

# **Je Lijf, je Lief!**

**Lesprogramma voor het praktijkonderwijs  
over grenzen in relaties en seks**

## **Interventiebeschrijving**

## Colofon

### Ontwikkelaar / licentiehouder van de interventie

Organisatie	GGD Amsterdam & Movisie	
Contactpersonen	Anne Ausema (GGD Amsterdam) & Kristin Janssens (Movisie)	
Adres	GGD Amsterdam	Movisie
	Nieuwe Achtergracht 100	Postbus 19129
	1018 WT	3501 DC
	Amsterdam	Utrecht
E-mail	aausema@ggd.amsterdam.nl	k.janssens@movisie.nl
Telefoon	020 555 54 95	030 789 22 29
Website	<a href="http://www.seksueelgeweld.info/hulpvormen/preventie_seksueel_geweld/je-lijf-je-lief">www.seksueelgeweld.info/hulpvormen/preventie_seksueel_geweld/je-lijf-je-lief</a>	

### Referentie in verband met de publicatie

Anne Ausema & Kristin Janssens

Je Lijf, je Lief! Lesprogramma voor het praktijkonderwijs over grenzen in relaties en seks

Databank Effectieve interventies huiselijk geweld en seksueel geweld en Databank Effectieve sociale interventies

Utrecht, Movisie

Augustus 2015

Voor meer informatie en contact verwijzen wij naar [www.movisie.nl/effectievesocialeinterventies](http://www.movisie.nl/effectievesocialeinterventies) en [www.huiselijkgeweld.nl/interventies/effectieve-interventies](http://www.huiselijkgeweld.nl/interventies/effectieve-interventies)

Het werkblad dat gebruikt is voor het maken van deze interventiebeschrijving is een gezamenlijk werkblad van de volgende organisaties



## Inhoud

Samenvatting Je Lijf, je Lief! .....	4
1. Probleemomschrijving .....	6
2. Beschrijving interventie.....	8
3. Onderbouwing .....	14
4. Uitvoering.....	22
5. Onderzoek naar praktijkervaringen .....	25
6. Onderzoek naar de effectiviteit .....	28
7. Aangehaalde literatuur.....	29

# Samenvatting Je Lijf, je Lief!

---

## Doelgroep

Je Lijf, je Lief! is bedoeld voor moeilijk lerende jongeren en jongeren met een lichte verstandelijke beperking (IQ tussen 55 en 80) uit het eerste en tweede jaar van het praktijkonderwijs, in de leeftijd van 12 tot en met 14 jaar.

---

## Doel

Het doel van het lesprogramma is jongeren in het praktijkonderwijs beter in staat te stellen de eigen grenzen te herkennen en duidelijk te maken aan anderen én tevens de grenzen van anderen op het gebied van seksualiteit te herkennen en te respecteren, zodat zij uiteindelijk minder vaak seksueel grensoverschrijdend gedrag meemaken of uitoefenen.

---

## Aanpak

Het lesprogramma Je Lijf, je Lief! behandelt in vijf opeenvolgende lessen de volgende thema's.

### 1. Beeldvorming

Jongeren worden zich bewust van de beelden en de verwachtingen die zij op basis van uiterlijke kenmerken van elkaar hebben.

### 2. Hoe denk je over elkaar?

Deze les gaat over de dubbele moraal die jongeren hanteren: jongens mogen meer op seksueel gebied dan meisjes. De vraag staat centraal of die dubbele moraal eerlijk is of niet.

### 3. Grenzen aangeven

Tijdens deze les wordt aan de jongeren gevraagd na te denken over hun eigen grenzen. Ook wordt besproken hoe de leerlingen dit kunnen aangeven.

### 4. Grenzen herkennen bij de ander

In deze les leren jongeren de lichaamstaal van andere jongeren in te schatten en ook dat iemand grenzen verbaal en non-verbaal kan aangeven. Er wordt gesproken over de gevolgen van het overschrijden van grenzen en hoe je de grenzen van anderen kunt respecteren.

### 5. Groepsdruk

Centraal in deze les staat dat jongeren groepsdruk beter leren weerstaan.

De bijbehorende docentenhandleiding geeft docenten structuur en ondersteuning bij de uitvoering van het lesprogramma.

---

## Uitvoerende organisaties

Je Lijf, je Lief! wordt uitgevoerd door mentoren of docenten Gezondheidszorg en Welzijn op praktijkscholen in het eerste of tweede leerjaar. GGD Amsterdam leidt voor de regio Amsterdam docenten op om het lesprogramma te kunnen uitvoeren in de klas. Movisie verzorgt deze training voor andere regio's. Deze docententraining beoogt docenten goed voor te bereiden op het geven van de lessen.

---

## Onderzoek

In 2009 is Je Lijf, je Lief! uitgetest (pretest) door middel van acht klassenobservaties, twee interviews met docenten en drie vragenlijsten ingevuld door docenten. Hieruit blijkt onder meer dat leerlingen overwegend enthousiast reageren op het lesprogramma. Daarnaast spreekt het gebruikte audiovisuele materiaal aan en komt de boodschap van de strips duidelijk over (Storms & Vincent, 2009). Ook

docenten laten zich positief uit over het lesmateriaal en zijn erg enthousiast over de variatie in werkvormen. Op basis van de bevindingen van docenten en de klassenobservaties kwam naar voren dat bepaalde werkvormen en dvd-fragmenten aangepast moesten worden om aansluiting bij de doelgroep te optimaliseren.

In 2012 is er implementatieonderzoek verricht waaruit knelpunten en achterliggende redenen van stagnatie bij implementatie naar voren zijn gekomen. Dit onderzoek laat zien dat in het bijzonder de betrokkenheid van het management bij implementatie en het aandacht besteden aan weerstanden en angsten van docenten, belangrijke factoren zijn voor succesvolle implementatie van *Je Lijf, je Lief!*. Op basis van dit onderzoek zijn de strategieën en voorwaarden voor implementatie aangepast (Onderwater, 2012).

In 2014 is onderzocht in hoeverre leerlingen zelf vinden dat de beoogde leerdoelen van het lesprogramma zijn behaald. Dit is gebeurd door middel van vragenlijsten en een-op-een interviews met leerlingen. Dit onderzoek laat zien dat leerlingen overwegend noemen dat grenzen aangeven het belangrijkste is wat ze geleerd hebben, een aantal geeft aan dat ze na het volgen van de lessen zich beter kunnen voorstellen hoe het moet zijn als een grens overschreden wordt. Ze kunnen zich beter inleven in het gevoel van de ander. Daarnaast noemen leerlingen dat het niet verstandig is om je te laten pushen door je vrienden als het gaat om relaties en seksualiteit. Deze evaluatie heeft naast zicht op werkzame elementen ook inzicht gegeven in verbeterpunten (Ausema, 2014).

---

### **Werkzame elementen**

- De interventie sluit goed aan bij de doelgroep, door het gebruik van beeldmateriaal, actieve en interactieve werkvormen, eenvoudige taal en herhaling van thema's.
- De interventie richt zich op belangrijke veranderbare factoren die volgens het ASE-model de intentie beïnvloeden om bepaald gedrag uit te voeren, in dit geval: het voorkomen van seksueel grensoverschrijdend gedrag. Daarbij worden methodieken gebruikt die vanuit literatuur, theorie en praktijkervaringen gekozen zijn.
- Het lesprogramma hanteert een positieve insteek, die seksualiteit niet problematiseert maar de prettige kanten ervan benadrukt, met aandacht voor eigen wensen, gevoelens en verlangens.
- Er is bij de ontwikkeling van het lesprogramma aandacht geweest voor een goede aansluiting bij de culturele diversiteit van de doelgroep, bijvoorbeeld door jongeren van diverse achtergronden aan het woord te laten in foto's, biografieën en dvd-fragmenten. Het materiaal is uitgebreid gepretest bij leerlingen in het Amsterdamse praktijkonderwijs, een groep die etnisch divers is.
- De keuze van school als *setting*, omdat dit een goede plek is om jongeren te bereiken en voor de doelgroep de belangrijkste informatiebron is als het gaat om seksualiteit. De interventie is uitvoerbaar op praktijkscholen, door mentoren of docenten Gezondheidszorg en Welzijn en is te integreren in bestaande lessenseries, bijvoorbeeld lessen sociale vaardigheden.

# Uitgebreide beschrijving

---

## 1. Probleemomschrijving

---

### Probleem

Slachtoffer worden van seksueel grensoverschrijdend gedrag kan zeer ingrijpend zijn en kan ernstige gevolgen hebben voor de seksuele gezondheid van een individu (Höing & Van Berlo, 2006). Onder seksueel grensoverschrijdend gedrag verstaan wij: het gedwongen worden of een ander dwingen seksuele dingen te doen of toe te staan die je niet wilt. Het gaat dan niet uitsluitend om gedwongen geslachtsgemeenschap. Een gedwongen tongzoen kan hier ook onder vallen, of een andere seksuele handeling tegen de zin in (Schakenraad & Janssens, 2008).

