

## Wat is seks

### Leerdoelen

- Je leert dat opvattingen over seksualiteit per persoon kunnen verschillen
- Je leert dat seksualiteit verschillende gevoelens kan losmaken
- Je leert dat het niet voor iedereen gemakkelijk is om over seks te praten

### Inleiding

Vandaag gaan we praten over seks. Wat is dat eigenlijk? Welke woorden kennen we ervoor en vind je prettig om te gebruiken? Daarnaast bespreken we hoe het is om het over seks te praten.



### Opdracht 1: Praten over seks

#### Benodigdheden

- Werkblad 'Vragen over seks'

Waarom is seks een moeilijk onderwerp om over te praten en hoe kun je dat makkelijker maken?

Maak het werkblad, beantwoord eerst de vragen voor jezelf en stel daarna dezelfde vragen aan een vriendje of vriendinnetje (misschien kun je een klasgenootje bellen). Stel vervolgens dezelfde vragen aan een volwassene zoals een van jouw ouders of een andere volwassene uit je omgeving. Je komt er dan achter hoe volwassenen over seks denken. Hoe werd er vroeger bij hen thuis over seks gesproken? Is dat anders dan nu?

Besprek de verschillen met één van jouw ouders of een andere volwassene uit jouw omgeving aan de hand van de volgende vragen:

- Hoe vond je het om deze vragen te beantwoorden?
- Hoe vond je het om deze vragen te stellen aan een ander?
- Was het anders om het aan een leeftijdsgenootje te vragen dan aan een volwassene?
- Hoe denk je dat de ander het ervaren heeft?
- Zijn de antwoorden van je leeftijdsgenootjes erg verschillend dan die van jezelf?
- Zijn de antwoorden van de volwassene erg verschillend dan die van jezelf en van je leeftijdsgenootje?
- Waarom denk je dat ze verschillend zijn?

Bekijk de onderstaande stellingen. Welke past het best bij jou? En welke past het best bij jouw ouders of volwassene met wie je net de verschillen hebt besproken?

- Ik vind het iets privés om over seks te praten, daarom vind ik het moeilijk om daar met anderen over te praten.
- Thuis praten we er niet over, ik heb het dus niet geleerd, en vind het daarom moeilijk om over te praten.
- Ik weet niet zo veel van seks en vind het daarom moeilijk om over te praten.
- Ik vind dat het heel normaal is, iedereen heeft een geslachtsdeel en gaat later waarschijnlijk ook seks hebben, dus ik vind het niet moeilijk om over te praten.
- Mijn ouders praten er heel open over, ik vind het daarom zelf ook niet moeilijk om er over te praten.

Besprek samen waarom het moeilijk is om er over te praten en wat het makkelijker maakt om er over te praten. Kijk ook of er een verschil is in met wie je praat (ouders, vriendjes, klasgenootjes). En of het verschil maakt waar je over praat.



### Afronding

Nu weet je wat meer over seks en welke gevoelens erbij kunnen komen kijken. Zoals je hebt gezien, bestaan er veel verschillende ideeën over wat seks inhoudt. Het is niet in elke cultuur gebruikelijk om openlijk over seks te praten, maar ieder mens heeft seksuele gevoelens; dat is heel normaal. Mensen hebben seks met elkaar omdat ze dat prettig vinden en/of omdat ze van iemand houden. En soms omdat ze graag een kindje willen. Seks is prettig als het zonder dwang en vrijwillig gebeurt en als je daarbij kan zeggen wat je fijn vindt. Seks is ook alleen maar leuk, als je het doet wanneer je er aan toe bent en als de ander dit ook wilt. Vaak is dit pas als je veel ouder bent. Er over praten helpt, zo wordt het makkelijker om er vragen over te stellen en om een ander te laten weten of je iets wel of niet wilt.

### Boeken, filmpjes en websites die aansluiten bij deze les:

Pubergids: <https://pubergids.rutgers.media/>

*Ben jij ook op mij?* Sanderijn van der Doef, Ploegsma, 2011

*Dokter Corrie geeft antwoord.* Niki Padidar ism NTR, 2017

**1. Wat is seks?**

Dit zeg ik:

.....  
.....  
.....

Dit zegt een leeftijdsgenoot:

.....  
.....  
.....

Dit zegt een volwassene:

.....  
.....  
.....

**2. Welke gevoelens horen bij het woord seks? Bijvoorbeeld: verliefdheid, liefde, opwinding, zenuwachtigheid, verlegen, raar, blijdschap, helemaal niet leuk, warm, koud, saai, vreselijk.**

Dit zeg ik:

.....  
.....  
.....

Dit zegt een leeftijdsgenoot:

.....  
.....  
.....

Dit zegt een volwassene:

.....  
.....  
.....

**3. Welke gedragingen horen bij het woord seks? Bijvoorbeeld: zoenen, aaien, strelen, arm om elkaar heen slaan, kijken naar elkaar, lachen naar elkaar, kijken naar anderen, uitkleden, elkaar strelen onder de kleren, vrijen, tongzoenen.**

Dit zeg ik:

.....  
.....  
.....

Dit zegt een leeftijdsgenoot:

.....  
.....  
.....

Dit zegt een volwassene:

.....  
.....  
.....