

# Inhoud bovenbouw klas 4, 5, 6

<b>Introductie bovenbouw</b>	219
Onderwijspakket 'Relaties en seksualiteit'	219
De algemene informatie	219
De lessen voor de bovenbouw	219
Planningsformulier	219
Seksuele en relationele ontwikkeling in deze leeftijdsfase	219
Aandachtspunten	220
Cyclische opbouw	221
Intro les	224



# Introductie bovenbouw

## Onderwijspakket 'Relaties en seksualiteit'

De bedoeling van de lessen relationele en seksuele vorming is jongeren te ondersteunen bij de ontwikkeling tot een persoon

- die respect heeft voor het eigen lichaam en dat van anderen,
- die zich bewust is van eigen en andermans gevoelens, wensen, grenzen en opvattingen op het gebied van relaties en seksualiteit,
- die steeds beter verantwoorde beslissingen kan nemen op het gebied van relaties en seksualiteit.

'Relaties en seksualiteit' richt zich naast kennisverwerving vooral op meningsvorming en het aanleren van persoonlijke vaardigheden. De doelen en inhoud zijn gebaseerd op het Raamwerk Seksuele Vorming van de Rutgers Nisso Groep (Marneth, 1994 en 2005) en het proefschrift Anja Dietzel: *Gehörlos – sprachlos – missbraucht?!* Uitg. Dr. Kovaã

Bij de lessen gebruiken we de volgende driedeling:

1. Lichamelijke en emotionele ontwikkeling
2. Sociale ontwikkeling en relaties
3. Seksualiteit en gezondheid

## De lessen voor de bovenbouw

In dit pakket vindt u tal van suggesties om de relationele en seksuele vorming van jongeren in de bovenbouw (klas 4,5,6) te begeleiden door middel van lessen of door in te spelen op vragen en incidentele situaties. Bij een aantal activiteiten worden alledaagse situaties opgenoemd, die als aanknopingspunt kunnen dienen. Ga na of u in deze lessen suggesties kunt vinden die uitvoerbaar zijn of die u kunnen inspireren tot een eigen aanpak. Bij de map wordt ook extra materiaal geleverd, zoals bijvoorbeeld een dvd met interviews, films en documentaires. Dit materiaal wordt steeds aangegeven door de aanduiding 'zie bijgevoegd materiaal'.

En probeer een weerbaarheidstraining te realiseren, wanneer de leerlingen deze nog niet eerder hebben meegemaakt.

## Planningsformulier

Achterin elk pakket (na de kopieerbladen) zijn planningsformulieren opgenomen voor de docent. Elke docent kan daarop aantekenen welk onderwerp is behandeld of welke les is afgerond. Zo kan iedereen voor zichzelf een overzicht bijhouden van de lessen die al gedaan zijn en nog gedaan moeten worden. Maar ook bij het afstemmen met collega's is zo'n planningsformulier een handig hulpmiddel.

## Seksuele en relationele ontwikkeling in deze leeftijdsfase

Voor hun 16de levensjaar zijn vrijwel alle jongeren geslachtsrijp. Jongeren hebben vanaf 16 tot 18 jaar in eerste instantie kortdurende verkeringen, waarin het vrijen wordt uitprobeerd. Stap voor stap gaan de meeste jongeren verder. Gemiddeld zijn jongeren 16,6 jaar als ze hun eerste geslachtsgemeenschap meemaken. Ze vragen zich af of ze het wel goed doen, hoe ver ze willen gaan en hoe ver de ander wil gaan. Rond de 18 jaar hebben jongeren vaak één of meer langer durende relatie(s). In deze relatie(s) wordt meer gezocht naar emotionele betrokkenheid dan voorheen. De jongeren worden aldoende bekwaam in het omgaan met de ander. Onderhandelen is een belangrijk aspect

van het contact. Bijvoorbeeld over eigen en partners grenzen en over condoomgebruik. Dit onderhandelen gaat niet altijd gemakkelijk. Maar al te vaak wordt niet het gewenste resultaat bereikt en wordt zonder condoom gevreeën.

