijze

De leerlingen krijgen een menselijke figuur waarop ze volgende zaken aanduiden:

- Waar mogen je ouders je aanraken? Groene bollen/kruisjes
- Waar mogen je zussen of broers je aanraken? Oranje bollen/kruisjes
- Waar mag je je liefje je aanraken? Blauwe bollen/kruisjes
- Waar mogen mijn vrienden mij aanraken? Gele bollen/kruisjes
- Waar mag iemand die je niet goed kent je aanraken (denk: buren, vrienden van je ouders, verre nonkel, kassierster van de supermarkt enzovoort)? Paarse bollen/kruisjes

Leg de figuren van alle leerlingen samen en kijk naar overeenkomsten en verschillen:

- Is een bepaalde kleur dominant? Wat betekent dit?
- Is er voor jou een verschil tussen waar je vader of je moeder je mag aanraken?
- Wat zijn de (grote) onderlinge verschillen tussen de figuren? Waarmee hebben die te maken? Laat de leerling toelichting geven indien hij of zij dat wenst.
- Heeft iedereen dezelfde grenzen? Zijn deze (ongeschreven) regels overal in de wereld identiek?
- Hoe kan je zeggen dat je niet wil aangeraakt worden?

BRON: WERKGROEP GOEDE MINNAARS - CGSO TREFPUNT

2 Communicatie

**Materiaal**

zie [bijlage 3](#) voor de 'Stoplichten'

Doelstellingen

De leerlingen:

- kunnen grensoverschrijdende situaties voor zichzelf afwegen;
- leren aan dat grenzen voor iedereen verschillend zijn;
- beseffen waar hun eigen grenzen liggen.

Werkwijze

Hang de stoplichten op in de klas, ieder stoplicht krijgt een specifieke hoek. Leg uit wat de betekenis is van groen, oranje en rood:

- Groen: "Voor jou is dit helemaal oké."
- Oranje: "Je bent niet zeker." of "Soms vind je dit oké, soms niet."
- Rood: "Jij vindt deze situatie echt niet oké, dat weet je wel zeker."

Bij gebruik van de stoplichten is het leuk dat iedereen makkelijk kan zien wat de meningen in de klas zijn. Soms kan deze werkwijze echter voor drukte zorgen, of heb je niet voldoende ruimte in je lokaal. Is dit ook zo voor jou? Geef de leerlingen dan kaartjes met daarop de verschillende kleuren opdat ze die omhoog kunnen steken. Of spreek een ander teken af met hen.

Lees de situaties voor. Geef de leerlingen kort de tijd om na te denken over hoe ze zich bij de situatie voelen, en laat ze een hoek/kleur kiezen. Wanneer de leerlingen een hoek/kleur hebben gekozen kan je hen enkele vragen stellen:

- Waarom koos je voor rood/oranje/groen?
- Koos je voor rood?
 - Hoe zou je kunnen duidelijk maken dat je het niet oké vindt?
 - Zou je iets kunnen zeggen wanneer dit zou voorvallen? Wat dan?
 - Moest dit gebeuren, zou je er dan met iemand over kunnen praten?
 - Denk je dat dit voor iedereen niet oké is? Kan je je voorstellen dat sommigen dit wel oké vinden?
- Koos je voor oranje?
 - Wat maakt dat je het niet zeker weet?
 - Vind je het soms wel oke, soms niet? Wat maakt dan dat het wel/niet oké zou zijn?
- Koos je voor groen?
 - Wat maakt dat dit voor jou oké is?
 - Denk je dat dit voor iedereen oké zou zijn? Kan je je voorstellen dat sommigen dit niet oké vinden?

Er zijn geen foute antwoorden en er kunnen verschillen van aanvoelen zijn.

De situaties

- Een jongen die je niet kent, toont je porno op de bus.
- Je tante zoent je elke keer op je mond.
- Je beste maatje geeft je een knuffel.
- Je sportleerkracht zegt dat het normaal is dat ze je overal mogen aanraken.
- Een van je ouders komt binnen terwijl jij onder de douche staat.
- Een vriend/vriendin vertelt je iets en zegt erbij "Dit is ons geheim, als je het verklapt haat ik je".
- Je liefde vindt dat jullie moeten tongzoenen. Anders is het uit.
- De turnleerkracht gluurde naar je blote lichaam onder de douche.
- Een vriendinnetje van school vraagt of ze met jou in hetzelfde bed mag slapen.
- Je buurmeisje van 15 jaar is zwanger.
- Een oud mevrouwtje dat je tegenkomt in de supermarkt geeft je een aai over je hoofd.
- Je broer dwingt je om paard en ruiter te spelen. Jij moet hem dragen.

BRON: 'K ZAG 2 BEREN – SENSOA

**Materiaal**

[YouTube filmpje "Toestemming: zo simpel als thee"](#)

Doelstellingen

De leerlingen:

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

Werkwijze

Bekijk samen met je leerlingen het [filmpje over toestemming](#). Zoek nadien met de hele klas antwoord op volgende vragen. Hoe denken de kinderen er over? Maak er een (kort) klasgesprek van.

- Is het altijd makkelijk om te zeggen of je iets wil of niet? Waarom wel/niet?
- Moet je steeds een reden hebben om iets niet (of wel) te willen? Moet je die altijd vertellen?
- Mag je iemand slaan als die iets doet wat jij niet wil? Waarom wel/niet?

BRON: SENSOA

2.3 Ik wil contact



Materiaal

- zie [bijlage 4](#) voor de 'Situatiekaartjes'
- zie [bijlage 5](#) voor de 'Checklist contactsignalen'

Doelstellingen

De leerlingen:

- zien in welke lichaamshoudingen uitnodigen tot contact en welke niet.

Werkwijze

Zonder veel uit te leggen vraag je twee leerlingen om naar voren te komen om een rollenspel te spelen. Eens vooraan krijgen de twee leerlingen elk een kaartje met daarop een situatie/rol uit [bijlage 4](#) die ze moeten naspelen. De bedoeling is dat ze dit heel spontaan naspelen, zo komen de natuurlijke lichaamsuitingen en contactsignalen het best tot uiting. Nadien bespreek je met de klas de bijhorende reflectievragen.

