

Seksualiteit, aanraken prettig of niet prettig

Instructie 4.1



15 minuten



individueel



groep



Jeugd LVB

Doel

De cliënt kan benoemen welke aanrakingen hij prettig of niet prettig vindt.

De cliënt vertelt door wie hij wel of niet aangeraakt wil worden.

Benodigheden en voorbereiding



- Infoblad: "Seksualiteit, aanraken. Gebruik het derde deel van het infoblad: "Aanraken prettig of niet prettig".
- Van sommige werkbladen zijn verschillende versies: vrouw, man en huidskleur. Kies de versie die past bij de cliënt.
- Groene en rode stift.

Instructie

Moment 1.

- Pak de set met werkbladen erbij die past bij de cliënt. Bijvoorbeeld: Als de cliënt een vrouw is pak je de werkbladen 4.2 t/m 4.5 waarop de vrouw is afgebeeld erbij.
- Als je verkering hebt dan raak je elkaar aan. Je kan elkaar aanraken met kleren, maar ook zonder kleren. Waar wil de cliënt aangeraakt worden door zijn partner en waar mag de cliënt zijn partner aanraken?
- Raken de cliënt en zijn partner elkaar ook aan? Is dat met kleren aan of ook wel zonder kleren. Hoe voelt dit prettig of niet prettig? Vul samen werkblad 4.1 in.
- Je gaat samen eerst kijken waar de cliënt door zijn partner aangeraakt wil worden. Je schrijft boven aan de werkbladen: Hier wil door ... (naam partner) wel en niet aangeraakt worden.
- Je begint eerst bij werkblad 4.2. en als dit is ingevuld ga je verder met 4.3 enz.
- Laat de cliënt eerst de plekjes aanwijzen waar de partner hem mag aanraken. Welke plekjes vindt de cliënt prettig. Hier mag de cliënt een groen kruis bij zetten.
- Laat de cliënt het uitleggen. Vraag ook of de partner weet dat de cliënt dit prettige plekjes vindt en of zijn partner hem daar wel eens aanraakt. Als de partner niet weet wat de prettig kan je dit ook aan elkaar vertellen.
- Daarna mag de cliënt de plekjes aanwijzen waar de partner hem niet mag aanraken. Zet hier een rood kruis bij. Laat de cliënt ook dit uitleggen. Vraag ook of de partner weet dat de cliënt dit prettige plekjes vindt en of zijn partner hem daar wel eens aanraakt. Wat doet de cliënt als de

Seksualiteit, aanraken prettig of niet prettig

Instructie 4.2

partner hem aanraakt op een plek die hij niet prettig vindt. Als de partner niet weet wat de niet prettige plekjes zijn is het belangrijk om dit te vertellen.

- Schrijf eventueel de opmerkingen erbij.

Moment 2.

- Vervolgens ga je samen kijken waar de cliënt zijn partner wel of niet wil aanraken. Pak hierbij de andere set met werkbladen. Als de cliënt een partner heeft van hetzelfde geslacht print dan nog een keer die werkbladen uit.
- Je schrijft boven aan de werkbladen: Hier raak ik ... (naam partner) wel en niet aan. Ook hier begin je bij werkblad 4.2. en als dit is ingevuld ga je verder met 4.3 enz.
- Laat de cliënt eerst de plekjes aanwijzen waar hij de partner wil aanraken. Welke plekjes vindt de cliënt prettig. Hier mag hij een groen kruis bij zetten.
- Laat de cliënt het uitleggen. Vraag ook of de partner dit prettig vindt. En of dit mag van de partner. Wat doet de cliënt als hij de partner ergens aanraakt wat hij niet prettig vindt.
- Daarna mag de cliënt de plekjes aanwijzen waar hij de partner niet wil aanraken. Zet hier een rood kruis bij. Laat de cliënt ook dit uitleggen. Vraag ook of de partner dit niet prettig vindt. En wat de cliënt doet als de partner dit wel prettig vindt maar hijzelf niet.
- Schrijf eventueel de opmerkingen erbij.

