



Kennis en advies voor  
maatschappelijke ontwikkeling

## **- Werkdocument- Overzicht programma's en materialen relationele & seksuele vorming en weerbaarheid**

Voor leerkrachten SO & VSO  
en begeleiders van mensen  
met een verstandelijke beperking

**Auteur(s)** Marijke Lammers en Els Kok  
**Datum** 4 augustus 2009  
**© MOVISIE**

## **MOVISIE Kennis en advies voor maatschappelijke ontwikkeling**

MOVISIE is hét landelijke kennisinstituut en adviesbureau voor maatschappelijke ontwikkeling. We bieden toepasbare kennis, adviezen en oplossingen bij de aanpak van sociale vraagstukken op het terrein van welzijn, participatie, zorg en sociale veiligheid. In ons werk staan vijf actuele thema's centraal: huiselijk & seksueel geweld, kwetsbare groepen, leefbaarheid, mantelzorg en vrijwillige inzet.

We investeren in de kracht en de onderlinge verbinding van burgers. We doen dit door maatschappelijke organisaties, overheden, maatschappelijk betrokken bedrijven en burgerinitiatieven te ondersteunen, te adviseren én met hen samen te werken. Lokaal of landelijk, toegesneden op het vraagstuk en de organisatie. Zo kunnen deze organisaties en hun professionals hun werk voor de samenleving zo goed mogelijk doen.

Kijk voor meer informatie op [www.movisie.nl](http://www.movisie.nl).

## **COLOFON**

Auteur(s): Marijke Lammers / Els Kok

Projectnummer: P9091/P8104

Datum: 4 augustus 2009

© MOVISIE

Bestellen: [www.movisie.nl](http://www.movisie.nl)

## Inhoud

Deel 1. Relationale en seksuele vorming.....	5
1.A Lesprogramma's seksuele vorming.....	6
Relaties en seksualiteit.....	6
Leerlijn relaties en seksualiteit voor dove kinderen en jongeren .....	7
Meer om het lijf.....	8
1.B Lespakketten seksuele vorming.....	10
Volwassen worden .....	10
Lang leve de liefde .....	10
Seksuele vorming Promotie.....	11
Dollen of stilstaan.....	12
Zelfzorg.....	13
Krachtige kinderen .....	14
Relaties en seksualiteit bevordering van sociale redzaamheid en gezond gedrag .....	14
Seksuele opvoeding op het einde van de basisschool.....	15
Het liefdespaleis.....	15
Seksuele voorlichting Infoboek .....	16
1.C Programma's / pakketten seksuele vorming.....	18
Seks@relaties.com .....	18
Seks@autisme.com .....	18
Toolkit: Totale Communicatie lichaam en seksualiteit.....	19
Lief en lijf: vriendschap en seks .....	19
Jij en ik.....	20
Van wie ben jij, ik ben die ik ben.....	20
Ontdek wie je bent.....	21
Van top tot teen.....	22
Goede minnaars.....	22
Geen kind meer.....	22
1.D Materialen, spellen en boekjes .....	24
1. <i>Spellen, video's, koffers e.d.</i> .....	24
Welkom op de wereld: waar komen baby's vandaan?.....	24
Sterke verhalen.....	24
Aan hartstocht geen gebrek .....	25
Liefdesweetjes .....	25
Praatkaarten .....	26
Samenspel (werktitel).....	26
De eerste keer en meer..., de cd-rom voor als je jong bent en wat wilt.....	26
Anticonceptie-voorlichtingskoffer .....	27
Bloosdoos.....	27
Tastbaar .....	28
Waar kom ik vandaan?.....	28
Wat gebeurt er nu weer met me? .....	29
Daar komt de puberteit.....	29
Carrouselspel.....	30
Anatomisch correcte poppen Teach-A-Bodies.....	30
Fotoserie Vrouwenzaken.....	30
Seks en wat er bij hoort.....	31
Reis rond jezelf .....	31
Video (Weg)wijs in de seks .....	31
Vriendschap.....	32
2. <i>Boeken seksuele vorming algemeen</i> .....	32
En dan is er seks .....	32

Ik vind jou lief .....	32
Ik + jij = wij. Alles over vriendschap, liefde en geboorte .....	32
Seks, hoe voelt dat? Eerlijke antwoorden over vrijen en zo.....	32
<b>3. Themaboeken seksuele vorming .....</b>	<b>33</b>
Het eigen lichaam leren kennen .....	33
Waar komen baby's vandaan? .....	33
Jongens en meisjes .....	33
Verliefdheid.....	34
Homoseksualiteit.....	34
Voorbereiden op de puberteit.....	34
Zelfbevrediging .....	35
Vriendschappen en relaties.....	35
Voorbehoedsmiddelen .....	35
Websites voor jongeren / volwassenen .....	36
<b>Deel 2. Preventie seksueel misbruik / vergroten weerbaarheid .....</b>	<b>38</b>
<b>2.A Programma's Weerbaarheid .....</b>	<b>39</b>
Als een meisje nee zegt.....	39
Ben je GROOT of ben je klein .....	40
Weerbaarheid: baas over mijn eigen lijf .....	41
Deurtje open, deurtje dicht.....	42
Weerbaarheid van vrouwen en meiden met een handicap .....	43
Voel je oké! .....	44
Een groot geheim in een klein hoofdje .....	45
Nee = Nee.....	46
EigenWijs.....	46
Marietje Kessels Project .....	47
Rots en Water .....	48
Ho, tot hier en niet verder ...!.....	49
<b>2.B Lesprogramma's weerbaarheid .....</b>	<b>50</b>
Krachtige kinderen .....	50
Dollen of stilstaan.....	50
Leskist preventie seksueel misbruik.....	51
Kanjertaining.....	52
Mijn lijf is van mij! .....	53
Ik ben weerbaar .....	53
Kan wel zijn lespakket over kindermishandeling.....	54
<b>2.C Video's en CD-roms .....</b>	<b>55</b>
Knoop in je zakdoek .....	55
Sociale weerbaarheid .....	55
<b>2.D Themaboeken .....</b>	<b>57</b>
Weerbaarheid.....	57
Seksueel misbruik .....	57
<b>Deel 3. Achtergrondinformatie.....</b>	<b>58</b>
<b>3.A Seksualiteit literatuur voor leerkrachten, begeleiders of ouders .....</b>	<b>59</b>
Raamwerk seksuele vorming.....	59
Seksuele vorming in het voortgezet speciaal onderwijs.....	59
Competentie Lijst Seksualiteit (CLS).....	59
Draaiboek voor een ouderavond over relaties en seksualiteit .....	60
Diverse boeken rond seksualiteit voor ouders / begeleiders .....	60
<b>Seksualiteit van mensen met een verstandelijke handicap .....</b>	<b>61</b>
<b>Kinderen en seksualiteit. ....</b>	<b>61</b>
<b>Met Kinderen Praten Over Seks Over Opvoeding Gesproken .....</b>	<b>61</b>
<b>Kleine mensen, grote gevoelens .....</b>	<b>61</b>

	<b>Is mijn kind een macho? Over het opvoeden van jongens</b> .....	61
	<b>Aan de man brengen</b> .....	61
	<b>Praten over seks in de multiculturele klas</b> .....	62
	<b>Dubbel divers</b> .....	62
	Seksuele opvoeding themapakket ouderbijeenkomsten.....	62
3.B	<b>Sekseel misbruik literatuur voor leerkrachten, begeleiders of ouders</b> .....	63
	<b>Weerbaar ondanks beperking</b> .....	63
	<b>Een weerbaar kind</b> .....	63
	<b>Relatie(v)aardig</b> .....	63
	<b>Weerbaarheid van jongeren</b> .....	64
	<b>Sociaal competente leerkrachten: Een werkmap voor lerarenopleiders</b> .....	64
	<b>Soms vaak misschien: over preventie in het basisonderwijs</b> .....	65
	<b>Gezondopschool.nl</b> .....	65
3.C	<b>Websites voor leerkrachten en begeleiders</b> .....	66
	Seksualiteit.....	66
	Weerbaarheid.....	67
	Sociale veiligheid.....	67
	Seksueel- en huiselijk geweld.....	68
	Buitenlandse websites.....	68
	Bronnen.....	69

## Inleiding

Kinderen, jongeren én volwassenen met een beperking lopen een groter risico dat de sociale, emotionele en de seksuele ontwikkeling niet optimaal verlopen. Door de beperking zijn zij ook kwetsbaarder om grensoverschrijdend gedrag en seksueel misbruik mee te maken of grensoverschrijdend gedrag te ontwikkelen.

Kinderen en jongeren met een beperking hebben vanaf jongs af aan extra ondersteuning nodig als het gaat om de sociale, emotionele én seksuele ontwikkeling. Zij hebben veel steun nodig om verbale en niet-verbale boodschappen van henzelf en van anderen te begrijpen en om adequaat gedrag te ontwikkelen. Ook is er extra aandacht nodig voor grenzen, ja/nee-gevoelens en het kunnen benoemen van grenzen. Speciale programma's, cursussen, themaweken of doe- en praatgroepen zijn, naast aandacht voor de thematiek in de alledaagse omgang, erg belangrijk.

Bovendien wijzen onderzoek en praktijk uit dat preventie van grensoverschrijdend gedrag en seksueel misbruik het meest effectief is, wanneer dit vanaf de prille jeugd wordt vormgegeven (Lammers, Kok en Avenhuis 2005; Oosten & Hoïng, 2004).

In dit overzicht worden programma's, (les)pakketten en materialen rond relationele en seksuele vorming beschreven. Het gaat om zowel lesprogramma's en materialen voor het (speciaal) basisonderwijs en voortgezet onderwijs, als om programma's en materialen die zijn bestemd voor het jongerenwerk of de zorg- en hulpverlening.

In een ander overzicht van MOVISIE zijn programma's en materialen rond sociale vaardigheden en de sociaal emotionele ontwikkeling opgenomen.

Lang niet alle (les)programma's en pakketten die in dit overzicht zijn opgenomen, zijn specifiek gericht op mensen met een verstandelijke beperking. De algemene programma's zijn toch opgenomen omdat zij een inspiratiebron kunnen zijn en wellicht met enige aanpassing geschikt zijn te maken voor mensen met een verstandelijke beperking. De praktijk wijst uit dat aanpassingen altijd nodig omdat zij steeds op maat moeten worden gemaakt voor de specifieke doelgroep op dat moment. (Lammers & Meintser, 2005).

Het overzicht bouwt voort op de in 2005 verschenen publicatie *'Preventie van seksueel misbruik bij vrouwen en mannen met een handicap - noodzaak, doel en effectiviteit van preventieactiviteiten - overzicht programma's en materialen'*. Op speurtochten voor diverse projecten en opdrachtgevers komen nieuwe programma's en materialen boven water. MOVISIE vindt het belangrijk om up to date informatie te kunnen verstrekken. Vandaar dat dit overzicht niet in 'full colour' verschijnt, maar alleen via de website [www.MOVISIE.nl](http://www.MOVISIE.nl) en [www.begrensdiefde.nl](http://www.begrensdiefde.nl) is te downloaden.

MOVISIE verneemt graag uw reacties op, en ervaringen met, de beschreven programma's en materialen en eventuele aanvullingen op dit overzicht.

MOVISIE hoopt met dit overzicht professionals in zowel zorg- en dienstverlening als onderwijs en dagbesteding aan kinderen, jongeren en volwassenen met een beperking te stimuleren om preventieactiviteiten vorm te geven die aansluiten bij leeftijd, handicap, ontwikkelingsniveau, sekse en achtergrond van de perso(o)n(en) waar het om gaat.

Marijke Lammers,

MOVISIE, Utrecht, maart 2009



## Deel 1. Relationele en seksuele vorming

## 1.A Lesprogramma's seksuele vorming

### Relaties en seksualiteit

#### *Doelgroep*

Leerlingen in het reguliere basisonderwijs (groep één tot en met acht). De leerlijn die is uitgezet in het materiaal, is over te nemen voor een leerlijn voor mensen met een andere ontwikkeling. Tevens is de opbouw in thematiek bruikbaar. Het programma behoeft aanpassing voor de doelgroep 'mensen met een handicap'.

#### *Beschrijving*

Een lespakket waarmee voorlichting gegeven kan worden over relaties en seksualiteit aan de groepen één tot en met acht van het basisonderwijs. In het pakket zitten vier katernen met lesmateriaal, te weten:

- Eén schoolkatern met suggesties voor een teambrede aanpak en een zinvolle communicatie met ouders. Daarnaast bevat de schoolkatern gegevens over de seksuele ontwikkeling van kinderen en een compleet overzicht van de doelen voor onder-, midden- en bovenbouw.
- Drie leskaternen voor de onder-, midden- en bovenbouw met lessuggesties over verschillende onderwerpen die te maken hebben met relationele en seksuele vorming. Het gaat om een methodische opbouw voor de gehele school.

In het pakket komen de volgende drie onderwerpen steeds aan bod:

- lichamelijke en emotionele ontwikkeling;
- sociale ontwikkeling en relaties;
- seksualiteit en gezondheid.

Het doel van 'Relaties en seksualiteit' is kinderen te ondersteunen in hun ontwikkeling tot een persoon met respect voor zichzelf en anderen. 'Relaties en seksualiteit' richt zich naast kennisverwerving vooral op meningsvorming en het aanleren van persoonlijke vaardigheden. Speciale aandacht wordt besteed aan diverse aspecten van intercultureel onderwijs en preventie van seksueel misbruik.

#### *Praktische informatie*

'Relaties en seksualiteit' is een actualisatie van de uitgave uit 1996, opgesteld in samenwerking met de Rutgers Stichting. De herziene uitgave is ontwikkeld door het NIGZ in samenwerking met SLO.

Thieme Meulenhoff heeft het lespakket uitgegeven (ISBN: 90 066 410 06, prijs: € 77,30).

Tel: 030 – 23 92 111. / [www.thiememeulenhoff.nl](http://www.thiememeulenhoff.nl) / [info.bao@thiememeulenhoff.nl](mailto:info.bao@thiememeulenhoff.nl)

Meer informatie over het lespakket is te verkrijgen bij de auteur, Sanderijn van der Doef (NIGZ, tel. : 0348 – 43 98 74). Het NIGZ biedt de cursus 'Beginnen met Seksuele vorming' aan voor leerkrachten, die met het pakket willen gaan werken.

NIGZ-Centrum Kennis en Kwaliteit

Cursussen en congressen

Tel.: 0348 – 43 76 26

[cursuscongres@nigz.nl](mailto:cursuscongres@nigz.nl)

[www.nigz.nl](http://www.nigz.nl)



## **Leerlijn relaties en seksualiteit voor dove kinderen en jongeren**

### *Doelgroep*

Dove leerlingen van het SO en VSO. Omdat visualisatie voor dove en slechthorende jongeren belangrijk is, kan het materiaal ook geschikt zijn voor kinderen en jongeren met een lichte verstandelijke beperking.

### *Beschrijving*

De leerlijn, bestaande uit map, dvd en box, is ontwikkeld voor dove en slechthorende kinderen en jongeren.

De methode is verdeeld in een pakket voor leerlingen van 4-12 jaar en een pakket voor leerlingen van 13-18 jaar.

De leerlijn zorgt ervoor dat er een doorlopende ontwikkeling zit in de schoolloopbaan van de leerling, gericht op relaties en seksualiteit. De makers hebben bewust een leerlijn gemaakt die op een feitelijke manier onderwerpen behandelt. De leerkracht is hierbij informerend en niet normerend. Op die manier brengt de leerkracht leerlingen in contact met verschillende normen en meningen. Het is de taak van ouders om grenzen aan relaties en seksualiteit te geven.

De dvd bevat ondertitelde en getolkte (door een tolk Nederlandse Gebarentaal) interviews, films en verhalen. De leerlijn is tot stand gekomen in samenwerking met het NIGZ en de RNG.

### *Praktische informatie*

Te koop via de webshop van de Koninklijke Effatha Guyot Groep [www.effathaguyot.nl](http://www.effathaguyot.nl)

Prijs: € 185,-- per pakket.

Koninklijke Effatha Guyot Groep

Postbus 1329, 8001 BH Zwolle, tel. 038 - 426 85 90, Teksttel. 038 - 426 89 10

[info@effathaguyot.nl](mailto:info@effathaguyot.nl)

## **Meer om het lijf**

### *Doelgroep*

Onder- midden- en bovenbouw van het basisonderwijs

### *Beschrijving*

Meer om het lijf is ontwikkeld voor het Belgische basisonderwijs. De gehanteerde termen in de beschrijving verschillen van welke in Nederland worden gebruikt.

De reeks werd in opdracht van de onderwijsoverheid samengesteld en fungeert als overgangsmateriaal tot de verschillende onderwijsnetten het eens geraken over een geïntegreerde en gecoördineerde aanpak van het thema (Relationele en Seksuele Vorming (RSV) op de basisschool.

Meer om het lijf bestaat uit vier delen, één voor elke graad. De reeks refereert ook aan de vakoverschrijdende eindtermen sociale vaardigheden. De globale structuur van 'Meer om het lijf' is dezelfde in alle delen en loopt parallel met de ontwikkelingsdoelen en eindtermen wereldoriëntatie, domein mens. De delen zijn: 'Ik en mezelf', 'Ik en de ander' en 'Ik en de anderen'. Voorbeelden van behandelde thema's zijn: 'Mijn lichaam', 'Harmonie', 'Conflict', 'Naast elkaar' en 'Communicatie'.

Deze thema's worden telkens in een drietal concrete lessen uitgewerkt. Aan het begin van elke les wordt het basisidee verwoord, vervolgens worden het doel van de les, de werkvormen en het lesverloop met het nodige materiaal uitgebreid beschreven. Bijlagen met verhaaltjes, gedichten en creatieve werkbladen maken het geheel compleet.

De inhoud van de lessen speelt in op wat leeft bij de kinderen, op de vragen die ze zich op hun respectievelijke leeftijden stellen over zichzelf, over de ontwikkeling van hun lichaam, over hun relaties tot anderen, over het gezin.

De '*Axentheorie*' dient als uitgangspunt om de verschillende relationele houdingen aan te brengen. Voor kleuters die nog niet vertrouwd zijn met de axendieren gaat het werken met de diersymbolen soms moeizaam. Daarom werkten de auteurs tien typerende uitbeeldingen van de verschillende relatiebewegingen uit. Het gaat hier om tekeningen op A4-formaat van dezelfde figuur, maar telkens in een andere houding. Deze prenten kunnen ingekleurd worden. Als de kinderen eenmaal met deze figuur en met de relatiehoudingen vertrouwd zijn, kunnen de diersymbolen zowel verbredend als verdiepend werken.

### ***Meer om het lijf: relationele en seksuele vorming voor kleuters***

Auteur(s): Martine Smeets; Bert Vermeersch, Uitgever: Oostmalle: De Sikkel, 1998

ISBN: 90-260-3554-3

Inhoud: Eerste deel van de vierdelige lespakkettenreeks rond relationele en seksuele vorming voor kleuter- en basisonderwijs. De handleiding richt zich tot leerkrachten binnen het kleuteronderwijs en is op uniforme wijze ingedeeld als de daaropvolgende mappen, nl. een gedeelte: ik en mezelf, ik en de ander en ik en de anderen. Zoals de andere mappen is ook deze voorzien van een heel scala aan werkvormen, vooral in de vorm van activiteiten en spelletjes.

In Meer om het lijf voor het kleuteronderwijs staat de kleuterbeleving centraal. Om thema's zoals: 'Waar kom ik vandaan?', 'Nee, ik wil niet', 'Ik heb je gemist' aan te snijden, wordt er vertrokken vanuit wat kleuters dag na dag voelen en meemaken.

**Meer om het lijf: relationele en seksuele vorming voor de eerste graad van de lagere school**

Auteurs: Nico Carpentier; Els Daemen, Christiane Dumez, Mieke Willems, Uitgever: Oostmalle: De Sikkel, 1997

Tweede uit de vierdelige 'Meer om het lijf' lespakkettenreeks rond relationele en seksuele vorming voor het kleuter- en basisonderwijs (1e, 2e en 3e graad).

De lessenreeks is opgedeeld in drie grote thema's: ik en mezelf, ik en de ander, ik en de anderen, en wil een aanzet geven tot het ontwikkelen van sociale vaardigheden en opvattingen / attitudes die belangrijk zijn binnen de relationele ontwikkeling.

**Meer om het lijf: relationele en seksuele vorming voor de tweede graad van de lagere school**

Auteur(s): N. Carpentier; E. Daemen; C. Dumez; Mieke Willems, Uitgever: Oostmalle: De Sikkel, 1998, ISBN: 90-260-3556-X

Deze lessenreeks is bedoeld voor kinderen van de tweede graad van het lager onderwijs en bevat volgens dezelfde indeling een aantal uitgewerkte lessen rond de thema's: ik en mezelf, ik en de ander en ik en de anderen. Fysieke ontwikkeling, interesse in seksualiteit, masturbatie en gevoelens van verliefdheid, krijgen in dit deel ruime aandacht.

**Meer om het lijf: relationele en seksuele vorming voor de derde graad van de lagere school**

Auteur(s): N. Carpentier E. Daemen; Marine Smeets, Bert Vermeersch, Mieke Willems  
Uitgever: De Sikkel, Oostmalle, 1999, ISBN: 90-260-3557-8

Vierde (en laatste) deel van de 'Meer om het lijf' reeks, gericht op leerlingen van de derde graad van het basisonderwijs. De indeling van het lespakket is analoog aan de andere delen (ik en mezelf / ik en de ander / ik en de anderen) en inhoudelijk komen in dit laatste deel expliciet seksuele thema's - onder meer seksueel overdraagbare aandoeningen - aan bod.

**Meer om het lijf: praatplaten**

Auteur(s): Etienne Bruneel, Uitgever: Oostmalle: , 1997

Inhoud: Set van 20 wandplaten in kleur (10 platen tweezijdig bedrukt) en handleiding. De set hoort bij de 'Meer om het lijf' reeks: handleidingen voor de leerkracht met concreet lesmateriaal en ideeën voor lessen over relationele en seksuele vorming. Deze platen zijn vooral bedoeld voor de kleuters, maar zijn ook bruikbaar tot de derde graad van het lager onderwijs.

De thema's van de tekeningen sluiten volledig aan bij de onderwerpen uit 'Meer om het lijf', maar kunnen ook los van de handleidingen gebruikt worden. Bij de wandplaten hoort een boekje met toelichting over de platen en met, in het kort, de theorie van de Axenroos (Relatiestudio ©) die ook afgebeeld is op een van de platen.

*Praktische informatie*

Meer om het lijf: kleuters: €37,10

Meer om het lijf: eerste graad: € 26,50

Meer om het lijf: tweede graad: € 26,50

Meer om het lijf: derde graad: € 26,50

Set 20 praatplaten: € 132,60

Meer om het lijf: totaalpakket voor de basisschool (4 handleidingen en de set van 20 praatplaten) € 216,30

Verkrijgbaar via: <http://basis.uitgeverijdeboeck.be/livre/?GCOI=90457100120680>

Zie ook:

Relatiestudio – Centrum voor Relationele en Sociale competentie

[www.relatiostudio.be](http://www.relatiostudio.be) / [relatiostudio@telenet.be](mailto:relatiostudio@telenet.be)

## 1.B Lespakketten seksuele vorming

### Volwassen worden

De geactualiseerde versie van het lespakket 'Volwassen worden' gaat over veranderingen van het lichaam van jongens en meisjes in de puberteit.