Is de drempel voor jouw leerlingen te groot om vooraan te komen staan? Of wil je hen om een andere reden per twee laten werken? Deel dan de situaties uit en laat de leerlingen allemaal tegelijkertijd hun specifieke situatie uitspelen. Nadien kan je dan tezamen reflecteren.

Na elke situatie bespreek je de lichaamshouding van de spelers met de klas. Je kan hiervoor best wat noteren op het bord. Zo kan je, nadat enkele/alle situaties zijn doorlopen, heel makkelijk aantonen hoe belangrijk lichaamstaal is bij het contact leggen met anderen.

Nabespreking

Bespreek klassikaal hoe je kan tonen of je iets wil of niet via je lichaam. Dat kan bijvoorbeeld door:

- Lichaamshouding
- Lichaamsbeweging en gebaren
- Gezichtsuitdrukking (oogcontact en glimlach)
- Afstand-nabijheid en aanrakingen

Er zijn signalen die wijzen op het feit of iemand aanspreekbaar of benaderbaar is, er zijn signalen die eerder zeggen "laat me met rust". Laat de leerlingen, door wat ze zelf observeerden, zien dat je op verschillende manieren kan laten zien of je iets wil of niet. Gebruik ook de 'Checklist contactsignalen' uit [bijlage 5](#) om te bekijken hoe je net kan zien of iemand eerder wel/geen contact wil.

BRON: WERKGROEP GOEDE MINNAARS - CGSO TREFPUNT

**Materiaal**

zie [bijlage 6](#) voor het werkblad 'Over de Grens'

Doelstellingen

De leerlingen:

- zien in dat er verschillende strategieën zijn om op ongewenst seksueel getint gedrag op internet te reageren;
- weten hoe je efficiënt op ongewenste seksuele verzoeken kan reageren.

Werkwijze

Leg je leerlingen uit dat iedereen anders reageert op situaties waarin ze geconfronteerd worden met grensoverschrijdend gedrag. Sommigen gaan praten, anderen gaan vechten of proberen de situatie te negeren. Nog anderen lossen het op met humor.

Je zal situaties voorlezen. De leerlingen moeten zich hierbij inbeelden dat deze situaties bij hen gebeuren en dat ze voor hen ongewenst zijn. Hoe zouden zij reageren? Vraag hen telkens vijf tellen te wachten en vervolgens te reageren met één van de afgesproken gebaren.

Elk gebaar, dit spreek je af met je leerlingen, staat voor een bepaalde reactie. Je kan met je leerlingen eigen gebaren verzinnen of gebruik maken van een van onze voorbeelden.

- Vechten (schelden, boos worden, de andere uitlachen, slaan, pesten ...)
 - Voorbeeld bijhorend gebaar: vuisten in vechthouding ...
- Vluchten/ontwijken (over iets anders beginnen praten, blokkeren, negeren ...)
 - Voorbeelden bijhorend gebaar: omdraaien, ogen bedekken
- Confronteren, "stop" zeggen (zeggen dat het hem/haar niets aangaat, dat hij/zij normaal moet doen, dat je het niet wil doen of zeggen, zeggen dat je er een volwassene bijhaalt ...)
 - Voorbeelden bijhorend gebaar: handen in de zij, hand voor je uitsteken (stopteken) ...
- Humor (er een mopje over maken, het weglachen, een grapje uithalen ...)
 - Voorbeelden bijhorend gebaar: grote glimlach tonen, (stil) gniffelen in de hand ...

Na het uitleggen van de gebaren ga je met de leerlingen in een kring staan en vraag hen om de ogen te sluiten. Lees de eerste situatie van het werkblad 'Over de grens' voor. Laat de leerlingen reageren met de afgesproken gebaren en geef wanneer iedereen een keuze heeft gemaakt, het signaal om de ogen terug te openen.

Bespreek daarna kort de keuze van de leerlingen:

- Wat zijn de voor- en de nadelen van de reacties?
- Wat zou het effect zijn van hun reacties?
- Welke reacties zijn wel of niet effectief?

Doe daarna hetzelfde met de andere situaties op het werkblad. Zijn er nog andere mogelijkheden om te reageren?

Maak als besluit een top drie van de meest effectieve reacties volgens de jongeren.

BRON: GOEDE MINNAARS – SENSOA

3 Hulp vragen

**Materiaal**

[zie bijlage 7](#) voor het werkblad 'Vertrouwenspersonen'

Doelstellingen

De leerlingen:

- zien in wat je kan doen als er iets gebeurt dat je raar of vervelend vindt, of als iemand je dwingt, of als er een slecht geheim is;
- weten wie hun vertrouwenspersonen zijn.

Werkwijze

Vertel dat er maar één ding is dat je moet doen wanneer er iets gebeurt dat je raar of vervelend vindt, of als iemand je dwingt, of als er een slecht geheim verteld is. Je moet het zeggen! Vertel het aan iemand! Niet beschaamd zijn, geen schrik hebben voor de gevolgen, maar het zeggen. Als je het niet zegt, kan niemand je helpen.

Ieder van ons heeft vertrouwenspersonen nodig. Dit zijn volwassen mensen die je kan vertrouwen, en die je zullen helpen. Laat elke leerling individueel 5 vertrouwenspersonen invullen op het werkblad. Je hebt er 1 aan elke vinger van je hand!

Hoe weet je wie je vertrouwenspersoon is? Iemand die je kan vertrouwen zegt:

- "Ik geloof je."
- "Het is niet jouw schuld."
- "Heel vervelend dat dit is gebeurd."
- "Goed dat je het mij vertelt."
- "Ik zal je helpen."

Vertel het tot je iemand je gelooft en helpt!

Nabespreking

Doe een vertelronde met de klas. Wie wil kan kort vertellen over iemand die heeft geholpen nadat je die persoon in vertrouwen had genomen. Start zelf met een eigen verhaal. Vernoem ook enkele vertrouwenspersonen binnen je school en leg uit wat een psycholoog doet.

BRON: 'K ZAG 2 BEREN – SENSOA

4 Online

**Materiaal**

zie bijlage 8 voor het werkblad 'Moeilijk of gemakkelijk?'

Doelstellingen

De leerlingen

- zien in dat nieuwe media de drempel om te communiceren verlaagd hebben;
- zien in dat het communicatiemedium de inhoud van de boodschap beïnvloedt;
- beseffen welke de mogelijkheden en beperkingen zijn van communicatie via nieuwe media.