Moeilijk lerende jongeren en jongeren met een lichte verstandelijke beperking lopen meer risico dan andere jongeren om slachtoffer of dader te worden van seksueel grensoverschrijdend gedrag (Schakenraad & Janssens 2008; Janssens, Schakenraad, Lammers & Brants, 2009; Inspectie van het Onderwijs, 2009; Hendriks, Slotboom & Verbruggen, 2010, Van Berlo & Van Beek, 2015). Uit onderzoek van Janssens et al. (2008) blijkt dat jongeren met een lichte verstandelijk beperking beelden erg letterlijk nemen, ook beelden uit de media of via internet. Uit onderzoek van Gesell, Maris, Van Berlo & Haastrecht (2010) blijkt dat voor sommige jongeren met een beperking porno als referentiekader voor seksuele relaties dient. Moeilijk lerende jongeren en jongeren met een lichte verstandelijke beperking zullen de beelden die zij zien veel concreter oppakken en denken dat het zo hoort, zij hebben niet de capaciteiten om de beelden in perspectief te zien.

Jongeren in het praktijkonderwijs hebben vaak minder zelfvertrouwen, een lagere eigenwaarde, zijn sterker beïnvloedbaar door anderen en hebben minder vaardigheden om zich teweer te stellen tegen ongewenst gedrag van anderen (Lammers, Kok & Oude Avenhuis, 2005). Onderzoek van Testa en Dermen (1999) laat zien dat minder zelfvertrouwen en een lagere eigenwaarde factoren zijn die het meemaken van seksueel grensoverschrijdend gedrag verhogen.

Docenten in het praktijkonderwijs geven aan zich zorgen te maken over het feit dat jongeren hun eigen grenzen en die van anderen niet altijd herkennen en respecteren (Schakenraad & Janssens, 2008).

---

### Spreiding

Uit het grootschalige onderzoek 'Seks onder je 25e' (De Graaf, Kruijer, van Acker & Meijer, 2012) blijkt dat grensoverschrijdend gedrag relatief vaak voorkomt bij jongeren in het praktijkonderwijs. Deze jongeren geven in vergelijking met jongeren in het vmbo vaker aan geslachtsgemeenschap te hebben gehad tegen hun zin. Zo geeft in het vmbo 93% van de seksueel actieve jongens en 81% van de seksueel actieve meisjes dat ze de eerste keer net zo graag seks wilden als hun partner, in het praktijkonderwijs is dat respectievelijk 61% en 68% (De Graaf et al., 2012). Dit wordt ook bevestigd door onderzoek van de Inspectie van het Onderwijs (2009), dat laat zien dat 78% van de praktijkonderwijsscholen te maken heeft met problemen op het gebied van seksuele weerbaarheid. Op vmbo-scholen is dit respectievelijk 53%, op havo/vwo-scholen 40%. Dit wordt versterkt door de lichte verstandelijke beperking die veel jongeren, die deze vorm van onderwijs bezoeken, hebben.

Uit twee Nederlandse onderzoeken blijkt dat meisjes vaker seksueel grensoverschrijdend gedrag meemaken dan jongens (De Graaf et al., 2012; Kuyper, De Wit, Adam, Woertman & Van Berlo, 2009). 'Seks onder je 25e' geeft aan dat 21% van de jongens en 41% van de meisjes tussen de 12 en 15 jaar wel eens een seksuele handeling tegen de wil hebben meegemaakt (van zoenen tot anale seks) (De Graaf et al., 2012). Een verklaring hiervoor kan zijn dat jonge meisjes, vanuit hun gebrek aan ervaring

of een bepaalde mate van naïviteit, gedrag van zichzelf en de ander minder snel als 'seksueel' interpreteren. Hierdoor reageren ze soms minder snel op een bedreigende situatie (Livingston, Testa & VanZile-Tamsen, 2007). Timmerman (2005) deed onderzoek naar ongewenst seksueel gedrag op scholen, ook hij rapporteert dat meisjes vaker (24%) seksueel ongewenst gedrag ondervinden dan jongens (11%). De meeste ongewenste gedragingen op school zouden volgens dit onderzoek plaatsvinden in het klaslokaal, hierbij zijn geen verschillen tussen jongens en meisjes gevonden. Het uitoefenen van druk of dwang wordt vaker toegegeven door jongens dan door meisjes, 22 % van de jongens heeft wel eens druk of dwang uitgeoefend tegenover 12 % van de meiden. Bovendien zegt 3,8% van de jongens en 0,8% van de meiden dat ze iemand wel eens gedwongen hebben tot seksuele handelingen. Hoewel meiden vaker seksuele grensoverschrijding meemaken en jongens meer druk en dwang uitoefenen, is duidelijk dat het omgekeerde ook voorkomt (De Graaf et al. 2012). Aandacht voor effectieve preventie van seksueel grensoverschrijdend gedrag blijft dan ook zeer noodzakelijk (Haas, 2012), zeker bij deze kwetsbare jongeren in het praktijkonderwijs.

---

### **Gevolgen**

Het overschrijden van een seksuele grens kan negatieve gevolgen hebben voor de lichamelijke gezondheid (zoals lichamelijk letsel, zwangerschap of besmetting met een soa) maar zeker ook psychische en sociale problemen veroorzaken, zoals angst, depressieve klachten en seksuele of relationele problemen (Chiodo, Wolfe, Crooks, Hughes & Jaffe, 2009). In onderzoek van Cense en Van Dijk (2010), naar grensoverschrijdende seksuele ervaringen van jongeren, wordt beschreven dat zelfs bij jongeren die aangeven geen 'problemen' te ervaren, seksueel grensoverschrijdend gedrag leidt tot gevoelens van verdriet, ongelukkigheid, kwaad worden op zichzelf, schaamte en zich niet meer goed voelen bij seks. Dit is voornamelijk het geval bij vrouwen en lager opgeleiden (Cense & Van Dijk, 2010). Uit hetzelfde onderzoek komt naar voren dat van de meisjes die seksuele grensoverschrijding hebben meegemaakt, vooral diegenen die met langdurige of terugkerende ervaringen te maken hebben gehad, er nadien last van ondervonden. In dit kwalitatieve onderzoek zegt een jonge vrouw hierover het volgende: 'Dat heeft mijn ontwikkeling wel echt belemmerd, zagezegd. Ik kroop gewoon terug in mezelf, want ik heb dat eigenlijk anderhalf jaar tegen niemand gezegd of zo.' (Cense & Van Dijk, 2010).

Ook seksueel getinte pesterijen op 14-15 jarige leeftijd dragen significant bij aan het ontstaan van emotionele problemen, middelenmisbruik en gewelddadig gedrag, tweeëneenhalf jaar later. Dit geldt voor zowel jongens als meisjes (Chiodo et al., 2009). Wanneer de dwang afkomstig is van een bekende – iemand die de jongere vertrouwd is – komt de klap harder aan. Ook wanneer er niet over gesproken wordt of er veel schaamte is, is de impact groter (Cense & Van Dijk, 2010). Kinderen of jongeren die vroeger zijn misbruikt of waarbij seksuele grenzen overschreden zijn, zijn extra kwetsbaar voor het meemaken van seksueel grensoverschrijdend gedrag (Kuyper et al., 2010).

Grensoverschrijdend gedrag heeft niet alleen invloed op het slachtoffer en de dader, maar kan ook maatschappelijke gevolgen hebben. De negatieve ervaringen kunnen schooluitval en later zelfs verminderde arbeids- en maatschappelijke participatie veroorzaken (Loket Gezond Leven, 2015).

---

## 2. Beschrijving interventie

---

### 2.1 Doelgroep

#### **Uiteindelijke doelgroep**

Je Lijf, je Lief! is bedoeld voor moeilijk lerende jongeren en jongeren met een lichte verstandelijke beperking (IQ tussen 55 en 80) uit het eerste en tweede jaar van het praktijkonderwijs, in de leeftijd van 12 tot en met 14 jaar.

---

#### **Selectie van doelgroepen**

De interventie richt zich op 12- tot en met 14-jarige jongeren uit het praktijkonderwijs. In het praktijkonderwijs volgen moeilijk lerende jongeren met een lichte verstandelijke beperking onderwijs. Zij hebben een IQ tussen de 55 en 80 en een leerachterstand op tenminste twee van de vier domeinen: inzichtelijk rekenen, begrijpend lezen, technisch lezen of spellen (Rijksoverheid, 2015). De interventie wordt in gemengde groepen door een docent uitgevoerd en is voor alle leerlingen uit het eerste of tweede leerjaar van het praktijkonderwijs toepasbaar. Het lesprogramma kan gebruikt worden voor klassen met leerlingen vanuit verschillende achtergronden en culturen (Storms & Vincent, 2009). Er zijn geen contra-indicaties voor de interventie bekend.

---

### 2.2 Doel

#### **Hoofddoel**

Het doel van het lesprogramma is jongeren in het praktijkonderwijs in staat te stellen beter de eigen grenzen te herkennen en duidelijk te maken aan anderen én tevens de grenzen van anderen op het gebied van seksualiteit te herkennen en te respecteren, zodat zij uiteindelijk minder vaak seksueel grensoverschrijdend gedrag meemaken of uitoefenen.