Het pakket bestaat uit

- een docentenhandleiding
- leerlingenboekje
- video verwarrend volwassen
- 2 websites:
  - [www.volwassenworden.nl](http://www.volwassenworden.nl) voor jongeren.
  - [www.voorlichtingsles.nl](http://www.voorlichtingsles.nl) voor docenten, met online materiaal, lessuggesties etc.

#### *Doelgroep*

Bovenbouw basisonderwijs en onderbouw voortgezet onderwijs.

#### *Praktische informatie*

Gratis tegen verzendkosten. Video € 10,00.

(Zorn ontwikkelt al meer dan dertig jaar aanvullend lesmateriaal voor het basis- en voortgezet onderwijs. Het meeste materiaal is gratis, tegen verzendkosten (combinatie van porto-, opslag-, administratie- en verpakkingskosten) verkrijgbaar)

Zorn Uitgeverij Leiden

Tel: 071-514 91 41

Website: [www.kenmerk.nl](http://www.kenmerk.nl) of [www.zorn.nl](http://www.zorn.nl)

### Lang leve de liefde

Wat jij moet weten over aids en andere soa's.

#### *Korte beschrijving*

'Lang leve de liefde' is een lespakket over veilig vrijen, relaties en seksualiteit. Het bestaat uit een video, leerlingentijdschrift en docentenhandleiding. In het lespakket komen naast kennisoverdracht over veilig vrijen en onveilig seksueel gedrag, tevens het stimuleren van een positieve verantwoordelijke houding ten aanzien van seksualiteit, de leuke kanten van verliefdheid en seks, en gevoelens van kwetsbaarheid en onzekerheid aan de orde. In het leerlingentijdschrift worden de onderwerpen in korte artikels behandeld. De video is opgedeeld in vijf korte scènes die aanzetten tot discussies. De docentenhandleiding bevat voor elk van de zes lessen een lesopzet met verschillende werkvormen en bevat kopieerbare werkbladen en achtergrondinformatie.

Lang leve de liefde is positief geëvalueerd en scoort hoog op de SchoolSlagchecklist.

#### *Doelgroep*

Basisvorming binnen het VMBO (twaalf tot en met zestien jaar).

#### *Praktische informatie*

Zorn Uitgeverij, Leiden, 2002

Prijzen: - docentenhandleiding € 20,00; leerlingentijdschrift € 0,90; video € 16,00.

Tel.: 071 – 51 49 141

[info@zorn-uitgeverij.nl](mailto:info@zorn-uitgeverij.nl)

[www.kenmerk-reeks.nl](http://www.kenmerk-reeks.nl)

Er is een draaiboek voor GGD-medewerkers die met het lespakket 'Lang leve de liefde' op scholen werken. Met dit draaiboek kan een ouderavond georganiseerd worden, toegespitst op de specifieke situatie van de school. Het draaiboek is voorzien van een checklist, standaarduitnodigingen, lesopzet, sheets, kennisquiz, situatiespel, literatuur- en adressenlijst et cetera. Prijs: € 12,50.

NIGZ – Centrum Kennis & Kwaliteit  
De heer J. Luteijs  
Tel.: 0348 – 43 98 19 / 0348 – 437 626  
nigz@nigz.nl / www.nigz.nl

## **Seksuele vorming Promotie**

Leerlijn Cultuur en Maatschappij.

### *Korte beschrijving*

Seksuele vorming is een flexibel pakket om zo te voldoen aan de heel verschillende en soms tegenovergestelde wensen in het veld. Het algemene infoboek behandelt de stof van de vier thema's: Contact, Veilig vrijen, Een baby?! en Samenleven. Het boek bevat feitelijke informatie en daarnaast herkenbare verhalen, zogenaemde ervaringsverhalen. Naast biologische kennis is er aandacht voor de verschillen in seksuele voorkeuren, de verschillen in beleving en de verschillen tussen culturen. De ervaringsverhalen zijn verschillend weergegeven. Bijvoorbeeld met een fotostripverhaal, een krantenartikel, er worden sms'jes weergegeven of de leerlingen lezen het verhaal als e-mailcorrespondentie. Alle verhalen geven herkenbare situaties weer. Ze geven aanleiding tot discussie en gesprek. Bij elk thema hoort een werkboek, met allemaal dezelfde opbouw: herkenning, feitelijke kennis, meningsvorming en sociaal communicatieve vaardigheden. Met de vier werkboeken gaan de leerlingen samen met de docent verder aan het werk met feiten en ervaringsverhalen.

Handleiding      Voor docenten  
De handleiding biedt aanvullende achtergrondinformatie en pedagogisch-didactische tips. In de handleiding zitten ook werk- en leesbladen met aanvullende informatie voor de geïnteresseerde leerling. De docent vindt de tekst van de werkboeken verkleind afgebeeld. Daaronder leest u korte stukken tekst met onder andere: - feitelijke achtergrondinformatie over het onderwerp van die bladzijde - praktische tips voor de les met betrekking tot de organisatie

Infoboek: Voor leerlingen

- Werkboek 1      Thema 'Contact leggen'; gaat over vriendschappen, verliefd zijn, verkering krijgen, verschillen tussen jongens en meisjes en dergelijke.
- Werkboek 2      Thema 'Veilig vrijen'; gaat over onder andere: wel of niet vrijen, voorbehoedsmiddelen en seksueel overdraagbare aandoeningen (SOA's).
- Werkboek 3      Thema 'Een baby'; gaat onder andere over: zwanger zijn, kinderen krijgen, abortus, tienermoeders/-vaders.
- Werkboek 4      Thema 'Samen leven'; gaat over onder andere: verschillende samenlevingsvormen, respect, seksuele intimidatie, waar hulp te krijgen.

### *Doelgroep*

Leerjaren één tot en met vijf van het praktijkonderwijs.

### *Praktische informatie*

#### Prijzen:

- Infoboek (ISBN: 90 605 350 30) €20,00
- Werkboeken 1 t/m 4 €10,00
- Docentenhandleiding € 65,--

Promotie, Uitgeverij Edu'Actief

Tel: 0522 – 23 52 35

info@educatief.nl

www.eduactief.nl

Van de internetsite van Uitgeverij Edu'Actief kunt u een lijst downloaden met verwijzingen naar bronnen en instanties die hulp kunnen bieden bij de verzorging van de lessen. Ga daarvoor naar [www.eduactief.nl](http://www.eduactief.nl), kies methodesites, kies PrOmotie

## **Dollen of stilstaan**

Een lessenserie voor leerlingen in het voortgezet onderwijs over jongeren, relaties en seksueel geweld, 1996.

### *Korte beschrijving*

'Dollen of stilstaan' is ontwikkeld met het oog op het voorkomen van seksueel gewelddadig gedrag van jongeren. In het eerste deel van de lessenserie wordt achtergrondinformatie gegeven over inbedding van het programma in de school en over seksueel geweld in het algemeen. Het tweede deel omvat de lessenserie zelf, bestaande uit drie lessen over grenzen, vormen van seksueel geweld, definities, ideaalbeelden en mythes. De herziene versie is een compleet product, dat zonder training kan worden uitgevoerd. De video 'Buitenspel' speelt een belangrijke rol in de lessenserie.

### *Doelgroep*

VMBO bovenbouw (dertien tot en met zeventien jaar).

### *Praktische informatie*

#### Prijzen:

- 'Dollen of stilstaan', lessenserie, 2<sup>e</sup> druk 1994 € 5,67
- video 'Buitenspel', 1994 € 37,44

Rijngroep Kinder en Jeugd GGZ, Leiden

Mevrouw drs. Gemma Straathof

Tel.: 071 – 52 39 555

[gstraathof@rijngroep.nl](mailto:gstraathof@rijngroep.nl)

## **Tiran-nie-soe**

### *Korte beschrijving*

'Tiran-nie-soe' is een jongerenproject in de vorm van een theaterproductie voor het voortgezet onderwijs. Er is een begeleidende werkmop voor ouders en leerkrachten, die een aanzet geeft om met tieners te praten over kwaliteit in relaties. Naast inzichten in een dergelijk complex gegeven als mishandeling, worden aandachtspunten aangereikt voor leerkrachten om een luisterend oor te bieden, de eerste opvang te verzekeren en doorverwijzing mogelijk te maken. Het programma kent geen vaste indeling.

Het lesmateriaal (onder andere een stellingenspel en balans van de liefde in de vorm van een vragentest) en het theoretisch kader over kwaliteit in relaties, zijn erop gericht om inzicht te krijgen in relatievorming, stil te staan bij normen en waarden, om te gaan met gevoelens en een open communicatie. Een positieve benadering over een dergelijke complexe problematiek als geweld in relaties, zorgt ervoor dat leerlingen nadenken over gelijkwaardigheid en wederzijds respect, zelfrespect en verantwoordelijkheid.

### *Doelgroep*

Jongeren op het voortgezet onderwijs (twaalf tot en met negentien jaar).

### *Praktische informatie*

'Tiran-nie-soe'

Dewil, I.; Bilzen: LRV-producties, 2001

De voorstelling kost € 1.050,00 (inclusief vervoerskosten, auteursrechten en gratis boek).

De begeleidende werkmop voor ouders en leerkrachten is te downloaden van de website [www.mishandeling.info/pandora\\_hasselt](http://www.mishandeling.info/pandora_hasselt). Het lesmateriaal is te downloaden vanaf de website.

LRV-Producties vzw

Hoeselt, België

Tel./fax: 00 32 (0)89 – 75 48 98

[info@lrvproducties.be](mailto:info@lrvproducties.be)

[www.lrvproducties.be](http://www.lrvproducties.be)

## **Zelfzorg**

Verzorging en biologie.

### *Korte beschrijving*

Programma voor de vakken verzorging en biologie in het VSO/Praktijkonderwijs. De insteek bij seksualiteit is vooral biologisch en minder gericht op relaties en gevoelens. Het programma bestaat uit zes delen, waarbij ieder deel bestaat uit een leer/leesboek, kopieerboek en handleiding. De delen één tot en met drie bevatten tevens een puzzelset. In het programma worden onder andere de volgende thema's behandeld: verzorging van het eigen lichaam, puberteit, zwangerschap, geboorte, anticonceptie, homoseksualiteit en SOA. In deel vier komen 'moeilijke onderwerpen' aan de orde: ongewenste intimiteiten, verkrachting en incest. De delen vijf en zes behandelen geen thema's rond seksualiteit, maar gaan over gewoonten en verslavingen en over verzorging van de omgeving (als voorbereiding op meer zelfstandig wonen).

### *Doelgroep*

Voortgezet onderwijs voor leerlingen met leerproblemen (VSO, Praktijkschool, LWOO).

### *Praktische informatie*

'Zelfzorg', Zegwaart-Braam, C.E.; Didam: Stichting Spondi, 2000-2003.  
Prijzen variëren tussen € 55,00 en € 130,00 per deel.

Stichting Spondi  
Tel.: 0316 – 22 75 85 / 22 16 07  
[www.spondi.nl](http://www.spondi.nl)

### **Krachtige kinderen**

Lespakket voor seksuele weerbaarheid voor kinderen.

#### *Korte beschrijving*

'Krachtige kinderen' is een lespakket voor een seksueel weerbaarheidprogramma. De centrale boodschap van het pakket luidt: 'krachtige kinderen zijn weerbare kinderen'. Krachtige kinderen stralen een weerbare 'basishouding' uit. Ze voelen zich goed in hun vel en vinden zichzelf de moeite waard. Een lespakket bestaat uit een boekje voor de leerkracht, het lesprogramma, boekjes voor het kind, krachtkettingen voor kind, knuffel en badges. Het boek voor de leerkracht bevat informatie over seksueel misbruik en de ingrediënten van het weerbaarheidprogramma. In het lesprogramma staan drie uitgewerkte 'toverlessen', waarin een veelheid van methodieken (verhalen, liedjes, kringgesprekken, werkbladen, rollenspelletjes en muziekspelletjes) worden aangewend. Thema's die aan bod komen zijn: verschil tussen vechten en krachtig zijn, ja-plekjes, nee-plekjes, ik-weet-niet-plekjes, ja/nee leren zeggen, goede- en slechte geheimen en schuldgevoelens. Het bevat tevens lessuggesties voor integratie in andere lessen, die het hele jaar door kunnen worden gebruikt.

#### *Doelgroep*

Kinderen in de onderbouw van de basisschool (zes tot acht jaar).

#### *Praktische informatie*

'Krachtige kinderen' Prijs: € 25,00  
CAW De Poort, Brugge (België)  
Tel.: 00 32 (0)50 – 33 69 70  
[www.sensoa.be/shop.php](http://www.sensoa.be/shop.php)

### **Relaties en seksualiteit bevordering van sociale redzaamheid en gezond gedrag**

Auteur(s): Klaas Houterman, Uitgever: Enschede: SLO, 1996, ISBN: 90 329 1793 5

#### *Beschrijving*

Het themapakket wil kinderen ondersteunen op diverse vormingsgebieden en met name op het vlak van lichamelijke en emotionele ontwikkeling, het aangaan van relaties en op het vlak van seksualiteit en gezondheid.

Het pakket bestaat uit 5 delen:

1. Schoolkatern
2. Onderbouwkatern voor groep 1-3 (3)
3. Middenbouw-katern voor groep 4-6
4. Bovenbouwkatern voor groep 7-8
5. Katern intercultureel onderwijs.



De schoolkatern biedt concrete ideeën voor nadere afspraken en voorzieningen op schoolniveau. De leskaternen bieden een variatie aan uitgewerkte praktijksuggesties. De katern intercultureel onderwijs schenkt aandacht aan de specifieke aspecten van intercultureel onderwijs. Bij de keuze en formulering van de lesdoelen is in sterke mate gebruik gemaakt van het Raamwerk Seksuele Vorming van de Rutgers Nisso Groep.

#### *Doelgroep*

Leerlingen in het basisonderwijs.

#### *Praktische informatie*

Uitgever SLO Enschede

Tel: 053 4840 840

E-mail: [info@slo.nl](mailto:info@slo.nl)

<http://www.slo.nl/>

### **Seksuele opvoeding op het einde van de basisschool**

Auteur(s): Filip Bogaert; Sint-Amandsberg: Vrij Centrum voor leerlingenbegeleiding, 2002

#### *Beschrijving*

Dit lesmateriaal behandelt de thema's seksuele ontwikkeling, verliefd, vrijen, bevruchting, zwangerschap en geboorte - dit aangepast aan het ontwikkelingsniveau van leerlingen op het einde van het basisonderwijs (11,12 jaar) en gekaderd binnen de leerplandoelstellingen wereldoriëntatie en godsdienst.

De werkmap bevat talrijke praktische illustraties en begeleidende teksten, opgebouwd rond twee lesgedeelten: deel 1: een jongen wordt man, een meisje wordt vrouw - deel 2: bevruchting, zwangerschap, geboorte. De map wordt aangevuld met werkbladen waarop oefeningen en opdrachten voor de leerlingen voorzien zijn. Aanvullend bevat het lespakket ook een spelvorm (ganzenbordspel). Alle werkmateriaal en lesgedeelten (waaronder ook de door het Forum RSV opgestelde concepttekst 'Goede minnaars', een brief aan de ouders en een boeken- en evaluatielijst) werden opgenomen in de CD-rom in bijlage.

#### ***Seksuele opvoeding op het einde van de basisschool: CD-Rom***

CD-rom bij het gelijknamige werkboek waarin alle werkmateriaal en lesgedeelten (waaronder ook de door het Forum RSV opgestelde concepttekst 'Goede minnaars', een brief aan de ouders en een boeken- en evaluatielijst) die in het werkboek zijn vermeld zijn opgenomen.

#### *Doelgroep*

Leerlingen van de bovenbouw van het basisonderwijs.

#### *Praktische informatie*

Centrum voor Leerling Begleiding - Vrij Onderwijs

Halvemaanstraat 96

9040 Sint-Amandsberg (Gent)

Tel: 0032 - (09) - 218 98 10

E-mail: [halvemaanstraat@vclbgent.be](mailto:halvemaanstraat@vclbgent.be)

### **Het liefdespaleis**

### *Korte beschrijving*

Het doel van 'Het liefdespaleis' is kennisvergroting bij de kinderen, kinderen stimuleren in het ontwikkelen van een mening en het verkrijgen van waarden en normen op het gebied van seksualiteit en relaties.

'Het liefdespaleis' geeft docenten de mogelijkheid om op een aansprekende manier over relaties en seksualiteit te praten met leerlingen.

Het pakket bestaat uit een docentenhandleiding en videoband. De handleiding bevat uitgewerkte programma's voor ouderbijeenkomsten en programma's voor het bij kinderen bespreekbaar maken van een thema.

Op de videoband staan een ouderavondprogramma en drie programma's voor kinderen, te weten:

1. Wat gebeurt er nu weer met me?: over lichamelijke en emotionele ontwikkeling;
2. Ben jij ook op mij?: over sociale ontwikkeling en relaties;
3. En dit moet je ook nog even weten!: over seksualiteit en gezondheid.

De thema's die aan bod komen zijn: zelfbeeld, vriendschap, verliefdheid, lichamelijke ontwikkeling, omgangsregels, weerbaarheid, rol van de media, verschillende relatievormen, voorbehoedsmiddelen en lichaamsverzorging.

### *Doelgroep*

Bovenbouw van het basisonderwijs.

### *Praktische informatie*

'Het liefdespaleis' bestaat uit een video met vier programma's, gemaakt in samenwerking met de Rutgers Stichting en onder verantwoordelijkheid van de ACAB/ACOO en Teleac/NOT, 1999 [www.schooltv.nl](http://www.schooltv.nl)

## **Seksuele voorlichting Infoboek**

Leerlijn Cultuur en Maatschappij, leerlinggebruiksmateriaal.

### *Korte beschrijving*

Het 'Seksuele voorlichting Infoboek' behandelt de stof van vier thema's: contact leggen, veilig vrijen, een baby en samenleven. Het boek bevat feitelijke informatie en herkenbare verhalen, zogenoemde ervaringsverhalen. Naast biologische kennis is er aandacht voor de verschillen in seksuele voorkeuren, beleving en verschillen tussen culturen. De ervaringsverhalen zijn op diverse manieren weergegeven. Bijvoorbeeld met een fotostripverhaal, krantenartikel, het tonen van sms'jes of het door de leerlingen laten lezen van het verhaal als e-mail correspondentie. Alle verhalen geven herkenbare situaties weer en leiden tot discussie en gesprek. Bij elk thema hoort een werkboek, met allemaal dezelfde opbouw: herkenning, feitelijke kennis, meningsvorming en sociaal communicatieve vaardigheden. Met de vier werkboeken gaan de leerlingen samen met de docent verder aan het werk met feiten en ervaringsverhalen.

- Werkboek 1 Thema 'Contact leggen'; gaat over vriendschappen, verliefd zijn, verkering krijgen, verschillen tussen jongens en meisjes en dergelijke.
- Werkboek 2 Thema 'Veilig vrijen'; gaat over onder andere: wel of niet vrijen, voorbehoedsmiddelen en seksueel overdraagbare aandoeningen(SOA's).
- Werkboek 3 Thema 'Een baby'; gaat onder andere over: zwanger zijn, kinderen krijgen, abortus, tienermoeders/-vaders.
- Werkboek 4 Thema 'Samen leven'; gaat over onder andere: verschillende samenlevingsvormen, respect, seksuele intimidatie, waar hulp te krijgen.

### *Doelgroep*



Leerjaren één tot en met vijf van het praktijkonderwijs.

*Praktische informatie*

Prijzen:

- Infoboek (ISBN: 90 605 350 30) €20,00

- Werkboeken 1 t/m 4 €10,00

(ISBN: 90 605 349 99, 90 605 350 06, 90 605 350 14, 90 605 350 22)

Bestellen via Uitgeverij Edu'Actief, Meppel

Tel.: 0522 – 23 52 35

[www.edu-actief.nl/](http://www.edu-actief.nl/)

## 1.C Programma's / pakketten seksuele vorming

### **Seks@relaties.com**

Voorlichtingsmateriaal rond relaties en seksualiteit.

#### *Korte beschrijving*

Seks@relaties.com bestaat uit een werkboek met theoretische achtergronden en methodieken en een materialenmap. De materialenmap bevat 250 dia's, 50 tekeningen en werkbladen, en een cd-rom met materiaal voor individuele deelnemers of een vormingssessie. De gedetailleerde uitleg kan zowel individueel als in groepswork worden aangewend. Veel aandacht is besteed aan het uitgebreid ondersteunend visueel materiaal. Thema's die aan bod komen zijn:

- Seksualiteit: het lichaam en lichamelijke veranderingen, seksuele gevoelens en masturbatie, voortplanting en vrijen, zwangerschap en geboorte, voorbehoedsmiddelen en seksueel overdraagbare ziektes;
- Relaties: zelfbeeld, gevoelens verkennen, relaties en verschillen in relaties, nieuwe relaties maken, relaties onderhouden, afstand in relaties en passend gedrag, grenzen, relaties afbreken en weerbaarheid.

#### *Doelgroep*

Mensen/jongeren met een (lichte) verstandelijke handicap.

#### *Praktische informatie*

'Seks@relaties.com': Voorlichtingsmateriaal rond relaties en seksualiteit, Rijckaert, A.; Claerhout, H.; Conix, G.; VMG Vormingswerk voor mensen met een verstandelijke handicap, 2003 (werkmap: € 300,00).

Om met het pakket te werken, wordt een train-de-trainer programma aangeboden van twee dagdelen (docentenhandleiding: € 300,00).

VZW VMG

Tel.: 00 32 (0)9 – 22 89 698

vzwvmg@planetinternet.be

www.vzwvmg.be

### **Seks@autisme.com**

Hellemans, H., Peter Vermeulen & G. Conix

Een programma voor relationele en seksuele vorming voor (rand) normaalbegaafde jongeren en volwassenen met autisme.

#### *Korte beschrijving*

Seks@autisme.com komt tegemoet aan de grote nood aan seksuele vorming voor jongeren en volwassenen met autisme. Een werkgroep van autismedeskundigen, onder leiding van Dr. Hans Hellemans, paste een werkboek voor mensen met een verstandelijke beperking (seks@relaties.com) aan voor het gebruik bij (rand) normaalbegaafde jongeren en volwassenen met autisme. Onderzoek aan de universiteiten van Gent en Antwerpen toonde een positief effect van het vormingsprogramma: jongeren en volwassenen met autisme die het werkboek hadden doorgenomen, praatten makkelijker over seks en heel wat (autistische) misverstanden en hiaten verdwenen. Dit werkboek biedt inspiratie om een voor mensen met autisme ingewikkeld en abstract thema op een concrete en heldere wijze bespreekbaar te maken.