Werkwijze 1

Geef de leerlingen het werkblad 'Moeilijk of gemakkelijk?' en vraag hen dit individueel in te vullen. Laat de leerlingen vervolgens per twee hun antwoorden vergelijken en vraag hen de onderlinge verschillen te bespreken. Selecteer een aantal situaties van het werkblad en bespreek deze klassikaal:

- Op welke manier is communiceren via internet/gsm gemakkelijker of moeilijker?
- Wanneer krijg je de meeste informatie?
- Waaraan zie je dat mensen boos zijn, of gegeneerd, of verliefd?
- Welke boodschappen kunnen wel of niet via nieuwe media worden overgebracht?

Draai de situatie om van zender naar ontvanger. Voorbeeld: hoe zou jij het vinden wanneer iemand je een intieme vraag stelt face-to-face, via de telefoon, via een berichtje of via sociale media (Facebook, Instagram, Snapchat ...)?

Werkwijze 2

Verdeel de klas in verschillende zones, volgens communicatiemedium: face-to-face, telefoongesprek, berichtje en sociale media (Facebook, Instagram, Snapchat ...). Overloop de situaties op het werkblad. Vraag de leerlingen welk medium zij zouden gebruiken in de gegeven situatie en zich naar de zone in kwestie te begeven. Voorbeeld: welk medium zou jij gebruiken om je te verontschuldigen?

Ga in op de verschillen in de klas. Bespreek de voor- en nadelen van de verschillende keuzes.

Draai de situatie om van zender naar ontvanger: via welk medium wil jij het liefst de boodschap ontvangen? Voorbeeld: Hoe wil jij dat iemand zich bij jou verontschuldigt?

Nabespreking

Communicatie gebeurt vooral non-verbaal, wat je bij heel wat nieuwe media mist.

- Waar let je op als je berichten krijgt?
- Zijn er goede of slechte berichten?
- Waar let je op als je berichten stuurt?
- Hoe kan je het gebrek aan non-verbale communicatie oplossen?

4.2 Zelftest



Materiaal

zie bijlage 9 voor het werkblad 'Zelftest'

Doelstellingen

De leerlingen:

- zien in welk risicogedrag ze stellen op het internet.

Werkwijze

Deel het werkblad met de zelftest uit en laat de leerlingen de test individueel invullen door een kruisje te zetten bij de vakjes die op hen van toepassing zijn.

Overloop daarna klassikaal de verschillende items en schrijf voor elk item de score op het bord. Één betekent dat dit item niet erg risicovol is, vier betekent dat er een groot risico aan het item verbonden is.

Laat de leerlingen zelf hun eindscore berekenen. Lees daarna het advies per eindscore voor.

Nabespreking

Bespreek met je klas:

- Ben je akkoord met je eindscore en het gegeven advies?
- Wat zou je zelf als advies toevoegen?
- Overloop de risicovolle items en bespreek met de leerlingen waarom dit risicovol kan zijn en wat zij hiervan vinden.

Score en advies

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	4	3	2	2	4	2	1	2	3

11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	4	1	3	4	1	2	2	3	2

Eindscore 0 – 12: Jij bent de King of Queen van het web! Je let goed op je privacy met respect voor jezelf en anderen. Proficiat!

Eindscore 12-25: Jij weet best wat gevaarlijk is en wat niet kan, maar af en toe denk je daar liever niet aan. Geef jezelf toch maar niet helemaal bloot online. En denk eraan: aan de andere kant van de computer zit altijd een echte persoon.

Eindscore 25+: Jij bent je niet voldoende bewust van de risico's van het internet. Denk eraan: doe nooit iets op internet wat je in het echte leven ook niet zou doen. Je hebt het misschien nog niet gemerkt, maar iets dat je op internet doet of zegt, kan later vervelende gevolgen hebben.

**Materiaal**

zie [bijlage 10](#) voor het werkblad 'Risico inschatting'

Doelstellingen

De leerlingen:

- beseffen welke risico's verbonden zijn aan nieuwe media;
- beseffen welke elementen van een situatie een risico kunnen inhouden;
- kunnen risico's inschatten en rangschikken van gevaarlijk naar minder gevaarlijk;
- zien in dat de beoordeling van een risico individueel is.

Werkwijze

Verdeel de klas in kleine groepjes (4 à 5 leerlingen) en geef elk groepje een kopie van het werkblad 'Risico inschatting'. Vraag de groepjes om de situaties te rangschikken van 1 (weinig risico) tot 10 (veel risico). De leerlingen moeten tot een consensus komen. Overloop de resultaten en bespreek de argumentatie die ze voor de volgorde geven. Waarom vinden zij een bepaalde situatie risicovol? Geef aanvullende informatie (www.clicksafe.be) waar nodig. Onder risico verstaan we wat in de gegeven situatie schade of nadeel zou kunnen berokkenen aan iemand: aan zichzelf (voorbeeld: een afspraak maken via internet) of aan iemand anders (voorbeeld: cyberpesten). Risico's kunnen ook worden onderverdeeld in thematische categorieën: privacy, seksueel grensoverschrijdend gedrag, cyberpesten.

Nabespreking

De beoordeling van een risico is individueel. Wat de ene als normaal ervaart, vindt de ander misschien erg. Wanneer je voor de grap een pornofilmpje toont, kan de ander dit bijvoorbeeld als choquerend ervaren. Laat de leerlingen zelf risicovolle situaties die zij (of mensen in hun omgeving) hebben meegemaakt, aanhalen.

BRON: CONNECTED

5 Bijlages

Werkblad 'Lastig?'

Vind je deze situatie lastig?

Je oma wil je graag drie zoenen geven wanneer ze je ziet met Nieuwjaar.



Een van je vriend(innen) is aanhankelijk en komt steeds dicht bij jou staan, raakt je veel aan en leunt steeds tegen je.



Je leerkracht geeft je een schouderklopje bij het teruggeven van een goede toets.



Je leerkracht komt je tijdens een taak helpen en geeft je een aai over je hoofd.



Je mama vraagt een kus voor je naar school vertrekt.