De meeste vragen van zestien- tot achttienjarigen gaan over anticonceptiegebruik en de mogelijke gevolgen ervan. Er heerst onder jongeren veel bezorgdheid over seksuele zaken. Vaak schamen jongeren zich dat ze weinig kennis hebben, waardoor ze dit niet zullen toegeven. Ze zullen steeds vaker belangrijke keuzen moeten maken. Bijvoorbeeld over hun seksuele voorkeur; over wel of niet seksueel actief zijn en de grenzen en over het gebruik van preventieve maatregelen

### Aandachtspunten

1. Dit thema vraagt om een veilige sfeer in de klas. Jongeren moeten het gevoel hebben dat ze vrijuit kunnen praten zonder dat ze de kans lopen uitgelachen te worden en zonder dat het wordt doorverteld.
2. Het inbrengen van eigen gevoelens en ervaringen (uit de eigen jeugd) werkt sfeerbevoorender. Maar het is ook belangrijk uw eigen grenzen te bewaken. Jongeren kunnen vragen stellen over uw privésituatie waarop u niet altijd wilt antwoorden. Wanneer u uitlegt dat u sommige dingen voor u zelf wilt houden, laat u jongeren zien dat er grenzen zijn.
3. Niet iedere jongere, en ook niet ieder volwassene, praat gemakkelijk over seksualiteit. Geef iedere jongere de mogelijkheid om zich te uiten en respecteer vooral het recht om te zwijgen.
4. Bij dit thema spelen uw eigen kennis, culturele en levensbeschouwelijke invloeden, persoonlijke ervaringen en omstandigheden een belangrijke rol. Het is dan ook niet mogelijk jongeren op neutrale, objectieve manier te begeleiden in hun relationele en seksuele ontwikkeling. Maar waak ervoor uw persoonlijke mening als enige 'waarheid' mee te geven. Probeer met een open, belangstellende en niet normerende houding de jongeren te bevragen.
5. Houd rekening met het feit dat jongeren verschillende achtergronden hebben. Niet alleen komen jongeren uit verschillende gezinnen die elk hun eigen seksuele normen en waarden hanteren, maar ook spelen culturele verschillen hierbij een rol. De verschillen tussen de situatie thuis en op school kunnen voor jongeren verwarrend zijn. Door deze verschillen te negeren, verdwijnen ze niet, maar worden ze eerder groter. Seksualiteit is in sommige gezinnen en culturen onbespreekbaar. Dit lespakket besteedt aandacht aan verschillende culturele normen en waarden op het gebied van seksualiteit en relaties. Verder is uit onderzoek gebleken dat jongens en meisjes verschillende educatieve behoeftes hebben, ook op het terrein van relaties en seksualiteit. Ook met deze verschillen houden de lessuggesties rekening.
6. Bij dit thema is het belangrijk ervoor te waken dat de privacy van gezinssituaties wordt aangetast of dat jongeren met ervaringen geconfronteerd worden, waar ze nog niet aan toe zijn.
7. Maar wacht niet af tot de jongeren zelf vragen stellen. Sommige jongeren stellen nu eenmaal weinig vragen.
8. Zorg ervoor dat jongeren altijd de mogelijkheid hebben anoniem vragen te stellen, of om u buiten de klassensituatie in vertrouwen te nemen.
9. Wees er alert op dat ingrijpende zaken, zoals seksueel misbruik, ook in uw klas kunnen voorkomen. Zorg dat u weet hoe hierop te reageren t.a.v. de jongere. Informeer u goed over de procedures en protocollen die in deze gevallen gevolgd worden op uw school.
10. Besteed aandacht aan roltoespraak en aan de doorbreking van exclusieve aandacht voor het hoeksteengezin en heteroseksualiteit.

### **Cyclische opbouw:**

De totale methode bestaat uit 10 à 13 lessen per leerjaar, vanaf de leeftijd van vier jaar tot en met achttien jaar. In groep 5 en 8 van de basisschool en klas 2 van het VSO worden er geen afzonderlijke lessen gegeven, maar worden er verhalende ontwerpen uitgevoerd. De leerlingen gaan dan projectmatig aan de slag met een aantal vragen en problemen die door de leerkracht/docent wordt aangereikt.