Het uitgebreide ondersteunende visuele materiaal (foto's, tekeningen en werkbladen op de bijhorende cd-rom) bevordert de communicatie over seksualiteit. Thema's die aan bod komen zijn lichaam,

lichamelijke veranderingen, seksuele gevoelens, masturbatie, voortplanting, vrijen, zwangerschap, geboorte, voorbehoedsmiddelen, seksueel overdraagbare ziektes.

#### *Doelgroep*

Jongeren en volwassenen met autisme.

#### *Praktische informatie*

De map bevat ook een CD-rom.

Uitgeverij Epo

[http://www.epo.be/uitgeverij/boekinfo\\_boek.php?isbn=9789064454301](http://www.epo.be/uitgeverij/boekinfo_boek.php?isbn=9789064454301)

ISBN10: 9064454302 | ISBN13: 9789064454301

### **Toolkit: Totale Communicatie lichaam en seksualiteit**

Deze toolkit is voorzien van basistheorie en een gebruiksaanwijzing in een begeleiderhandleiding, een gespreksbord, visueel pictogramkaarten, stripverhalen, puzzels, fotokaarten enzovoort. Centraal staat het begeleiden en voorlichten van cliënten/bewoners met een verstandelijke beperking volgens de methode; 'totale communicatie'. De inhoud van de toolkit is behulpzaam bij het maken van individuele plannen om cliënten/bewoners stap voor stap informatie te geven over: privacy, lichaamsbeleving, seksualiteit en sociaal gewenst gedrag. De beschreven casussen geven op heldere wijze weer hoe zorgverleners aan de behoeften van de cliënten/bewoners tegemoet kunnen komen op het gebied van intimiteit en seksualiteit. Deze toolkit is voorzien van basistheorie en een gebruiksaanwijzing in een begeleiderhandleiding, een gespreksbord, visueel pictogramkaarten, stripverhalen, puzzels, fotokaarten enzovoort.

#### *Bestemd voor:*

Zorgverleners in zorginstellingen voor mensen met een verstandelijke beperking.

#### *Praktische informatie*

Auteur: S. Voortman, F. Reitsma, E. Oskam en H. Jansen

ISBN9789035229037

Verkrijgbaar bij uitgever Elsevier: [www.elseviergezondheidszorg.nl](http://www.elseviergezondheidszorg.nl)

Of Effatha Guyot Groep:

### **Lief en lijf: vriendschap en seks**

Voorlichtingspakket over relaties en seksualiteit voor mensen met een handicap.

#### *Korte beschrijving*

Het pakket bestaat uit vier video's, drie boekjes en een handleiding voor begeleiders.

Het doel van het lespakket is de educatie van volwassen verstandelijk gehandicapten op het gebied van seksualiteit en relaties. Een speciaal oogmerk van het pakket is seksuele voorlichting met het oog op aids-preventie. Praten over seks is in het pakket ingebed middels praten over relaties. In het bijzonder, praten over de meest elementaire vorm van relaties: vriendschap.

De begeleiderhandleiding vormt de verbinding tussen de leesboeken en films enerzijds en de ervaringen van verstandelijk gehandicapten anderzijds. De handleiding omvat 91 lessen. De begrippen vriendschap en seksualiteit worden in kleinere eenheden opgesplitst, die zich gemakkelijk laten vertalen in termen van gedrag. Het is zo mogelijk om te werken rond begrippen als vriendschap, vrijen en neuken. Het is een erg visueel en concreet programma, hetgeen tevens betekent dat het vrijen en neuken open en bloot getoond worden.

De drie boekjes gaan over 'Vrijen', 'Vriendschap' en 'Met elkaar naar bed gaan'. De vier video's gaan over 'Vriendschap', 'Het eigen lichaam', 'Seks' en 'Voorbehoedsmiddelen'.

### *Doelgroep*

Volwassen mensen met een verstandelijke handicap. Het lespakket wordt tevens gebruikt in het voortgezet dovenonderwijs.

### *Praktische informatie*

'Lief en lijf', Gesthuizen, S. (redactie); Leuven/Apeldoorn: Garant uitgevers, 1994 (2<sup>e</sup> druk 1995, 353 pagina's).

#### Prijzen

- compleet pakket: € 123,70

- video's: € 98,40

## **Jij en ik**

Relaties en seksualiteit.

### *Korte beschrijving*

Een videoserie met handleiding bestaande uit zeven videofilms, waar mensen met een verstandelijke handicap onder begeleiding naar kunnen kijken en waarop ze kunnen reageren. Daarbij worden via gesprekken in de studio en scènes uit het leven de thema's relaties en seksualiteit zodanig binnen hun belevingswereld gebracht, dat ze voor henzelf herkenbaar en bespreekbaar kunnen worden. Bij de serie is een handleiding ontwikkeld, bestemd voor de begeleiding. Tevens is een versie met ondertiteling van de video's verkrijgbaar.

De video's kennen de volgende titels:

Deel 1: Jongen en meisje.

Deel 2: Ik geniet van mijn lijf.

Deel 3: Hoe krijg ik verkering?

Deel 4: Vrijen: hoe gaat dat verder?

Deel 5: Een kind krijgen... of toch maar niet?

Deel 6: Ik heb al een tijdje verkering.

Deel 7: Verkering en vriendschap.

### *Doelgroep*

Jongeren met een verstandelijke handicap.

### *Praktische informatie*

'Jij en ik', Provinciaal Steunpunt Groningen 'Aandacht voor levensvragen' (samensteller), 1995.

#### Prijzen

- per deel: € 25,00

- alle delen, inclusief handleiding: € 150,00

Steunpunt 'Aandacht voor levensvragen'

Plutolaan 329-a

9742 GK Groningen

Tel.: 050 – 57 77 447

info@aandachtvoorlevensvragen.nl

Informatie via de heer P. Brongers

## **Van wie ben jij, ik ben die ik ben**

Voorlichtingsboek seksualiteit.

### *Korte beschrijving*

Een kijk- en voelboek met illustraties, eenvoudige tweedimensionale weergave van penis en vagina en simpele teksten die een begeleider/verzorger samen met een cliënt kan doornemen. Met behulp van de figuren (poppetjes) –die herinneringen losmaken– en andere illustraties, kan het eigen verhaal van de cliënt met begeleiding, maar zonder invulling van de begeleiding, worden opgeroepen. Het boek is ontworpen en uitgewerkt door de auteur om op eenvoudige en voorzichtige wijze hulp te bieden bij situaties en gedragingen op het gebied van seksualiteit, relatievorming en seksueel misbruik. Het kan worden gebruikt om in geval van seksueel misbruik het verhaal boven water en/of duidelijker te krijgen op een veilige, niet bedreigende manier. Het boek kan als een gefigureerde vragenlijst dienen. Tevens is het bruikbaar als start voor het geven van voorlichting over seksualiteit, het weerbaarder maken van cliënten en ter verduidelijking van wat wel en niet aanvaardbare gedragingen zijn.

### *Doelgroep*

Het boek is voor meerdere doelgroepen bruikbaar, doordat hierin gebruik gemaakt wordt van eigen (pas)foto's, de eigen ervaringen van de cliënt centraal staan en de wijze waarop het wordt gebruikt eenvoudig aan het niveau van cliënten kan worden aangepast. Het minimale sociale-, emotionele- en cognitieve niveau zou dat van een 2,5 jarige moeten zijn.

### *Praktische informatie*

Het is de bedoeling, dat er een cursus van twee dagdelen voor begeleiders komt. Deze zal in eerste instantie alleen intern binnen de stichting Aveleijn worden gegeven.

'Van wie ben jij, ik ben die ik ben': Voorlichtingsboek seksualiteit, Anna ten Hove; Hengelo: Stichting Aveleijn, 2004.

Bestellen door overmaking van € 50,00 op rekeningnummer 110998731, Rabobank Hengelo o.v.v. 'Boek'.

Stichting Aveleijn  
Tel.: 074 – 255 66 00  
info@aveleijn.nl  
www.aveleijn.nl

## **Ontdek wie je bent**

Een speurtocht naar jezelf

### *Doelgroep*

Mensen met een verstandelijke beperking

### *Korte beschrijving*

Werkmap en handleiding voor mensen met een verstandelijke ontwikkelingsleeftijd van 4 tot 12 jaar. Veel mensen met een verstandelijke beperking kennen hun eigen lichaam niet. Dat leidt vaak tot schrijnende situaties. Een goed lichaamsbeeld, kennis van het eigen lichaam, is in zekere zin het eerste onderdeel van seksuele voorlichting. Door middel van het invullen van de werkbladen krijgt men meer zicht op de eigen identiteit, zelfbeeld, lichaamsbeeld en lichaamsbesef. Met behulp van de werkmap kunnen begeleiders met cliënten reflecteren op het lichaam van deze cliënt.

Er zijn werkmappen voor de volwassen vrouw en een voor de volwassen man. De versies van het meisje en de jongen verschijnen binnenkort. Deze zijn ook geschikt voor het ZMLK-onderwijs (speciaal onderwijs en voortgezet speciaal onderwijs).

### *Praktische informatie*

Verkrijgbaar bij: ellen.suykerbuyk@planet.nl  
Website: www.bosch-suykerbuyk.nl

## **Van top tot teen**

Voorlichtingsmap / Iespakket

### *Doelgroep*

Mensen met een verstandelijke beperking

### *Korte beschrijving*

Een voorlichtingsmap t.b.v. mensen met een verstandelijke beperking", een zeer praktische map om voorlichting te geven. Veel ondersteuners hebben reeds de behoefte aan deze concrete map aangegeven! Circa 110 heldere platen. Enkele onderwerpen: ontwikkeling van baby tot oudere, zaadlozing, menstruatie, masturberen, normen en waarden, vrijen met elkaar, homoseksualiteit en weerbaarheid, intimiteit en bejegening.

### *Praktische informatie*

De prijs voor deze map komt op 155 euro excl. 19% BTW.  
<http://www.bosch-suykerbuyk.nl/button/spelmateriaal>

## **Goede minnaars**

### *Beschrijving*

Dit pakket bevat een werkmap Goede Minnaars, de video Wegwijs in de seks en bijbehorend boekje, de cd-rom seXplorer en 10 exemplaren van de brochure 'Een lief'.

De werkmap is gebaseerd op de invalshoek 'Goede minnaars' - een nieuw concept dat door het Forum Jeugd, relaties en seksualiteit werd uitgewerkt om aan relationele en seksuele vorming bij jongeren te doen. In de werkmap worden ruim tachtig diverse werkvormen beschreven [denkoefeningen, associatieoefeningen, gespreksvormen, spelvormen, rollenspel, dramatechnieken en andere spelvormen] om actief met jongeren aan de slag te gaan. De werkvormen zijn verder opgedeeld in enkele grotere rubrieken: starters, verliefd/versieren, ontdek de seks, ikzelf, handen thuis, veilig vrijen en afsluiters.

### *Praktische informatie*

Het hele pakket - Goede Minnaars € 60,--

Het werkboek - Goede Minnaars: incl. de gids 'Een lief' € 25,-- / excl de gids € 23,--

'Goede minnaars' is te verkrijgen via: [www.sensoa.be](http://www.sensoa.be)

Een brochure met uitgebreide achtergrondinformatie over het concept Goede Minnaars en over relationele en seksuele vorming is te downloaden van deze site.

## **Geen kind meer**

Seksuele voorlichting aan jongeren met een verstandelijke handicap vanaf twaalf jaar.

### *Korte beschrijving*

Het pakket bestaat uit drie delen, te weten:

1. Voorlichtingsmethode voor ouders, verzorgers en groepsleiding. Deze bestaat uit een groot aantal foto's en tekeningen met een bijbehorende handleiding. Behandeld wordt onder andere algemene seksuele voorlichting, lichaamsveranderingen, rolpatronen, seksueel misbruik, veilig vrijen en aids. De handleiding heeft onder meer aandacht voor vragen en problemen rond seksualiteit.



2. Ideeënboek ten aanzien van seksuele voorlichting voor groepsleiders, hulpverleners en opvoeders die werkzaam zijn in de gehandicaptenzorg. Naast tips en oefeningen voor de groepsleiders zelf, beschrijft het spel- en werkvormen waarmee men op vrij speelse wijze allerlei aspecten van seksualiteit en relaties bespreekbaar kan maken.
3. De brochure voor ouders, verzorgers en groepsleiding bevat achtergrondinformatie en tips voor het geven van seksuele voorlichting.

Het pakket heeft als uitgangspunt: een positieve kijk op seksualiteit. De methode biedt ondersteuning aan degene die seksuele voorlichting wil geven en is geschikt voor individueel en groepsgebruik. Dat wil zeggen voor ouders of verzorgers die hun eigen kind willen voorlichten en voor groepsleiding die voorlichting wil geven aan een groepje jongeren. Behandeld worden de veranderingen die op lichamelijk en gevoelsmatig gebied spelen, de relaties van de jongere met anderen, en de interactie tussen de jongere en zijn of haar omgeving. Er is tevens een gelijknamige brochure voor ouders en verzorgers.

#### *Doelgroep*

Jongeren en volwassenen met een verstandelijke handicap (vanaf twaalf jaar) en hun verzorgers. Het materiaal wordt tevens gebruikt bij meervoudig gehandicapten.

#### *Praktische informatie*

'Geen kind meer': Seksuele voorlichting aan jongeren met een verstandelijke handicap vanaf 12 jaar, Braeken, D.; Marneth, A. (samensteller); Den Haag: Rutgers Stichting/PSVG, 1992.

Materiaal is niet meer te koop. Kopieën zijn verkrijgbaar bij de Rutgers Nisso Groep ad € 15,00. Te bestellen per mail: [rng@rng.nl](mailto:rng@rng.nl).

Tel: 030 – 231 34 31

[www.rutgersnissogroep.nl](http://www.rutgersnissogroep.nl)

Daarnaast is het materiaal te leen via GGD of schoolbegeleidingsdienst.

## 1.D Materialen, spellen en boekjes

### 1. Spellen, video's, koffers e.d.

#### **Welkom op de wereld: waar komen baby's vandaan?**

Uitgever: Lannoo, 1999, ISBN: 90-209-3490-2

Deze (vlaams gesproken) interactieve CD-rom richt zich tot kinderen in de leeftijd van 4 tot 8 jaar en wil vooral de dialoog tussen ouders en kinderen rond seksualiteit en alle aspecten die met de seksuele ontwikkeling te maken hebben, zoals geslachtsorganen en hun ontwikkeling, informatie over bevruchting, zwangerschap, geboorte, enz. aanwakkeren. Het product bevat talrijke leuke animaties en educatieve spelletjes.

Meer info over de cd-rom op: [www.ouders.nl/xso9907a.htm](http://www.ouders.nl/xso9907a.htm)

#### *Doelgroep*

Kinderen van 4 tot 8 jaar

#### *Praktische informatie*

Uitgever: Lannoo, Prijs: f 49,95

[www.lannoo.com](http://www.lannoo.com)

#### *Seksuele spanningsmeter*

Van een slappe naar een stijve penis. Wat gebeurt er met jou? Waar? Wanneer?

#### *Doelgroep*

Mensen met een verstandelijke beperking

#### *Korte beschrijving*

Een hulpmiddel bij seksuele voorlichting, hulpvraagverduidelijking en risicotaxatie.

#### *Praktische informatie*

De prijs van deze spanningsmeter 5 voor 5,50 euro

<http://www.bosch-suykerbuyk.nl> / button spelmaterialen

## **Sterke verhalen**

Jongeren in gesprek over handicap en seksualiteit.

#### *Korte beschrijving*

Video, handleiding en brochure over seksualiteit en (lichamelijk) gehandicapte jongeren. 'Sterke verhalen' geeft informatie over veranderingen tijdens de puberteit op lichamelijk en gevoelsmatig gebied en over het aangaan van relaties. De thema's worden in de film door jongeren met een handicap zelf aan de orde gesteld. In de handleiding wordt aandacht besteed aan het belang van een positief zelfbeeld voor de seksualiteitsbeleving, de rol van de ouders/opvoeders en docent/begeleiders. Er is een voorbeeldplan relationele- en seksuele ontwikkeling in opgenomen.

#### *Doelgroep*

De videoband en de brochure zijn bestemd voor jongeren met een handicap of chronische ziekte, in de leeftijd van 12 tot 18 jaar. De handleiding is voor docenten VSO.

#### *Praktische informatie*



'Sterke verhalen': Jongeren in gesprek over handicap en seksualiteit, Bijsterveld, M.; Elskamp, E.; Utrecht: Gehandicaptenraad, 1998.

Prijzen

- video(25 minuten) en brochure: € 19,75

- handleiding voor docenten VSO: € 2,30

Verkrijgbaar bij: Rutgers Nisso Groep, Utrecht

Tel.: 030 – 231 34 31

[www.rutgersnissogroep.nl](http://www.rutgersnissogroep.nl)

### **Aan hartstocht geen gebrek**

Over handicap, erotiek en lichaamsbeleving.

#### *Korte beschrijving*

De video is een vervolg op het boek met de gelijknamige titel. Het gaat om een gedramatiseerde documentaire waarin mensen met een handicap laten zien hoe zij met hun lichaam omgaan en er plezier aan beleven. Zij laten zien hoe zij hun lichaam ervaren, er soms mee vechten, maar er ook mee verleiden en van genieten. De video is bedoeld voor mensen met een handicap, bewoners of revaliderenden in instellingen, maar tevens voor andere betrokkenen, zoals ouders, verzorgenden en leerkrachten. Bij de video wordt een begeleidende brochure geleverd met informatie over het mogelijk gebruik van de video in groepen.

#### *Praktische informatie*

'Aan hartstocht geen gebrek': Over handicap, erotiek en lichaamsbeleving (34 minuten), Folkerts, A.; Weijer, A., van de; Utrecht: CG-Raad, 1995.

Te huur via de CG-Raad

Tel.: 030 – 291 66 50

[www.cg-raad.nl](http://www.cg-raad.nl)

### **Liefdesweetjes**

Een interactief spel om op een speelse manier met elkaar te leren praten over vragen op het gebied van seksualiteit.

#### *Doelgroep*

Mensen met een verstandelijke beperking

#### *Korte beschrijving*

Op een spelbord wordt er met behulp van pionnen met elkaar gespeeld. Wie het eerst bij de grote liefdeskus in het midden van het bord komt, heeft gewonnen.

Met behulp van het spel krijgen de deelnemers meer zicht op eigen waarden en normen, alsmede waarden en normen binnen de samenleving.

Door het humoristische element leert men makkelijker praten over vragen op het gebied van seksualiteit.

#### *Praktische informatie*

De prijs voor dit spel komt op ca 56 euro excl. 19% BTW

<http://www.bosch-suykerbuyk.nl> / button spelmaterialen

## **Praatkaarten**

Een spel om aan de hand van een set kaarten te praten over levensvragen.

### *Doelgroep*

Mensen met een verstandelijke beperking

### *Korte beschrijving*

Met behulp van uitnodigende vragen worden mensen met een verstandelijke beperking uitgedaagd iets over zichzelf te vertellen.

### *Praktische informatie*

[www.bosch-suykerbuyk.nl](http://www.bosch-suykerbuyk.nl) / button spelmaterialen

## **Samenspel (werktitel)**

Spel over vriendschap, relaties en seksualiteit.

### *Korte beschrijving*

Het spel bestaat uit kijkkaarten, onderverdeeld in zes categorieën: lichaam, vriendschap, relaties, seksualiteit, voorbehoedsmiddelen en weerbaarheid. De kaarten kunnen ook gecombineerd worden met een spelbord of kleurendobbelstenen (apart verkrijgbaar). De kaarten zijn bedoeld om een associatie op te roepen bij de deelnemer en daardoor een thema bespreekbaar te maken. Er kan individueel dan wel met een groep mee worden gewerkt. Het spel is ontwikkeld als actuele aanvulling op het lespakket 'Lief en lijf', maar kan tevens zelfstandig worden gebruikt. In de toekomst zullen meer thema's op deze wijze worden uitgewerkt, zoals 'kinderen krijgen', 'kinderen opvoeden' en 'homoseksualiteit'.

### *Doelgroep*

Mensen met een verstandelijke handicap.

### *Praktische informatie*

'Samenspel': spel over vriendschap, relaties en seksualiteit (werktitel), Wilco de Schouwer. Het spel wordt binnenkort verwacht.

Bureau Edubooks & Training

Tel.: 024 – 39 703 66

[edubooks@tiscali.nl](mailto:edubooks@tiscali.nl)

## **De eerste keer en meer..., de cd-rom voor als je jong bent en wat wilt**

Met deze interactieve cd-rom kunnen jongeren een antwoord zoeken op vragen die te maken hebben met opgroeien, veranderen, verliefd worden, contact leggen, seks, voorbehoedsmiddelen, et cetera. Het programma begint op een klein schoolplein waar zes jongeren (drie jongens en drie meisjes) rondhangen. Je kan met één van deze jongeren meegaan naar hun kamer en daar door zijn of haar persoonlijke voorwerpen snuffelen, bijvoorbeeld door op de spiegel te klikken, die in elke kamer staat. Vervolgens kan je de persoon 'uitkleden' terwijl je een filmpje bekijkt over de veranderingen die jongens en meisjes ondergaan. Je kan deze jongeren ook vergezellen naar de disco en daar hun gesprekken volgen en mee ervaren hoe zij contact zoeken met elkaar. 'Onderwerpen' is een deel van het programma, waarin je informatie krijgt over diverse thema's zoals verliefd, vruchtbaar en de eerste keer. In dit onderdeel zit tevens een zoekspel om je kennis uit te testen. Daarnaast is er een woordenlijst waar de belangrijkste begrippen in verband met seksualiteit verklaard worden. Op de cd-

rom staan onder 'materiaal' aanbevelingen voor literatuur. De cd-rom bevat tevens verschillende tests (wat is jouw droomman of -vrouw, hoe is de relatie met je ouders, hoe ben je zelf als vriend(in), een dagelijks fitnessprogramma en een vruchtbaarheidskalender).

#### *Doelgroep*

Jongeren vanaf twaalf jaar. Het programma is geschikt om twee à drie leerlingen –met een opdracht– zelfstandig aan het werk te zetten.

#### *Praktische informatie*

'De eerste keer en meer...', de cd-rom voor als je jong bent en wat wilt', Tilburg, Zwijsen, 1996. De kosten bedragen € 39,00.

### **Anticonceptie-voorlichtingskoffer**

#### *Korte beschrijving*

Om informatie over de verschillende anticonceptiemiddelen en hun werking te visualiseren ontwikkelde de Rutgers Nisso Groep in 2002 als proefproject een 'anticonceptie-voorlichtingskoffer', met name gericht op voorlichting aan jongeren en allochtonen. De koffer bevat alle vormen van anticonceptie die in Nederland verkrijgbaar zijn, plus de brochure 'anticonceptiemiddelen'. In 2003 is de koffer geactualiseerd met de nieuwste conceptiemethoden en opnieuw in productie genomen. Bij de koffer bevindt zich een handleiding voor het geven van voorlichting.

#### *Doelgroep*

Jongeren en allochtonen.

#### *Praktische informatie*

'Anticonceptie-koffer'

Prijs: € 73,00

Rutgers Nisso Groep

Tel.: 030 – 231 34 31

rng@rng.nl

www.rng.nl

### **Bloosdoos**

Een spel waar je kleur van krijgt.

