

## Liefde en seks

### Voor de jeugdleider

**Doel van deze ID: Nadenken over het thema seksualiteit en hoe je daar als christen mee om kunt gaan. Leren dat seksualiteit iets moois is dat bij de schepping hoort.**

Liefde en seksualiteit is een teer onderwerp. Voor tieners, maar eigenlijk voor iedereen. Je kunt zelf natuurlijk het beste inschatten of en wanneer je groep toe is aan dit item. Spreek van tevoren met elkaar af dat er natuurlijk wel gelachen mag worden als het een beetje spannend wordt, maar dat een ander nooit uitgelachen mag worden. Spreek ook af om met respect over elkaar en over het onderwerp te praten zodat het niet plat of grof kan worden.

Deze ID gaat over liefde en seks. Dit programma volgt op de programma's 'Relaties en seksualiteit I en II' Het is goed om deze drie programma's na elkaar te houden zodat er een opbouw is in zwaarte van het onderwerp.

De CGJO heeft een gratis (alleen verzendkosten) boekje over dit onderwerp: *Het Boekje*, voor iedereen die door wil lezen over seksualiteit en jongeren.

<https://webshop.cgjo.nl/product/het-boekje/>



### Teaser

Zoek op internet 'Liefde is...' plaatjes. Je weet wel van die poppetjes met sproetjes en een tekst er onder. Maak een screenshot van een plaatje dat jou het meeste aanspreekt en neem het mee naar de bijeenkomst.



### Start

#### Starter 1 - Geluiden

**Doel:** Introductie op het thema, gevoelens zijn soms slecht te controleren.

**Tijd:** +/-5 minuten

Sommige geluiden zijn niet om aan te horen. De meeste mensen krijgen er kippenvel van. Test met de volgende Youtube-filmpjes wat kippenvel oplevert bij de clubleden:

Een machine die een heel naar geluid maakt:

[https://www.vkmag.com/magazine/machine\\_die\\_zorgt\\_voor\\_kippenvel\\_op\\_de\\_vervelende\\_manier](https://www.vkmag.com/magazine/machine_die_zorgt_voor_kippenvel_op_de_vervelende_manier)

Nagels over een schoolbord:

[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=16&v=13d5d6LVEpU](https://www.youtube.com/watch?time_continue=16&v=13d5d6LVEpU)

De nagels en nog negen andere nare geluiden:

<https://www.youtube.com/watch?v=-F87xKCJen4>

Gewoon erg vervelend om naar te luisteren:

<https://www.youtube.com/watch?v=gQfFOPFL00U>

Vertel hierbij: Eigenlijk is het best bijzonder dat een geluid dat met mensen kan doen: je krijgt kippenvel, je wilt er niet naar luisteren en er bij weglopen. Of je nu wilt of niet: het gebeurt gewoon (bij de meeste mensen) Je kunt ook kippenvel krijgen van mooie en leuke dingen. Een succes in de sport, een mooi lied of als je verliefd bent. Dan is kippenvel iets fijns. Maar ook hiervoor geldt: je hebt er geen controle over, het overkomt je.

### Starter 2 - Voelen

Doel: Ontdekken dat dingen die voor jou onbekend terrein zijn best spannend kunnen en mogen zijn.

Tijd: +/- 10 minuten

Laat de tieners blind voelen aan verschillende materialen. Je kunt de jongeren blinddoeken maar ook dozen met gaten maken zodat niet te zien is wat er in zit. Denk aan de volgende items:

- iets slijmerigs, bijvoorbeeld speelgoedlijm of groene/zachte zeep.
- iets stekeligs, bijvoorbeeld een harde borstel.
- iets zachts, zoals watten.
- Een dichtgeknoopt zakje met water
- Een zakje 'smurfensnot' (shampoo of vloeibare zeep in een zakje waar al veel mee gefrunnikt is).
- Schuurpapier
- Kijk eens wat je nog in huis hebt en wat bruikbaar is.

Vertel het volgende bij dit experiment:

Het kan best spannend zijn om blind iets aan te raken waarvan je niet weet wat het is. Alles waar aan gevoeld wordt is ongevaarlijk, maar het onbekende maakt het spannend. Zo kan het ook zijn met het ontdekken van een ander mens. Die ander is onbekend terrein, als je verking hebt wil je graag veel tijd samen doorbrengen en de ander, meer dan wie dan ook, leren kennen. Dat is leuk, maar ook een beetje spannend.



### Bijbeltekst

Lees samen Hooglied 7: 7-14

Wat bedoelen ze hier volgens jou? Waar hebben ze het over in deze tekst?



### Video

Doel: nadenken over de liefde en hoe breed en diep de liefde tussen mensen kan zijn. (Er is veel meer dan alleen seks.)

Tijd: 5-10 minuten

Bekijk met elkaar de trailer van de film 'I still believe':

<https://www.youtube.com/watch?v=YRZaXDzeRDo>

Wat vind je van de liefde van deze twee mensen, hopeloos of niet?

Wat zou hun voornaamste reden geweest zijn om met elkaar te trouwen?