---

#### **Subdoelen**

1. Jongeren zijn zich er beter van bewust dat beeldvorming op basis van uiterlijke kenmerken van invloed kan zijn op hun gedrag.
  2. Jongeren zijn zich beter bewust van de sekseverschillen in de omgang met elkaar op seksueel gebied.
  3. Jongeren zijn zich er beter van bewust dat een ander grenzen heeft op seksueel gebied.
  4. Jongeren hebben een negatievere attitude ten aanzien van het hanteren van een dubbele moraal. Zie hoofdstuk 3 voor meer informatie over de 'dubbele moraal'.
  5. Jongeren vinden het belangrijker om hun eigen grenzen te handhaven en die van de ander te respecteren, ondanks eventuele groepsdruk.
  6. Jongeren zijn beter in staat hun eigen grenzen op seksueel gebied te herkennen en weten hoe ze deze aan de ander duidelijk kunnen maken.
  7. Jongeren zijn beter in staat om de grenzen van de ander op seksueel gebied te herkennen en te respecteren.
-



## 2.3 Aanpak

### Opzet van de interventie

Het lesprogramma *Je Lijf, je Lief!* bestaat uit een serie van vijf lessen van ieder één lesuur. De lessen worden behandeld in een vaste volgorde. Dat laatste is van belang omdat de lessen inhaken op thema's die al eerder zijn behandeld. Daarnaast zijn de volgorde en inhoud van de docentenhandleiding met uiterste zorg samengesteld en uitgetest. Om de leerdoelen van het lesprogramma bij leerlingen te bereiken, is het aanhouden van de volgorde in de docentenhandleiding van belang. Docenten kunnen ervoor kiezen om elke week één les te geven gedurende vijf á zes weken, of om alle lessen in één week te geven, bijvoorbeeld in een themaweek. De duur van de les kan verschillen, afhankelijk van het niveau van de leerlingen en de manier waarop de les wordt ingevuld. In principe wordt uitgegaan van lessen die 45-60 minuten duren. Wanneer leerlingen veel vragen hebben en de docent de tijd wil nemen om deze te beantwoorden, kunnen de lessen langer duren. Iedere les bestaat uit een introductie, de les zelf en een afsluiting. Bij iedere les staan in de docentenhandleiding alle benodigdheden vermeld en wordt een samenvatting van elke les gegeven.

Het lesprogramma omvat de materialen dvd, strips, foto's en een docentenhandleiding. In verband met het intelligentieniveau van de jongeren is gekozen voor veel praktische oefeningen met beeldmateriaal als ondersteuning. Alle lessen worden klassikaal gegeven, door een – voor de jongeren bekende – docent, bijvoorbeeld de mentor.

Naast de docentenhandleiding en de materialen die deel uitmaken van de lessenserie, is er een training voor docenten ontwikkeld. Het volgen van deze training is niet verplicht, maar aanbevolen wordt dat de docent deze training volgt voorafgaand aan het geven van de lessen. Zie ook hoofdstuk 4: Opleiding en competenties.

---

### Locatie en uitvoerders

De interventie *Je Lijf, je Lief!* wordt uitgevoerd op praktijkscholen door docenten: meestal mentoren, soms docenten Gezondheidszorg en Welzijn. Op dit moment wordt het lesprogramma door diverse Amsterdamse praktijkscholen gebruikt. Het is belangrijk dat de klaslokalen waar de lessen gegeven worden, groot genoeg zijn om werkvormen te kunnen uitvoeren. De jongeren hebben ruimte nodig om door de klas te kunnen lopen. Voor meer informatie over de randvoorwaarden voor de uitvoering: zie hoofdstuk 4: Uitvoering.

---

### Inhoud van de interventie

Het lesprogramma behandelt in de vijf lessen de thema's: (1) beeldvorming, (2) hoe denk je over elkaar? (3) grenzen aangeven, (4) grenzen herkennen bij de ander en (5) groepsdruk.

### Introductie bij iedere les

Voorafgaand aan iedere les worden er vijf vaste veiligheidsafspraken gemaakt. Twee voorbeelden daarvan zijn: 'Jij bepaalt wat je hier wel en niet wilt zeggen' en 'Geen antwoord is gek, het is jouw antwoord.' In de handleiding staan leidraden voor docenten om die afspraken te verduidelijken. De veiligheidsafspraken zijn belangrijk, ze zorgen ervoor dat jongeren voldoende veiligheid voelen om open aan de lessen deel te nemen. Voorafgaand aan iedere les wordt ook verteld dat de jongeren met de vertrouwenspersoon kunnen praten, wie de vertrouwenspersoon is en wanneer die persoon beschikbaar is.

### De lessen

Tijdens de lessen worden foto's, strip- en dvd-fragmenten, met bijbehorende vragen in de docentenhandleiding, gebruikt om groeps gesprekken op gang te brengen.

Een voorbeeld van het gebruik van foto's uit één van de lessen: de foto's worden opgehangen en de docent vertelt dat de jongens 'Giovanni', 'Rob', 'Aiden' en 'Khalil' heten. Aan de leerlingen wordt gevraagd wie van hen de meeste meiden zal hebben gehad en waarom ze dat denken.

Verder worden er naar aanleiding van dvd-fragmenten (bijvoorbeeld situaties met 'Peter' en 'Carol' – 'Verliefd') vragen gesteld als: 'Waarom kun je zien dat Carol en Peter leuk vinden wat ze doen? Weet Peter hoe ver Carol wil dat hij gaat? Weet Carol hoe ver ze wil gaan? Vind je dat Carol duidelijk tegen Peter zegt wat ze wil? Wat zou jij doen als je Carol was? En wat als je Peter was?'

De docentenhandleiding geeft de docent steun bij het geven van de lessen, elke les is volledig uitgewerkt. Bij iedere les worden in de docentenhandleiding didactische aanwijzingen gegeven, zoals een toelichting op de visie en focus van de les en eventuele aandachtspunten voor het voeren van het gesprek met de jongeren. Voorbeelden hiervan zijn: benadrukken dat jongens ook grenzen hebben of dat het belangrijk is om zowel jongens als meiden aan het woord te laten over hun grenzen. Hierbij wordt ook rekening gehouden met de culturele diversiteit van de jongeren. Dit gebeurt door jongeren met diverse achtergronden te laten zien en aan het woord te laten in foto's, biografieën en dvd-fragmenten. Een voorbeeld hiervan is Yakup, die in een dvd-fragment vertelt dat godsdienst zijn grens vormt als het gaat om seksualiteit. In de nabespreking van deze film wordt benadrukt dat iedereen een persoonlijke reden heeft om een grens aan te geven. Dit kan ook een culturele of religieuze reden zijn. Na dit fragment wordt er gediscussieerd over wat mogelijke grenzen voor alle leerlingen zijn. De docentenhandleiding benadrukt dat het belangrijk is om verschillende meningen en perspectieven van leerlingen bespreekbaar te maken.

In de vijf lessen komen achtereenvolgens de volgende thema's aan bod.

#### 1. Beeldvorming

Jongeren worden zich bewust van de beelden en de verwachtingen die zij op basis van uiterlijke kenmerken van elkaar hebben. Zij worden uitgedaagd om erover na te denken of die beelden overeen komen met de werkelijkheid. Met behulp van foto's van jongens en meiden wordt leerlingen gevraagd wie zij denken dat de meeste jongens of meisjes heeft gehad. Ze baseren hun mening alleen op uiterlijke kenmerken. Vervolgens worden biografieën van de jongens en meiden voorgelezen, veelal komen de reacties van de leerlingen en de biografieën niet overeen. Er wordt een groepsgesprek op gang gebracht aan de hand van vragen die gesteld worden door de docent; leerlingen wordt gevraagd waarom ze voor die jongen of dat meisje gekozen hebben. Vervolgens zegt de docent dat het normaal is dat je in eerste instantie naar uiterlijk kijkt als je iemand voor de eerste keer ziet, maar dat dit niet overeen hoeft te komen met hoe iemand daadwerkelijk in elkaar zit. Zo wordt benadrukt dat het belangrijk is om *met* iemand te praten, niet *over* iemand, en dat roddels niet altijd waar hoeven te zijn.

#### 2. Hoe denk je over elkaar?

Deze les gaat over de dubbele moraal die jongeren hanteren: jongens mogen meer op seksueel gebied dan meisjes. Als jongens promiscue gedrag vertonen, krijgen zij een hogere sociale status, bij meisjes is het omgekeerd het geval. De vraag staat centraal of die dubbele moraal eerlijk is of niet. Met behulp van strips waarin een jongen en een meisje beide hetzelfde promiscue gedrag vertonen, vraagt de docent aan leerlingen of het eerlijk is als hetzelfde gedrag anders beoordeeld wordt. In deze werkvorm wordt met behulp van een groepsgesprek ingegaan op deze eerlijkheid. De docent leidt dit groepsgesprek en zorgt ervoor dat zowel de jongens als de meiden hun mening hierover geven.

#### 3. Grenzen aangeven

Tijdens deze les wordt aan de jongeren gevraagd om na te denken over hun eigen grenzen. Wanneer vinden zij iets leuk, wanneer vervelend? Deze les start met een oefening waarin leerlingen hun eigen grenzen gaan verkennen door middel van stellingen die de docent voorleest, de leerlingen kunnen aangeven of ze hier een 'ja-gevoel', een 'nee-gevoel' of een 'weet niet-gevoel' van krijgen. Op deze manier vindt er bewustwording plaats over wat grenzen daadwerkelijk zijn. In een dvd-fragment gaat een jongen over de grens van een meisje heen.

Leerlingen gaan met elkaar in gesprek over hoe de jongen de grens van het meisje had kunnen respecteren en hoe het meisje duidelijker haar grens had kunnen aangeven. De docent vraagt leerlingen om handelingsalternatieven te geven.