#### *Korte beschrijving*

De 'Bloosdoos' is een methode om met jongeren een gesprek op te zetten over verliefd zijn en alles wat daar mee te maken heeft. Het spel bestaat uit een vragenset met verschillende categorieën: verliefd zijn, liefdesverdriet, contact maken en versieren, vrienden en vriendinnen. Daarbij hoort een aangepaste dobbelsteen met dezelfde categorieën, weergegeven door een tekening en boekje met speluitleg voor begeleiding.

#### *Doelgroep*

Jongeren vanaf veertien jaar.

#### *Praktische informatie*

'Bloosdoos'

Prijs: € 9,90

Jeugd en Seksualiteit

Tel.: 00 32 (0)15 – 20 69 68  
jeugd.en.seksualiteit@jeugdwerknet.be  
www.jeugdwerknet.be/jeugd.en.seksualiteit

## **Tastbaar**

Een handboek voor meer dan één hand.

### *Korte beschrijving*

'Tastbaar' is een spelhandboek. Het boek gaat over aanraken en aangeraakt worden. Het aanraken dat mag, kan en zelfs heel prettig kan zijn, maar soms ook gepaste begeleiding vraagt om er ten volle van te genieten. Naast tips voor de begeleiders bevat het 60 activiteiten om met kinderen en jongeren te werken rond lichaamscontact. Het spelenaanbod bekijkt 'aanraken' vanuit vier invalshoeken:

1. Warmen - opwarmers, activiteiten om vertrouwd te worden met aanraken;
2. Tasten - activiteiten om vertrouwd te worden met aanraken;
3. Zorgen - vertroetelende activiteiten;
4. Erin vliegen - gezamenlijke activiteiten om er eens hevig in te vliegen.

### *Doelgroep*

Jongeren vanaf twaalf jaar.

### *Praktische informatie*

'Tastbaar'  
Prijs: € 10,00  
Jeugd en Seksualiteit  
Tel.: 00 32 (0)15 – 20 69 68  
jeugd.en.seksualiteit@jeugdwerknet.be  
www.jeugdwerknet.be/jeugd.en.seksualiteit

## **Waar kom ik vandaan?**

Hoe vertel je het de kinderen zonder omhaal en met plezier.

### *Korte beschrijving*

'Waar kom ik vandaan?' is een tekenfilm voor kinderen vanaf vijf jaar, naar het gelijknamige boek van Peter Mayle. Alle onderwerpen, zoals de lichamelijke verschillen tussen man en vrouw, vrijen, bevruchting, zwangerschap en bevalling worden uitgelegd met een flinke dosis humor. De humoristische aanpak maakt de informatie/overdracht minder concreet, waardoor het voor kinderen met een verstandelijke of communicatieve handicap moeilijker te begrijpen is.

### *Doelgroep*

Kinderen van vijf tot en met tien jaar.

### *Praktische informatie*

'Waar kom ik vandaan?' Hoe vertel je het de kinderen zonder omhaal en met plezier; Peter Mayle, Nederlands gesproken, VHS(30 minuten)  
Prijs: € 12,50  
Te koop bij o.a. Sensoa, [www.sensoa.be](http://www.sensoa.be)  
Te leen bij GGD, schoolbegeleidingsdienst of bibliotheek.

## **Wat gebeurt er nu weer met me?**

'Wat gebeurt er nu weer met me?' is een humoristische tekenfilm naar het gelijknamige boek van Peter Mayle, voor oudere kinderen en pubers. De film gaat over de lichamelijke en psychische veranderingen die jongeren allemaal doormaken tijdens hun puberteit. De humoristische aanpak maakt de informatie/overdracht minder concreet, waardoor het voor kinderen met een verstandelijke of communicatieve handicap moeilijker te begrijpen is.

### *Doelgroep*

Kinderen van tien tot en met veertien jaar.

### *Praktische informatie*

'Wat gebeurt er nu weer met me?'; Peter Mayle, Nederlands gesproken, VHS (30 minuten)

Prijs: € 12,50. Te koop bij o.a. Sensoa: [www.sensoa.be](http://www.sensoa.be)

Te leen bij GGD, schoolbegeleidingsdienst of bibliotheek

### *Pubergidsen*

Informatie over de lichamelijke en geestelijke veranderingen die jongeren in de puberteit te wachten staan.

- Folder voor meisjes (en een beetje voor jongens) met informatie over meisjes en jongens, een puzzel, weetjes en een puberteitstest.
- Folder voor jongens (en een beetje voor meisjes) met informatie over jongens en meisjes, een puzzel, weetjes en een puberteitstest.
- Folder voor ouders met achtergrondinformatie, tips en veel gestelde vragen en antwoorden.
- Folder voor de leerkracht. Dit is een handleiding met achtergrondinformatie, veel gestelde vragen, tips over het geven van seksuele voorlichting en lessuggesties.

### **NIGZ**

Contactpersoon: Sanderijn van der Doef

Telefoon: 0348-437 600. Bestellen via: [klantenservice@nigz.nl](mailto:klantenservice@nigz.nl) of [www.nigz.nl](http://www.nigz.nl).

## **Daar komt de puberteit**

### Brochure

### *Doelgroep*

Leerlingen van de bovenbouw van het basisonderwijs

### *Beschrijving*

Seksualiteit behoort tot ieders leven. Ook kinderen staan stil bij het omgaan met gevoelens, hun eigen lichaam, verliefdheid en ontgoochelingen bij vriendschappen die kapotgaan of niet wederzijds zijn. Leren over het lichaam, liefde, genieten en nieuw leven: dat is het opzet van deze brochure om kinderen wegwijs te maken in relationele en seksuele opvoeding. De brochure bevat pasklare werkvormen en didactisch materiaal dat kinderen basisinformatie aanreikt en een aantal vaardigheden laat inoefenen.

### *Praktische informatie*

De brochure is gemaakt samen met Jeugd en Seksualiteit VZW België in opdracht van uitgeverij Averbode. Prijs: € 15

Verkrijgbaar via: [www.leefclefs.be](http://www.leefclefs.be) / e-mail: [leefclefs@skynet.be](mailto:leefclefs@skynet.be)

of via: [www.jeugdseksualiteit.be](http://www.jeugdseksualiteit.be)

## **Carrouselspel**

Het carrouselspel is heel geschikt om in (multiculturele) groepen jongeren onderwerpen op het gebied van seksualiteit en relaties aan te 'kaarten'. Het doel van het spel is jongeren met elkaar laten praten over seksualiteit en relaties. Het spel bevat de categorieën: algemeen, stel-je-voor, seksualiteit, multiculturele relaties, homoseksualiteit en seksueel geweld.

### *Doelgroep*

De doelgroep is jongeren van 13 tot 21 jaar: jongens, meisjes, autochtone, allochtone en gemengde groepen, van VMBO- tot en met VWO-niveau.

### *Praktische informatie*

Prijs: € 16,-- exclusief verzendkosten

Rutgers Nisso Groep  
Veroon Vermeer  
Tel: 030 – 2313431  
rng@rng.nl / www.rng.nl.

## **Anatomisch correcte poppen Teach-A-Bodies**

Verkrijgbaar in de V.S. Er zijn poppen van alle leeftijden, in alle soorten en maten en huidskleuren.  
<http://www.teach-a-bodies.com/main.html>  
cynthia@teach-a-bodies.com

## **Fotoserie Vrouwenzaken**

### *Korte beschrijving*

De foto's over vrouwenzaken bestaan uit vier series die bedoeld zijn om meisjes en vrouwen informatie te geven over menstruatie, tampongebruik, borstonderzoek door arts en via mammografie, inwendig onderzoek en het uitstrijkje. De foto's kunnen communicatieve ondersteuning bieden bij het bezoek aan een instantie, huisarts of ziekenhuis en als bijvoorbeeld voorbereid moet worden op de menstruatie. Met behulp van de fotoserie kunnen stappenplannen worden samengesteld, om de gang van zaken rondom deze onderwerpen te verduidelijken: wat gebeurt er als je menstrueert, welke hygiënische maatregelen tref je, hoe breng je een tampon in, wat doet een arts als een uitstrijkje wordt gemaakt, welke apparatuur wordt gebruikt bij een borstonderzoek en welke handelingen horen daarbij?

### *Doelgroep*

Meisjes en vrouwen met een verstandelijke- en/of communicatieve handicap.

### *Praktische informatie*

Vier series:		Geplastificeerd	Ongeplastificeerd
- Inwendig onderzoek	13 foto's	€ 19,00	€ 15,00
- Menstruatie	33 foto's	€ 48,00	€ 38,00
- Borstonderzoek	15 foto's	€ 21,00	€ 17,00
- Tampongebruik	14 foto's	€ 26,00	€ 16,00



Bestellen via: [www.kegg.nl](http://www.kegg.nl)  
Koninklijke Effatha Guyot Groep/methode Weerklank  
Saskia Voortman  
Tel.: 020 – 667 86 78  
[s.voortman@kegg.nl](mailto:s.voortman@kegg.nl)

### **Seks en wat er bij hoort**

Een werkboekje voor kinderen in het buitengewoon (= speciaal) lager onderwijs.  
Auteur(s): N. Verwimp K. Renckens; J. Verhaert, MPI Zonnebos & PMS, 1999.

Praktisch werkboekje met informatie, invulbladen en oefentaken bedoeld voor kinderen in het buitengewoon lager onderwijs en waarin volgende thema's behandeld worden: seksualiteit, geslachtsverschillen jongens/meisjes, vruchtbaarheid en zwangerschap, seksuele hygiëne, soa en weerbaarheid (ja/neen-gevoelens).

#### *Praktische informatie*

Het boekje is uitgegeven door het Medisch Pedagogisch Instituut 's Gravenwezel (België)  
[www.zonnebos.be](http://www.zonnebos.be)  
Tel: 0032 - 03 - 658.13.24

#### *Emotieboekjes*

Zoetermeer: Effatha Guyot, Afdeling Arentshof.

Een serie boekjes ontwikkeld voor kinderen en jongeren met een auditieve en/of verstandelijke handicap. In de boekjes worden verschillende gevoelens uitgewerkt in tekeningen en het bijbehorende gebaar. Er zijn boekjes over de volgende thema's: bang, blij, verdrietig, aardig, boos, plagen, helpen, natte dromen en ongesteldheid.

#### Bestelinformatie:

Koninklijke Effatha Guyot Groep  
[info@effathafuyot.nl](mailto:info@effathafuyot.nl)  
[www.effathaguyot.nl](http://www.effathaguyot.nl)  
Prijzen: de hele serie: € 30,40, per stuk: € 4,50

### **Reis rond jezelf**

Auteur(s): Veer Hens en Karen Peger. Uitgever: Berchem: Help@ en In-Vorm, 1999

Een ludiek werkboek rond relaties en seksualiteit dat zich richt tot jongens en meisjes in de leeftijd van 10 tot 13 jaar. Via tekeningen, schrijf- en leesopdrachten komen kinderen spelenderwijs meer te weten over seks en relaties. Er is ook een seksuologisch woordenboek voorzien van A(bortus) tot Z(wangerschap) waarin op eenvoudige manier vele toepasselijke woorden worden uitgelegd.  
Verkrijgbaar via: [www.sensoa.be](http://www.sensoa.be)

### **Video (Weg)wijs in de seks**

De tekenfilm '(Weg)wijs in de seks' maakt het jongeren makkelijker om met elkaar over seks te praten. Achtergrondinformatie voor begeleiders in een bijhorend boekje. (duur: 20 min)

Te verkrijgen bij: [www.sensoa.be](http://www.sensoa.be) / € 20,--

## **Vriendschap**

Vrienden maken en vrienden blijven, SOMMA (nu MEE) en Federatie van Ouderverenigingen(FvO), 2001.

Een titel uit de serie 'Gewoon zo!' voor jongeren met een verstandelijke handicap. Het gaat over: hoe je contact maakt, wanneer iemand een vriend is, vriendschap onderhouden, afspraken maken, ruzie, verliefd, grensoverschrijdend gedrag en seksueel misbruik. Het boek bestaat uit korte teksten, met enkele tekeningen ter illustratie.

Boek is niet meer verkrijgbaar.

MEE Nederland  
[www.meenederland.nl](http://www.meenederland.nl)  
[www.mee.nl](http://www.mee.nl)  
Tel.: 030 – 236 37 07

Federatie van Ouderverenigingen  
[www.fvo.nl](http://www.fvo.nl)  
Tel.: 030 – 236 37 67

## **2. Boeken seksuele vorming algemeen**

### **En dan is er seks**

Doef, S., van der; Utrecht/Antwerpen: Kosmos, 1995

Informatief boek voor jongeren. De schrijfster sprak met honderden jongens en meisjes over wat seks betekent en bracht het samen in dit boek. Het boek gaat over verliefdheid, vrijen, seks, relaties en hoe heerlijk dat kan zijn, maar ook over de problemen die je daarbij kunt tegenkomen.

### **Ik vind jou lief**

Doef, S., v.d.; Amsterdam: Ploegsma, 1997 (ISBN 90 216 115 03) € 13,50.

Informatief boek voor peuters en kleuters. Een combinatie van een prentenboek en voorleesboek, waarin duidelijke voorlichting gegeven wordt over vriendschap, verliefdheid en liefde, seksualiteit, zwangerschap en geboorte en over de verschillen tussen jongens en meisjes.

### **Ik + jij = wij. Alles over vriendschap, liefde en geboorte**

M. Baseler. Illustrator: D. Stam. House of Books bv. 2002. (ISBN 90 443 0588). €16.50

Hoe maak je vrienden? En hoe maak je het na een ruzie weer goed? Waarom zien jongens en meisjes er anders uit? En hoe wordt een baby'tje gemaakt? Een leer- doe- en ontdekboek voor nieuwsgierige kinderen vanaf 6 jaar.

### **Seks, hoe voelt dat? Eerlijke antwoorden over vrijen en zo**

Kolet Janssen. NBD - Biblion bv, 2003 (ISBN 9076830215).€ 17.25

Een boek voor kinderen vanaf 10 jaar. Het gaat in op vele vragen van kinderen. Bijvoorbeeld waarom veel mensen moeilijk praten over seks. Wat verliefd zijn is, of seks gevaarlijk is, of waarom jongens zo'n rare stem krijgen. Het boek geeft uitleg over de 'technische' én de emotionele kant van seksualiteit

en geeft ouders of leerkrachten een handvat om met kinderen te praten over dat ingewikkelde verkeer tussen mensen.

### 3. Themaboeken seksuele vorming

#### Het eigen lichaam leren kennen

- *Kijk mij nou ! Alles wat je wilt weten over je eigen lijf*  
M. Baseler. House of Books B.V. Vianen 2004. (ISBN 90 443 1172 7). €16,50  
Over hoe het lichaam werkt. Over je lichaam verzorgen, gezond eten en nog veel meer.
- *Het menselijk lichaam*  
Williams, F., Brightling, G., (ill.), De Ballon, 1997 Serie: binnenstebuiten.  
Lees- en kijkboek. Informatie met veel foto's over hoe het lichaam werkt. Met woordenlijst en register. Leeftijd 12 jaar.
- *Het wonder van geboorte en groei. Kijk, dat ben ik! Voor jongens van 10-13 jaar*  
Teerds-Gertenbach, A., Uitgever Groen, Heerenveen, 2000. (ISBN 9050303900) € 12,50  
Een (voor)leesboek over hoe je lichaam en je gevoelens veranderen als je volwassen wordt. Ook wordt er ingegaan op hoe je met die veranderingen om kunt gaan. Het boek heeft een bijbelse context.
- *Het wonder van geboorte en groei / Kijk, dat ben ik! Voor meisjes van 10-13 jaar*  
Teerds-Gertenbach, A., Uitgever Groen, Heerenveen, 1994 (ISBN 9050303919) € 12,50  
Een (voor)leesboek over hoe je lichaam en je gevoelens veranderen als je volwassen wordt. Ook wordt er ingegaan op hoe je met die veranderingen om kunt gaan. Het boek heeft een bijbelse context.
- *Van top tot teen / Meisje en Van top tot teen / Jongen*  
Guido van Genechten, 6 Pagina's | Uitgeverij Clavis | 2005 | ISBN: 9068224921  
Een stevig uitvouwboek waarin een nieuwsgierig vlindertje een tocht maakt langs alle delen van het lichaam: neus, arm, buik, vinger, been, knie, teen... Als je het boek uitklapt, krijg je een 1 meter lange groeimeter. Die kun je thuis ophangen en zo bijhouden hoe groot je bent.

#### Waar komen baby's vandaan?

- *Alles erop en eraan: seksuele voorlichting over zwangerschap en bevalling.*  
Delfos, M., Uitgeverij Pereboom, Bussum, 1998 (ISBN: 90 755 641 12). Prijs: € 9,50  
Wat gebeurt tijdens de bevruchting en de zwangerschap? Wat verandert er in het lichaam van een vrouw? Hoe groeit een baby in baarmoeder groeit en hoe wordt het geboren?
- *Kunnen papa's ook kindjes krijgen?*  
Schneider, S., Suetens, C., (ill.), Deltas, 2001  
Prenten- en voorleesboek: over het gezin, vriendschap en seksualiteit.
- *Het ei van mama*  
Cole, B.; Davidsfonds, Infodok, 2001 - 6<sup>e</sup> druk (ISBN: 90 656 557 9)  
Prentenboek dat voorgelezen kan worden. Als papa en mama onzin vertellen over hoe baby's worden gemaakt, maken hun twee kinderen hen feilloos duidelijk hoe het wel zit. Voor kinderen van acht tot en met twaalf jaar.  
Prijs: € 12,25

#### Jongens en meisjes

- *Zoek de verschillen: verschillen tussen jongens en meisjes*  
2000 (ISBN: 90 755 643 34). € 9,50  
De verschillen tussen jongens en meisjes kunnen aanleiding zijn voor verbazing, onbegrip, conflicten, maar we kunnen ook genieten van die verschillen en van elkaar leren.

## Verliefdheid

- *Ik vind jou lief*  
Doef, S., v.d.; Amsterdam: Ploegsma, 1997 (ISBN 90 216 115 03) € 13,50.  
Informatief boek voor peuters en kleuters. Een combinatie van een prentenboek en voorleesboek, waarin duidelijke voorlichting gegeven wordt over vriendschap, verliefdheid en liefde, seksualiteit, zwangerschap en geboorte en over de verschillen tussen jongens en meisjes.
- *Ben jij ook op mij?*  
Doef, S., v.d., Amsterdam, Ploegsma, heruitgave 2004 (ISBN 90 216 1498 7) € 17,50  
Voorlichtingsboek, waarin in woord en beeld wordt uitgelegd wat het (lichamelijke) verschil is tussen jongens en meisjes, wat seks inhoudt en wat erfelijkheid is. Er wordt ingegaan op voortplanting, kinderen krijgen en verschillende samenlevingsvormen. Het boek besluit met een overzicht van woorden (met verklaring) die met seksualiteit te maken hebben. Voor kinderen van zeven tot en met elf jaar.
- *Het puberboek. Over zoenen, zeuren, veranderen en verliefd zijn*  
Sanderijn van der Doef, Uitgeverij Ploegsma, 2005. (ISBN: 90 216 1606 8) € 14.95  
Leeftijd 11+)
- *Ik ben ook op jou*  
Jacques Vriens; Van Goor; Amsterdam, 1992 (ISBN: 90 269 964 11)  
Een boekje voor kinderen over verliefd zijn. Niet alleen op de juf maar ook op je vriendje of vriendinnetje. Voor kinderen van acht tot en met twaalf jaar.  
Prijs: € 11,99

## Homoseksualiteit

- *Verliefd is verliefd: seksuele voorlichting over homoseksualiteit*  
2002. Uitgeverij Pereboom, Bussum (ISBN: 90 755 645 70). € 9,50  
Een jongen en een meisje die van elkaar houden, willen graag alles van elkaar weten en samen leuke dingen doen. Ze willen tevens hand in hand lopen, knuffelen en vrijen. Een jongen die van een jongen houdt, of een meisje dat van een meisje houdt, wil hetzelfde. Dit boek gaat over homoseksualiteit, over het anders voelen, de reactie van de omgeving en hoe je tot wederzijdse acceptatie kunt komen.

## Vorbereiden op de puberteit

- *Haar op gekke plekken*  
Cole, B.; Lemniscaat, 1999 (ISBN: 90 563 721 73). € 12,50  
Boekje over wat er met je gebeurt in de puberteit. Op een komische wijze worden meneer en mevrouw Hormoon ten tonele gebracht. Met duivels plezier brouwen ze drankjes die van kinderen volwassenen maken. Voor kinderen vanaf elf jaar.
- *Het opgroeiboek voor meisjes*  
*Alles wat jonge meisjes moeten weten over hun veranderende lichaam en gevoelens*  
Lynda en Area Madaras. Elmar-Standaard, 2002. (ISBN: 9058140032). € 18.00  
Het boek geeft informatie over fysieke en psychologische veranderingen die meisjes in de pubertijd nodig hebben. Op een eenvoudige en directe manier worden menstruatiecyclus, (ongewenste) seksuele aandacht, eetgewoonten en geslachtsziekten en voorbehoedsmiddelen besproken. Het boek bevat vele levendige illustraties.
- *Het opgroeiboek voor jongens. Alles wat jongens moeten weten over hun veranderende lichaam en gevoelens*  
Lynda en Area Madaras. Elmar-Standaard, 2003 (ISBN 9058140067). € 18.00.  
Een boek voor jongens in de puberteit en hun ouders. In een directe stijl worden onderwerpen besproken. Zoals de groei en de veranderingen in het lichaam, voortplanting, de kikker in de keel, lichaams- en aangezichtshaar en de puberteit bij meisjes. Het boek bespreekt vragen die jongens kunnen hebben, zoals de lengte van de penis of acné, aids, geslachtsziekten en voorbehoedsmiddelen.

- *Een vrolijke drukte: seksuele voorlichting over menstruatie.*  
Martine Delfos. Uitgeverij Pereboom te Bussum, 2002 (ISBN: 90 755 640 74). € 9,50.  
Het boekje beschrijft wat ongesteld worden is en waar het toe dient. De verschillen tussen meisjes en jongens, de weg die het eitje aflegt, de functie van de baarmoeder en de bloeding worden duidelijk uitgelegd. Er is tevens aandacht voor de emotionele kant van de zaak.
- *Ben jij het al? Ongesteld zijn: alle feiten op een rijtje*  
Thomson, R., Eccles, J., (ill); Mozaïek, 2e druk 1997, ISBN 90 6822 333 X. € 10,00  
Leesboek en naslagwerk. Het boek gaat op een openhartige wijze in op de biologische veranderingen die meisjes tussen hun 9e en 17e jaar ondergaan. In het bijzonder over menstruatie: waarom word je ongesteld; hoe ervaren meisjes dat en hoe moet je ermee omgaan? Het boek beantwoordt allerlei vragen die meisjes zich stellen.
- *Het kleine piemelboek*  
D. Hojer. G. Kvarnstrom (ill.) B. Custers (vert.), Gottmer Uitgevers Groep bv : Haarlem, 2005.  
(ISBN 9025736998) € 9.95  
Een boek voor jongens (en meisjes) die meer willen weten over de piemel. Op humoristische wijze, wordt van alles verteld over dit belangrijke orgaan: over fabeltjes en mythen rond de piemel, over kleine en enorm grote piemels, over schuttingtaal, over erecties en zaadlozingen, over de anatomie van de piemel en nog veel meer.
- *Kop en staart: seksuele voorlichting over zaadlozing.*  
Martine Delfos. Uitgeverij Pereboom te Bussum, 1997 (ISBN: 90 755 640 82). € 9,50.  
In dit boekje wordt uitgelegd, wat een zaadlozing is en waar die toe dient. Verschillen tussen jongens en meisjes, de penis, de natte droom en seksuele prikkels, worden besproken. Er is tevens aandacht voor de emotionele kant van de zaak.

