

# GRENZEN

## *Verkering en grenzen stellen in een relatie*

### **DOELEN VOOR DE CATECHISANTEN**

Je kunt na deze les

1. uitleggen wat het inhoudt om verkering te hebben
2. weten welke seksuele grenzen er zijn binnen een relatie

#### **Toelichting op de doelen**

Voor jongeren is het hebben van verkering en hoe je met seksualiteit omgaat een zoektocht. In deze levensfase wordt verkering krijgen en hebben concreet. Vrienden en vriendinnen praten erover of hebben al verkering of vluchtige seksuele contacten.

Als catecheet of mentor ga je nu het gesprek hierover met ze aan. Voor jongeren is het een uitdaging om tijdens die zoektocht te ontdekken wat God hierover zegt. Je kunt de volgende tekst hiervoor gebruiken in het gesprek met de jongeren:

“God weet waar je het over hebt, Hij heeft je namelijk zelf geschapen met je seksualiteit. Maak je relatie bespreekbaar, allereerst bij elkaar, maar ook daarbuiten. Dat is niet makkelijk, maar wel een manier om tijdens de zoektocht de weg te vinden. Luister ook naar mensen om je heen die van je houden, zoals je ouders, die het beste met je voor hebben. Ga in gebed naar je Vader in de hemel, leg alles bij Hem neer. Vraag kracht om je relatie mooi te houden, zoals Hij het heeft bedoeld, en vertel wat je daar moeilijk aan vindt. God is een God van goede regels, maar ook een God van vergeving! Hij weet hoe zwak wij mensen zijn. Dus als je valt, Hij helpt je weer overeind. Je mag je zonden belijden en opnieuw beginnen!”

Als catecheet kun je vanuit je ervaring en kennis over verkering jongeren uitleggen wat het hebben van verkering inhoudt. Verkering met elkaar hebben is een proces, waarin jongeren elkaar kunnen leren kennen, niet alleen seksueel maar juist ook als persoon. Gaandeweg dit proces kun je ontdekken of je bij elkaar past of toch juist te verschillend bent om samen een relatie verder op te bouwen. In de Bijbel lees je de verhalen dat een vader een bruid voor zijn zoon liet zoeken, denk bijv. aan het verhaal van de knecht van Abraham. Hij zocht en vond Rebekka, de bruid voor Isaak. Nu is dat anders, maar ook Rebekka en Isaak moesten elkaar leren kennen!

## START VAN HET GESPREK

De vragen in het werkboek geven je handvatten om open het gesprek met de groep aan te gaan. Doel is het verkennen van meningen en gedachten in de groep.

Afhankelijk van de groep kun je hier ook een andere werkvorm bij kiezen:

- Stille wandreactie; jongeren schrijven eerst een antwoord op de vragen (eventueel anoniem) en je laat deze in tweede ronde aan de wand plakken. Hierbij geef je meer ruimte om jongeren 'vrijer' te laten reageren op de vragen. Dat biedt ook meer veiligheid. Reageer daarna kort als catecheet op de antwoorden in samenvattende zin.
- Schrijfronde: In kleine groepen van max. 5 personen de vragen laten beantwoorden. De vragen staan op een papier en je laat iedereen eigen antwoorden opschrijven. Na 5 minuten door laten geven. Dit herhaal je totdat ieder het eigen blad weer terug heeft. Bespreek dit na in de groepjes of plenair onder begeleiding van de catecheet/mentor.

## LEESTEKST

Doel : Seksueel gedrag en seksuele grenzen ontdekken is een proces in een relatie. In de leestekst zijn vragen verwerkt die je helpen om reflectie te vragen op de leestekst. Je kunt er voor kiezen ze eerst te laten lezen door de jongeren zelf en de antwoorden eerst in te laten vullen. Een andere vorm is een open gesprek. Je zorgt dat je als catecheet goed op de hoogte bent van de inhoud van de tekst. Je vat deze kort samen voor je de vragen gaat bespreken in de gehele groep.