4. Grenzen herkennen bij de ander

Bij het voorkomen van grensoverschrijdend gedrag is het ook belangrijk dat jongeren grenzen van een ander kunnen herkennen. Dit staat in deze les centraal. Zij leren bijvoorbeeld de lichaamstaal van andere jongeren in te schatten en dat iemand grenzen verbaal en non-verbaal kan aangeven. In deze les wordt eerst klassikaal in een rollenspel en later tussen twee leerlingen geoefend hoe je non-verbaal de grens van de ander kunt herkennen. Op deze manier wordt gewerkt aan eigen effectiviteit en vaardigheden. Daarnaast wordt er gesproken over de gevolgen van het overschrijden van grenzen en hoe de grenzen van anderen gerespecteerd kunnen worden, door advies te geven aan de jongeren uit een dvd-fragment.

5. Groepsdruk

Centraal in deze les staat dat jongeren groepsdruk leren weerstaan. Zij leren dat anderen druk kunnen uitoefenen en dat het belangrijk is om erover na te denken wat zij willen. Met behulp van een strip en dvd-fragment worden leerlingen zich bewust van die mogelijke groepsdruk en leren zij gedragsalternatieven. Zo heeft het dvd-fragment 'Op het plein' twee vervolgfragmenten: afloop 1 laat zien dat een jongen zwicht onder de druk van zijn vrienden, afloop 2 laat zien dat je niet hoeft te zwichten onder groepsdruk, en dat dit zelfs beter kan aflopen.

### De afsluiting van de lessen

Aan het eind van iedere les wordt aan de jongeren gevraagd zelf een samenvatting te geven van wat zij in de les hebben geleerd. Verder wordt verteld wat het thema van de volgende les zal zijn. In de docentenhandleiding is ook een evaluatieles opgenomen. Deze les kan gezien worden als extra optionele les en bevat werkvormen waarmee docenten het totale lesprogramma met de jongeren kunnen evalueren (eindevaluatie). Er zijn werkvormen voor in de klas en werkvormen als huiswerk. De docent kan een werkvorm kiezen of de keuze aan de klas overlaten. Vooraf wordt aan de jongeren gevraagd wat het belangrijkste is dat zij hebben geleerd en wat ze nog meer zouden willen leren met betrekking tot dit onderwerp.

---

## 2.4 Ontwikkelgeschiedenis

### Betrokkenheid doelgroep

Jongeren uit het Amsterdamse praktijkonderwijs zijn nauw betrokken geweest bij de ontwikkeling van de interventie. In het vooronderzoek voorafgaand aan de ontwikkeling van de interventie zijn focusgroepen gehouden met jongeren uit het praktijkonderwijs. Aan hen is gevraagd wat zij onder seksueel grensoverschrijdend gedrag verstaan. Wat zien jongens en meisjes zelf als grenzen in seksualiteit? Wat vinden zij nog gewoon, wat gaat hen te ver? Hoe denken zij over seksualiteit, welke problemen ervaren zij en hoe willen ze daarbij geholpen worden? De jongeren vonden het duidelijk prettig dat er naar hun mening werd gevraagd; ze voelden zich erdoor gewaardeerd. Ze gaven aan dat zij op deze manier zelden of nooit over seksualiteit hadden gepraat (Janssens et al., 2008). Daarnaast noemden jongeren in dit vooronderzoek dat grenzen stellen voor hen een belangrijk thema is. Hier is bij de ontwikkeling van het lesprogramma rekening mee gehouden. De materialen en methodieken zijn ontwikkeld in nauwe samenspraak met een klankbordgroep, bestaande uit docenten uit het praktijkonderwijs. Alle materialen van het lesprogramma zijn uitgebreid getest in de klas en op basis van deze pretest zijn de inhoud van het lesprogramma, de werkvormen, de materialen en de docentenhandleiding aangepast. Zie hoofdstuk 5 voor meer informatie over de pretest.

---

### Buitenlandse interventie

Niet van toepassing: Je Lijf, je Lief! is in Nederland ontwikkeld.

---

## Vergelijkbare interventies

In de database van het Centrum Gezond Leven zijn verschillende interventies opgenomen ter preventie van seksuele grensoverschrijding. 'Lang leve de liefde', 'Begrijp me goed', 'Girls Talk', 'Let's talk' en 'Benzies & Batchies/Ik hou van mij' zijn allemaal interventies die aandacht besteden aan dit thema.

*Lang leve de liefde onderbouw*, lespakket over relaties en seksualiteit voor de onderbouw van het voortgezet onderwijs. Lang Leve de Liefde besteedt niet alleen aandacht aan seksuele grensoverschrijding maar aan seksuele en relationele vorming in bredere zin. Het onderwerp 'grenzen' heeft daardoor een minder prominente plaats in de totaal zes lessen van Lang Leve de Liefde. Praktijkscholen wordt geadviseerd naast *Je Lijf, je Lief!*, altijd *Lang leve de liefde te geven*, om voldoende aandacht te besteden aan seksuele en relationele vorming. Zo wordt bijgedragen aan een leerlijn seksuele vorming over meerdere leerjaren. Lang leve de liefde is in de database van het Centrum Gezond Leven en erkend als 'effectief volgens goede aanwijzingen' en wordt gezien als hét programma voor lessen seksuele vorming.

**Overeenkomst met *Je Lijf, je Lief!*:** Lesprogramma voor onderbouw van voortgezet onderwijs, ook geschikt voor jongeren in het praktijkonderwijs.

**Verschil met *Je Lijf, je Lief!*:** Niet alleen focus op seksuele grensoverschrijding maar op seksuele en relationele vorming in bredere zin. Meer individuele opdrachten en opdrachten waar jongeren meer voor moeten lezen.

*Begrijp me goed*. Over misverstanden tussen jongeren bij flirten, daten en verkering, Rutger Nisso Groep (2009). Een dvd en bijbehorende handleiding voor groepsbijeenkomsten. De dvd bevat vijf beeldfragmenten waarin miscommunicatie tussen jongeren in alledaagse situaties wordt verbeeld. Deze interventie is opgenomen in de database van Centrum Gezond Leven en beoordeeld als 'theoretisch goed onderbouwd.'

**Overeenkomst met *Je Lijf, je Lief!*:** Er wordt gebruikt gemaakt van beeldfragmenten om een discussie op gang te brengen en de interventie is geschikt voor jongens en meisjes.

**Verschil met *Je Lijf, je Lief!*:** Ontwikkeld voor een oudere leeftijdscategorie (14-18 jaar) in het vmbo/mbo. Deze interventie is niet uitgetest bij leerlingen in het praktijkonderwijs.

*Girls Talk* is een intensieve semigestructureerde en seksespecifieke groepsounselmethodiek voor meiden in het vmbo of lager. Deze interventie is opgenomen in de database van Centrum Gezond Leven en beoordeeld als 'theoretisch goed onderbouwd.'

**Overeenkomst met *Je Lijf, je Lief!*:** Er wordt gebruikt gemaakt van beeldfragmenten om een discussie op gang te brengen en de interventie is geschikt voor meisjes in het praktijkonderwijs.

**Verschil met *Je Lijf, je Lief!*:** Uitsluitend gericht op meiden en niet geschikt voor jongens in het praktijkonderwijs.

*Let's Talk* bestaat uit een dvd en een bijbehorende handleiding. Het doel is dat jongeren zich bewust worden van hun eigen opvattingen en attitudes over seksualiteit, genderrollen en weerbaarheid. Deze interventie is opgenomen in de database van Centrum Gezond Leven en is beoordeeld als 'theoretisch goed onderbouwd.'

**Overeenkomst met *Je Lijf, je Lief!*:** Er wordt gebruikt gemaakt van beeldfragmenten om een discussie op gang te brengen en de interventie is geschikt voor jongens en meisjes in het praktijkonderwijs met diverse culturele achtergronden.

**Verschil met *Je Lijf, je Lief!*:** Bredere focus dan alleen de preventie van seksueel grensoverschrijdend gedrag.

*Benzies & Batchies/Ik hou van mij* is een educatieve theatervoorstelling (Benzies & Batchies) in combinatie met een weerbaarheidstraining (Ik hou van mij). Deze interventie richt zich op de preventie van

seksueel grensoverschrijdend gedrag en het bevorderen van seksuele weerbaarheid van jongeren (12 - 16 jaar). Deze interventie is als combinatie opgenomen in de database van Centrum Gezond Leven en is beoordeeld als 'theoretisch goed onderbouwd'.

**Overeenkomst met Je Lijf, je Lief!:** Beide interventies hebben als doel de weerbaarheid van jongens en meiden in het praktijkonderwijs te bevorderen/vergroten, om uiteindelijk seksueel grensoverschrijdend gedrag te voorkomen.

**Verschil met Je Lijf, je Lief!:** Niet uitgevoerd door docenten maar door *peer-educators*. De kosten per klas zijn veel hoger (€ 2.345 per klas) dan de kosten van Je Lijf, je Lief!.

---

### **Overeenkomsten en verschillen**

De belangrijkste verschillen tussen Je Lijf, je Lief! en bovengenoemde interventies is dat geen van de interventies (met uitzondering van Benzies & Batchies/lk hou van mij) specifiek ontwikkeld is voor het praktijkonderwijs met als doel deze jongeren beter in staat te stellen om de eigen grenzen en die van anderen op het gebied van seksualiteit beter te herkennen en te respecteren. Daarnaast hebben de meeste van deze interventies een bredere insteek dan alleen de preventie van seksueel grensoverschrijdend gedrag. Het onderwerp 'grenzen' krijgt hierdoor een minder prominente rol.