De lessen zijn verdeeld over tien onderwerpen. In de schema's vindt u een overzicht. De cyclische opbouw maakt het mogelijk om te springen door het lesaanbod. Is bijvoorbeeld een les over sociale codes voor uw klas nog te moeilijk, dan kunt u kijken of de lessen van eerdere klassen geschikter zijn voor uw leerlingen. Als u moeilijker materiaal zoekt, kunt u natuurlijk ook nagaan of het lesmateriaal van de hogere klassen meer geschikt is. Eén en ander is mede afhankelijk van wanneer de leerlingen instappen. Anno 2006 hebben de meeste leerlingen nog weinig systematisch aanbod gekregen. Dus wellicht is het verstandig, om in het eerste jaar dat deze lessen gegeven worden, eerst een goede inschatting te maken van de beginsituatie.

U kunt de lessen aanbieden in de genummerde volgorde, maar u kunt daar ook van afwijken. Wanneer u wilt beginnen met de minder beladen onderwerpen, begin dan met de lessen over vriendschap, roldoorbreking en zelf- en lichaamsbeeld. De lessen over voortplanting, hygiëne en gezondheid kunnen als meer informatieve en zakelijke lessen hier goed op volgen. Ten slotte kunt u de lessen over de beleving van seks, weerbaarheid/grensoverschrijdend gedrag, relaties en codes rondom seksualiteit aanbieden. Probeer, zoveel mogelijk, bij de actualiteit aan te sluiten. Populaire tv-programma's of verrassende nieuwsberichten zijn veelal mooie aanknopingspunten.

Wanneer u besluit te beginnen met de lessen van klas 4,5 of 6 is het van belang om voor iedere lessenserie de introles over regels en taalgebruik te geven. Als de leerlingen voor het eerst in dit schooljaar instappen, is het aan te raden om vóór de lessenserie en ná de introles ook de les 'Wat is seks eigenlijk?' te geven. (Zie les 8 van klas 1). In deze les onderzoeken de leerlingen wat ze onder seks verstaan. Voordat u de serie lessen geeft is het van belang dat hier duidelijkheid over bestaat.

onderwerp	Klas 1	Klas 2 Verhalend ontwerp (Afhankelijk van de vragen die de jongeren zelf hebben)	Klas 3
Zelfbeeld en lichaamsbeeld	- Wel of niet tevreden met je lijf	Verantwoordelijk voor het Jongerenbureau	- Zelfrespect en respect voor anderen - In de schoenen van een ander
Lichaamsbesef Beleving seksualiteit	- Onzinverhalen	Vragen over masturbatie beantwoorden	
Voortplanting - vruchtbaarheid - zwangerschap - bevalling	- Man en vrouw worden	Vragen over zwangerschap beantwoorden	Biobits
Roldoorbreking	- De wedstrijd		Stellingspel
Vriendschap en verliefd	- Doof of horend* - Waren zij ook verliefd?	Hoe maak je contact en ga je om met een blauwtje lopen? Gesprekken om de ander te kunnen helpen	- Versieren en verknallen - Gewoon Wouter
Relaties en samenlevingsvormen	- Doof of horend? * - Relaties	Vragen over homoseksualiteit	Burger Inn
Codes rondom seksualiteit	Wat is seks eigenlijk?	Welke regels zijn er nodig voor verantwoord internet gebruik Hoe geef je op een respectvolle manier informatie over seksualiteit?	Chatten en msn' en
Hygiëne/ gezondheid	- Voorbehoedsmiddelen	Vragen rond soa	Condooms en zo
Weerbaarheid en grensoverschrijdend gedrag	- Seksueel misbruik Jongens - Loverboys	Video in NGT of NmG	Over dwang

De lessen die met een sterretje \* aangegeven staan, passen binnen meerdere onderwerpen.