In de leestekst neem je de jongeren mee in de volgende stappen:

1. Verschil tussen verliefdheid en liefde.
2. De bedoeling van seks; er zijn denkbeelden dat 'met elkaar naar bed gaan' alleen maar als seks te benoemen is. We trekken het in deze beschrijving dus breder.
3. Verschil in beleving van seksualiteit tussen jongens en meisjes is gelinkt aan de verschillende seksuele ontwikkeling tussen jongens en meisjes.
4. De spanning verkennen tussen je geloof in God en de denkbeelden die je in de maatschappij ontmoet.
5. Benoemen van grenzen is voor jongeren een zoektocht. Nadenken over de stappen die je zet in een relatie is doel van deze leestekst.

### **Extra informatie over verschillen tussen jongens en meisjes**

Er zijn een aantal verschillen tussen jongens en meisjes waar je rekening mee moet houden. Er wordt vaak gezegd dat die er alleen maar zijn, omdat die je bij je opvoeding worden opgedrongen. Toch zijn er een paar grote verschillen die je niet met je opvoeding hebt meegekregen, maar die er van nature gewoon zijn. Voorlichting kan jongeren helpen om na te denken over hun grenzen en maakt hen daardoor weerbaarder.

We geven in vogelvlucht de volgende beschrijving mee:

(Eerst Boyz lezen, tekst Girlz is daarvan afhankelijk)

<p><b>Boyz...</b></p> <p><b>Het eerste verschil</b> - Wanneer een jongen in de puberteit komt en volwassen begint te worden, krijgt hij vanzelf te maken met de seksuele gevoelens die erbij horen. Het kwijtraken van zijn zaadcellen bijvoorbeeld is op zich geen onprettige ervaring, integendeel. Dat is normaal. Daar hoeft hij niets voor te doen. De hele wereld van seksuele beleving gaat in principe vanzelf voor hem open.</p>	<p><b>Girlz...</b></p> <p><b>Het eerste verschil</b> - Bij meisjes is dat anders. Die hebben dat helemaal niet. Wanneer ze de eerste menstruatie meemaken, dan geeft dat ze geen bijzondere seksuele ervaringen. Het is een min of meer onaangename gebeurtenis, dat is alles. De rest blijft op non-actief, is wel aanwezig, maar het slaapt. Ja, zelfs het allergevoeligste plekje dat ze heeft, blijft onopgemerkt verborgen totdat ze seksueel tot ontwaken wordt gebracht. Normaal gesproken gebeurt dat bij een meisje niet zomaar vanzelf.</p>
<p><b>Het tweede verschil</b> - Het tweede grote verschil is, dat een jongen enorm reageert op wat hij ziet aan vrouwelijk schoon. Niet alleen emotioneel, maar ook zijn lichaam reageert daar heel sterk op. Meisjes kunnen dat maar moeilijk begrijpen. Ze kunnen zich niet voorstellen dat jongens zelfs in alle staten kunnen raken bij het bekijken van afbeeldingen van vrouwelijk bloot. In zeer korte tijd geeft dat bij elke normale jongen een heftige lichamelijke uitwerking.</p>	<p><b>Het tweede verschil</b> - Meisjes daarentegen reageren veel meer op lijfelijk contact, door aanhalen, strelen, kussen. De huid van een meisje is namelijk op veel plekken veel gevoeliger dan die van een jongen. Als dat voor het eerst gebeurt, worden bij hen seksuele gevoelens en verlangens wakker die ze daarvoor niet kenden. Dan gaat er een nieuwe ervaringswereld voor ze open. Dat is voor hen de eerste kennismaking met het seksuele traject zou je kunnen zeggen. Dan pas komen de seksuele emoties tot ontwaken. Alleen wat minder heftig meestal dan bij jongens. Het is meer een proces.</p>
<p><b>Een derde verschil</b> Bij een jongen kan de seksualiteit een eigen leven leiden, hij kan dat makkelijk loskoppelen van de andere dingen die hem interesseren.</p>	<p><b>Een derde verschil</b> Een meisje kan dat veel moeilijker. Bij haar is alles meer een eenheid. Ze reageert totaal, geest, ziel en lichaam. Door dit soort ervaringen komt een sterk verlangen om zich te kunnen geven, een dorst naar een relatie waarin ze zich helemaal kwijt kan. Maar er moet dan wel iemand zijn om dat te beantwoorden.</p>

## EN DE BIJBEL DAN?

Genesis 2:24; Laat jongeren de drie stappen benoemen (losmaken, hechten, één worden). En laat hun samen proberen eigen woorden te geven aan die begrippen.