Je gaat naar een pretpark (bv. Disneyland) en iemand in een kostuum van een animatiefiguur (bv. Mickey Mouse) wil je een knuffel geven.



Je kleine broer/zus zit bij jou op school en komt je tijdens de speeltijd altijd een knuffel geven wanneer jij bij je vrienden staat.



Je wil je lief een kus op de mond geven, maar plots duwt hij/zij je mond open en steekt zijn tong in je mond.



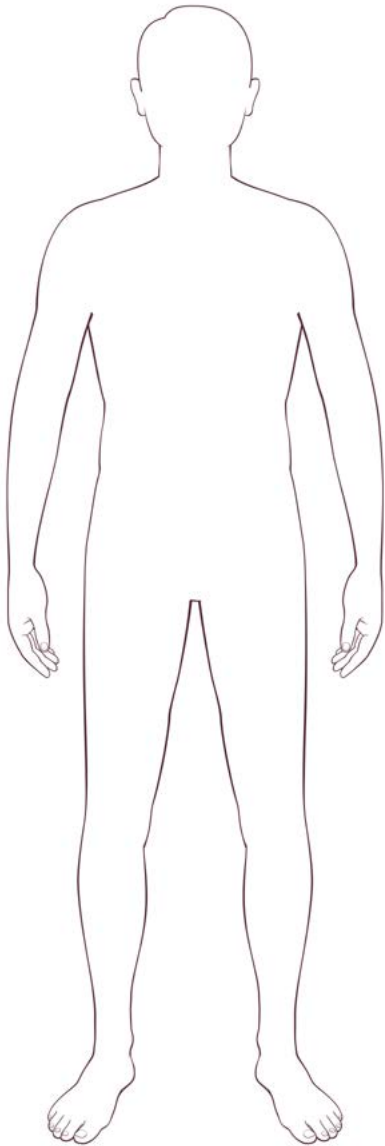
Je bent aan het wenen op de speelplaats en een vriendje komt je een knuffel geven om je te troosten.



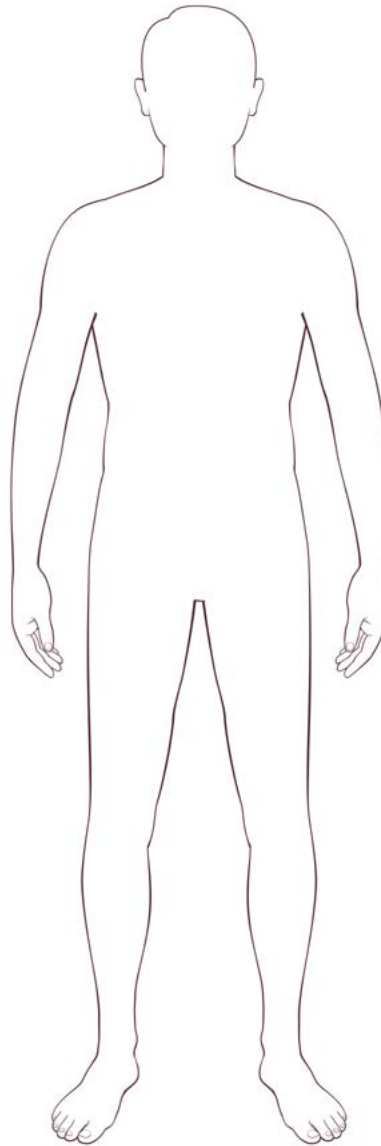
Je kleine zus/broer wil heel de tijd bij jou op de schoot zitten terwijl jij een spelletje speelt op de computer.



Werkblad 'menselijke figuur (man)'



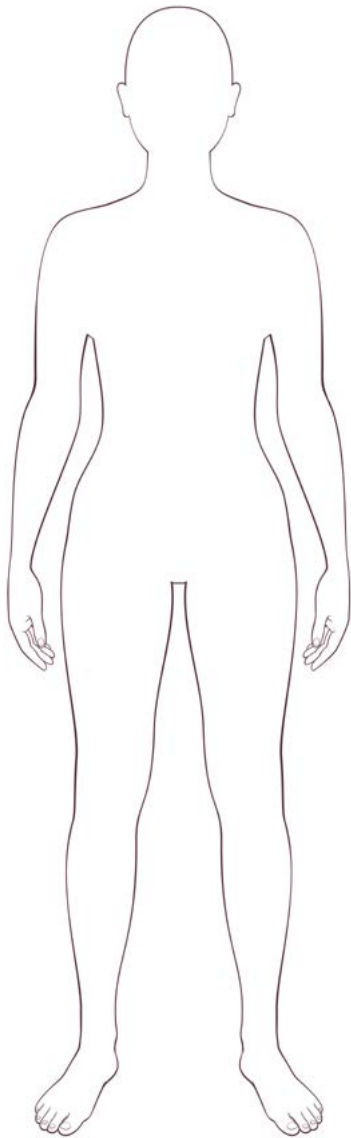
voorkant



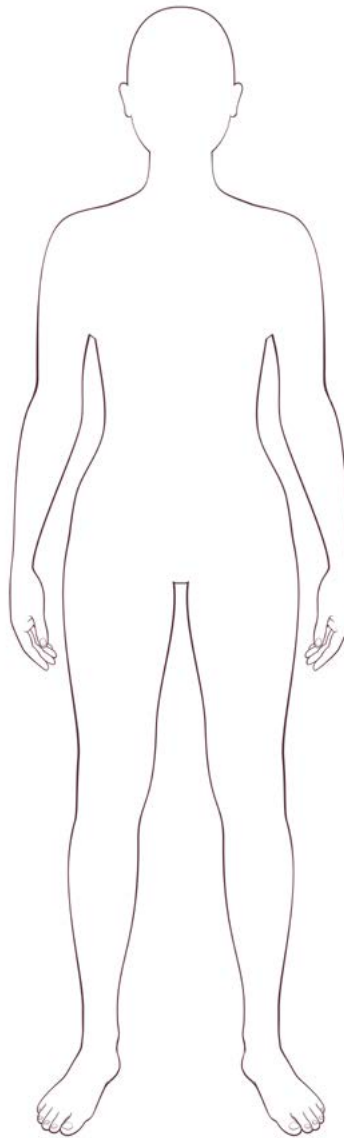
achterkant

-  Waar mogen mijn **ouders** mij aanraken?
-  Waar mogen mijn **zussen of broers** mij aanraken?
-  Waar mogen mijn **vrienden** mij aanraken?
-  Waar mag mijn **lief** mij aanraken?
-  Waar mag **iemand die me niet zo goed kent** me aanraken (bv. de buren, vrienden van je ouders)?