## Zelfbevrediging

- *Zin in jezelf: seksuele voorlichting over masturbatie*  
Martine Delfos. Uitgeverij Pereboom te Bussum, 1999 (ISBN: 90 755 642 52). € 9,50  
Met respect voor verschillende standpunten en levensovertuigingen wordt verteld wat masturbatie is, hoe het lichaam werkt en welke gevoelens een rol spelen. Tevens wordt verteld welke problemen kunnen ontstaan. Het functioneren van het wordt duidelijk uitgelegd, zonder de emotionele kant te verwaarlozen.

## Vriendschappen en relaties

- *Het puberboek. Over zoenen, zeuren, veranderen en verliefd zijn*  
Sanderijn van der Doef, Uitgeverij Ploegsma, 2005. ( ISBN: 90 216 1606 8) € 14.95  
Leeftijd 11+ /  
Boek voor (beginnende) pubers. Het boek schenkt aandacht aan thema's als: het veranderende lichaam, het uiterlijk, omgang met vrienden, omgang met thuis, gevoelens, verkering, vrijen, en dergelijke. Feiten en ervaringen van kinderen zelf worden op genuanceerde wijze worden gebracht.
- *Let's talk about love: liefdeslessen voor pubers.*  
M. Baseler. The House of Books, Vianen, 2005. (ISBN 90 443 1248 0) € 12,50  
Een boek voor kinderen vanaf 12 jaar over zoenen, vrijen en seks. Het gaat ook in op wat het inhoudt om een relatie te hebben: hoe ver je gaat, hoe je een ruzie oplost en hoe je het spannend houdt.?

## Voorbehoedsmiddelen

- *Overal te koop: seksuele voorlichting over voorbehoedsmiddelen*  
Delfos, M., Uitgeverij Pereboom, Bussem, 2000 (ISBN: 90 755 643 34). € 9,50.  
Een boekje over voorbehoedsmiddelen dat vele vragen beantwoord. Waarom zijn voorbehoedsmiddelen nodig en waarom juist als je de eerste keer vrijt? Waar beschermen voorbehoedsmiddelen je tegen en waartegen niet? Welke voorbehoedsmiddelen zijn er en hoe

betrouwbaar zijn ze? Is vrijen met een condoom prettig? Is nee zeggen tegen seks een voorbehoedmiddel?

- *De dicht-bij-je-bed-show: seksuele voorlichting over geslachtsziekten*  
Delfos, M., Uitgeverij Pereboom, Bussem, 2000. (ISBN: 90 755 643 41) € 9,50.  
Hoe loop je seksueel overdraagbare aandoeningen(soa's) op? Waar moet je op letten, wat moet je doen als je het hebt en hoe kun je het voorkomen? Er wordt ook ingegaan op gevoelens van schaamte en verlegenheid en de onterechte angst van mensen voor iemand met aids en de isolatie die dat met zich meebrengt.

## Websites voor jongeren / volwassenen

- [www.onderzoekjengrens.nl](http://www.onderzoekjengrens.nl)  
Een site van de Rutgers Nisso Groep waar jongeren een test kunnen doen om zich bewust te worden van hun recht op privacy en hun grenzen in intimiteit en seksualiteit. De test gaat over hoe mensen met je omgaan, over aanraken, zoenen, seks, maar ook over wat iemand tegen je zegt. Allemaal dingen die leuk kunnen zijn, maar ook niet leuk. De deelnemer aan de test krijgt commentaar en advies dat past bij wat hij/zij meegemaakt heeft. Er zijn twee verschillende versies van de test. Er kan gekozen worden voor een test voor jongeren in het algemeen en een voor jongeren met een lichamelijke beperking of chronische ziekte.
- [www.zoenenenzo.nl](http://www.zoenenenzo.nl)  
Een site over relaties en seksualiteit voor jongeren met een lichamelijke beperking. Thema's die op een speelse manier worden gebracht zijn: verandering (opgroeien en puberteit...); versieren; seks met jezelf; verliefd; geen hetero; veilig vrijen; misbruik; en hulpmiddelen. Bij het thema handicap en seks komen ook de volgende onderwerpen aan de orde: spina bifida; dwarslaesie; reuma; spasmen; epilepsie; huidproblemen; visuele handicap; medicijnen; en kinderwens en ouderschap. De site is verder verrijkt met een forum, een woordenlijst rond handicap en seks, een zoekmachine, en een adressenlijst.
- [www.zoenenenzovoort.nl](http://www.zoenenenzovoort.nl)  
Site die zich richt op de ouders en begeleiders van jongeren met een lichamelijke beperking en eveneens gaat over relaties en seksualiteit.
- [www.weetal.nl](http://www.weetal.nl)  
Een site over liefde, relaties, intimiteit en seks. Speciaal voor dove jongeren en verder voor iedereen die er ook nog iets meer over wil weten. [www.weetal.nl](http://www.weetal.nl) is een project van de CG-Raad, de Effatha Guyot Groep, de FODOK, de RutgersNissoGroep en Viataal. Er vindt op vier manieren informatie-overdracht plaats: via gebarentaal, met tekst, met illustraties en via het gesproken woord - voor begeleiders.
- [www.sjn.nl/16ofzo/seks.htm](http://www.sjn.nl/16ofzo/seks.htm)  
Onderdeel van de site van NIZW Jeugd waarin aan de hand van concrete thema's en vragen allerlei voorbeelden rondom seksualiteit worden uitgelegd. ([www.jeugdinformatie.nl](http://www.jeugdinformatie.nl)).
- [www.volwassenworden.nl](http://www.volwassenworden.nl)  
Informatie over seksualiteit en veranderingen aan het lichaam voor jongeren.
- [www.stichtingsar.nl](http://www.stichtingsar.nl)  
De SAR (Stichting Alternatieve Relatiebemiddeling) is een stichting die mensen helpt met een lichamelijke en/of verstandelijke handicap bij het zoeken naar een alternatief voor een seksuele relatie. Een andere doelstelling van de SAR is het geven van voorlichting over problemen rondom de seksualiteitsbeleving van mensen met een handicap. De site geeft vooral informatie over hoe de SAR werkt, en over wat seksuele dienstverlening inhoudt.
- [www.maaskringgroep.nl/default.asp?id=2623&back=1](http://www.maaskringgroep.nl/default.asp?id=2623&back=1)

Op deze pagina vindt men informatie over de SEB. De SEB is een initiatief van de Pameijerkeerking, een onderdeel van de Maaskring groep (Rotterdam). De activiteiten van de SEB zijn gericht op mensen met beperkingen van psychiatrische aard en mensen met een (licht) verstandelijke handicap.

De SEB ondersteunt, bemiddelt en begeleidt cliënten naar een veilig (betaald) erotisch contact, met respect voor ieders seksuele voorkeur. De SEB draagt zorg voor een gedegen intake, matching en nazorg. Zo nodig is er een voortraject waarbij aandacht voor bijvoorbeeld seksuele voorlichting, hygiëne, gedragsregels en sociale vaardigheden.

- [www.hibn.nl](http://www.hibn.nl)  
Het Intimiteiten Bureau Nederland. De Stichting HIBN is bedoeld voor mensen met een handicap. Wanneer men beperkt is door een handicap wordt het vaak ook moeilijker om liefde, intimiteit te vinden bij een ander. Stichting HIBN zet zich in om het voor mensen met een handicap mogelijk te maken om aan hun behoeften te voldoen, zodat juist deze mensen ook op een positieve manier hier invulling aan kunnen geven. Men kan zich op de site aanmelden om van de intimiteitenservice gebruik te maken.
- [www.handicapenseksualiteit.nl](http://www.handicapenseksualiteit.nl)  
Site van de Stichting Handicap en Seksualiteit die tot doel heeft: praktische seksuele dienstverlening in de regio Zuid-Limburg. De stichting werkt met vrijwilligers.
- [www.flekszorg.nl](http://www.flekszorg.nl)  
FleksZorg levert sinds mei 2005 landelijk sekszorg aan mensen met een beperking via vrijgevestigd/freelance (seks)verzorgenden, verspreid door heel Nederland.
- [www.lover-boys.nl](http://www.lover-boys.nl)  
Site voor jongeren met een strip en informatie over loverboys en hun werkwijze.
- [www.bewareofloverboys.nl](http://www.bewareofloverboys.nl)  
Site geeft informatie over loverboys, prostitutie, liefde en meer. Hoe kan je loverboys herkennen? Heb ik zelf of heeft mijn vriendin een fout vriendje? Wat is prostitutie eigenlijk? Wat zijn de ervaringen van andere meisjes?
- [www.meldpuntdoven.nl](http://www.meldpuntdoven.nl)  
Bij Bureau DDS (Dienstverlening aan Doven en Slechthorenden) is in juni 2004 het meldpunt seksueel misbruik doven geopend. De website geeft informatie over seksueel misbruik bij doven en slechthorenden en het meldpunt.



## **Deel 2. Preventie seksueel misbruik / vergroten weerbaarheid**



## 2.A Programma's Weerbaarheid

### Als een meisje nee zegt

Programma's ter voorkoming van seksueel geweld voor moeilijk lerende jongens en meisjes.

Han Spanjaard m.m.v. Olga ten Hove; Amsterdam: RIAGG Zuid Nieuw-West, 1993.

Het doel van het programma is primaire preventie. Het is gericht op het leren verkennen van eigen en andermans grenzen en op positief contact maken.

De subdoelstellingen voor het programma voor jongens zijn:

- herkennen van prettige en onprettige aanrakingen;
- herkennen van eigen grenzen en die van anderen;
- contact maken met meisjes;
- omgaan met situaties waarin de ander iets anders wil;
- omgaan met groepsdruk.

De subdoelstellingen voor het programma voor meisjes zijn:

- herkennen van prettige en onprettige aanrakingen;
- herkennen van eigen grenzen;
- leren 'nee' zeggen;
- leren hulp vragen;
- tegengaan van het idee, dat meisjes zelf seksueel geweld uitlokken.

#### *Korte beschrijving*

Het preventieprogramma bestaat uit: een uitgebreide handleiding voor begeleiders waarin de bijeenkomsten zijn uitgewerkt; een video voor jongens getiteld 'Omgaan met elkaar'; een video voor meisjes getiteld 'Als je lastig gevallen wordt'; een gebruiksaanwijzing bij de videobanden voor de begeleider; een werkschrift voor jongens en één voor meisjes. Op de videobanden worden scènes, zoals beschreven in de handleiding, nagespeeld door jongeren van 15 tot 18 jaar. Iedere scène heeft zowel een negatieve- als een positieve afloop. Hierbij wordt ingegaan op het omgaan van afwijzingen (jongens) en het 'nee' zeggen bij ongewenste situaties (meisjes). Het werkschrift voor jongens en meisjes geeft onderwerpen weer als machtsmisbruik, eigenwaarde, seksueel geweld en veiligheid.

#### *Doelgroep*

Zwakbegaafde, moeilijk lerende jongens en meisjes vanaf twaalf jaar.

#### *Praktische informatie*

'Als een meisje nee zegt': Programma's ter voorkoming van seksueel geweld voor moeilijk lerende jongens en meisjes.

Han Spanjaard m.m.v. Olga ten Hove; Amsterdam: RIAGG Zuid Nieuw-West, 1993.

Prijs: € 35,50 (gehele pakket)

GGZ Buitendamstel, afdeling Preventie

Tel.: 020 – 78 84 555

## **Ben je GROOT of ben je klein**

Een cursus om de weerbaarheid van mensen met een verstandelijke beperking te vergroten

### *Doelgroep*

Mensen met een verstandelijke beperking

### *Korte beschrijving*

De cursus is ontwikkeld voor mensen met een (verstandelijke) beperking die een tekort aan eigen stevigheid cq. weerbaarheid hebben/ervaren. Door rollenspellen leren ze hoe ze moeten omgaan met betutteling en met te veel bescherming. De cursus is een aanvulling en niet bedoeld om in de plaats te komen van wat er op een woonplek zou kunnen gebeuren of als cursus voor het aanleren van vaardigheden of zelfverdediging.

De cursus is bedoeld voor mensen van vijftien jaar en ouder, maar deze leeftijdsgrens wordt niet strikt gehanteerd. Bij de intake wordt gekeken naar achterliggende problematiek, de mate van beperking en de groepsverhouding (bijvoorbeeld ten aanzien van niveau).

De cursus begint met zelfonderzoek: welke beleving ervaren mensen in verschillende situaties, hoe stevig voelen ze zich? Het is een individueel leertraject waarbij het niet alleen om praten gaat, maar ook om denken, voelen, lichamelijk reageren en keuzes maken in handelen. Dit gaat in interactie met anderen, met elementen van vaardigheden, ervaringsleren en bewustwordingsprocessen rondom eigen gevoelens, gedachten en gedrag en in relatie tot wat mensen meemaken in hun leven.

De cursus bestaat uit twintig bijeenkomsten. Er gaat een kennismakingsbijeenkomst aan vooraf, zodat cursisten met elkaar en met de opzet van de cursus kennis kunnen maken. De cursus wordt begeleid door drie docenten: een voor de rode draad van het proces, een voor de agogische en een voor de lichamelijke oefeningen.

Er is een handleiding ontwikkeld met een bijbehorende videoband ter toelichting. In de handleiding staat beschreven hoe de cursus kan worden opgezet. Samen met de kennismakingsdag biedt deze stof voor het ontwikkelen van een cursus die past binnen de eigen zorginstelling of school. Daarnaast verzorgt het Steunpunt workshops op locatie.

### *Praktische informatie*

Provinciaal Steunpunt Groningen 'Aandacht voor levensvragen'

Dhr. P. Brongers of Mw. A. Hogenesch (Via het secretariaat: Dhr. R. Ruiter)

050-5777447

[www.aandachtvoorlevensvragen.nl](http://www.aandachtvoorlevensvragen.nl)

[info@aandachtvoorlevensvragen.nl](mailto:info@aandachtvoorlevensvragen.nl)

## **Weerbaarheid: baas over mijn eigen lijf**

### *Korte beschrijving*

Het pakket bestaat uit een trainingskoffer met drie videobanden, een werkboek, gekleurde platen, een pictoserie en een spel. Het doel van de koffer is mensen met een handicap weerbaar te maken tegen seksueel misbruik. Naast het bieden van informatie ligt de nadruk op het (aan)leren van vaardigheden, waarmee mensen zich te weer kunnen stellen tegen ongewenste intimiteiten. De video's bevatten korte en concrete filmbeelden en hebben een rustige montage. Door de herhaling van boodschappen is de serie voor veel mensen begrijpelijk. De video werkt met herkenbare praktijkvoorbeelden en probeert op die manier 'seksueel misbruik' ook in een breder verband te plaatsen.

### Video 1 (30 minuten)      Lichaamsbewustzijn

Getoond wordt een lichamelijke aanraking, die al dan niet prettig is, in combinatie met normen; bijvoorbeeld allebei willen. Elk voorbeeld wordt begeleid met vragen en keuzemogelijkheden, die geïllustreerd en ondersteund worden met pictogrammen.

### Video 2 (25 minuten)      Gevoelens rond seksueel misbruik

Centraal in deze video staat het verhaal van een meisje, dat in het gezinsvervangend tehuis door een mannelijke medebewoner seksueel geïntimideerd wordt. In een studiodgesprek reageren verstandelijk gehandicapten op dit verhaal en wordt vooral stilgestaan bij gevoelens die door seksueel misbruik kunnen worden opgeroepen. De kijker wordt door middel van vragen gestimuleerd hierover ook zelf na te denken en te praten.

### Video 3 (35 minuten)      Voorbeeldgedrag; vaardigheden om te reageren

Achtereenvolgens komen seksueel misbruik door een taxichauffeur, groepsleider en (homoseksuele) aanranding door een medebewoner aan de orde. Gerichte vaardigheden worden herhaaldelijk getoond en toegepast.

De videoserie gaat vergezeld van een handleiding met methoden die hulpverleners in staat dient te stellen seksueel geweld bespreekbaar te maken en mensen met een verstandelijke handicap te trainen in weerbaarheid.

### *Doelgroep*

Mannen en vrouwen vanaf zestien jaar met een lichte of matige verstandelijke handicap (aanpassing nodig voor autisme, gedragsproblematiek e.d.).

### *Praktische informatie*

'Koffertje Weerbaarheid'

Prijs: € 125,00

Nunspeet: Stichting Philadelphia Zorg, 1997/2000

Tel.: 0341 – 27 85 00

hk@philadelphia.nl

Christine van Andel

vanandel@jwerkhoven.demon.nl

## **Deurtje open, deurtje dicht**

Sociale weerbaarheid en relatievorming.

### *Korte beschrijving*

'Deurtje open, deurtje dicht' is een aanvulling op het 'Koffertje Weerbaarheid'. De inhoud van het pakket is breder dan dat van het koffertje en omvat sociale weerbaarheid en relatievorming. Thema's die aan de orde komen zijn:

- eigenwaarde en zelfvertrouwen aanleren;
- gevoelens herkennen en uiten (o.a. eenzaamheid, jaloezie, boosheid, verdriet en spijt hebben);
- vriendschap en relaties en de verschillen daartussen;
- pesten;
- seksuele intimidatie;
- macht binnen relaties.

Er is veel aandacht voor fysieke- en verwerkingsoefeningen en voor het leerproces er omheen. Evenals bij het koffertje kunnen de teksten van de presentatrice letterlijk door de begeleiders worden overgenomen. Uit een evaluatie die is uitgevoerd, blijkt dat deze opzet goed werkt en vaak wordt toegepast.

De opzet is stapsgewijs en de thema's zijn heel concreet uitgewerkt. Het pakket kan in zijn geheel en 'ad hoc' –onderdelen kunnen tevens los worden getraind– gebruikt worden. Bovendien kan het op maat worden toegesneden, doordat de snelheid waarmee thema's worden behandeld aangepast kunnen worden aan de cursist. Voor het daadwerkelijk verwerven van een gevoel van zelfvertrouwen en sociale weerbaarheid is het wel belangrijk om het gehele programma te trainen.

### *Doelgroep*

Mannen en vrouwen vanaf zestien jaar met een lichte of matige verstandelijke handicap.

### *Praktische informatie*

Het pakket bestaat uit twee dvd's van ieder 60 minuten –met veel kleine spelscènes die grotendeels worden gespeeld door mensen met een handicap–, een werkboek van ± 100 bladzijden –met inhoudelijke informatie voor begeleiders–, oefeningen en voor cursisten een speluitleg en een doeboek.

'Deurtje open, deurtje dicht', Sociale weerbaarheid en relatievorming

Prijs: € 275,00 (ISBN: 90 755 851 44)

Stichting Philadelphia Zorg, Ingrid Schaap

Tel.: 0341 – 27 85 94

info@philadelphia.nl

## Weerbaarheid van vrouwen en meiden met een handicap

'Weerbaarheid van vrouwen en meiden met een handicap,' Handboek voor begeleiders van trainingen, Anne Ruth Wertheim, Lieke Ruijgers en Lydia Zijdel, Den Haag, VUGA, 1993

### *Doel*

Vergroten van de fysieke en mentale weerbaarheid van vrouwen en meisjes met een fysieke handicap. Concreet gaat het hierbij om:

- vergroten van zelfbewustzijn en innerlijke weerbaarheid;
- verwerven van een positief zelfbeeld;
- verwerven van inzicht in de eigen positie van vrouw/meid met een handicap;
- verwerven van inzicht in de mechanismen die overheersing en ongewenste toenaderingen mogelijk maken;
- uitbreiden van het denk- en handelingsrepertoire.

### *Doelgroep*

Meisjes vanaf twaalf jaar en vrouwen met een zichtbare of onzichtbare lichamelijke handicap. In aangepaste vorm is het programma (zie onder aanvullende informatie) ook geschikt voor vrouwen/meiden waarbij (naast de lichamelijke handicap) sprake is van achterstand in de sociale / emotionele en/of cognitieve ontwikkeling.

### *Korte beschrijving*

In het mentale deel van de weerbaarheidscursus wordt aandacht besteed aan maatschappelijke achtergronden (discriminatie, beeldvorming) en aan bewustwording en versterking van zelfvertrouwen. In het fysieke deel worden oefeningen gedaan om cursisten te leren hun zelfvertrouwen met rond fysieke weerbaarheid te vergroten. Cursisten ontwikkelen een positief zelfbeeld, zij leren 'nee' te zeggen en om te gaan met afwijzing, kritiek, grenzen stellen en uitdrukking te geven aan hun gevoelens in lastige situaties en daarbinnen op te treden.

### *Aanvullende informatie*

Op Werkenrode is de weerbaarheidstraining voor meiden in de loop der jaren aangevuld met nieuwe thema's (bijvoorbeeld pesten) en andere werkvormen. Tevens is de training aangepast voor meiden met een lager (cognitief, sociaal, emotioneel) niveau.

De laatste jaren wordt op Werkenrode tevens aan jongens met een lichamelijke handicap een training aangeboden. Deze is voor een deel gebaseerd op 'Rots en Water'.

In 2003 is op Werkenrode een interne train-de-trainer opgezet en uitgevoerd. Deze wordt nu ook aan externen aangeboden.

Op scholengemeenschap Mariëndael (Arnhem) is de cursus gedurende het schooljaar onderdeel van het lesprogramma. De cursus wordt op de deelnemers afgestemd. In de loop der jaren is een eigen cursus ontwikkeld, gebaseerd op 'Weerbaarheid voor vrouwen en meiden met een handicap'.

### *Praktische informatie*

Het handboek 'Weerbaarheid van vrouwen en meiden met een handicap' is uitverkocht.

Te leen bij de bibliotheek van de Rutgers Nisso Groep: 030 – 231 34 31

[www.rutgersnissogroep.nl](http://www.rutgersnissogroep.nl).

Voor informatie over de cursus op Werkenrode:

Dorien Meilink

Nijmeegsebaan 9

6561 KE Groesbeek

Tel.: 024 – 399 71 11

[dmeilink@werkenrode.nl](mailto:dmeilink@werkenrode.nl)

Voor informatie over de cursus op Mariëndael: [m.cannegieter@grootklimmendaal.nl](mailto:m.cannegieter@grootklimmendaal.nl)

## **Voel je oké!**

Handleiding weerbaarheidscursus voor tieners met een lichamelijke handicap.

Hoey-Eikelhof, E.; Eikelhof, M.; Rotterdam: PJ Partners, 2000.