Variatie:

Als de cliënt een partner heeft kan je dit ook doen met de partner. Vul samen met de partner ook deze werkbladen in. De cliënt mag dit dan niet zien. Leg vervolgens de beide sets per werkblad eens naast elkaar. Bespreek welke plekjes beiden prettig vinden en welke ze beiden niet prettig vinden en waar ze in verschillen. Weten ze dit ook van elkaar? En hoe ze er mee om kunnen gaan als ze hierin verschillen.



- Tip: ontdek je plekjes

Op de site van www.Sense.info kan de cliënt bij: "Ontdek zijn plekjes" en "Ontdek haar plekjes" aanklikken op een mannen- of vrouwenlichaam welke plekjes prettig zijn. Bij het aanklikken wordt hierover uitleg gegeven.



- Kijk tip: Lijf & Liefde

Hallo Thuis, een YouTube-kanaal van Philadelphia, maakt video's voor en door mensen met een verstandelijke beperking. Ze maken moeilijke dingen eenvoudig.

In Lijf & Liefde praten Judith en Sebastiaan over de liefde, je lichaam en seks.

Elke aflevering heeft een eigen onderwerp.



[GRENZEN | LIJF EN LIEFDE | DE VRAAG](#)

Seksualiteit, aanraken prettig of niet prettig

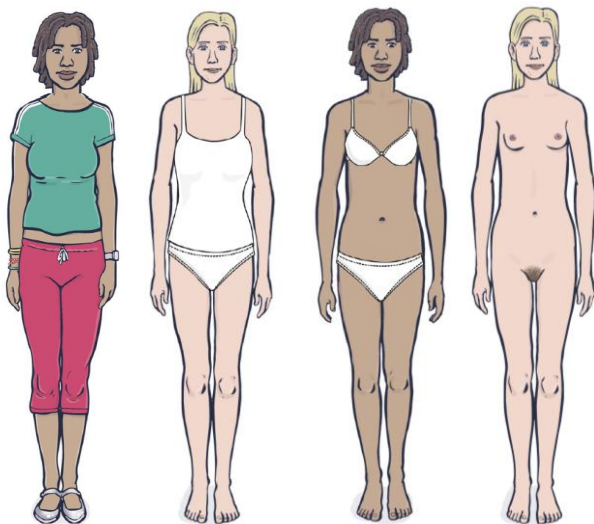
Werkblad 4.1

Heb je verkering?

Hoe raak je elkaar aan als je verkering hebt?

Je mag meer dan 1 antwoord geven:

- ☐ Aanraken met kleren aan
- ☐ Aanraken in ondergoed
- ☐ Aanraken bloot



Is dit prettig of niet prettig?



0 prettig



0 niet prettig

Seksualiteit, aanraken prettig of niet prettig

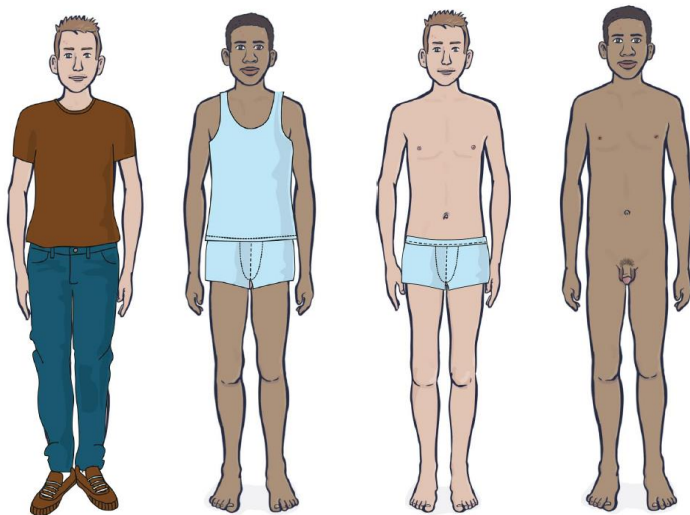
Werkblad 4.1

Heb je verkering?

Hoe raak je elkaar aan als je verkering hebt?

Je mag meer dan 1 antwoord geven:

- ☐ Aanraken met kleren aan
- ☐ Aanraken in ondergoed
- ☐ Aanraken bloot



Is dit prettig of niet prettig?