Benzies & Batchies/lk hou van mij is wel geschikt voor het praktijkonderwijs maar is geen lesprogramma dat uitgevoerd kan worden door docenten. Bovendien is de uitvoering van deze interventie erg kostbaar.

---

### **Toegevoegde waarde**

Je Lijf, je Lief! is specifiek voor moeilijk lerende jongeren op het praktijkonderwijs ontwikkeld, om uitgebreid aandacht te besteden aan seksueel grensoverschrijdend gedrag. Alle bovengenoemde interventies, met uitzondering van Benzies & Batchies/lk hou van mij, hebben een andere primaire focus. Voor deze kwetsbare doelgroep, die meer risico loopt om met seksueel grensoverschrijdend gedrag te maken te krijgen, is een programma op maat noodzakelijk. Je Lijf, je Lief! voorziet in deze behoefte door veel herhaling, beeldmateriaal en gemakkelijk taalgebruik. Daarnaast wordt het lesprogramma naar tevredenheid gebruikt. Zie hoofdstuk 7: Praktijkonderzoek.

---

## 3. Onderbouwing

---

### Oorzaken

Zoals eerder genoemd hebben jongeren in het praktijkonderwijs een specifieke kwetsbaarheid op het gebied van seksualiteit. Zij worden eerder slachtoffer van seksueel grensoverschrijdend gedrag of zijn eerder geneigd dwang te gebruiken (De Graaf et al., 2012; Kuyper et al., 2010; Kramer, Janssens, Çinibulak & Cense, 2007). Schakenraad en Janssens (2008) gaan er op grond van onderzoek vanuit dat deze kwetsbaarheid wordt versterkt door de volgende factoren (zie ook 'Aan te pakken factoren').

1. Stereotiepe beeldvorming (De Graaf et al., 2008; Felten, Janssens & Brants, 2009; Schakenraad & Janssens, 2008).
2. Het hanteren van een dubbele moraal (De Graaf et al., 2012; Cense & Van Dijk, 2010; Janssens et al., 2008).
3. Over een geringe seksuele interactiecompetentie beschikken (De Graaf, Van Dijk & Wijsen, 2010; Schakenraad en Janssens, 2008).
4. Gevoelig zijn voor groepsdruk (Schakenraad & Janssens, 2008; De Bruijn, Burrie & Van Wel, 2006; Krahé, Waizenhöfer & Möller, 2003).

Daarnaast is van onderstaande factoren bekend dat ze invloed hebben op het meemaken of vertonen van seksueel grensoverschrijdend gedrag. Deze factoren worden echter door *Je Lijf, je Lief!* niet direct beïnvloed.

5. Laag gevoel van eigenwaarde (Testa & Dermen, 1999; Young & Furman, 2008; Wingood et al., 2000, in: De Graaf, Meijer, Poelman & Vanwezenbeek, 2005).
6. Vertraagde sociale en emotionele ontwikkeling door een laag IQ (Schakenraad & Janssens, 2008).
7. Vroeg seksueel actief zijn (Crone, 2008; De Graaf et al., 2012).
8. Veel wisselende partners hebben (De Graaf et al., 2012).
9. Slechte impulscontrole bij jongens (De Bruijn et al., 2006).

---

### Aan te pakken factoren

Van de hierboven genoemde oorzaken pakt *Je Lijf, je Lief!* de eerste vier aan.

#### 1. Stereotiepe beeldvorming

Jongeren met een lichte verstandelijke beperking nemen beelden vaak erg letterlijk. Dit is van invloed op hun beeldvorming over jongens en meisjes. Negatieve, denigrerende opvattingen over meiden zijn een risicofactor voor seksueel grensoverschrijdend gedrag (Graaf et al., 2008; Felten, Janssens & Brants, 2009).

Uit het vooronderzoek voorafgaand aan de ontwikkeling van *Je Lijf, je Lief!* komt duidelijk naar voren, dat jongeren in het praktijkonderwijs erg gevoelig zijn voor stereotypingen. Zo zeggen ze bijvoorbeeld dat blonde meisjes vaak veel jongens hebben gehad, zonder dat ze iets weten over hun daadwerkelijke gedrag (Storm & Vincent, 2009). Aandacht voor de beelden die jongens en meisjes van elkaar hebben is van belang, omdat die beelden voor een belangrijk deel de houding tegenover elkaar bepalen. Daarnaast blijkt uit dit vooronderzoek dat jongeren een dubbele moraal (zie hieronder) hanteren met betrekking tot wat jongens en meiden mogen in relaties en seksualiteit. Die dubbele moraal, en de hiermee gepaard gaande opvattingen over elkaar maken hen kwetsbaar voor seksueel grensoverschrijdend gedrag (Schakenraad & Janssens, 2008).

## 2. *Hanteren van een dubbele moraal*

Jongeren hanteren, ongeacht afkomst of etniciteit, een dubbele moraal: lang niet iedere jongen beschouwt vreemdgaan als grensoverschrijdend, zolang het de jongen is die het doet. Van meisjes wordt het veel minder geaccepteerd. 'Jongens zijn stoer en meisjes een hoer' als ze meerdere seksuele partners hebben gehad. Deze dubbele moraal en de hiermee gepaard gaande opvattingen hebben invloed op de manier waarop jongens omgaan met grenzen: ze respecteren de grenzen van een meisje minder goed en stellen ze minder voor zichzelf. Bewustwording van deze dubbele moraal voor jongeren is erg belangrijk, omdat die hen erg kwetsbaar maakt voor seksueel grensoverschrijdend gedrag (De Graaf et al., 2012; Cense & Van Dijk, 2010; Janssens et al., 2008). Een *review* over seksueel gedrag van jongeren, waarin 268 kwalitatieve studies zijn opgenomen (Marston & King, 2006), onderstreept deze bevinding. Uit dit onderzoek blijkt dat genderstereotypische opvattingen cruciaal zijn in het bepalen van sociale verwachtingen en daaruit voortvloeiend (seksueel) gedrag.

In het vooronderzoek van *Je Lief, je Lief!* noemen jongens bijvoorbeeld dat ze het géén probleem vonden om voor een seksuele handeling geld of goederen aan een meisje te geven, maar dat ze het accepteren daarvan door het meisje als grensoverschrijdend beschouwden. De sociale status van de jongen stijgt erdoor, die van het meisje zakt (Janssens et al., 2008).

Deze dubbele moraal lijkt te spelen bij jongeren op zowel havo-/vmbo- als praktijkscholen.

## 3. *Over een geringe seksuele interactiecompetentie beschikken*

Seksuele interactiecompetentie is een complex geheel aan (sociale) vaardigheden, gevoeligheden en strategieën die nodig zijn om seksueel contact prettig, veilig en gelijkwaardig te maken (De Graaf et al., 2010). Vooral jongens vinden het soms lastig grenzen te herkennen en zich kwetsbaar op te stellen (De Graaf, Van Egten, De Hoog & Van Berlo, 2009). Meisjes die competentier zijn in de interactie met hun partner, worden minder vaak gedwongen tot seksuele handelingen. Jongens met een hogere interactiecompetentie zijn vaak minder dwingend. Over een geringe interactiecompetentie beschikken is voor zowel slachtofferschap als daderschap een belangrijke risicofactor bij jongeren in het praktijkonderwijs (Schakenraad & Janssens, 2008). In een studie naar achtergronden en motieven van jongens die voor het eerst zijn opgepakt voor een seksueel delict, laten praktijkvoorbeelden zien dat tekorten in sociale en communicatieve vaardigheden een belangrijke rol spelen. Veel jongens waren verbaasd of verontwaardigd over de aangifte. 'Ze liep niet weg en gilte niet, hoe kan ik dan weten dat ze het niet wilde?' 'Ze moest giechelen toen ik naar haar toe kwam, dan is ze toch niet bang voor me?' (Jonker & Ohlrichs, 2009). Deze praktijkvoorbeelden illustreren de tekortkomingen en gebrek aan vaardigheden van sommige jongens die nodig zijn om seksuele grenzen te herkennen.

## 4. *Gevoelig zijn voor groepsdruk*

Moeilijk lerende meisjes en vooral jongens met een lichte verstandelijke beperking in het praktijkonderwijs zijn bijzonder gevoelig voor negatieve groepsdruk van leeftijdsgenoten (Schakenraad & Janssens 2008; De Graaf et al., 2012). Het ervaren van groepsdruk blijkt gerelateerd te zijn aan zowel het meemaken als het vertonen van seksueel grensoverschrijdend gedrag (De Bruijn et al., 2006; Krahé et al. 2003). Ook zijn het conformeren aan vrienden en het rondhangen bij, of lid zijn van bepaalde jongerengroepen gerelateerd aan het meemaken en vertonen van grensoverschrijdende seks (Borowsky, Hogan & Ireland, 1997; Murnen & Kohlman, 2007). In een studie naar achtergronden van jongens die deelnamen aan de *Leerstraf Seksualiteit*, een interventie voor jongeren tussen de 12 en 18 jaar die seksueel grensoverschrijdend gedrag hadden vertoond, van Hoing, Jonker & Van Berlo (2010), geven de meeste deelnemers aan dat ze het delict hadden gepleegd omdat er sprake was van groepsdruk.