### *Doel*

Het doel van de cursus is tieners met een lichamelijk handicap in groepsverband vaardigheden aan te leren die hun weerbaarheid vergroten. Het gaat hierbij om de weerbaarheid in het sociale verkeer en om het adequaat leren omgaan met de beperkingen die de handicap oplegt.

### *Korte beschrijving*

De cursus is voor een groot deel gebaseerd op de training 'Weerbaarheid voor vrouwen en meiden met een handicap' (Wertheim e.a., 1993). Zij is onderverdeeld in een mentaal en een fysiek deel waarin de volgende thema's worden behandeld: opkomen voor jezelf, omgaan met pesterijen, zelfverdediging (drie bijeenkomsten), zelfbeeld, zelfvertrouwen intimiteit/seksualiteit, seksueel geweld, vrienden en vriendinnen maken. In rollenspelen worden praktijksituaties nagebootst en door middel van huiswerkopdrachten oefenen de deelnemers met stemgebruik en houding. In het mentale deel van de cursus (negen bijeenkomsten) staat het ontwikkelen van een positief zelfbeeld centraal. In het fysieke deel worden oefeningen gedaan om cursisten te leren hun zelfvertrouwen met betrekking tot fysieke weerbaarheid te vergroten. Cursisten ontwikkelen een positief zelfbeeld, zij leren 'nee' te zeggen en om te gaan met afwijzing en kritiek, zij leren vrienden en vriendinnen maken.

De handleiding bevat twaalf hoofdstukken waarin het programma van iedere bijeenkomst wordt beschreven en toegelicht. In de bijlagen is materiaal opgenomen om uit te delen aan de deelnemers.

### *Doelgroep*

Jongens en meisjes (12-18 jaar) met een lichamelijk handicap. Met aanpassingen tevens geschikt voor jongeren met een zintuiglijke- of auditieve handicap. De cursus wordt door de ontwikkelaars minder geschikt geacht voor jongeren met gedragsstoornissen en/of psychiatrische problemen. De aard van de problematiek bij deze jongeren vraagt om een individuele en gestructureerde aanpak.

### *Praktische informatie*

'Voel je oké!': Handleiding weerbaarheidscursus voor tieners met een lichamelijke handicap, Hoey-Eikelhof, E.; Eikelhof, M.; Rotterdam: PJ Partners, 2000 (ISBN: 90 713 813 4X).

Prijs: € 20,50

PJ Partners

Tel.: 010 – 43 62 166

info@pjpartners.nl

## **Een groot geheim in een klein hoofdje**

### *Doelgroep*

Mensen met een verstandelijke beperking

### *Korte beschrijving*

Het project "Een groot geheim in een klein hoofdje" bestaat uit een praktisch en theoretisch handboek voor leerkrachten van kleuterscholen en lagere scholen, een vormingsaanbod en een informatiefolder voor de ouders. Elk persoon die in contact met kinderen komt, elke leerkracht, kan op een dag geconfronteerd worden met een geval van seksueel misbruik van een leerling en zich afvragen hoe hij/zij met die situatie kan omgaan. Een slachtoffer heeft specifieke aandacht en hulp nodig. Hiervoor geeft het handboek raadgevingen als een kind laat weten dat het misbruikt werd. Door de voorgestelde activiteiten kan het kind zich in een veilige ruimte voelen waar hij of zij alles, in vertrouwen, kan vertellen wat hij of zij wil. De activiteiten hebben tot doel de sociaal-emotionele ontwikkeling van de leerlingen te versterken dankzij psychomotorische en reflectie-oefeningen en oefeningen om te leren emoties uit te drukken. De nadruk ligt op het leren uiten van gevoelens zoals angst en verdriet. Ze moeten leren dat een geheim dat niet goed voelt, niet in hun kleine hoofdje hoeft te blijven zitten. De handpop Armadillo, een vrolijk gordeldier, helpt de kinderen bij de ontwikkeling van een aantal sociale vaardigheden.

### *Praktische informatie*

Garant-Uitgevers / Maklu-Uitgevers / ISBN 9044117599 / Apeldoorn

tel. 055 - 522 06 25

info@maklu.nl

www.maklu.be

Het handboek is verkrijgbaar via de boekhandel en uitgever. Het boek, de handpop en de folders kunnen eveneens besteld worden bij:

Leefsleutels vzw

Leopoldstraat 95

2800 Mechelen

Tel. 015 - 45 94 20

leefclefs@skynet.be

www.leefsleutels.be

Voor meer informatie m.b.t. het programma Armadillo en de opleiding, kunt u contact opnemen met:

afdeling Studie en Preventie van Child Focus

Avenue Houba- de Strooper, 292

1020 Bruxelles

Tel. 02 - 475 44 11

Fax 02 - 475 44 01

www.childfocus.org

## **Nee = Nee**

Weerbaarheidstraining.

### *Korte beschrijving*

Weerbaarheidstraining voor kinderen en jongeren met een visuele beperking. Bij de training wordt vooral gewerkt met werkvormen waarin het lichfelijk contact een grote rol speelt. Daarnaast wordt gebruik gemaakt van videocomposities die geschikt zijn voor zeer slechtziende en blinde kinderen en jongeren, ook als zij daarnaast een auditieve beperking hebben. De doelstellingen van de training zijn: herkennen van gevoelens en grenzen, het bewaken van grenzen in dagelijkse situaties en het bewaken van grenzen wanneer lichamelijke integriteit wordt aangetast. De training is onderverdeeld in drie delen die oplopen in moeilijkheidsgraad. Iedere trainingsbijeenkomst heeft dezelfde opzet.

### *Doelgroep*

Kinderen en jongeren met een ernstige visuele beperking. De training is tevens bruikbaar voor (zeer) moeilijk lerende kinderen en jongeren met een pervasieve ontwikkelingsstoornis.

### *Praktische informatie*

'Nee = Nee: Weerbaarheidstraining', Verhoof-van Gool, I.; Vermeer, G.; Doorn: Bartiméus, 2003. Het pakket bestaat uit een trainingshandleiding, videoband met de benodigde fragmenten, diskette met huiswerkopdrachten, smiles, kaarten en platen.

Prijs: € 125,00

Bartiméus Informatiepunt Publicaties en Presentaties

Postbus 340

3940 AH Doorn

Tel.: 0343 – 526 844

[www.bartiméus.nl](http://www.bartiméus.nl)

## **EigenWijs**

Programma over weerbaarheid.

### *Korte beschrijving*

Een video met korte handleiding over weerbaarheid voor jongeren met een lichamelijke handicap. Het videoprogramma probeert jongeren te leren (seksuele) intimidatie voor te zijn door hen meer adequate reacties op vervelende of juist prettige situaties te laten zien. In tien scènes laten een aantal jongeren zien waar ze over struikelen, waar hun grenzen liggen en hoe je adequaat kunt reageren in lastige situaties. Deze scènes zijn: zwemmen, mannen en vrouwen, het kinderdagverblijf, een taxirit, in de groep, bij het opstaan, op kantoor, de stagiaire, een feestje en verkering.

De handleiding bevat tips voor de voorbereiding, uitvoering en nabespreking en opdrachten naar aanleiding van de verschillende scènes.

### *Praktische informatie*

'EigenWijs': Programma over weerbaarheid, STUG videoproducties, Arnhem: STUG videoproducties, 2002. Gemaakt in opdracht van Groot Klimmendaal, Arnhem.

STUG videoproducties

Tel.: 026 – 35 10 281

[y.linders@stugvideo.nl](mailto:y.linders@stugvideo.nl)

[www.stug.nl](http://www.stug.nl)



## **Marietje Kessels Project**

### *Doel*

Het Marietje Kessels Project (MKP) is een preventieproject dat oorspronkelijk is gestart als zelfverdedigingproject voor meisjes. Het huidige doel is het vergroten van de weerbaarheid bij kinderen (jongens en meisjes) in situaties van machtsmisbruik. Het doel is niet alleen om te voorkomen dat kinderen slachtoffer worden van machtsmisbruik door leeftijdsgenoten of volwassenen, maar tevens – hoewel in mindere mate – om te voorkomen dat zij zichzelf schuldig (gaan) maken aan (seksueel) intimiderend of grensoverschrijdend gedrag.

### *Korte beschrijving*

Het Marietje Kessels Project werkt in gescheiden jongens- en meisjesgroepen aan de fysieke en mentale weerbaarheid. In de eerste helft van het programma worden de basisvaardigheden voor zelfbescherming (zowel fysiek als mentaal) aangeleerd. De basisvaardigheden die centraal staan zijn: eigen gevoelens kunnen herkennen en benoemen, negatieve gevoelens op een adequate manier kunnen uiten, conflicten oplossen, hulp vragen en bieden en het inleven in een ander. Vervolgens kan gekozen worden uit zes themalessen, die specifieke onderwerpen aansnijden als: achtervolgd worden, veiligheid, pesten, groepsdruk, kindermishandeling en seksueel misbruik. Er wordt afgesloten met een examen en diploma.

De lessen vinden plaats aan het eind van de basisschool (voor kinderen een vertrouwde en veilige omgeving) en worden gegeven door preventiewerkers.

Het Marietje Kessels Project is oorspronkelijk in Tilburg ontwikkeld. Op basis van het in de loop der jaren in Tilburg ontwikkeld model is een handboek geschreven, dat professionals in andere plaatsen ondersteunt in de voorbereiding en uitvoering van een MKP. Het handboek is in 2001 uitgebreid met een bijlage 'Lesgeven aan jongens'.

### *Doelgroep*

Groep zeven en acht van de basisschool. Het gaat om jongens en meisjes in de leeftijd van tien tot dertien jaar. Het MKP wordt ook steeds meer toegepast in het speciaal (voortgezet) onderwijs (Z)MLK.

### *Praktische informatie*

Handboek 'Marietje Kessels Project': Weerbaarheidvergroting bij kinderen van 10 tot 13 jaar, Helvoort, K., van; Clarijs, Y.; Utrecht: NIZW, 384 pag., 2<sup>e</sup> druk, 2002 (ISBN: 90 505 080 49).

Te bestellen bij SWP-uitgeverij: [www.swpbook.com](http://www.swpbook.com), telefoonnummer: 020 – 330 7200.

Prijs: € 31,25

Meer informatie over MKP staat op: [www.weerbaarheid.nu](http://www.weerbaarheid.nu). Via deze site is tevens de bijlage 'Lesgeven aan jongens' en de inventarisaties van MKP-en –waarin de scholen voor SO te vinden zijn die MKP hebben uitgevoerd– te downloaden.

## Rots en Water

Een psychofysieke training voor jongens (praktijk- en theorieboek en videobanden) van Freerk Ykema.

### *Doel*

Het doel van het 'Rots en Water' programma is jongens te leren hun energie op een positieve manier in te zetten en hen zelfrespect en respect voor anderen bij te brengen. Jongens worden ondersteund bij het ontwikkelen van sociale vaardigheden, innerlijke kracht, morele ontwikkeling en richtingsgevoel.

### *Korte beschrijving*

Het 'Rots en Water' programma is een weerbaarheidprogramma met een meervoudige doelstelling en een breed pedagogisch perspectief. Er wordt met een psychofysieke didactiek gewerkt. Met behulp van veel fysieke oefeningen worden mentale en sociale vaardigheden aangereikt en verworven. Daarnaast is het programma ondersteunend voor korte groepsgesprekken waarin ruimte is voor zelfreflectie. Tevens hoort het maken van korte opdrachten bij de methode.

De thema's zijn zelfbeheersing, zelfreflectie en zelfvertrouwen. Hierop voortbouwend is het mogelijk aandacht te hebben voor de thema's: veiligheid, integriteit, assertiviteit, communicatie en het innerlijk kompas (het vinden van een eigen weg die met anderen verbindt en richting geeft). Het thema solidariteit vervult een belangrijke functie en heeft een direct verband met een toenemend besef van waarden, normen en omgangsvormen. Een aantal thema's wordt in het programma door vier rode draden met elkaar verbonden:

1. Het leren gronden (stevig en ontspannen staan), centreren (adem in de buik) en concentreren.
2. De ontwikkeling van de psychofysieke driehoek: lichaamsbewustzijn, emotioneel bewustzijn en zelfbewustzijn.
3. De ontwikkeling van fysieke communicatievormen als basis voor de ontwikkeling van andere, meer verbaal georiënteerde vormen van communicatie.
4. Het 'Rots en Water' concept: de harde onwrikbare rotshouding versus de beweeglijke verbindende waterhouding op fysiek-, mentaal- en sociaal niveau.

### *Doelgroep*

'Rots en Water' is ontwikkeld als een seksespecifiek programma voor jongens binnen de bovenbouw van het basisonderwijs (basisprogramma), het voortgezet onderwijs (basis- en vervolprogramma), jeugdhulpverlening en jeugd detentie.

De ervaring heeft echter geleerd, dat ook meisjes veel profijt en plezier kunnen beleven aan het programma. Veel meisjes vinden het moeilijk zich actief te verweren als zij worden bedreigd. Dat maakte het noodzakelijk voor de meisjes (en voor sommige jongens) een extra bouwsteen aan het programma toe te voegen: leren in actie te komen in een bedreigende of stressvolle situatie.

Het programma komt het best tot zijn recht als met afzonderlijke jongens- en meisjesgroepen wordt gewerkt.

Het programma wordt ook toegepast binnen het Speciaal Onderwijs.

### *Praktische informatie*

'Rots en Water', Gadaku Instituut

Prijs training (train de trainer): € 540,00

Tel.: 0224 – 55 18 87

[www.rotsenwater.nl](http://www.rotsenwater.nl) (inschrijving training)

Freerk Ykema

[f.ykema@quicknet.nl](mailto:f.ykema@quicknet.nl)

Lauk Woltring

[lauk.woltring@planet.nl](mailto:lauk.woltring@planet.nl)

## **Ho, tot hier en niet verder ...!**

Jooske Kool

### *Doel*

De methode 'Ho, tot hier en niet verder ...!' richt zich op de bevordering van de psychosociale weerbaarheid van kinderen en jeugdigen door de beïnvloeding van de persoonlijke, relationele en omgevingsfactoren.

### *Korte beschrijving*

Specifiek aan de methode is het vergroten van de psychosociale weerbaarheid door de bevordering van de ik-ontwikkeling en ik-versterking middels: het versterken van het zelfvertrouwen, het omgaan met de eigen grenzen en die van de andere en het leren opkomen voor zichzelf. Invalshoek is het 'bewegen' in de brede zin van het woord. Door spel en beweging leren zij beter te luisteren naar hun lichaamssignalen en hun intuïtie. Met de ontwikkeling van vaardigheden doen zij iets voor zichzelf, de anderen en de omgeving. Er worden methodieken uit de bewegingstherapie, de cognitieve gedragstherapie, Neuro-Linguïstisch Programmeren (NLP) en imaginatie gebruikt.

De ouders/opvoeders komen vier maal bij elkaar om zich bewust te worden van hun eigen communicatiepatronen, te leren actief naar de gevoelens van hun kind te luisteren en te onderscheiden wie het meest actief dient te zijn bij het oplossen van problemen. De training/cursus ondersteunt kinderen en ouders in hun groei naar zelfvertrouwen en acceptatie van zichzelf en de ander.

### *Doelgroep*

De training is oorspronkelijk ontworpen voor kinderen in de leeftijd van 7 tot 12 jaar. Inmiddels wordt de methode met succes toegepast bij kleuters, verstandelijk gehandicapten van alle leeftijden, jeugdigen van 12 tot 18 jaar, jong volwassenen en volwassenen. De training kan zowel met seksespecifieke groepen als in gemengde groepen worden uitgevoerd.

### *Praktische informatie*

'Ho, tot hier en niet verder...!' Training in sociale weerbaarheid voor kinderen van zeven tot twaalf jaar en hun ouders (ISBN: 90 334 455 81) Prijs:30,99 (335 p.)

Cursusboek voor kinderen (ISBN: 90 334 474 44) Prijs:11,20

Cursusboek voor ouders (ISBN: 90 334 474 52) Prijs:6,85

Alle drie boeken, genre 'onderwijs/opvoeding', zijn uitgegeven door uitgeverij ACCO (Voorburg) en zijn verkrijgbaar bij de boekhandel en de auteur.

Stichting 'Uit eigen beweging'

Jooske Kool (auteur)

Tel.: 043 – 326 18 47

[www.home.hetnet.nl/~kool-jm](http://www.home.hetnet.nl/~kool-jm)

## 2.B Lesprogramma's weerbaarheid

### Krachtige kinderen

Lespakket voor seksuele weerbaarheid voor kinderen.

#### *Korte beschrijving*

'Krachtige kinderen' is een lespakket voor een seksueel weerbaarheidprogramma. De centrale boodschap van het pakket luidt: 'krachtige kinderen zijn weerbare kinderen'. Krachtige kinderen stralen een weerbare 'basishouding' uit. Ze voelen zich goed in hun vel en vinden zichzelf de moeite waard. Een lespakket bestaat uit een boekje voor de leerkracht, het lesprogramma, boekjes voor het kind, krachtkettingen voor kind, knuffel en badges. Het boek voor de leerkracht bevat informatie over seksueel misbruik en de ingrediënten van het weerbaarheidprogramma. In het lesprogramma staan drie uitgewerkte 'toverlessen', waarin een veelheid van methodieken (verhalen, liedjes, kringgesprekken, werkbladen, rollenspelletjes en muziekspelletjes) worden aangewend. Thema's die aan bod komen zijn: verschil tussen vechten en krachtig zijn, ja-plekjes, nee-plekjes, ik-weet-niet-plekjes, ja/nee leren zeggen, goede- en slechte geheimen en schuldgevoelens. Het bevat tevens lessuggesties voor integratie in andere lessen, die het hele jaar door kunnen worden gebruikt.

#### *Doelgroep*

Kinderen in de onderbouw van de basisschool (zes tot acht jaar).

#### *Praktische informatie*

'Krachtige kinderen' Prijs: € 25,00

CAW De Poort, Brugge (België)

Tel.: 00 32 (0)50 – 33 69 70

[www.sensoa.be/shop.php](http://www.sensoa.be/shop.php)

### Dollen of stilstaan

Een lessenserie over jongeren, relaties en seksueel geweld, 1996.

#### *Korte beschrijving*

'Dollen of stilstaan' is ontwikkeld met het oog op het voorkomen van seksueel gewelddadig gedrag van jongeren. In het eerste deel van de lessenserie wordt achtergrondinformatie gegeven over inbedding van het programma in de school en over seksueel geweld in het algemeen. Het tweede deel omvat de lessenserie zelf, bestaande uit drie lessen over grenzen, vormen van seksueel geweld, definities, ideaalbeelden en mythes. De herziene versie is een compleet product, dat zonder training kan worden uitgevoerd. De video 'Buitenspel' speelt een belangrijke rol in de lessenserie.

#### *Doelgroep*

VMBO bovenbouw (dertien tot en met zeventien jaar).

#### *Praktische informatie*

Prijzen:

- 'Dollen of stilstaan', lessenserie, 2<sup>e</sup> druk 1994 € 5,67

- video 'Buitenspel', 1994 € 37,44

Rijngroep Kinder en Jeugd GGZ, Leiden

Mevrouw drs. Gemma Straathof

Tel.: 071 – 52 39 555

[gstraathof@rijngroep.nl](mailto:gstraathof@rijngroep.nl)

## Leskist preventie seksueel misbruik

### *Doelgroep*

Voor onder- en bovenbouw van het basisonderwijs

### *Korte beschrijving*

#### Voor de onderbouw: [groep 1 - 4]

- \* Prentenboek: Knuffel heeft zorgen;
- \* Prentenboek: het meisje dat niet meer kon lachen;
- \* Handpoppen van Robo Educational Toys en/of zachte poppen (zie button handpoppen. Mocht u een voorkeur hebben voor een Living puppet dan is dat mogelijk.
- \* Creatieve opdrachten / bewegingsspelletjes;
- \* Vingerpoppetjes (25 cm)
- \* DVD van Verbroken Stilte;
- \* Lesbrieven van Verbroken Stilte.

#### Voor de bovenbouw: [groep 5 - 8]

- \* Boek: Een geheim teveel;
- \* Boek: Sanne;
- \* Boek: Het is niet leuk;
- \* Boek: dat nare gevoel;
- \* Boek: 8 dagen met Engel;
- \* Boek: blijf van mij af [voor jongens];
- \* Boek: blijf van mij af [voor meisjes];
- \* Cd-rom: sociale weerbaarheid;
- \* Eigenwijsjes coaching kaartjes;
- \* Creatieve opdrachten;
- \* Lesbrieven van het N.I.Z.W.

### Algemeen en voor leerkrachten

- \* Folders van allerlei instanties;
- \* Folders over [seksuele]-kindermishandeling;
- \* Folder over het melden van kindermishandeling;
- \* Adreslijst met instanties en hulpverleners;
- \* Boek: Voorzichtig met angst;
- \* Boek: Over drempels;

### *Praktische informatie*

Pakket huren: € 25,00 + verzendkosten

Pakket huren + uitnodigen Verbroken Stilte: € 25,00 + reiskosten

Pakket kopen: € 250,00 [inclusief verzendkosten]

[info@verbrokenstilte.nl](mailto:info@verbrokenstilte.nl)

[www.verbrokenstilte.nl/Preventiekist](http://www.verbrokenstilte.nl/Preventiekist)

## **Wat je pest ben je zelf!**

Auteurs: Baeten, M.; Hest, J. van, Utrecht, 1999

### *Beschrijving*

Lespakket over het pesten van kinderen met een lichamelijke handicap of een chronische ziekte. Het materiaal bestaat uit een docentenhandleiding, pestschriften voor de bovenbouw van het basisonderwijs of voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs en een videoband. Met het

lespakket 'Wat je pest ben je zelf!' van Jopla krijgt de school sneller in de gaten wat er aan de hand is. Tevens laat het manieren zien om er voor te zorgen, dat het pesten van kinderen en jongeren met een handicap stopt. Jopla is het project gestart, omdat kinderen met een handicap of chronische ziekte veel sneller de kans lopen gepest te worden dan kinderen zonder handicap.

De docentenhandleiding gaat in op het verschil tussen plagen en pesten, het pesten van gehandicapte kinderen en ervaringen uit de praktijk. Het bevat de antwoorden van de opgaven in de peestschriften en een geannoteerde boekenlijst voor verschillende leeftijdscategorieën. De peestschriften bevatten verhaaltjes van leerlingen en opdrachten die alleen of in groepjes uitgevoerd moeten worden.

#### *Praktische informatie*

Het lespakket bestaat uit een videofilm, een handleiding voor leraren en twee 'peestschriften': een voor de basisschool en een voor het voortgezet onderwijs.

Bestellen via de distributeur, telefoon: 030 – 215 51 88

Prijzen:

- |   |        |
|---|--------|
| - basispakket (docentenhandleiding en 20 schriften) | €38,50 |
| - proefpakket (handleiding en schrift)              | €7,25  |

Voor informatie: [jopla@fris.nl](mailto:jopla@fris.nl), [www.jopla.nl](http://www.jopla.nl)

## **Kanjertraining**

G. Weide

#### *Korte beschrijving*

De 'Kanjertraining' is oorspronkelijk bedoeld voor kinderen die op school gepest worden en voor ouders en leerkrachten die daar mee te maken hebben. De 'Kanjertraining' heeft als doel dat het individuele kind zich gesterkt voelt, meer zelfvertrouwen heeft, beter grip heeft op sociale situaties en zijn/haar gevoelens beter kan uiten. Het werken in groepen levert hierbij een gezonde wisselwerking op. In de training leren de kinderen onderscheid te maken in manieren van reageren.