Werkblad 'menselijke figuur (vrouw)'



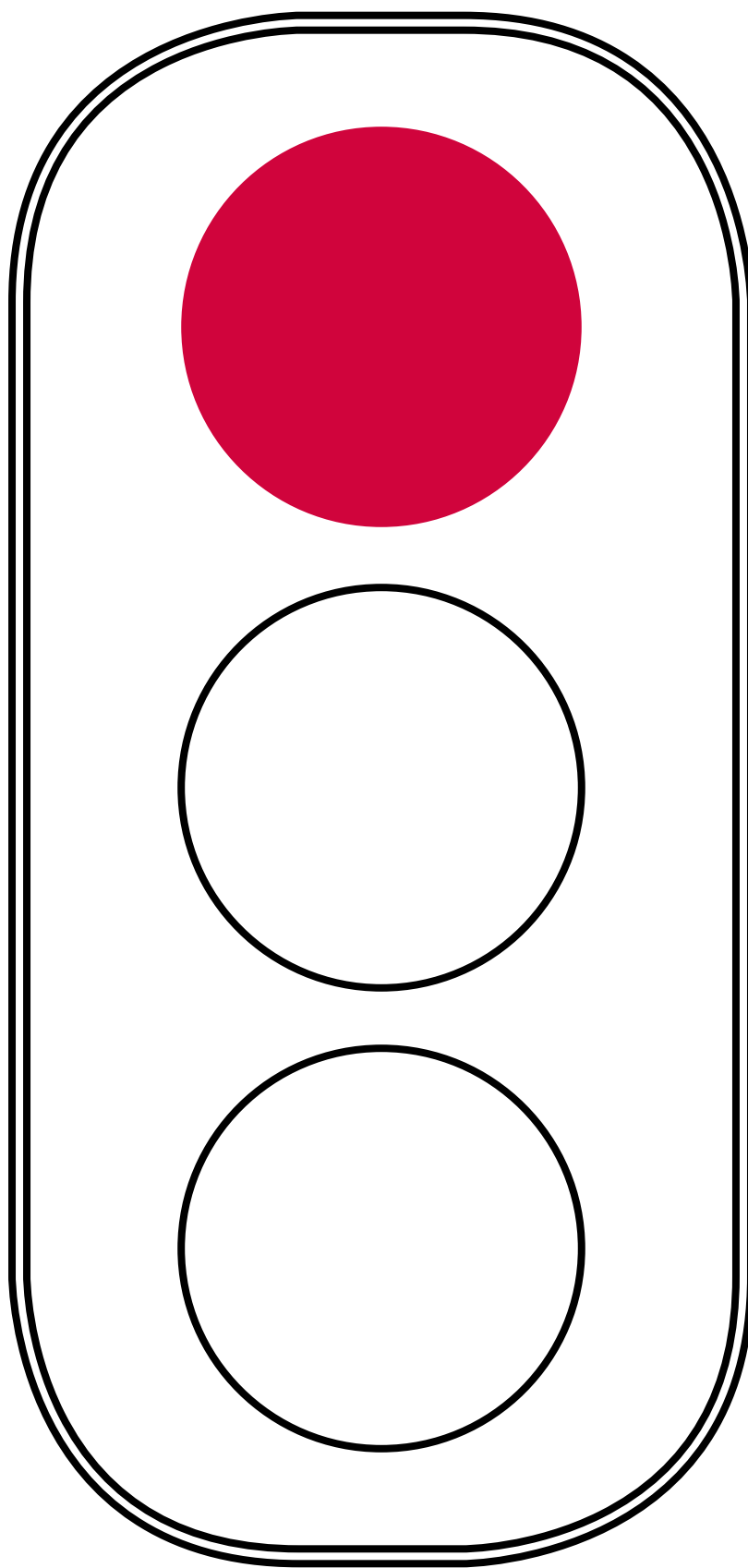
voorkant



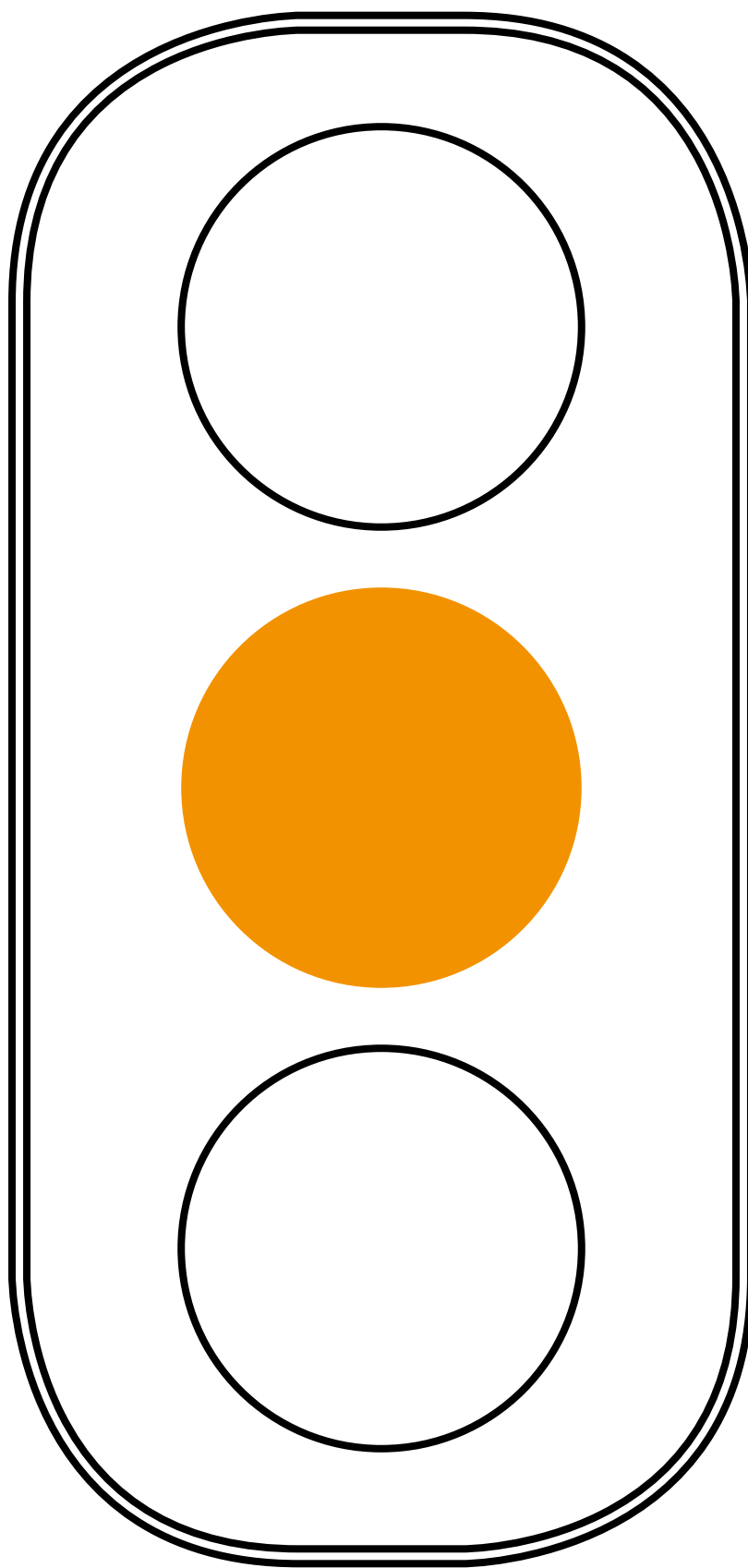
achterkant

-  Waar mogen mijn **ouders** mij aanraken?
-  Waar mogen mijn **zussen of broers** mij aanraken?
-  Waar mogen mijn **vrienden** mij aanraken?
-  Waar mag mijn **lief** mij aanraken?