In onderstaand schema is de samenhang van bovenstaande factoren met de subdoelen weergegeven.

Schema 1: Risicofactoren gekoppeld aan subdoelen waar Je Lijf, je Lief! op ingrijpt.

Factor	Subdoel(en)
Stereotiepe beeldvorming	1. Jongeren zijn zich er beter van bewust dat beeldvorming op basis van uiterlijke kenmerken van invloed kan zijn op hun gedrag.
Het hanteren van een dubbele moraal	2. Jongeren zijn zich beter bewust van de sekseverschillen in de omgang met elkaar op seksueel gebied. 3. Jongeren hebben een negatievere attitude ten aanzien van het hanteren van een dubbele moraal.
Over een geringe seksuele interactiecompetentie beschikken	4. Jongeren zijn beter in staat hun eigen grenzen op seksueel gebied te herkennen en weten hoe ze deze aan de ander duidelijk kunnen maken. 5. Jongeren zijn zich er beter van bewust dat een ander grenzen heeft op seksueel gebied. 6. Jongeren zijn beter in staat om de grenzen van de ander op seksueel gebied te herkennen en te respecteren.
Gevoelig zijn voor groepsdruk	7. Jongeren vinden het belangrijker om hun eigen grenzen te handhaven en die van de ander te respecteren, ondanks eventuele groepsdruk.

## Verantwoording

### ASE-model

De interventie Je Lijf, je Lief! richt zich op de veranderbare gedragsfactoren, attitude, sociale invloed of subjectieve norm en eigen effectiviteit. De eigen effectiviteit kan omschreven worden als de inschatting die iemand maakt van zijn eigen mogelijkheden om het gedrag te kunnen uitvoeren. Deze gedragsfactoren worden in het ASE-model als de belangrijkste voorspellers van gedrag genoemd (De Vries, Dijkstra & Kuhlman, 1988). Zij beïnvloeden de intentie om bepaald gedrag uit te voeren, in dit geval: het voorkomen van seksueel grensoverschrijdend gedrag. Het ASE-model is gebaseerd op de Theory of Planned Behaviour (Ajzen, 1985) en de Theory of Reasoned Action (Fishbein & Ajzen, 2010) en is een veelgebruikt model om seksueel gedrag te verklaren en te veranderen.

In alle lessen van Je Lijf, je Lief! wordt aandacht besteed aan de beïnvloeding van de attitude ten aanzien van seksueel grensoverschrijdend gedrag en op het gebied van genderstereotypische opvattingen. In les 1, 2 en 5 wordt aandacht besteed aan de sociale invloed en hoe leerlingen kunnen omgaan met groepsdruk. In de lessen 3, 4 en 5 is er aandacht voor eigen effectiviteit en vaardigheden.

### Attitude ten aanzien van genderstereotypische opvattingen en grensoverschrijdend gedrag

Aan de hand van stellingen, films en strips discussiëren jongeren in Je Lijf, je Lief! over genderstereotypische opvattingen en grensoverschrijdend gedrag zoals beeldvorming, het hanteren van een dubbele moraal en wensen en grenzen. De jongeren worden bewust gemaakt van hun eigen attitudes, de attitudes van hun klasgenoten en de mogelijke gevolgen daarvan. De leerlingen leren hun eigen grenzen herkennen: dit is een belangrijk aspect van de seksuele interactiecompetentie, die nodig is voor seksueel gezond gedrag (zie later in dit hoofdstuk bij Seksuele interactiecompetentie).

De attitude van leerlingen wordt beïnvloed door middel van de volgende methodieken: zelfevaluatie, *shifting perspective* en geanticipeerde spijt (zie verder). Hiermee worden onderstaande subdoelen bereikt.



1. Jongeren zijn zich er beter van bewust dat beeldvorming op basis van uiterlijke kenmerken van invloed kan zijn op hun gedrag.
2. Jongeren zijn zich beter bewust van de sekseverschillen in de omgang met elkaar op seksueel gebied.
3. Jongeren hebben een negatievere attitude ten aanzien van het hanteren van een dubbele moraal.

#### Zelfevaluatie (Prochaska, Redding & Evers, 2008)

Bij het veranderen van attitudes is het belangrijk om in te gaan op de verwachte voor- en nadelen van het gedrag. Bijvoorbeeld de gevolgen van genderstereotypische opvattingen of het overschrijden van een seksuele grens. Het aanzetten tot zelfevaluatie om jongeren bewust te maken van de eigen (risikante) gewoonten en het aandragen van overtuigende argumenten zijn methodieken die in *Je Lijf, je Lief!* gebruikt worden om attitudes te beïnvloeden (Brug, Van Assema & Lechner, 2010).

#### Shifting perspective (Batson, Chang & Ryan, 2002)

*Je Lijf, je Lief!* maakt gebruik van *Shifting perspective*, een andere methode om de attitude te veranderen door het perspectief van de ander aan te nemen. Door jongeren het perspectief van de ander aan te laten nemen, wordt hun attitude ten aanzien van het vertoonde gedrag beïnvloed doordat ze het gedrag vanuit een ander perspectief bekijken. Op deze manier leven leerlingen zich in en stellen zich voor wat bepaald gedrag doet met de ander (Batson et al., 2002).

Uit een praktijkonderzoek naar de ervaren effectiviteit van leerlingen (Ausema, 2014) komt naar voren dat een aantal jongens aangeeft zich beter in de ander te kunnen inleven na het volgen van de lessen. Een jongen beschrijft dit als volgt: 'Ik had niet eerder nagedacht wat je anderen kan aandoen als je over hun grens gaat, of wat zij mij kunnen aandoen.'

Hieronder een voorbeeld hoe deze methodiek wordt toegepast in het lesmateriaal.

In *werkvorm 2.3 Dubbele moraal* wordt klassikaal *strip B (pag. 28 Docentenhandleiding)* getoond.

Deze strip richt zich op het idee dat als jongens iets willen geven in ruil voor seksuele handelingen of intimiteit, dat dit gedrag van de jongen vaak geaccepteerd wordt. Van het meisje wordt dit niet geaccepteerd, de schuld wordt dan bij het meisje gelegd, zij had niet op de vraag moeten ingaan. Centraal in deze werkvorm staat of dit gedrag acceptabel is en wat de gevolgen zijn voor de jongen. Wat zullen zijn vrienden of klasgenoten hiervan vinden als ze weten dat hij dit doet? Jongeren ervaren na het bespreken van deze strip dat het niet eerlijk is dat het geven van een cadeau in ruil voor seksuele handelingen de sociale status van de jongen positief beïnvloedt, terwijl dit voor het meisje negatief uitpakt. Door de opzet van deze werkvorm bekijken de jongeren de situatie vanuit het perspectief van het meisje en ervaren ze dat het niet eerlijk is. Zo wordt de attitude van de jongeren beïnvloed.

#### Geanticiperde spijt (Abraham & Sheeran, 2004)

Bij het veranderen van de attitude zijn affectieve aspecten van groot belang (Brug et al, 2010; Richard, Van der Pligt & De Vries, 1995). Zo kan de attitude van jongeren veranderen wanneer ze zich voorstellen welke mogelijk negatieve en emotionele gevolgen het ongewenste gedrag kan opleveren. In les 3 (op pagina 36 van de Docentenhandleiding) wordt deze methodiek ingezet met behulp van de volgende vragen.

- Wie heeft er weleens iets gedaan wat hij/zij niet wilde?
- En hoe voelde dat achteraf?

Na aanleiding van deze vragen wordt een groepsgesprek op gang gebracht en denken de jongeren na over hoe ze zich zouden voelen als ze iets hebben gedaan wat ze eigenlijk niet wilden. Vervolgens wordt ook ingaan op wat ze hadden kunnen doen om het gedrag te voorkomen.

#### **Subjectieve norm en sociale invloed**

Tijdens de lessen gaan de leerlingen met elkaar in gesprek over wensen en grenzen en horen ze elkaars meningen hierover. Er wordt geoefend met het herkennen van groepsdruk (groepsdruk staat vooral in les 5 centraal) en het bedenken van mogelijke handelingsalternatieven. Hiervoor wordt de

methodiek 'Modeling' gebruikt. Vervolgens wordt er een groepsgesprek op gang gebracht en bedenken leerlingen handelingsalternatieven. Dit hangt samen met subdoel 7: 'Jongeren vinden het belangrijker om hun eigen grenzen te handhaven en die van de ander te respecteren, ondanks eventuele groepsdruk.'

#### Modeling (Bandura, 2001)

Bij *modeling* leren jongeren door het gedrag van anderen te observeren en hier elementen uit te halen het gedrag later zelf uit te voeren (Bandura, 2001).

Het is bij modeling essentieel dat de doelgroep zich kan identificeren met het model, daar is bij de ontwikkeling van materialen (bijvoorbeeld de foto's en de dvd-fragmenten) uitvoerig rekening mee gehouden. Zo kwam uit de product- en procesevaluatie (Storms & Vincent, 2009) naar voren dat de leerlingen zich niet volledig konden identificeren met enkele foto's en een dvd-fragment. Op basis van deze uitkomsten zijn de foto's en het dvd-fragment vervangen.