Tijdens de training wordt gebruik gemaakt van verschillende dierfiguren. De dierfiguren zijn vergelijkingen van (kinder)gedrag. Zo kan men zich gedragen als:

- Aapje; deze probeert contact te krijgen door met de pestvogel mee te doen en overal een grapje van te maken, het aapje neemt niets en niemand serieus.
- Konijn; deze denkt dat hij minder waard is dan anderen, is vaak bang en heeft last van faalangst.
- Pestvogel; deze vindt zichzelf geweldig, alle anderen deugen niet en hij bepaalt zelf wel wat hij doet.
- Tijger; dit is een kanjer, een kind dat assertief maar niet agressief is en zich in allerlei situaties goed weet te handhaven.

Door verschillende opdrachten worden kinderen zich bewust van de gedragvormen en oefenen ze zich in het gedrag van de tijger.

In de training komen onder andere de volgende onderwerpen aan de orde: gespreksvaardigheid, interesse tonen, mening durven geven, stoppen met treiteren, zelfvertrouwen, trots zijn, uit slachtofferrol stappen en heft in eigen hand nemen. De kernwoorden daarbij zijn: vertrouwen, veiligheid en wederzijds respect.

#### *Doelgroep*

De 'Kanjertraining' is voor kinderen van zes tot veertien jaar, waarbij in verschillende leeftijdsgroepen wordt gewerkt. De methode loopt door in het voortgezet onderwijs.

De 'Kanjertraining' is vrij nieuw. De training is ontwikkeld voor het reguliere basisonderwijs, maar wordt tevens gegeven op verschillende speciale scholen, met name in het onderwijs voor doven en slechthorenden en MLK- en ZMLK-scholen.

### *Praktische informatie*

- 'Het Kleine Kanjerboek' (2002) voor groep twee tot en met vier in het basisonderwijs bevat zestien lessen, waarin verschillende dieren een belangrijke rol spelen. In het boek is een algemene toelichting opgenomen voor leerkrachten. Het boek kost € 50,00.
- 'Het Grote Kanjerboek' (2001) is een lessenserie, die zich richt op de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen in groep vijf tot en met acht. Door de verhalen en oefeningen krijgen kinderen inzicht in hun eigen gedrag en dat van de ander. Het boek kost € 13,00.
- Het cursusmateriaal bestaande uit 'Het Kleine Kanjerboek', 'Het grote Kanjerboek', een werkboek voor de bovenbouw, een handleiding en vier dierenpetten, kost –inclusief training voor de leerkracht– € 540,00.

Momenteel werkt het Instituut voor Kanjertrainingen aan een werkboek voor groep drie en vier, een aanvullend boek voor groep zeven en acht en een werkboek 'Kanjers in de sport'. Er volgt tevens een boekje voor ouders en mogelijk ook tekenfilmmpjes om grensoverschrijdend gedrag te visualiseren.

Instituut voor Kanjertrainingen

Tel.: 036 – 54 894 05

info@kanjertraining.nl

www.kanjertraining.nl

### **Mijn lijf is van mij!**

Een lesprogramma over seksueel misbruik.

#### *Korte beschrijving*

'Mijn lijf is van mij!' is een Nederlandstalige bewerking van Feeling Yes, Feeling No (1984), een Canadese video die onderdeel is van een seksueel misbruik preventieprogramma gericht op jonge kinderen. Het pakket bestaat uit een videoband en schriftelijk ondersteuningsmateriaal. Het doel is kinderen weerbaar te maken inzake seksueel misbruik. Naast de film voor leerlingen maakt tevens een film voor ouders deel uit van het programma.

De ouders worden geleerd, hoe zij met hun kind over seksueel misbruik kunnen praten, welke signalen op mogelijk misbruik duiden en hoe het kind opgevangen kan worden. De kinderen worden geleerd, hoe zij aan hulp kunnen komen wanneer zij seksueel misbruikt worden.

#### *Doelgroep*

Groep drie tot en met acht in het basisonderwijs.

#### *Praktische informatie*

'Mijn lijf is van mij!'

Langelaan, M.; Amsterdam: Stichting Cinemien, 1988

Het lesprogramma is niet meer te koop, maar eventueel te leen bij GGD of schoolbegeleidingsdienst.

### **Ik ben weerbaar**

#### *Korte beschrijving*

Het pakket bestaat uit een docentenhandleiding voor negen lessen. Bij het pakket horen een overzicht van mogelijke signalen bij (seksuele) kindermishandeling, een routekaart over hoe te handelen bij een vermoeden hiervan en een werkschrift voor de kinderen. Na afloop van de lessenserie kan een diploma 'Ik ben weerbaar' worden uitgereikt. Het doel van het pakket is (seksueel) misbruik van kinderen te voorkomen. De lessen zijn gericht op de verhoging van mentale weerbaarheid en het zelfvertrouwen van kinderen. Daarbij staan de volgende uitgangspunten centraal:

- er is een gezamenlijke opzet voor meisjes en jongens;
- de lessen worden gegeven door de leerkrachten zelf, met het oog op de implementatie in de toekomst;
- het is belangrijk, dat de leraren leren om kindermishandeling/seksueel misbruik te signaleren en daarop te reageren.

#### *Doelgroep*

Leerlingen in de bovenbouw van het basisonderwijs (groep zeven en acht).

#### *Praktische informatie*

'Ik ben weerbaar'

Herziene druk in 2004

Prijzen: € 25,00 docentenhandleiding inclusief werkschrift voor leerlingen

GGD West-Brabant, Breda, 1996

Tel.: 076 – 52 82 000

info@ggdwestbrabant.nl

www.ggdwestbrabant.nl

### **Kan wel zijn lespakket over kindermishandeling**

Auteur(s): Ed van Berkel; Uitgever: Utrecht: NIZW, 2002; ISBN: 90-5050-948-7

#### *Doelgroep*

Groep 5 en 6 van het basisonderwijs

#### *Beschrijving*

Het lespakket kan gebruikt worden binnen de kerndoelen voor 'Gezond en redzaam gedrag' of voor een les over de rechten van het kind.

Het lespakket stelt zich tot doel leerlingen inzicht te verschaffen in de diverse vormen van kindermishandeling (lichamelijk, psychisch, verwaarlozing, seksueel misbruik).

Het materiaal kan door docenten ook worden aangewend voor individueel gebruik bij vermoedelijk mishandelde kinderen.

In het leerlingenboekje wordt informatie op maat van kinderen aangereikt.

De handleiding verschaft achtergrondinformatie (model van stappenplan bij vermoeden van mishandeling) en geeft instructies voor het opzetten en het verloop van de lesinhoud.

Het lespakket bestaat uit dertig werkboekjes en een docentenhandleiding.

In het werkboekje staan verhalen van Arthur, Lisa, Brenda en Randy. De situaties van de hoofdpersonen bieden de leerlingen mogelijkheden tot identificatie en structureren het daaropvolgende gesprek. In dat gesprek praten de leerlingen in eerste instantie niet over zichzelf, maar over de kinderen uit het gedicht en de verhalen. Door in te gaan op hun problemen, kan bij de leerling(en) langzaam een genuanceerd beeld van kindermishandeling ontstaan. Het boekje geeft ook tips aan de leerlingen.

In de docentenhandleiding staat kort wat docenten verder kunnen doen bij vermoedens van kindermishandeling.

#### *Praktische informatie*

Uitgeverij SWP

Telefoon: (020) 330 72 00

www.swpbook.com / e-mail: data@swpbook.com



## 2.C Video's en CD-roms

### Knoop in je zakdoek

Vier uitzendingen over seksualiteit en over seksueel misbruik bij verstandelijk gehandicapten.

- **Handen thuis!** 28 april 1996  
Aanklachten van seksueel misbruik van verstandelijk gehandicapten lopen vaak op niets uit, omdat getuigenissen niet kunnen worden gebruikt in de rechtszaal.
- **Het geheim van Mirjam** 15 juni 1997  
Uitzending over seksueel misbruik. Mirjam heeft een probleem. Een van de begeleiders, Rob, heeft haar getroost toen zij zich triest voelde. Rob deed heel lief tegen Mirjam en dat gaf haar het idee, dat zij een speciale band met elkaar hadden, anders dan alle anderen.
- **'t Laat me niet los** 14 maart 1999  
Pedoseksuelen zoeken weerloze slachtoffers. Mensen met een mentale handicap komen daar perfect voor in aanmerking: ze zijn vaak afhankelijk van de dader, kunnen zich vaak verbaal noch psychisch verweren, worden niet geloofd door de omgeving en zijn geen goede getuigen, doordat zij de misdaad moeilijk kunnen navertellen (het aantal keer, de plaats en door wie). Harriët Hofstede, orthopedagoge, slaagt erin met deze slachtoffers om te gaan: ze verstaat en spreekt hun taal en helpt ze te herstellen.
- **Relaties** 09 mei 2004  
Er zijn verschillende soorten relaties: een relatie met collega's, vrienden, of een liefdesrelatie. Sjaak en Esmeralda zijn op zoek naar liefde. Ze doen dat via een advertentie in de krant. Maar of dat nu zo'n goed idee was...

#### *Praktische informatie*

Afleveringen van 'Knoop in je zakdoek' kunnen besteld worden bij de Publieksservice van Teleac, telefoonnummer: 0900 – 13 44 (20 ct/min).

Video(VHS) bestaande uit de tien Infoprogramma's van 'Knoop in je zakdoek'. Artikelcode V1430, prijs: € 81,00.

#### *Vuil spel*

Deze video brengt in tal van korte scènes grensoverschrijdend gedrag in beeld. De video met begeleidend handboekje is uitermate geschikt om met jongeren vanaf 15 jaar te werken rond grensoverschrijdend gedrag. Antwerpen: Sensoa, 2003.

De educatieve werkmop bij het theaterproject 'Vuil spel' is bedoeld voor leerkrachten / begeleiders die het project verder begeleiden. De map bevat een voorbereidende les, een nabespreking en zes verwerkingslessen waarin aan leerlingen wordt uitgelegd welke mechanismen meespelen bij grensoverschrijdend gedrag, wat je zelf kan doen in dergelijke situaties en waar je terecht kan voor verdere hulpverlening.

Te verkrijgen bij: [www.sensoa.nl](http://www.sensoa.nl)

### Sociale weerbaarheid

'Stop de pestkop!' en 'Weerbaar tegen seksueel misbruik' (cd-rom)

#### *Korte beschrijving*

De cd-rom behandelt de thema's: pesten, weerbaar zijn, macht en machtsmisbruik, opkomen voor jezelf, gehoorzaamheid, hulp vragen/geven, vriendschap/verliefdheid en seksueel misbruik. Door middel van kernachtige teksten, illustraties en voorbeelden worden kinderen geholpen inzichten te verwerven rond pesten en seksueel grensoverschrijdend gedrag. Daarbij worden ideeën en strategieën aangereikt om weerbaarder te worden. Raadgevingen en oefeningen rond zowel mentale- als fysieke weerbaarheid komen aan bod. De cd-rom kan goed worden gebruikt bij het maken van werkstukken en spreekbeurten.



*Doelgroep*

Leerlingen (en docenten) van bovenbouw in het basisonderwijs en onderbouw van het voortgezet onderwijs.

*Praktische informatie*

Sociale weerbaarheid: 'Stop de pestkop!' en 'Weerbaar tegen seksueel misbruik', cd-rom, Assen: DMS Clipart, 2002

Prijs: € 18,00

[info@clipart-cdrom.nl](mailto:info@clipart-cdrom.nl)

[www.clipart-cdrom.com](http://www.clipart-cdrom.com)

## 2.D Themaboeken

### Weerbaarheid

- *Een pakkend boek*  
Hindman, Jan. lillustrator Tom Novak, Reco Multi Media, 1998 (ISBN 90 76457018).  
Een (voor)leesboek dat ingaat op vragen als: wanneer raak je elkaar aan? Wanneer mag dat, wanneer mag dat niet? Doel van het boek is om de weerbaarheid te vergroten. Het boek heeft een evenwicht tussen prettige en vervelende seksuele ervaringen en tussen humor en respect. Vooral om samen te lezen, met uitleg door volwassene.
- *Beertje Klein en Grote Wolf*  
Marie Wabbes, Uitgeverij Bakermat, 1998. (ISBN 905461191). € 12,25  
Grote Wolf en Beertje Klein zijn twee dikke vrienden. Ze spelen altijd samen en maken veel lol. Grote Wolf streelt en kietelt Beertje Klein. Maar hij wil er niet mee stoppen. Ook niet als Beertje er genoeg van heeft. Wat moet hij doen?

### Seksueel misbruik

- *Laura's geheim.*  
Otten, M.; 't Harde: Van Tricht, 2002. € 9,40  
Jeugdboek over het meisje Laura, dat seksueel misbruikt wordt. Het boek is geschreven voor jongeren met een taalachterstand. Troefreeks, categorie 'moeilijk lezen'.
- *Blijf van me af: over seksueel misbruik bij meisjes en Blijf van me af: over seksueel misbruik bij jongens*  
Martine Delfos. Uitgeverij Pereboom te Bussum 2001.  
ISBN: 90 638 611 33 en ISBN: 90 638 611 41. € 19,90.  
Therapeutische voorleesverhalen voor meisjes of jongens van zes tot twaalf jaar die te maken hebben met seksueel misbruik. Het boek is een hulpmiddel bij het uitleggen en bespreekbaar maken van het probleem.
- *Dat nare gevoel: seksuele voorlichting over seksueel misbruik.*  
Martine Delfos. Uitgeverij Pereboom, Bussum, 1999 (ISBN: 90 755 642 60). € 9,50.  
Dit boek geeft open informatie over seksueel misbruik: wat het is en wat je eraan kunt je eraan doen. De ene arm om je heen is prettig en de andere voelt plotseling vreemd. Hoe kan dat? Het erge van seksueel misbruik zit in het nare gevoel dat je erbij krijgt. Je raakt ervan in de war, begrijpt het niet goed, voelt je schuldig. Je weet niet of je nog wel iedereen kan vertrouwen. In heldere taal wordt beschreven hoe je als kind in een complex web van machtsmisbruik, schaamte en onlustgevoelens terecht kan komen.
- *Het is niet leuk: over kinderen die andere kinderen seksueel misbruiken*  
Uitgeverij Pereboom, Bussum, 2001 (ISBN: 90 638 611 5X). € 11,50.  
Maarten en Jan hebben een hut gebouwd. Marieke wil deze graag zien, maar de hutregels zijn heel vreemd. 'Het is niet leuk' is een therapeutisch voorleesverhaal voor kinderen van zes tot twaalf jaar. Het is bedoeld voor kinderen die te maken hebben met seksueel misbruik. Dit boek is een hulpmiddel bij het uitleggen en bespreekbaar maken van het probleem.



## Deel 3. Achtergrondinformatie

### 3.A Seksualiteit literatuur voor leerkrachten, begeleiders of ouders

#### Raamwerk seksuele vorming

##### *Korte beschrijving*

Deze uitgave wil een antwoord geven op veel voorkomende vragen bij het begeleiden van kinderen en jongeren bij hun seksuele ontwikkeling. Het boek biedt een checklist voor het geven van goede en leeftijdsspecifieke vorming. Er wordt een uitwerking gegeven van de zes kernbegrippen (lichamelijke en emotionele ontwikkeling; persoonlijke vaardigheden; relaties; seksueel gedrag; seksualiteit en gezondheid; maatschappij, cultuur en religies) naar subthema's en ontwikkelingsniveau (vier leeftijdscategorieën).

##### *Doelgroep*

Ouders, docenten en voorlichters.

##### *Praktische informatie*

Raamwerk seksuele vorming

Prijs: € 8,30

Rutgers Nisso Groep

Tel.: 030 – 231 34 31

rng@rng.nl

www.rng.nl

#### Seksuele vorming in het voortgezet speciaal onderwijs

Voorbeeldplan voor moeilijk lerende kinderen (VSO–MLK). Woerden: NIGZ, 1998

##### *Korte beschrijving*

Dit voorbeeldplan kan als hulpmiddel dienen bij het opzetten van relationele en seksuele vorming aan moeilijk lerende kinderen. Het 'raamwerk seksuele vorming' (uitgebracht door de Rutgers Nisso Groep) is als uitgangspunt gehanteerd. De publicatie gaat zowel in op de randvoorwaarden die dienen te zijn vervuld binnen de school als op de informatie die specifiek van belang is voor docenten binnen de lessituatie.

##### *Doelgroep*

Ouders, docenten en voorlichters.

##### *Praktische informatie*

Verkrijgbaar bij de NIGZ, [www.nigz.nl](http://www.nigz.nl)

#### Competentie Lijst Seksualiteit (CLS)

##### *Korte beschrijving*

Jongeren dienen over een minimum aan vaardigheden omtrent seksualiteit te beschikken om de taken waarmee zij geconfronteerd worden te kunnen vervullen. De Competentie Lijst Seksualiteit (CLS) is een hulpmiddel om zicht te krijgen op de seksuele ontwikkeling van jongeren. Er is een CLS voor meisjes en één voor jongens. De CLS is ontwikkeld in het kader van het project 'Preventie van seksueel grensoverschrijdend en gewelddadig gedrag van en tussen moeilijk lerende jongeren' op Groot-Emaus.

De CLS is onderverdeeld in elf subtaken:

1. verzorging van eigen lichaam en uiterlijk en omgaan met lichamelijke veranderingen;
2. omgaan met 'nieuwe' seksuele gevoelens, fantasieën en gedachten;
3. kiezen van een sekserol en seksuele voorkeur;
4. vrijen met jezelf;
5. contact maken;
6. relaties onderhouden;
7. vrijen met anderen;
8. veilig vrijen;
9. omgaan met regels uit de samenleving t.a.v. gewenste en ongewenste vormen van seksualiteit;
10. praten over en hulp vragen bij seksuele problemen;
11. omgaan met waarden, normen en regels van ouders t.a.v. seksualiteit.

In de CLS vult de mentor van een jongere per vaardigheid aan in hoeverre de jongere de betreffende vaardigheid beheerst. Tevens kan op basis van de CLS een plan gemaakt worden omtrent vaardigheden die een jongere op korte termijn dient te leren.

#### *Doelgroep*

Begeleiders/mentoren van jongeren met een handicap.

#### *Praktische informatie*

'Competentie Lijst Seksualiteit', Haspels, M.; Spanjaard, H.; Duivendrecht: De Bascule. (O.a.) opgenomen in beleidsnotitie 'Seksualiteit en seksueel misbruik': Elbers, M.; et al; Ermelo: Groot-Emaus, 1998.

Bestellen per fax (0341 – 56 22 46) bij Groot-Emaus.

De Bascule

Tel.: 020 – 89 01 900

info@debascule.com

www.pi-amsterdam.nl

### **Draaiboek voor een ouderavond over relaties en seksualiteit**

#### *Doelgroep*

Ouders van leerlingen in het basisonderwijs.

#### *Korte beschrijving*

In dit draaiboek worden 2 verschillende ouderavonden beschreven, één om ouders te informeren over de manier waarop de school relationele en seksuele vorming gaat behandelen en één over seksuele opvoeding. Het draaiboek kan -met enige aanpassing- ook gebruikt worden om een project over het onderwerp af te sluiten. De bijlagen bevatten standaard uitnodigingsbrieven, een lesopzet, sheets, een kennisquiz, een situatiespel, een literatuur- en adressenlijst etc. Naast een lesmap wordt een CD-rom geleverd.

#### *Praktische informatie*

Sanderijn van de Doef, Silvia de Ruiters en Elsbeth Reitzema, Woerden, NIGZ, 2006  
45 pag. met CD-rom en sheets in ringband

Prijs: € 19.95 — Bestelnummer OJ051837 / Telefoon: 0348-437 600. Bestellen via:  
klantenservice@nigz.nl of www.nigz.nl.

### **Diverse boeken rond seksualiteit voor ouders / begeleiders**

## **Seksualiteit van mensen met een verstandelijke handicap**

Brochure die ouders van mensen met verstandelijke beperkingen helpt bij het denken over seksualiteit en relaties. Federatie van Ouderverenigingen, Utrecht, 2005.  
www.fvo.nl, button winkel, button seksualiteit en relaties.

## **Kinderen en seksualiteit.**

*De seksuele opvoeding van kinderen van 0 - 17 jaar.*

Doef, S., van der, Lifetime / Kosmos-Z&K Uitgevers, Utrecht / Antwerpen, 2004 (ISBN 90 215 4469 5)  
Voorbeelden van gesprekken die ouders met hun kind, van zeer jong tot en met puber, kunnen voeren. Het boek gaat in op vragen die bij heel jongen kinderen kunnen leven. En op de beelden en boodschappen die kinderen via televisie, internet en reclames krijgen. In het boek worden thema's besproken die ouders kunnen bespreken met hun kind tussen de twee en zestien jaar.

## **Met Kinderen Praten Over Seks Over Opvoeding Gesproken**

Bos-Meeuwsen, Marja Dijkstra-Algra, Bos-Meeuwsen, Dijkstra-Algra, M., Jansen, A., (ill.).  
Boekencentrum, 2001 (ISBN 9023911415). € 9.00.

Het boekje gaat in op hoe de seksuele ontwikkeling bij kinderen verloopt en hoe je hierover kunt praten met je kind. Een praktische handreiking voor ouders om met hun kinderen op een goede manier in gesprek te komen over seksualiteit. Het boekje is geschreven vanuit een Christelijke visie.

## **Kleine mensen, grote gevoelens**

Doef, S., van der; Amsterdam: de Brink / Ploegsma, herziene uitgave 2003 (ISBN 90 216 71611) € 13,50.

Boekje voor ouders / opvoeders waarin de seksuele ontwikkeling wordt beschreven. Het beschrijft wat je als opvoeder kunt verwachten en hoe je ermee om kunt gaan. Het geeft praktische tips voor de begeleiding van en praten met kinderen over seksualiteit.

## **Is mijn kind een macho? Over het opvoeden van jongens**

Angela Crott. Unieboek Houten, 2004. ISBN : 90 269 6568 0. € 14,99.

Jongens en meisjes zijn wel gelijkwaardig, zoons en dochters niet zijn niet gelijk. Jongens spelen ruwere spelletjes, zijn luidruchtiger, vechten meer en vinden het moeilijk om stil te zitten. Als deze aspecten in een jongensopvoeding ontkend worden, heeft dat heel wat frustraties bij zoons én ouders tot gevolg.

## **Aan de man brengen**

*Handboek seksuele voorlichting aan jongens*

S. Cremer, Rutgers Stichting, SWP Amsterdam, ISBN: 90-6665-163-6, Prijs: € 14.20

In de voorlichting over seks en veilig vrijen blijven jongens al te vaak in de kou staan, omdat die zich vooral richt naar meisjes. 'Als jongen moet je alles weten', is een stereotiep beeld. Het maakt het stellen van vragen over deze onderwerpen voor een jongen niet makkelijk. Maar, ook de voorlichter heeft geen eenvoudige taak. Jongens specifiek voorlichten betekent: vanuit het perspectief van

jongens naar seksualiteit durven kijken, zonder de doelstelling van voorlichting uit het oog te verliezen. In dit boek worden beide, perspectief en doelstelling, samengebracht.