0 prettig



0 niet prettig

Seksualiteit, aanraken prettig of niet prettig

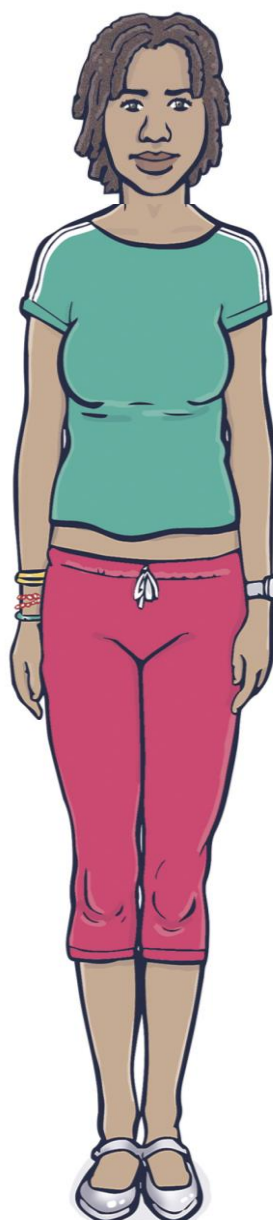
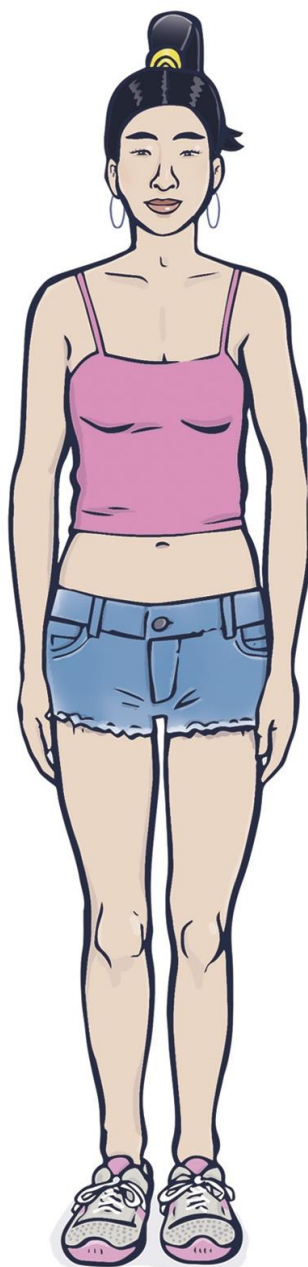
Werkblad 4.2



prettig



niet prettig



Aanraken boven de kleding

Seksualiteit, aanraken prettig of niet prettig

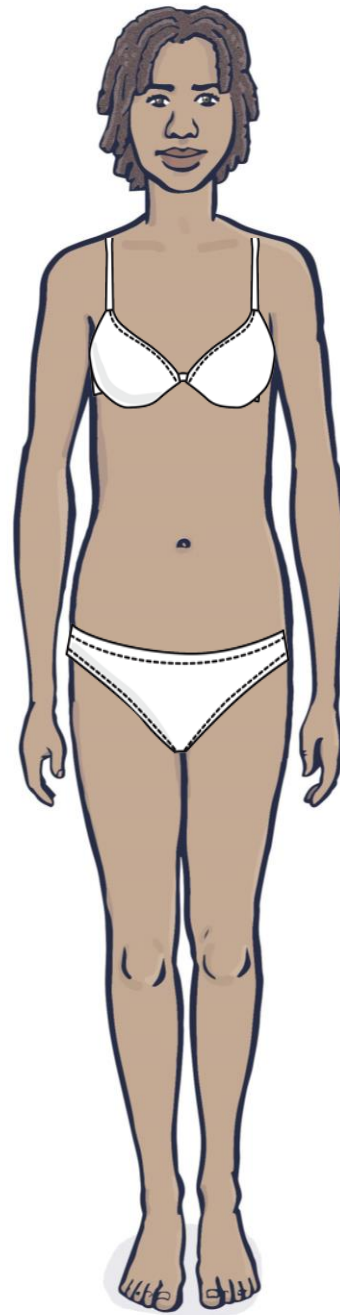
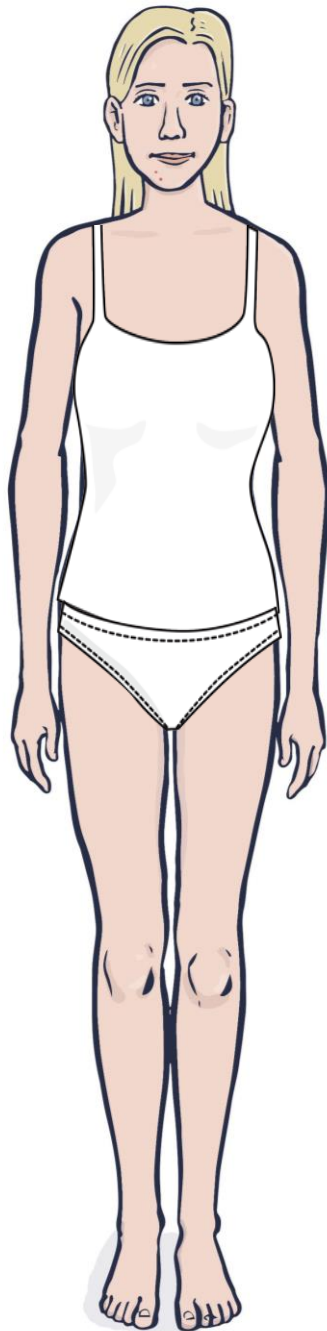
Werkblad 4.3