In les 5 wordt gebruikt gemaakt van modeling met behulp van twee dvd-fragmenten 'Op het plein'. Leerlingen zien in het eerste fragment dat een jongen (Serhat) zwicht onder de druk van zijn vrienden en hierdoor over de grens van zijn vriendin heengaat. In het tweede fragment zwicht Serhat niet voor de druk van zijn vrienden maar vindt hij een oplossing waarbij hij op een goede manier omgaat met de groepsdruk en uiteindelijk iets leuks met zijn vriendin gaat doen. In deze werkvorm observeren leerlingen dit 'goede' gedrag en achterhalen zij door middel van het fragment en een groepsgesprek wat daar de voordelen van zijn.

#### **Eigen effectiviteit en vaardigheden**

Eigen effectiviteit is bij veel gedrag, ook bij het aangaan van seksueel gezonde relaties, een cruciale determinant om vaardigheden te kunnen toepassen (De Vries et al., 1988). Volgens de Sociaal-cognitieve theorie van Bandura (2001) is vertrouwen in de eigen vaardigheden essentieel om het gewenste gedrag te laten zien. In dit geval: geen seksueel grensoverschrijdend gedrag vertonen door de eigen grenzen duidelijk aan te geven en die van de ander te herkennen en te respecteren.

#### Guided Practice

Om eigen effectiviteit en vaardigheden te stimuleren, is het van belang om jongeren actief het gedrag te laten uitproberen en anderen het gedrag te zien voordoen (Brug et al., 2010). Een geschikte methode daarvoor is 'Guided practice'. Hierbij proberen jongeren bepaald gedrag uit en krijgen daar gericht feedback op (McAlister, Perry & Parcel, 2008; Brug et al., 2010).

In les 4 (pagina 40 van de Docentenhandleiding) gaan leerlingen in een lijnoefening actief aan de slag met het non-verbaal aangeven waar je grens ligt en hoe je non-verbaal aan de ander kunt zien dat er een grens is. Om eigen effectiviteitsverwachtingen en vaardigheden te stimuleren, wordt in deze werkvorm eerst klassikaal in een rollenspel en later tussen twee leerlingen geoefend. Vervolgens wordt gereflecteerd op de eigen lichaamshouding aan de hand van feedback ('guided practice').

Hoewel het ASE-model gebruikt kan worden om de intentie van seksueel gedrag te verklaren, is bij de ontwikkeling van Je Lijf, je Lief! ook het model van seksuele interactiecompetentie (Vanwesenbeeck, Van Zessen, Ingham, Jaramazovic & Stevens, 1999). gebruikt om de eigen effectiviteit en vaardigheden van leerlingen op het gebied van seksuele grensoverschrijding te beïnvloeden. Volgens dit model zijn niet alleen de beslissingen van een individu maar zeker ook de interacties tussen jongeren van groot belang voor de seksuele gezondheid van beide (Van Campenhoudt, Cohen, Guzzardi & Hausser, 1997). Volgens dit model hebben jongeren vaardigheden nodig in de seksuele interactie om seksueel gezond gedrag te kunnen vertonen. Dit wordt ook wel de seksuele interactiecompetentie genoemd. Het kunnen aangeven van de eigen seksuele grens is een van de belangrijkste aspecten van de interactiecompetentie (De Bruijn et al., 2006). Weten wat je wel en niet wilt, met andere woorden, het ontdekken van de eigen grens, is hiervoor een voorwaarde. Voor veel jongeren is dit allesbehalve eenvoudig. Doordat ze hun persoonlijke grenzen niet kennen, communiceren ze vaak onduidelijk over wat ze wel of niet willen (ambigue communicatie). Dit is zorgwekkend, omdat ambigue communicatie

samenhangt met een grotere kans op grensoverschrijding (Kuyper et al., 2010; Krahe et al., 2000). Naast het aangeven van de eigen grens is het herkennen van andermans grenzen een belangrijk aspect van de seksuele interactiecompetentie om grensoverschrijding te voorkomen. Het herkennen van indirecte, subtiele en non-verbale vormen van weigering is voor veel jongeren, in het bijzonder jongens uit het praktijkonderwijs lastig. Zij hebben nog weinig relationele en seksuele ervaring en zijn door hun beperkte cognitieve, sociale en emotionele ontwikkeling hier vaak niet toe in staat (Bruinsma, 1996; Heestermans, 1999, in: Lammers et al., 2005).

Het herkennen en respecteren van de eigen grenzen en die van de ander, staat specifiek centraal in les 3 (over grenzen aangeven) en les 4 (over grenzen herkennen bij de ander). Dit hangt samen met de volgende subdoelen.

4. Jongeren zijn beter in staat hun eigen grenzen op seksueel gebied te herkennen en weten hoe ze deze aan de ander duidelijk kunnen maken.
5. Jongeren zijn zich er beter bewust van dat een ander grenzen heeft op seksueel gebied.
6. Jongeren zijn beter in staat om de grenzen van de ander op seksueel gebied te herkennen en te respecteren.

### Actief leren

In alle lessen van Je Lijf, je Lief! wordt gebruikt gemaakt van 'Actief leren'. Dit houdt in dat leerlingen door middel van vragen en groepsdiscussies zelf op zoek gaan naar antwoorden op vragen uit het lesprogramma en dat niet de docent degene is die direct de informatie overbrengt. Op deze manier sluit de informatieoverdracht beter aan bij hun persoonlijke belevingswereld en dat vergroot de kans op gedragsverandering (Bartholomew et al., 2011). Actief leren bevordert de centrale informatieverwerking, die volgens het Elaboration Likelyhood Model van Petty en Cacioppo (1986) nodig is om stabielere en structurele attitudeverandering te bewerkstelligen. Methodieken om centrale informatieverwerking te stimuleren zijn actief leren, participatie en persoonlijke relevantie, veelal in combinatie met elkaar (Bandura, 2001). Hier is bij de ontwikkeling van het lesprogramma uitvoerig rekening mee gehouden. Daarnaast bevat het lesprogramma veel actieve en interactieve werkvormen, wat als een belangrijk element wordt gezien voor de effectiviteit van interventies voor jongeren op het gebied van relaties en seksualiteit (Peters & Kok, 2009).

### Positieve benadering

Het lesprogramma Je Lijf, je Lief! hanteert een positieve insteek. Seksualiteit wordt niet geproblematiseerd maar de prettige kanten ervan worden benadrukt met aandacht voor eigen wensen, gevoelens en verlangens. Zo wordt er in de werkvormen niet alleen aandacht besteed aan hoe je een grens herkent en dat je deze moet respecteren, er is ook aandacht voor eigen positieve gevoelens en die van de ander. Dit sluit aan bij de gedachte dat het leren herkennen en aangeven van eigen wensen, gevoelens en verlangens factoren zijn die helpen seksueel overschrijdend gedrag te voorkomen. Een positieve benadering is volgens verschillende aanwijzingen effectiever dan een negatieve benadering, het focussen op negatief gedrag kan resulteren in onvoldoende herkenning bij de doelgroep. Volgens de ontwikkelaars is dit zeker voor leerlingen in het praktijkonderwijs van belang (Schakenraad & Janssens, 2008; Van den Eynde, Cruyssaert, Van de Velde & Lambrechts, 2005; Schaalma, Reinders, & Kok, 2009).

### Visuele weergave en herhaling

Uit literatuur blijkt dat het bij voorlichting voor jongeren met een lichte verstandelijke beperking belangrijk is om veel concrete voorbeelden en beeldmateriaal te gebruiken, informatie gedoseerd over te brengen en boodschappen regelmatig te herhalen. Door hun verminderde cognitieve capaciteiten kan verwerking van informatie en het onthouden van leerstof voor deze jongeren moeilijk zijn (Ten Hag, 2002; Le Grand, Lutjenhuis & Solodova, 2002). Bij de ontwikkeling van Je Lijf, je Lief! is hier uitvoerig rekening mee gehouden, bijvoorbeeld door dvd-fragmenten, een 'opwarmingsoefening' om jongeren kennis te laten maken met het begrip 'grenzen', bij het begin van elke les de lesstof te herhalen en aan het eind jongeren de lesstof te laten samenvatten.

Daarnaast hebben veel jongeren in het praktijkonderwijs een korte spanningsboog (Ausema, 2014) en een minimaal concentratievermogen. Individuele opdrachten zijn daardoor niet altijd geschikt. Om deze reden worden veel werkvormen klassikaal uitgevoerd.

#### Gekozen doelgroep en setting

In bovenstaande beschrijving is uitgebreid toegelicht waarom Je Lijf, je Lief! zich specifiek richt op 12- tot en met 14 jarige, moeilijk lerende jongeren met een lichte verstandelijke beperking, in het praktijkonderwijs. Zij hebben een specifieke kwetsbaarheid als het gaat om seksueel grensoverschrijdend gedrag in vergelijking met andere groepen. Er is voor deze leeftijdsgroep gekozen omdat het bij de preventie van seksuele grensoverschrijding belangrijk is om hier al in een vroege fase aandacht aan te besteden. De leeftijd waarop de eerste ervaring met seksuele grensoverschrijding voorkomt, ligt namelijk tussen de 14 en 21 jaar, met een piek bij 17 jaar (De Haas, 2012).