onderwerp	Klas 4	Klas 5	Klas 6
Zelfbeeld en lichaamsbeeld	The beauty and the beast	- Communicatieverschillen* - Romantiek	Hoe zie ik mezelf
Lichaamsbesef Beleving seksualiteit	- Wegwijs in de seks - De eerste keer	-Genieten van vrijen*	seksstress
Voortplanting - vruchtbaarheid - zwangerschap - bevalling	- zwanger...sneller dan je denkt	Genieten van vrijen*	Zwanger en dan...
Roldoorbreking	Echt of onecht?*	Communicatieverschillen*	Stereotypen en seks in tv-programma's
Vriendschap en verliefd		Vriendschap en zo	- Jij bent mijn vriend(in), omdat... - Soorten vriendschappen
Relaties en samenlevingsvormen	- Een jongere en dan...? - Vragen beantwoorden	- Zelfkennis - Ik wil iemand die...	Mijn vriend(in) zegt
Codes rondom seksualiteit	Echt of onecht* De eerste keer wanneer?	- Niet vrijen als - Carrouselspel - Vreemdgaan	- Oké of niet? - Seks en geld
Hygiëne/ gezondheid	- De aids-test - Het aids-bekerspel	Soa	- Risico nemen - En toen?
Weerbaarheid en grensoverschrijdend gedrag	- The accused	Seksueel misbruik	

De lessen die met een sterretje \* aangegeven staan, passen binnen meerdere onderwerpen.

## Introles

### Lesdoelen

Het creëren van een veilige en ontspannen sfeer voor de lessen door het maken van duidelijke afspraken, onder andere over de gebaren- en woordenschat.

### Vorbereiding

- Maak een vragendoos door een gleuf te knippen in het deksel van een schoendoos.
- Schrijf op drie grote vellen papier de woorden 'schuttingtaal', 'schooltaal' en 'dokterstaal'.

### Benodigdheden

- flap-over, grote vellen papier, stiften
- Post-it blaadjes
- vragendoos

### Introductie

Leg uit dat in het komende schooljaar onderwerpen rond relaties en seksualiteit in de lessen aan de orde zullen komen. Geef aan dat praten over relaties en seksualiteit anders is dan praten over Engels of wiskunde. Het is belangrijk dat iedereen zich veilig voelt en vragen durft te stellen. Daarom moeten er afspraken en gespreksregels zijn. Deze moeten duidelijk zijn voordat de lessen over relaties en seksualiteit beginnen.

Laat de leerlingen bedenken welke regels van belang zijn. Begin zelf met een voorbeeld. Schrijf de regels op een flap-over, zodat ze tijdens de lessen te zien zijn. U kunt ook de leerlingen eerst zelf regels laten schrijven op Post-it blaadjes. Orden deze regels plenair op een flap-over.

### Basisregels:

- Laat elkaar uitpraten.
- Niet elkaar uitlachen, wel samen lachen. (humor mag)
- Stel vragen, er zijn geen stomme vragen. Van vragen word je wijzer en meestal ben je niet de enige met die vraag.
- Als je niet mee wilt praten, hoeft het niet.  
(Het is de bedoeling dat iedereen actief aan de lessen meedoet, maar er is ook ruimte om de eigen grenzen aan te geven.)
- De gesprekken in de klas zijn privé. Wat tijdens de lessen in de klas wordt verteld, wordt niet aan anderen doorverteld.
- Tijdens de lessen staan mobiele telefoons uit.

Bespreek de regels met de leerlingen en spreek met hen af dat ze zich tijdens de lessen over relaties en seksualiteit aan deze regels zullen houden. Toets de regels in de praktijk tijdens de lessen en scherp ze verder aan. Ontbreken er nog regels?

### Kern

Geef aan dat het ook belangrijk is om af te spreken welke taal tijdens de lessen gebruikt wordt. Laat de leerlingen in kleine groepjes op een groot vel papier alle woorden opschrijven of de gebaren tekenen die ze kennen over seksualiteit. Ze kunnen ze eventueel opzoeken op internet, het gebarenwoordenboek op [www.fffathaguyot.nl](http://www.fffathaguyot.nl) of [www.gebarentrum.nl](http://www.gebarentrum.nl). Of met behulp van de cd-rom met gebaren rond relatie en seksualiteit. (Uitgave voorjaar 2006. Te bestellen bij het Nederlands Gebarentrum: [www.gebarentrum.nl](http://www.gebarentrum.nl))

Hang de vellen papier op het bord en bevrage de leerlingen over de betekenis van de begrippen. Vraag steeds goed door en schrijf de definitie op het bord. Vul



de lijst zondig aan, afhankelijk van de leeftijd van de leerlingen.  
Deel daarna de vellen papier weer uit en zorg daarbij dat iedere groep het vel papier van een andere groep krijgt. Laat de leerlingen de woorden en gebaren omcirkelen die ze tijdens de lessen willen gebruiken.  
Hang de drie vellen met 'schuttingtaal', 'schooltaal' en 'dokterstaal' op het bord. Schrijf en teken met hulp van de leerlingen de gevonden woorden en gebaren op het juiste blad. Op welk blad staan de meeste van de woorden die ze omcirkeld hebben? Spreek af welke gebaren in de klas worden gebruikt.  
Ga na welke woorden en gebaren een dubbele betekenis hebben.  
Bewaar de vellen papier, zodat u ze aan kunt vullen als dat aan de orde is.