prettig



niet prettig



Aanraken in ondergoed

Seksualiteit, aanraken prettig of niet prettig

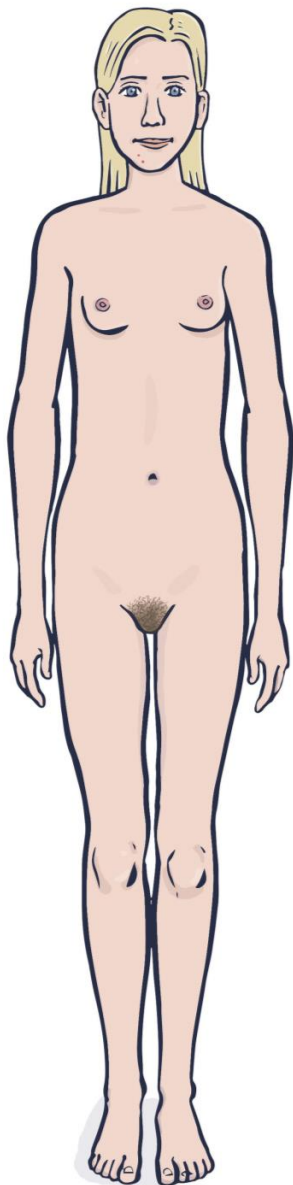
Werkblad 4.4



prettig



niet prettig



Aanraken bloot

Seksualiteit, aanraken prettig of niet prettig

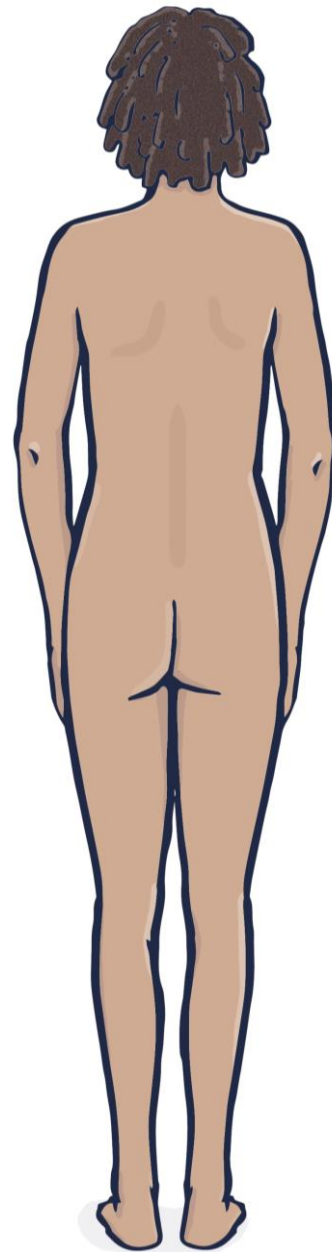
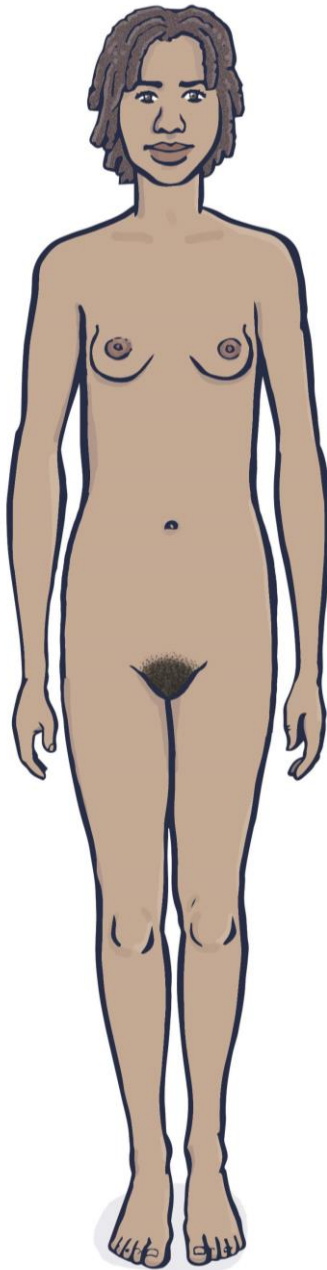
Werkblad 4.4