### Leesopdracht teksten

Deze kun je eventueel uitprinten en samen gaan lezen

Genesis 4: 19-23

*Lamech nam twee vrouwen; de ene heette Ada, de andere Silla. Ada bracht Jabal ter wereld; hij werd de stamvader van hen die in tenten leven en vee houden. Zijn broer heette Jubal; hij werd de stamvader van allen die op de lier of de fluit spelen. Ook Silla bracht een zoon ter wereld, Tubal-Kaïn; hij was smid en werd de stamvader van allen die brons en ijzer bewerken. De zuster van Tubal-Kaïn heette Naäma. Lamech zei tegen zijn vrouwen: 'Ada en Silla, hoor wat ik zeg! Vrouwen van Lamech, luister naar mij! Wie mij verwondt, die sla ik dood, zelfs wie mij maar een striem toebrengt.'*

Ezechiël 16:15-17

*Maar je werd overmoedig omdat je zo mooi was en zo beroemd. Je was ontrouw en pleegde overspel met elke voorbijganger, je bood je aan iedereen aan! Je trok je kleren uit en maakte er kleurige kussens van waarop je mij bedroog. Zoiets was nog nooit vertoond en zal nooit meer gebeuren. Je gebruikte je prachtige sieraden, het goud en zilver dat ik je gegeven had, om er mannenbeelden van te maken, en ook daarmee pleegde je overspel.*

Johannes 4:16-18

*Toen zei Jezus tegen haar: 'Ga uw man eens roepen en kom dan weer terug.' 'Ik heb geen man,' zei de vrouw. 'U hebt gelijk als u zegt dat u geen man hebt,' zei Jezus, 'u hebt vijf mannen gehad, en degene die u nu hebt is uw man niet. Wat u zegt is waar.'*

1 Tessalonicenzen 4:4-7

*maar wij sporen u aan het nog veel meer te doen. 2 U kent de voorschriften die wij u op gezag van de Heer Jezus hebben gegeven. 3 Het is de wil van God dat u een heilig leven leidt: dat u zich onthoudt van ontucht, 4 dat ieder van u zijn lichaam heiligt en in eerbaarheid weet te beheersen 5 en dat u niet zoals de ongelovigen, die God niet kennen, toegeeft aan uw hartstocht en begeerte. 6 Schaad of bedrieg uw broeder of zuster in dit opzicht niet, want de Heer vergeldt dit alles, zoals wij u vroeger al nadrukkelijk hebben voorgehouden. 7 God heeft ons niet geroepen tot zedeloosheid, maar tot een heilig leven*

## AAN HET WERK IN DE GROEP

In dit gedeelte kun je kiezen voor het bespreken van een stelling en/of verwerken van een 'proces in de relatie'. De opdracht om een 'stappenplan' op te stellen verwijst naar het begin van de les. Van tongzoenen tot en met seksuele gemeenschap geeft verschillende stappen aan. Probeer ook hier te wijzen op het feit dat elkaar leren kennen meer is dan elkaar seksueel leren kennen.

### Evaluatie (met extra werkvorm): praatmuur

Doel: actief evalueren met de groep

Aanpak: Een kans om terug te kijken op de bespreking of om het gesprek te evalueren. Het stimuleert ideeën en is leuk om uit te voeren.

- Ophangen van max. 10 vellen (flap-over)papier. Het aantal is afhankelijk van de hoeveel informatie die je wilt evalueren.
- Elk vel bevat een open stelling of vraag. Een aantal voorbeelden zijn: 'Het beste van deze avond vond ik...', 'Het verrassende was voor mij..', 'Het minste vond ik...', 'Toen ik kwam was ik...'
- Vooraf is het van belang om na te denken wat je precies wilt weten van elkaar.
- Iedereen loopt langs de vellen en vult de tekst aan (kan ook op memoblaadjes).
- Iedereen leest de opmerkingen van elkaar.