-  Waar mag **iemand die me niet zo goed kent** me aanraken (bv. de buren, vrienden van je ouders)?

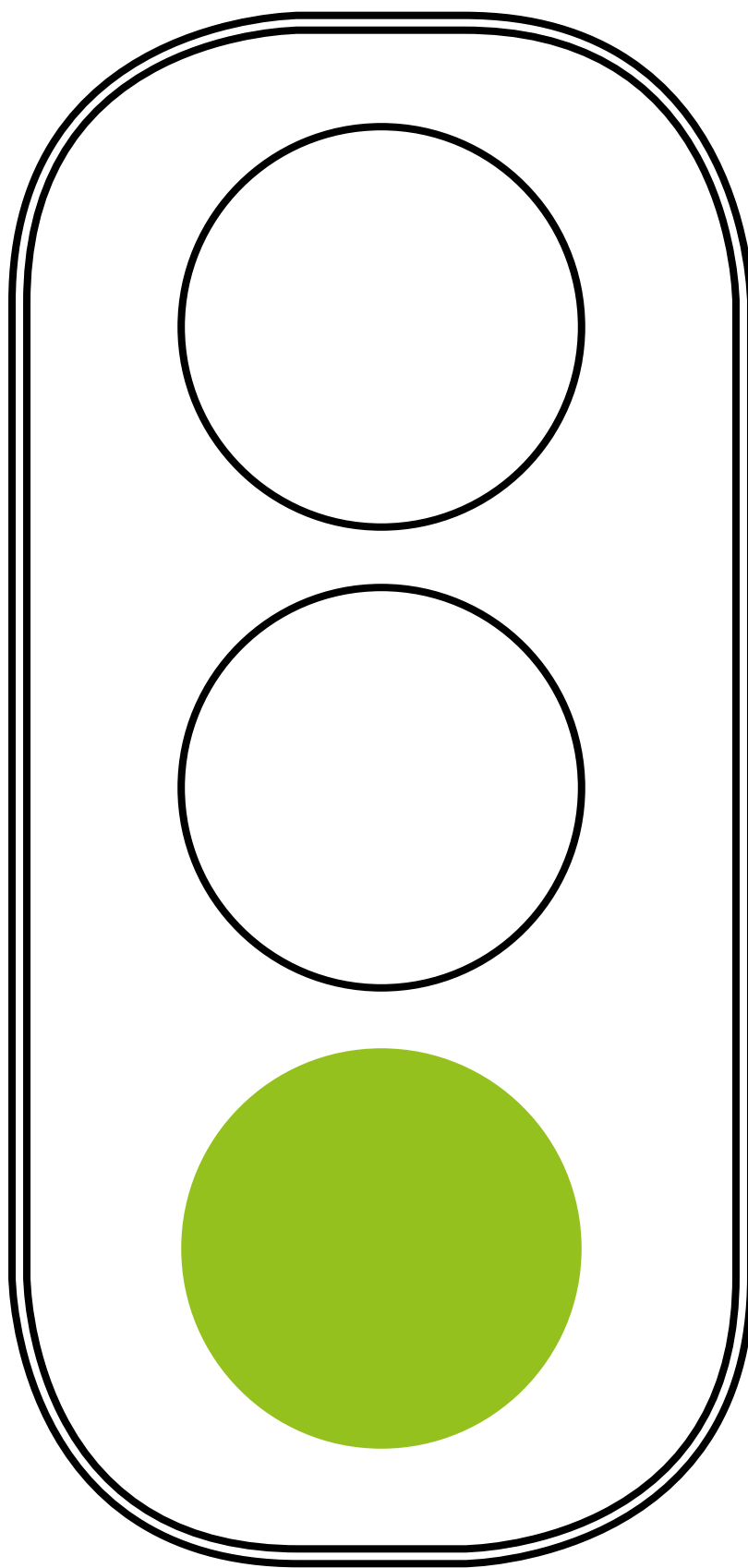
BIJLAGE 3:
'Stoplichten'



BIJLAGE 3:
'Stoplichten'



BIJLAGE 3:
'Stoplichten'



'Situatiekaartjes'



1

Ik wil een knuffel!

Persoon A: Jij wil de andere graag een knuffel geven. Maak dit duidelijk, probeer het. Opgelet, je mag niet praten. Gebruik je lichaamstaal.