Geef ondertussen de volgende informatie:

Sommige woorden met betrekking tot relaties en seksualiteit gebruik je thuis en op school. Die horen bij de gewone gebarentaal of spreektaal.

Je kunt niet alle woorden/gebaren thuis gebruiken. Maar misschien kun je er thuis sowieso al weinig over praten. Veel mensen vinden seksualiteit iets persoonlijks. Ze willen er niet met iedereen over praten. Ze gebruiken de woorden/gebaren die we opgeschreven hebben niet. Ze zeggen: van anderen, of: tussen je benen of wijzen er verlegen naar.

De dokter gebruikt soms nog andere woorden. Dat zijn Latijnse woorden. Je zou het dokterstaal kunnen noemen.

Andere woorden zijn grover. Dat wordt schuttingtaal genoemd. Vraag aan de leerlingen of zij kunnen raden waarom het zo heet. Leg zondig uit dat schuttingtaal zo genoemd wordt, omdat deze woorden/gebaren vaak op muren of schuttingen gezet worden, als graffiti.

Door schuttingtaal te gebruiken, spreek je met weinig respect over seksualiteit. Op de tv of op internet zie je dat vaak. Sommige jongeren en volwassenen vinden dat stoer. Of ze voelen zich minder verlegen als ze schuttingtaal gebruiken. Vaak gebruiken mensen ook schuttingtaal om mee te schelden. Weten de leerlingen daar voorbeelden van? In de NGT heb je bijvoorbeeld het scheldwoord LUL; dat is anders dan het gebaar voor LUL in de gewone betekenis..

### *Afsluiting*

Introduceer de vragendoos, waarin de leerlingen hun vragen kunnen doen over dit onderwerp, als ze hun vragen niet in de les durven stellen. Vraag de leerlingen om uit te leggen waarom leerlingen dat lastig zouden kunnen vinden. Leg uit dat ze de vragen anoniem mogen stellen en vertel wanneer de vragen beantwoord worden. Streef ernaar om de vragen op een vast moment tijdens mentoren of tijdens de lessen relaties en seksualiteit te beantwoorden. Kijk zelf ruim voor de les of en welke vragen er zijn. Meld het ook als er geen vragen zijn.

Bespreek met de leerlingen wanneer ze individueel met vragen kunnen komen of aan wie ze die kunnen stellen, afhankelijk van de school de interne contactpersoon, counselor of mentor.

### *Suggesties/ideeën/tips*

- Geef de opdracht om tijdens het verzamelen van de woorden gedurende vijf minuten zoveel mogelijk woorden en gebaren met betrekking tot seksualiteit op te schrijven of te tekenen. Tel daarna welke groep de meeste woorden/gebaren heeft.
- Laat de leerlingen om de beurt één van de afgesproken gebaren maken en maak er een foto van. Stel zo een sekswoordenboek samen.
- Laat de leerlingen zelf een vragendoos maken. Voor het beplakken van de doos kunt u hen bijvoorbeeld tijdschriften als *Break out!* laten gebruiken.
- Op de dvd *Vaginaverhalen* van het Handtheater staat een fragment waarin in één minuut (5.28 tot 6.28) veel benamingen voor de vagina gegeven worden.

Het fragment is heel illustratief voor dove en slechthorende jongeren. Vaak weten ze niet dat er zoveel namen bestaan. Laat de leerlingen naar aanleiding van dit fragment op zoek gaan naar meer namen voor bijvoorbeeld borsten of penis.

- Geef de lijst met gespreksregels mee naar het volgende leerjaar of stel ieder leerjaar opnieuw een lijst met afspraken en gespreksregels op.