prettig



niet prettig



Aanraken bloot

Seksualiteit, aanraken prettig of niet prettig

Werkblad 4.2



prettig



niet prettig



Aanraken boven de kleding

Seksualiteit, aanraken prettig of niet prettig

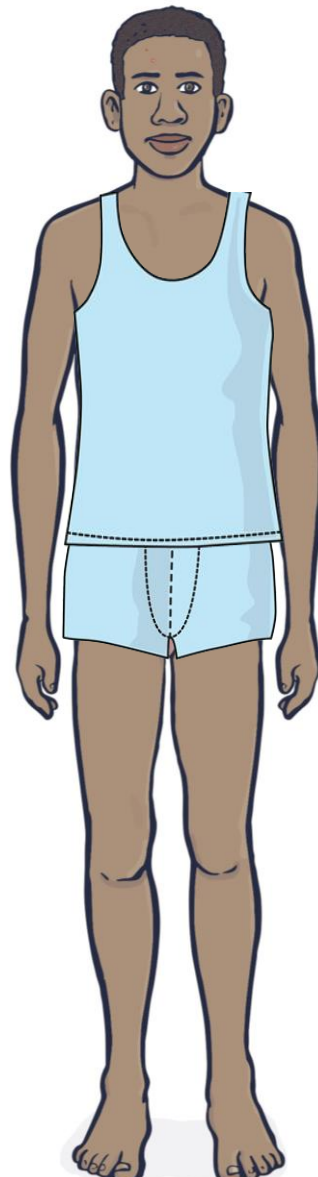
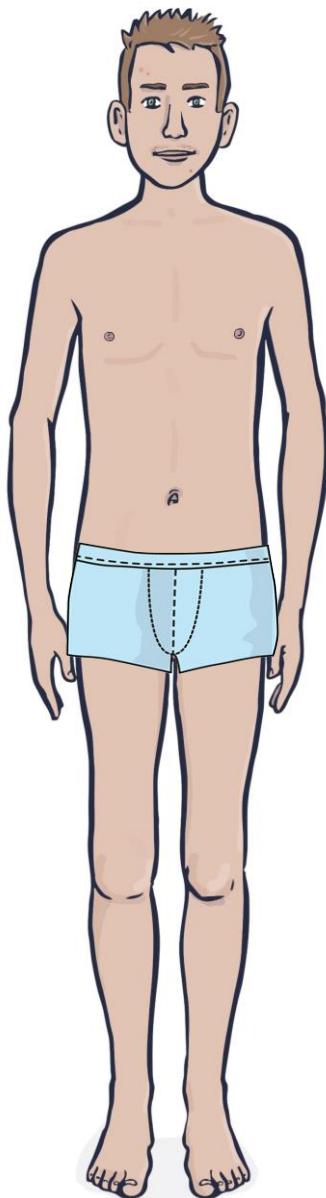
Werkblad 4.3