Deel 1: bevat achtergrondinformatie over het jongens-specifiek werken

Deel 2. beschrijft de praktijk van het werken met jongens beschreven. Dit deel bevat vele werkbladen met praktische oefeningen en jongeren komen aan het woord om te verduidelijken hoe zij seksualiteit en intimiteit beleven. De thema's die in dit deel aan de orde komen zijn: van jongen tot man; lichamelijke ontwikkeling; SOA-preventie en anticonceptie; de goede minnaar.

De uitgave is voorzien van een 'materialenlijst' en een 'adressen-lijst'.

Verkrijgbaar in de boekhandel en bij: [www.swpbook.com/212](http://www.swpbook.com/212)

### **Praten over seks in de multiculturele klas**

Docentenhandleiding voor aidsvoorlichting en seksuele vorming / M. van Bijsterveldt; NIGZ. - Woerden, 1996. ISBN 906928216X + video: Jongeren en seksualiteit (52 min.)

Tel: 0348 – 43 98 74

[www.nigz.nl](http://www.nigz.nl).

### **Dubbel divers**

Auteur(s): Belling, P., Bolter, F., Dankmeijer, P., Jaar: 2003, Prijs: 5,00 incl.verz.kn.

"Dubbel Divers" is een praktisch handboek voor professionals in het onderwijs en de hulpverlening. Het biedt richtlijnen en achtergronden om het thema seksuele diversiteit en culturele en religieuze verschillen in de praktijk aan de orde te stellen. Er wordt ruim aandacht besteed aan het spanningsveld dat dit onderwerp met zich meebrengt en aan manieren om het onderwerp bespreekbaar te maken bij leerlingen en jonge cliënten.

Het handboek bevat overwegingen voor de hulpverlener/docent, veelgestelde vragen met antwoorden en tips voor gebruik van het handboek in de klas of in een hulpverleningssessie. Er staan onderdelen in specifiek voor hulpverleners en leerlingbegeleiders en voor docenten en voorlichters.

Uitgeverij: Dusseldorf Ministerie voor Gezondheid, Sociale Zaken, Vrouwen en Familie

Besteladres: <http://www.triangle-info.de/nl>

### **Seksuele opvoeding themapakket ouderbijeenkomsten**

Themapakket, bedoeld als hulpmiddel voor scholen om zelf ouderbijeenkomsten te verzorgen. Met dit pakket worden ouders gestimuleerd vragen van hun kinderen serieus te nemen en ze te laten zien dat het ontdekken van seksualiteit hoort bij de normale ontwikkeling.

Stichting Spectrum, Velp

Tel: 026 – 384 62 00

[info@spectrum-gelderland.nl](mailto:info@spectrum-gelderland.nl)

<http://www.spectrum-gelderland.nl>



### 3.B Sekseel misbruik literatuur voor leerkrachten, begeleiders of ouders

#### Weerbaar ondanks beperking

Weerbaarheidsprogramma's opzetten voor mensen met een beperking  
M. Lammers en N. Meintser, TransAct, Utrecht, 2005.

Mensen met een beperking lopen relatief veel risico om slachtoffer te worden van seksueel misbruik. Tevens bestaat er een grotere kans dat zij zelf grensoverschrijdend gedrag ontwikkelen. Met het boek 'Weerbaar ondanks beperking' kunnen professionals weerbaarheidprogramma's ontwikkelen. Met deze handreiking kunnen hulpverleners en docenten beschikbare materialen en programma's effectief gebruiken om te achterhalen van hun cliënten of leerlingen nodig hebben en hun wapenen tegen seksueel misbruik. Het boek geeft concrete handvatten en praktische tips.  
[www.MOVISIE.nl/publicaties](http://www.MOVISIE.nl/publicaties)

#### Een weerbaar kind

*Een handreiking voor ouders van een kind met verstandelijke beperkingen over seksualiteit en weerbaarheid*

Lammers, M., en Houdijk, N., Federatie van Ouderverenigingen, Utrecht, 2005, ISBN-10: 9074943918  
ISBN-13: 9789074943918

#### *Korte beschrijving*

Seksualiteit, alle ouders met opgroeiende kinderen krijgen ermee te maken. Ook ouders van kinderen met een verstandelijke handicap. Voor ouders en familieleden is omgaan met de seksualiteitsbeleving van hun kind met een verstandelijke handicap niet altijd even gemakkelijk of vanzelfsprekend. Alle kinderen zijn kwetsbaar, maar een kind met verstandelijke beperkingen staat nog kwetsbaarder in de wereld. Als ouders sta je voor de vraag hoe je je kind weerbaar kunt maken zonder dat seksualiteit in een negatief daglicht komt te staan.

'Een weerbaar kind' is een handreiking voor ouders van een kind met een verstandelijke handicap over seksualiteit en weerbaarheid. Het informeert hen over de factoren die een kind kwetsbaar maken en hoe je deze factoren vanaf jonge leeftijd kunt beïnvloeden. De handreiking geeft concrete tips, aandachtspunten en verwijzingen om hier een eigen mening over te vormen. De handreiking biedt geen pasklare oplossingen. De kijk op opvoeding en het omgaan met levensvragen verschilt immers per persoon en gezin. Afhankelijk van leeftijd, niveau en mogelijkheden van een kind, zullen sommige tips en aandachtspunten meer aansluiten of aanspreken dan andere. Ouders kunnen kiezen voor wat het beste bij hen en hun kind past.

#### *Praktische informatie*

[www.fvo.nl](http://www.fvo.nl) / button winkel / button seksualiteit en relaties

#### Relatie(v)aardig

C. Dumez, M. Kesters & P. Van Ham. Garant Uitgevers. ISBN: 9053507035. € 11,70

In alle scholen zitten kinderen die direct of indirect te maken -kunnen -hebben met misbruik en geweld. Het is belangrijk dat deze onderwerp en ook worden opgenomen in het opvoedingsproject van de school rond relationele en seksuele vorming. Dit boek laat zien hoe een school dat kan organiseren, zodat problemen en zeker kwetsuren bij kinderen worden voorkomen.

De feiten, inzichten en ervaringen in dit boek zijn ontstaan uit de praktijk van Psycho-Medisch-Sociale Centra (PMS Centra) in scholen. De auteurs hebben in hun PMS-werk specifieke aandacht voor leerlingbegeleiding. Ouders, directies, leerkrachten, hulpopvoedende medewerkers, interne en externe

begeleiders vinden in dit boek inspiratie om preventie en hulpverlening, in een kader van relationele en seksuele opvoeding, te optimaliseren.

[www.maklu.be/MakluEnGarant](http://www.maklu.be/MakluEnGarant)

### **Weerbaarheid van jongeren**

Een denk- en doeboek (ISBN: 90 441 118 92)

Ideler, I.; Antwerpen/Apeldoorn: Garant, 2001

Werken aan weerbaarheid (zelfrespect, emoties en grenzen) helpt jongeren bij het vergroten van hun gevoel van eigenwaarde en zelfrespect. Daardoor heeft het tevens een remmend effect op het stijgende agressieve en antisociale gedrag van jongeren. Vanuit dit uitgangspunt hebben de auteurs, allen werkzaam binnen het weerbaarheidcentrum Refleks, het denk- en doeboek samengesteld. Het richt zich tot iedereen die binnen een educatieve context met jongeren werkt. In deel één wordt basiskennis gegeven rondom agressie, gender en emoties en worden bouwstenen voor het omgaan met agressie en ondersteuning van slachtoffers aangereikt. Deel twee is opgevat als een praktisch oefenboek waarbinnen talloze werkmethodeken en spelvormen worden aangeboden. De oefeningen zijn onderverdeeld in zes hoofdthema's: fundamenten van weerbaarheid, oefeningen rond omgaan met emoties, methodeken om de kennis van jongeren te vergroten, oefeningen rond keuzestrategieën om met agressie om te gaan, oefeningen rond experimenteren met verschillende strategieën, en fysieke zelfverdedigingstechnieken.

Bestellen via boekhandel dan wel Maklu, telefoon: 055 – 522 06 25, [info@maklu.nl](mailto:info@maklu.nl)

Prijs: € 36,00

### **Sociaal competente leerkrachten: Een werkmap voor lerarenopleiders**

Auteur(s): H. Leonard E. Frans; François Karen

Deze docentenhandleiding werd door de drie bovenvermelde organisaties samengesteld in opdracht van het Ministerie van Onderwijs ter ondersteuning van leerkrachten bij het ontwikkelen van sociaal competent gedrag bij leerlingen.

De werkmap beoogt aanknopingspunten te geven voor de preventie van antisociaal gedrag binnen de schoolomgeving maar kiest daarbij resoluut voor een bredere invulling van preventie die ook het aanreiken van positieve mogelijkheden behelst. Het materiaal dat in deze map wordt aangeboden situeert zich op het niveau van de studenten en behandelt (vanuit de eigen invalshoek van de verschillende organisaties) volgende 2 actieterreinen: kunnen omgaan met diversiteit met het oog op het indijken van discriminatie en uitsluiting (ICO), kunnen omgaan met invloed en macht om geweld en agressie beheersbaar te maken (Refleks), kunnen omgaan met grenzen, intimiteit en seksualiteit in relaties, met het oog op het vermijden van risico's en trauma's (CGSO Trefpunt).

Ieder actieterrein wordt ondersteund met een waaier aan themaspecifieke oefeningen waarin concrete methodeken en werkvormen worden aangereikt die zowel rechtstreeks in klassen als binnen de docentenopleiding kunnen worden gehanteerd.

Aansluitend worden andere infobronnen geduid als achtergrondinformatie.

Bestellen

Uitgever: Gent: CGSO Trefpunt; Vormingscentrum JVU, België 2001

CGSO Trefpunt | Tel: +32 (0)9 221 07 22

[www.cgso.be](http://www.cgso.be) | e-mail: [cgso@pandora.be](mailto:cgso@pandora.be) |

## **Soms vaak misschien: over preventie in het basisonderwijs**

Auteur(s): Francis van Dinter

Uitgever: Antwerpen: Garant, 2004; ISBN: 90 441 1523 5

Al te vaak wordt preventie in het onderwijs herleid tot inspelen op problemen die zich reeds stellen. De lijst met mogelijke problemen is quasi eindeloos. Het moet mogelijk zijn een beleid te voeren dat bij voorbaat rekening houdt met risicofactoren, dat trouw is aan de eigenheid van kinderen en waaraan ook de leerkracht een goed gevoel overhoudt. De publicatie is opgebouwd rond 9 kwesties en leefomstandigheden waarmee vrijwel alle kinderen te maken hebben. Een goed besef daarvan kan problemen voorkomen of ze sneller zichtbaar maken. In twee hoofdstukken komt de basisidentiteit van kinderen aan bod: meisje of jongen zijn. Dat heeft belang voor hoe ze benaderd moeten worden en hoe ze leren. Bovendien moeten kinderen gezond leren omgaan met hun eigen en andermans seksualiteit. Andere onderwerpen die in de publicatie worden behandeld zijn gender, emoties, ouderlijke scheiding, verandering van de gezinssamenstelling, het belang van eigen leefruimte voor het kind en kinderrechten.

## **Gezondopschool.nl**

'Gezond op School' (GOS) is ontwikkeld om docenten in het onderwijs een actueel en volledig overzicht te bieden van les- en achtergrondmateriaal over gezondheid. Uitgangspunt bij het selecteren van de materialen die op de GOS-site worden gepresenteerd, zijn de 'leerlijnen voor gezond en redzaam gedrag in het onderwijs' voor vier- tot achttien jarigen (SLO, 1999).

Op de website vindt u tevens de schoolSlag checklist waarmee de kwaliteit van 28 preventieprogramma's voor scholen zijn beoordeeld. De schoolSlag checklist beoordeelt op grond van negen criteria: aangetoonde effectiviteit; planmatigheid, efficiëntie voor ondersteunende instelling, efficiëntie voor school, onderwijsgerichtheid, participatie docent en ondersteuning, aandacht voor de omgeving, kwaliteit van begeleiding en diversiteit.

### 3.C Websites voor leerkrachten en begeleiders

#### Seksualiteit

- [www.begrensdeliefde.nl](http://www.begrensdeliefde.nl)  
Een gezamenlijke site van MOVISIE en Rutgers Nisso Groep die een databank bevat met materialen over seksualiteit en de preventie, signalering en behandeling van seksueel misbruik bij mensen met een beperking.
- [www.seksuelevorming.nl](http://www.seksuelevorming.nl)  
Seksuelevorming.nl biedt een overzicht van lesmateriaal seksuele vorming voor leerkrachten in het basisonderwijs en voortgezet onderwijs (biologie, verzorging, maatschappijleer en levensbeschouwing). Aan de hand van verschillende thema's, waarbinnen diverse aspecten aan de orde komen, kunnen docenten met behulp van deze website zelfstandig lessen seksuele vorming samenstellen. Seksuelevorming.nl is financieel mogelijk gemaakt met subsidie van de ministeries van VWS en OCW.
- [www.rng.nl](http://www.rng.nl)  
Site van de Rutgers Nisso Groep met informatie over seksualiteit, seksuele ontwikkeling, seksuele voorlichting en aanverwante onderwerpen.
- [www.nigz.nl](http://www.nigz.nl)  
De site van het Nationaal Instituut voor Gezondheidsbevordering bevat onder meer informatie over seksualiteit, preventie van SOA, weerbaarheid e.d.
- [www.sensoa.be](http://www.sensoa.be)  
Sensoa is het Vlaams service- en expertisecentrum voor seksuele gezondheid en hiv. Sensoa.be biedt info over diverse thema's, campagnes en services. Sensoa geeft ook producten uit rond relationele en seksuele vorming en sommige producten van derden zijn ook via Sensoa te verkrijgen.
- [www.jeugdseksualiteit.be](http://www.jeugdseksualiteit.be)  
Belgische informatie- en vormingsdienst over relaties en seksualiteit voor kinderen, jongeren en hun begeleiders. De focus van de werking ligt op de vrije tijd. Jongereninformatie, vormingen, publicaties en informatiecentrum zijn de 4 pijlers van de organisatie.
- [www.inpetto-jeugddienst.be](http://www.inpetto-jeugddienst.be)  
Jeugddienst Informatie en Preventie, met onder andere informatie en producten rond relaties en seksualiteit.
- [www.voorlichtingsles.nl](http://www.voorlichtingsles.nl)  
Website door Johnson & Johnson (o.a. van OB-tampons) met een multimediaal / on line schoolprogramma. De site biedt kosteloos actueel lesmateriaal voor seksuele voorlichting. Het is speciaal ontwikkeld voor de voorlichting van 12-17 jarigen. Met behulp van de site kunnen eigen lessen worden samengesteld en gedownload. Ter aanvulling (en als reclame natuurlijk...) stelt Johnson & Johnson gratis brochures, proefpakjes maandverband, menstruatiekalendertjes en een website voor leerlingen met aanvullende informatie.

## Weerbaarheid

- [www.weerbaarheid.nu](http://www.weerbaarheid.nu)  
Deze website is bedoeld voor organisaties en personen die een weerbaarheidsproject willen starten en voor docenten weerbaarheid. De site geeft informatie over wat een weerbaarheidstraining inhoudt; hoe met weerbaarheidstrainingen (op scholen) kan worden gestart en wat opleidings- en bijscholingsmogelijkheden zijn voor weerbaarheidsdocenten.
- [www.bwz.nu](http://www.bwz.nu)  
Website van de beroepsvereniging voor docenten weerbaarheid en zelfverdediging. De BWZ zet zich in voor weerbaarheid voor vele doelgroepen, en streeft naar kwaliteit in inhoud en methodiek.
- [www.rotsenwater.nl](http://www.rotsenwater.nl)  
Informatie over het 'Rots & Waterprogramma', de handboeken, trainingen enz. Het doel van het 'Rots en Water' programma is jongens te leren hun energie op een positieve manier in te zetten en hen zelfrespect en respect voor anderen bij te brengen. Jongens worden ondersteund bij het ontwikkelen van sociale vaardigheden, innerlijke kracht, morele ontwikkeling en richtingsgevoel. De ervaring heeft echter geleerd, dat ook meisjes veel profijt en plezier kunnen beleven aan het programma.
- [www.jongensinbalans.nl](http://www.jongensinbalans.nl)  
Platform voor professionals die met jongens werken. Lauk Woltring, de oprichter, wisselt ervaringen uit en organiseert studiedagen. Het Platform wil recht doen aan de specifieke kwaliteiten en behoeftes van opgroeiende jongens. Werken met gevoel voor sekseverschillen gaat uit van gelijkwaardige kansen voor jongens en meisjes, maar houdt ook rekening met verschillen in bijvoorbeeld leerstijlen, identiteitsontwikkeling en neuropsychologische rijping.
- [www.komopvoorjezelf.nl](http://www.komopvoorjezelf.nl)  
Website van het programma 'Kom op voor jezelf' (een variant op het Marietje Kessels Project) dat in Utrecht wordt uitgevoerd.
- [www.weerbaarheidinbasisonderwijs.nl](http://www.weerbaarheidinbasisonderwijs.nl)  
WIBO is een variant op het Marietje Kessels Project. WIBO is tevens toegepast bij kinderen met een licht verstandelijke beperking (al dan niet met gedrag- en leerstoornissen) tussen de twaalf en zestien jaar.

## Sociale veiligheid

- [www.schoolenveiligheid.nl](http://www.schoolenveiligheid.nl)  
Site van APS centrum school en veiligheid met diverse handreikingen, materialen en good practises rond sociale veiligheid en weerbaarheid.
- [www.gezondopschool.nl](http://www.gezondopschool.nl)  
Biedt een overzicht van les- en achtergrondmateriaal over gezondheid en sociale veiligheid op school. De site bevat tevens de 'SchoolSlag-checklist' waarmee de kwaliteit van 28 preventieprogramma's voor scholen is beoordeeld.
- [www.educare.nl](http://www.educare.nl)  
Website van het tijdschrift **Educare**, dat ook een platform en netwerk biedt van en voor mensen die zich inzetten voor een leefomgeving waarin kinderen kunnen opgroeien tot mensen die zich verbonden weten met zichzelf, de ander en de wereld.

## Seksueel- en huiselijk geweld

- [www.movisie.nl](http://www.movisie.nl)  
MOVISIE ondersteunt professionals, geeft gevraagd en ongevraagd advies en ontwikkelt methodieken voor seksueel- en huiselijk geweld. Deze methodieken zijn te downloaden op de website.
- [www.huiselijkgeweld.nl](http://www.huiselijkgeweld.nl)  
Bevat achtergrondinformatie over huiselijk geweld, beleid en organisaties en projecten die zich hiermee bezighouden.
- [www.jeugdprostitutie.nl](http://www.jeugdprostitutie.nl)  
Bevat informatie over de preventie en aanpak van jeugdprostitutie, waaronder loverboy-problematiek, minderjarige slachtoffers van vrouwenhandel en jongensprostitutie.
- [www.bewareofloverboys.nl](http://www.bewareofloverboys.nl)  
Site geeft informatie over loverboys, prostitutie, liefde en meer. Hoe kan je loverboys herkennen? Heb ik zelf of heeft mijn vriendin een fout vriendje? Wat is prostitutie eigenlijk? Wat zijn de ervaringen van andere meisjes?

## Buitenlandse websites

[www.diverse-city.com](http://www.diverse-city.com)

Website van een kleine Canadese uitgeverij die veel educatieve materialen voor mensen met een handicap en hun verzorgers/begeleiders uitgeeft.

[www.stanfield.com](http://www.stanfield.com)

Website van een instelling voor educatieve programma's en materialen ten behoeve van speciaal onderwijs. De site bevat een uitgebreide catalogus met onder andere preventieprogramma's en materialen voor mensen met een handicap.

[www.disability-abuse.com](http://www.disability-abuse.com)

Website van het Disability, Abuse and Personal Rights Project over mishandeling, misbruik en handicap. Nora Baladerian is directeur van het project. Zij heeft zelf talloze publicaties over handicap en seksueel misbruik geschreven. De site is weinig overzichtelijk, maar bevat veel informatie, documenten en verwijzingen.

[www.sexsupport.org](http://www.sexsupport.org)

Persoonlijke website over seksualiteit met veel informatie, literatuur en verwijzingen betreffende seksualiteit en mensen met een handicap.

## Bronnen

- Eijk, A., van der, Hannink, M., Hermsen, P., Kerkhof, J., van den, Koopman, C., Rensen, Scheepers, E., J., Urk, I., van den, Veldman, L., *Concept leerlijn sociaal-emotionele en seksuele vorming*, FODOK, Utrecht, versie 30-08-1004.
- Empelen, P., van, *Mag het ook ietsjes meer zijn? Bespreking onderzoek Eva Jané-Llopis naar effectiviteit gezondheidsbevorderende en preventieprogramma's psychische problemen*, De Psycholoog, april 2004.
- Helvoort, K., van; Clarijs, Y., *Marietje Kessels Project, weerbaarheidvergroting bij kinderen van 10 tot 13 jaar*, NIZW, Utrecht, 1999.
- Kok, E.; Middelaar, M., *Geen kopietjes meer, seksuele voorlichtingsmaterialen en seksuele voorlichting aan dove kinderen en jongeren*, TransAct, Utrecht, 2003.
- Lammers, M., Pauli, Tessel, *Van calamiteit naar preventiebeleid*, TransAct, december 2003.
- Lammers, M., Kok, E. en Oude Avenhuis, A., *Preventie van seksueel misbruik bij vrouwen en mannen met een handicap - noodzaak, doel en effectiviteit preventieprogramma's - overzicht van programma's en materialen*, TransAct, april 2005.
- Lammers, M., Meintser, N., *Weerbaar ondanks beperking - weerbaarheidsprogramma's opzetten voor mensen met een beperking*, TransAct, 2005.
- Oosten, N., van; Hoïng, M., *Primaire preventie van seksueel geweld*, Tijdschrift voor seksuologie (redactie: Gijs, L.; Gianotten, W.; Vanwesenbeeck, I.; Weijnenborg, P.), Bohn Stafleu van Lochum, Houten, 2004.
- Versluis, W.; Laan, E., *Effectiviteit van seksueel misbruik preventieprogramma's ter voorkoming van seksueel misbruik*, Tijdschrift voor seksuologie, 2003, nr. 27, 187-195.
- Zijdel, L., *Disabled people and violence*, lezing t.b.v. Mobility International, Brussel, 3 december 1999.
- Zijdel, L., *Selfdefence courses for disabled women and girls*, lezing Daphne congres in Falerna, Italië november 2001 en Amsterdam, 2001.
- [www.begrensdiefde.nl](http://www.begrensdiefde.nl)
- [www.seksuele.vorming.nl](http://www.seksuele.vorming.nl)
- [www.sensoa.nl](http://www.sensoa.nl)
- Overig: internet.