## Persoonlijk

Tijd: +/-5 minuten

Het is heel persoonlijk om iets over dit onderwerp te vertellen. Ga bij jezelf na wat je kwijt wilt en wat niet. Vertel iets over de rol van liefde en seksualiteit in jouw leven en/of relatie, maar ook welke plaats je geloof hierin heeft.



## Verwerking

### Harten

Doel: nadenken over wat je belangrijk vindt in verschillende relaties en wat de verschillen zijn tussen die relaties.

Tijd: 15-20 minuten

Deel de screenshots van 'Liefde is...' en vertel waarom je dit plaatje hebt gekozen. Ga dan verder met het verwerkingsblad 'harten.'

Teken een groot hart op een groot vel papier en hang het in de ruimte. De tieners krijgen een blad 'harten' waarop verschillende dingen staan die belangrijk gevonden kunnen worden in een relatie. Laat iedereen zijn of haar top drie uitknippen en met een plakbandje op het grote hart plakken. Er zijn ook lege harten die zelf in te vullen zijn.

Bekijk samen wat het vaakst opgeplakt is. Ga ook na of de dingen die belangrijk gevonden worden met iedereen prettig zijn (zoals praten) of alleen met iemand van wie je houdt (zoals aanraken).



## Opdracht

### Intimiteit

Doel: Nadenken over intimiteit

Tijd: +/- 10 minuten

Hooglied, het is een bijzonder boek dat in de Bijbel staat. Een jongen en een meisje zijn duidelijk verliefd op elkaar en zingen daar over. Het lied dat in de Bijbel staat gaat best ver. Ze 'proeven' van elkaar en hebben elkaar lief. Er staat ook dat de vruchten bewaard worden voor die ene speciale persoon. Over dat bewaren gaat dit onderdeel.

Vertel dat liefde en seksualiteit bijzondere onderwerpen zijn. Mensen met negatieve ervaringen rond dit onderwerp zijn vaak beschadigd, maar als je van iemand houdt is het iets dat God geeft om van te genieten. Je leven, lijf en liefde deel je niet zomaar met iedereen. Bespreek in groepjes of in tweetallen hoe intiem je de sommige dingen wel of niet vindt.

Gebruik hiervoor het document *intimiteit*. Tieners kunnen direct in gesprek gaan, maar ook eerst het blad invullen en hun antwoorden met elkaar vergelijken.



## Bidden

### Voorbeeldgebed 1

Lieve Vader, vandaag willen we u bedanken dat u ons zo mooi gemaakt heeft. We kunnen en mogen van elkaar genieten. Van de dingen die we doen, van plezier hebben met elkaar, en ook van de liefde als we die mogen vinden of gevonden hebben. Wilt u ons helpen om zuiver om te gaan met dit grote geschenk. Wilt u ons helpen als we gemis voelen in de liefde van mensen om ons heen. Wilt u ons ook helpen om liefde te geven aan anderen. Dank u wel dat u ons liefheeft. Amen.

### Voorbeeldgebed 2 - Uit het lied *U bent aanwezig van Sela*

Vader in de Hemel,

U bent aanwezig als vriend of als vreemde. U geeft ons aan elkaar. U bent aanwezig in zwijgen, in spreken, in glimlach of gebaar.

Maak ons hart een huis waar uw liefde woont. Laat ons spreken van uw grote trouw. Leer ons zien en horen, uw stem verstaan. Om een zegen te zijn in uw naam.

U bent aanwezig in blijdschap en tranen. In zwakte toont U kracht. U bent aanwezig in denken en dromen. Uw stem klinkt in de nacht.

U bent aanwezig in geloof en in twijfel. U houdt mij stevig vast. U bent aanwezig, vandaag en ook morgen. Uw plan staat eeuwig vast.

Amen.



## Liedsuggesties

- Joke Buis, Altijd  
<https://www.youtube.com/watch?v=hvf-bWOCnF0>
- Gerald Troost, Geniet van de liefde  
<https://www.youtube.com/watch?v=mvwsTi15MOw>
- Stef Bos, Lied van Ruth  
<https://www.youtube.com/watch?v=gSplk3cmdNA>
- Sela, Het mooiste lied  
<https://www.youtube.com/watch?v=J6Hy3LRkzN4>

Dit is een voorbeeld tekst. Dit is een voorbeeld tekst. Dit is een voorbeeld tekst. Dit is een voorbeeld tekst. Dit is een voorbeeld tekst. Dit is een voorbeeld tekst. Dit is een voorbeeld tekst.



## In gesprek

- Hoe belangrijk is voor jou de liefde in het leven?
- En wat als je geen levenspartner krijgt?
- Seks, is het een ultiem einddoel in een relatie of een onderdeel ervan?

- Er is een beweging die 'Ware Liefde Wacht' heet. Deze club moedigt jongeren aan om een document te ondertekenen waarin beloofd wordt te wachten met seks totdat je getrouwd bent.
  - Wat vind je van zo'n 'contract'?
  - Wat zou er gebeuren als iemand zich er niet aan houdt?
- Als bij liefde woorden horen als 'rein' en 'puur', hoe gedraag je je dan online?
- Ga je online en op social media eerder over je eigen grenzen heen op dit gebied?