prettig



niet prettig



Aanraken in ondergoed

Seksualiteit, aanraken prettig of niet prettig

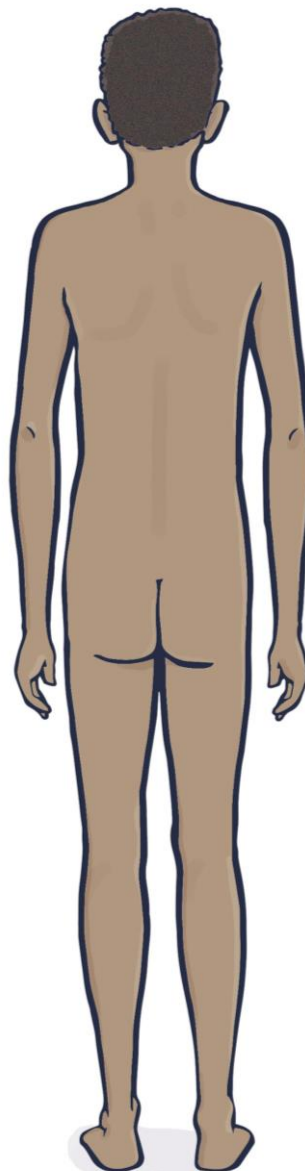
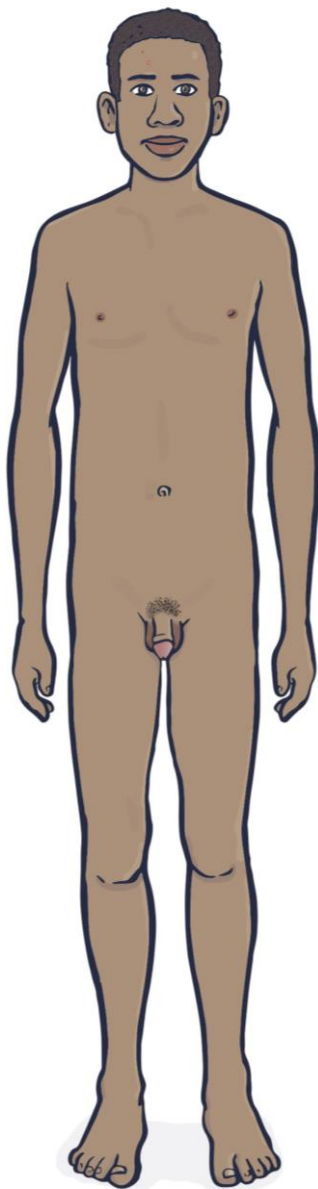
Werkblad 4.4



prettig



niet prettig



Aanraken bloot

Seksualiteit, aanraken prettig of niet prettig

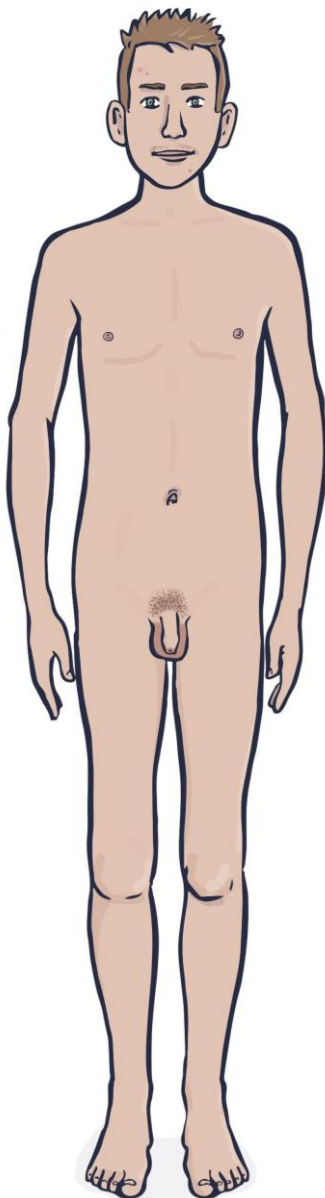
Werkblad 4.4



prettig



niet prettig



Aanraken bloot

Wat doe je als je partner je op een niet prettig plekje aanraakt?

Kent je partner deze plekjes ook?

Hoe zorg je ervoor dat je partner je op prettige plekjes aanraakt?