1

Ik wil een knuffel!

Persoon B: De andere wil jou graag een knuffel geven. Jij wil dit niet. Maak dit duidelijk. Opgelet, je mag niet praten. Gebruik je lichaamstaal.

2

Ooooh, zo interessant!

Persoon A: Vertel aan je tegenspeler over je favoriete eten, je favoriete sport of hoe je weekend was. Meer hoeft je niet te doen.

2

Ooooh, zo interessant!

Persoon B: De andere persoon gaat iets vertellen. Jij moet tonen dat je echt héél geïnteresseerd bent in wat die vertelt. Maar, je mag niet praten. Gebruik dus je lichaamstaal om dit te laten zien.

3

Oma wil een zoen!

Persoon A: Jij speelt de oma van je tegenspeler. En jij wil een zoen. Vraag er om, dring aan. Oma's geven niet gauw op.

3

Oma wil een zoen!

Persoon B: Je tegenspeler speelt je oma. En oma wil een zoen! Maar, jij wil dit liever niet. Jij geeft liever een hand, een high five ... Probeer dit duidelijk te maken zonder te praten.

4

Aandacht vragen

Persoon A: Jij speelt de beste vriendin van de tegenspeler. Jij bent druk aan het babbelen met andere meisjes en hebt even helemaal geen aandacht voor je BFF.

4

Aandacht vragen

Persoon B: Jij wil graag iets tegen je beste vriendin vertellen. Je beste vriendin wordt gespeeld door je tegenspeler. Probeer door je lichaam te gebruiken haar aandacht te trekken.

5

Boeit niet!

Persoon A: Vertel aan je tegenspeler over je favoriete eten, je favoriete sport of hoe je weekend was. Meer hoeft je niet te doen.

5

Boeit niet!

Persoon B: De andere persoon gaat iets vertellen. Jij moet tonen dat je helemaal niet geïnteresseerd bent in wat die vertelt. Maar, je mag niet praten. Gebruik dus je lichaamstaal om dit te tonen.

'Checklist contactsignalen'

Het gedrag gaat over ...	De andere persoon wil eerder wel contact	De andere persoon wil eerder geen contact
... afstand - nabijheid	Dichtbij, naar voren leunen, opmerken, geen obstakels	Meer afstand, naar achteren leunen, negeren, obstakels
... aanrakingen	Zacht aanraken van armen/schouder met hand, zijkant van lichaam raakt de ander	Geen aanrakingen
... oogcontact	Wel oogcontact, langer oogcontact	Weinig of geen oogcontact
... lichaams-houding	Open houding: gericht naar de ander, geen armen of benen gekruist, gezicht naar ander gericht	Afgewend van de ander, armen of benen gekruist, andere barrières
... gezichts-uitdrukking	Vriendelijk, uitnodigend, veel knikken, glimlachen	Afwijzend, agressief, boos, weinig knikken of bevestiging, fronsen
... lichaams-beweging en gebaren	Ontspanning, asymmetrie van het lichaam	Gespannen houding, symmetrie van het lichaam
... uiterlijk	Kledij aangepast aan de gelegenheid en de groep	Kledij en opmaak die anders zijn en niet aangepast

Werkblad 'Over de grens'



Iemand die naast jou in de bus zit belt met zijn lief. Je hoort hoe hij tegen haar praat over seks en over hoe mooi hij haar vindt. Het is duidelijk een gesprek dat privé gehouden zou moeten worden maar doordat je naast hem zit kan je alles horen.

Iemand die je enkel online kent vraagt je een foto van jezelf te maken in je blootje.

Een klasgenoot heeft je ongevraagd gefilmd terwijl je op de wc zat.

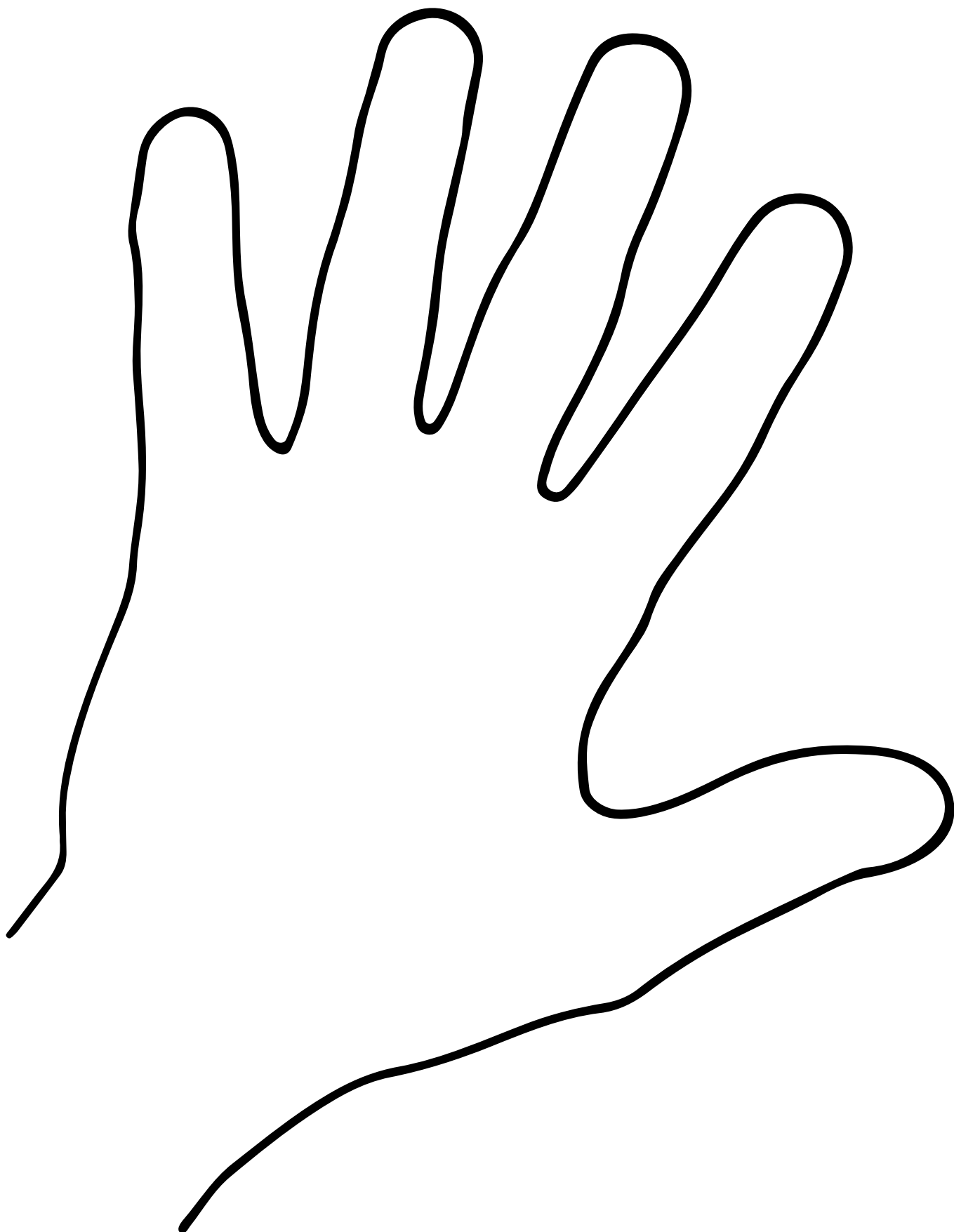
Je lief vraagt je om je uit te kleden voor de webcam. Je wil dit niet, maar hij/zij probeert je toch te overhalen.