Tip: De werkvorm kan ook in gekort worden door maar drie vellen te gebruiken. Dan richten op positieve, negatieve en interessante opmerkingen.

## LINK NAAR THUIS

Het gesprek met ouders over verkering komt vaak zijdelings aan de orde. Het wordt voor jongeren concreet als ze zelf verkering hebben. Invloed van ervaringen (mooi en moeilijk) van ouders kleurt ook het beeld dat jongeren zelf hebben over relaties. Let er op dat jongeren ook kind van gescheiden ouders kunnen zijn. Of er zijn geen ouders meer aanwezig in hun leven. Die verscheidenheid in de groep is wel belangrijk om mee te nemen in het gesprek met thuis. Hopelijk krijgen jongeren vaardigheden mee van thuis als:

- het benoemen van emoties
- het uiten van behoeften
- het openstaan voor de behoeften van een ander
- het aangeven van grenzen
- het respecteren van de grenzen van een ander
- het tonen van genegenheid
- het oplossen van meningsverschillen
- het omgaan met conflicten.

## BRONNEN

Hanneke de Graaf. 2010. *Parenting and adolescents' sexual health*, Delft: Eburon. Proefschrift over opvoeding en de seksuele gezondheid van adolescenten.

Ds. G. Gunnink e.a. 2009. *Vooraf de liefde, Een gemeentebreed gesprek over liefde en relaties*, Barneveld: Vuurbaak.

Alie Hoek-van Kooten, 2006. *Vonk of vuur. Als je verliefd bent*. Heerenveen: Jongbloed. Iedereen krijgt vroeg of laat met verliefdheid te maken. Maar wat is verliefdheid eigenlijk? En wat is het verschil tussen verliefdheid en liefde? De auteur behandelt in *Vonk of Vuur* de achtergronden en de mooie maar ook moeilijke kanten van een van de krachtigste gevoelens die een mens kent. Ze bespreekt verliefdheid die veel geluk kan geven: in de verkeringstijd

en binnen het huwelijk. Maar ze gaat daarnaast het verdriet waartoe verliefdheid kan leiden niet uit de weg en behandelt ook het thema 'verliefd worden na een teleurstelling'.

Esther Kaper. 2012. *Hot Issues*. 2<sup>e</sup> druk. Heerenveen: Medema. [www.medema.nl](http://www.medema.nl)  
Esther Kaper was heilig overtuigd van het christelijke principe 'geen seks voor het huwelijk', totdat ze een serieuze relatie kreeg... De weerbarstige praktijk leidde tot vragen. Waar is dit principe eigenlijk op gebaseerd? Hoe zit het met het 'grijze gebied' tussen zoenen en de daad?

In *Hot issues* vertelt Esther openhartig over de kloof tussen haar geloofsovertuiging en de seksuele verlangens die ze tijdens haar relatie ervoer. Ze pleit voor meer openheid over seksualiteit onder christenen. Hoe ziet de realiteit van alledag eruit? Esther laat daarom ook een aantal christelijke stellen aan het woord. Tenslotte plaatst ze seksualiteit in de context van de maatschappij waarin we leven. Dit boek is voor christelijke jongeren die van seks geen krampachtig gedoe willen maken. *Hot issues* daagt je uit om zelfbewuste keuzes te maken.

*Het grote verschil* - SGA uitgave

te bestellen via <http://www.partnersforlife.nl/products-/>, ISBN 9789491001017

Website [www.jeugdwerkidee.nl](http://www.jeugdwerkidee.nl)

Tips met allerlei extra werkvormen

[http://www.jeugdwerkidee.nl/00/jeugdwerkidee/detail/jongeren/activ/8/Gesprek%20&%20Discussie/0/1220/Verliefd\\_zijn.html](http://www.jeugdwerkidee.nl/00/jeugdwerkidee/detail/jongeren/activ/8/Gesprek%20&%20Discussie/0/1220/Verliefd_zijn.html)