Je hebt een link doorgestuurd gekregen. Je klikt hem open en ziet allemaal beelden van mensen die seks hebben (pornobeelden).

Een klasgenoot laat je via de gsm allemaal foto's zien van vrouwen in sexy lingerie.

Je krijgt ongevraagd naaktfoto's van een klasgenote toegestuurd.

Werkblad 'Vertrouwenspersonen'



BIJLAGE 8:

Werkblad 'Moeilijk of gemakkelijk?'

Hoe makkelijk of moeilijk vind jij dit?

Noteer in elk vakje het, voor jou, juiste aantal kruisjes.

✕ = echt gemakkelijk ✕✕ = niet zo gemakkelijk ✕✕✕ = wat moeilijk ✕✕✕✕ = echt moeilijk

	In een real life gesprek	Tijdens een telefoongesprek	Met een privé-berichtje	Via een comment op sociale media of openbare post
Iemand versieren				
Liegen				
Boos zijn				
Een geheim vertellen				
Je liefde voor iemand uiten				
Je lief dumpen				
Over een klasgenoot roddelen				
Het aanvragen				
Nieuwe vrienden maken				

Werkblad 'Zelftest'

Zet een kruisje in het vakje als de stelling op jou van toepassing is:

Ik heb al vrienden gemaakt via internet.

☐

Ik heb al eens alleen afgesproken met iemand die ik op internet heb leren kennen.

☐

Ik heb online al eens vervelende en gemene dingen gezegd tegen iemand.

☐

Als ik informatie opzoek, check ik niet altijd of de bron betrouwbaar is.

☐

Ik ben al wel eens per ongeluk terechtgekomen op sekssites.

☐

Ik heb al eens mijn adres of telefoonnummer gegeven aan iemand die ik enkel online ken.

☐

Ik heb al eens met iemand ruzie gemaakt omdat die online onvriendelijke dingen had gezegd.

☐

Ik schrijf soms online berichten terwijl ik boos ben.

☐

Ik heb een Facebook profiel en ken niet alle mensen die mijn Facebookvriend zijn.

☐

Als ik online met mensen praat, ga ik ervan uit dat ze zijn wie ze zeggen dat ze zijn.

☐

Ik heb als eens geheimen verteld aan mijn beste vrienden via sociale media.

☐

Ik heb al vervelende foto's van mezelf en anderen gepost.

☐

Ik heb minstens vier accounts op sociale media.

☐

Anderen kennen mijn paswoord.

☐

Iemand heeft mij al eens bedreigd online.

☐

Ik denk nooit lang na voor ik iets verstuur en controleer mijn bericht niet.

☐

Ik lieg wel eens op het internet, bijvoorbeeld over mijn leeftijd.

☐

Ik flirt wel eens online.

☐

Ik heb al eens gevideochat met iemand die ik niet kende.

☐

Ik schaam me niet voor wat ik voel en denk, dus ik deel alles online.

☐

Werkblad 'Risico inschatting'

Wat is het meest risicovol? Maak een top tien van onderstaande situaties.

Nummer 1 is volgens jou de meest risicovolle situatie, nummer 10 de minst risicovolle.

☐

Paulo (16) maakt een profiel aan op Facebook. Daarop vertelt hij dat hij homo is. Zijn ouders en vrienden weten dit nog niet. Paulo zet er ook een foto van zichzelf op.

☐

Sofie (13) is boos op haar stiefzusje. Om haar te pesten maakt ze een Facebookgroep over haar, met slogans en beledigende foto's. Ze stuurt haar vrienden een uitnodiging voor de 'Hate Anna'-groep.

☐

Milo (16) accepteert webcamverzoeken van onbekenden. Hij kleedt zich uit voor de webcam wanneer het gevraagd wordt.

☐

Sammy (14) chat met een onbekende jongen van 17 jaar en spreekt af om hem in de stad te ontmoeten. Hij vertelt zijn zus over de afspraak.

☐

Anissa (17) neemt met haar smartphone intieme foto's en stuurt die via Snapchat door naar haar lief.

☐

Manu (15) kijkt porno op de speelplaats, hij gebruikt hiervoor zijn smartphone. Hij laat de porno ook zien aan andere klasgenoten.

☐

Rachel (15) stuurt berichten via Snapchat met een man van 37. Hij zegt dat hij haar heel graag ziet.

☐

Ella en Adam (14) zijn beste vriendinnen: via WhatsApp vertellen ze elkaar alles en ze kennen elkaars paswoord voor elkaars profielen en smartphone. Ze beloven niets verder te vertellen.

☐

Hamed (16) heeft een blog. Hij vertelt er waar hij woont, waar hij op reis gaat, wie zijn lief is en hoe hij de eerste keer seks beleefd heeft.

☐

Nina (16) spreekt af met een jongen die ze via internet kent. Hij zal haar met een vriend komen ophalen. Niemand is op de hoogte.