School is een goede plek om jongeren te bereiken en is voor hen ook de belangrijkste informatiebron als het gaat om seksualiteit (De Graaf et al., 2012). In het praktijkonderwijs kan dit zelfs nog sterker gelden. Zo gaven docenten in het praktijkonderwijs tijdens focusgroepen gedurende het vooronderzoek aan, dat er bij veel hun leerlingen thuis een taboe rust op seksualiteit en het bespreken daarvan. Ze zien dat als een risicofactor in relatie tot seksueel grensoverschrijdend gedrag. Jongeren hebben hierdoor weinig mogelijkheden om hun beelden van en ervaringen met seksualiteit te delen en te toetsen. Bovendien nemen jongeren in het praktijkonderwijs de dingen vaak letterlijk, kunnen ze minder goed relativeren, zien ze de nuances minder en nemen ze vaak voor waar aan wat ze zien (Janssens et al., 2008). Dit onderstreept het belang om in de schoolsetting aandacht te besteden aan relationele en seksuele vorming.

#### Etnische diversiteit

In het lesprogramma Je Lijf, je Lief! is rekening gehouden met de culturele diversiteit van de doelgroep. Geschat wordt dat in het praktijkonderwijs één op de drie leerlingen een niet-westerse achtergrond heeft (Berlet et al., 2008). In sommige culturen kan er een taboe liggen op het spreken over seksualiteit, terwijl in andere culturen jongeren door inadequate stereotyperingen problemen hebben met seksueel gedrag dat van de norm afwijkt. Om bij de etnisch diverse doelgroep in het praktijkonderwijs aan te sluiten, is hier bij de ontwikkeling van werkvormen, het gebruik van films en posters en de didactische beschrijvingen in de docentenhandleiding rekening mee gehouden (Janssen et al., 2008). In de docentenhandleiding staan tips hoe docenten werkvormen kunnen inzetten om deze diversiteit te honoreren (Storms & Vincent, 2009). Wanneer personages uit werkvormen en dvd-fragmenten te ver afstaan van de doelgroep, sluiten ze onvoldoende aan bij hun ideeën over wat de effectiviteit van het programma kan beïnvloeden (Bartholomew et al., 2011).

---

#### **Werkzame elementen**

- De interventie sluit goed aan bij de doelgroep, door het gebruik van beeldmateriaal, actieve en interactieve werkvormen, eenvoudige taal en herhaling van thema's (2, 3, 5).
- De interventie richt zich op belangrijke veranderbare factoren die volgens het ASE-model de intentie beïnvloeden om bepaald gedrag uit te voeren. In dit geval: het voorkomen van seksueel grensoverschrijdend gedrag. Daarbij worden methodieken gebruikt die vanuit literatuur, theorie en praktijkervaringen gekozen zijn (2, 3, 5).
- Het lesprogramma hanteert een positieve insteek, die seksualiteit niet problematiseert maar de prettige kanten ervan benadrukt, met aandacht voor eigen wensen, gevoelens en verlangens (2, 3).
- Er is bij de ontwikkeling van het lesprogramma aandacht geweest voor een goede aansluiting bij de culturele diversiteit van de doelgroep, bijvoorbeeld door jongeren van diverse achtergronden aan het woord te laten in foto's, biografieën en dvd-fragmenten. Het materiaal is uitgebreid ge-pretest bij leerlingen in het Amsterdamse praktijkonderwijs, een groep die etnisch divers is (2, 3, 5).

- De keuze van school als setting, omdat dit een goede plek is om jongeren te bereiken en voor de doelgroep de belangrijkste informatiebron is, als het gaat om seksualiteit. De interventie is uitvoerbaar op praktijkscholen, door mentoren of docenten Gezondheidszorg en Welzijn en is te integreren in bestaande lessenseries, bijvoorbeeld lessen sociale vaardigheden (2, 5).

Betekenis scores:

2 = Veronderstelling in de aanpak

3 = Onderbouwing

5 = Praktijkervaringen

6 = Effectonderzoek

---

---

## 4. Uitvoering

---

### Materialen

Het lesprogramma *Je Lijf, je Lief!* bestaat uit de volgende materialen.

1. *Docentenhandleiding Je Lijf, je Lief!*, geschreven door L. Brants, O. Storms, K. Janssens, T. Vincent & W. Schilthuis, uitgegeven in 2012 door Movisie en GGD Amsterdam.
2. Foto's: vier foto's van jongens en vier foto's van meiden.
3. Drie strips.
4. Dvd.
5. Gekleurde vellen A6 (rood, groen en oranje).
6. Brochure *Seks: waar ligt de grens? Jongeren en docenten uit het Amsterdamse praktijkonderwijs aan het woord*, geschreven door K. Janssens, W. Schakenraad, M. Lammers & L. Brants, uitgegeven in 2009 door Movisie.

In de brochure *Seks: waar ligt de grens?* (vooronderzoek) staat informatie over de uitkomsten van de literatuurstudie en de focusgroepen met leerlingen en docenten. De brochure wordt niet gebruikt tijdens de lessen, maar dient als achtergrondinformatie voor de docenten bij het lesprogramma. Daarnaast zijn er voor de docententraining ook trainingsmaterialen beschikbaar.

---

### Type organisatie

*Je Lijf, je Lief!* wordt uitgevoerd op praktijkscholen door docenten of mentoren van de praktijkscholen. In Amsterdam wordt de interventie op diverse praktijkscholen in het eerste of tweede leerjaar uitgevoerd.

---

### Opleiding en competenties

Docenten die lesgeven in het eerste of tweede jaar van het praktijkonderwijs, voeren de interventie uit. Dit kunnen mentoren of docenten Gezondheidszorg en Welzijn zijn. Voor het werken met het lesprogramma zijn de volgende gewenste vaardigheden en persoonskenmerken genoemd.

- Het hebben van een positieve houding ten aanzien van seksualiteit.
- Het thema seksualiteit bespreekbaar kunnen maken.
- Bewust zijn van de eigen waarden en normen op dit gebied.
- Grenzen van leerlingen kunnen respecteren.
- Een open houding hebben ten opzichte van de leerlingen.
- Mening van leerlingen niet veroordelen en in de gaten kunnen houden dat leerlingen elkaar niet veroordelen.

Daarnaast wordt docenten geadviseerd een scholing te volgen voordat zij het lesprogramma gaan uitvoeren. De scholing duurt drie uur en heeft globaal het volgende programma.

- Inloop, inleiding en kennismaking
- Seksuele grensoverschrijding en specifieke kwetsbaarheid doelgroep
- Ontwikkeling, inhoud en uitvoering van het programma
- Voorbereiding en aandacht voor barrières van docenten
- Aan de slag met het lesmateriaal, het doorlopen van verschillende oefeningen en discussie
- Afsluiting.

Movisie biedt een train-de-trainer aan in het open aanbod. Informatie daarover is te verkrijgen bij het Movisie Trainingsbureau, tel: 030 789 22 22 of e-mail: [trainingsbureau@movisie.nl](mailto:trainingsbureau@movisie.nl).

Voor de regio Amsterdam geeft GGD Amsterdam bijscholing. Meer informatie is te verkrijgen via: [eg@ggd.amsterdam.nl](mailto:eg@ggd.amsterdam.nl).

In de training maken docenten kennis met Vlaggensysteem (Frans & Frank, 2014) door middel van een korte introductie. Het Vlaggensysteem is een succesvolle interventie om seksueel gedrag van kinderen en jongeren adequaat te beoordelen, bespreekbaar te maken met alle betrokkenen en hierop adequaat te reageren. In het vlaggensysteem wordt het gedrag van kinderen en jongeren gekoppeld aan zes criteria (wederzijdse toestemming, vrijwilligheid, gelijkwaardig, passend bij de leeftijd of ontwikkeling, passend bij de context, met zelfrespect) en vier gekleurde vlaggen. Voor het Vlaggensysteem is een normatieve lijst ontwikkeld waarin de seksuele gedragingen van kinderen en jongeren in verschillende leeftijdscategorieën zijn benoemd. Interactief worden de vlaggen, criteria en normatieve lijst geïntroduceerd. Een beschrijving van het Vlaggensysteem is te vinden in de databank Effectieve sociale interventies van Movisie. Een introductie van deze interventie is verwerkt in de training nadat bleek uit de evaluatie van Onderwater (2012), dat docenten het moeilijk vinden seksueel grensoverschrijdend gedrag te beoordelen bij hun leerlingen en daar adequaat op te reageren.

---

### **Kwaliteitsbewaking**

De kwaliteit van de uitvoering van Je Lijf, je Lief! is voor een groot deel afhankelijk van de didactische en methodische vaardigheden van de docent. Wanneer docenten niet of nauwelijks competent zijn in het geven van de lessen, zal dit uiteindelijk het effect van het lespakket beïnvloeden. Daarom wordt docenten geadviseerd om, voordat ze starten met de interventie, de docentenscholing te volgen. Op deze manier zijn de docenten al bekend met het lesmateriaal en zijn ze beter voorbereid als ze de lessen daadwerkelijk gaan geven (Onderwater, 2012). Docenten geven aan deze voorbereiding erg prettig te vinden, ze geven zo met meer zelfvertrouwen de lessen.

GGD Amsterdam monitort de uitvoering van Je Lijf, je Lief! bij alle deelnemende praktijkscholen in Amsterdam. Deze monitoring vindt twee keer per schooljaar plaats door middel van contact tussen GGD Amsterdam en de contactpersonen van de school, voorafgaand aan de lessen en na afloop. Na afloop van de lessen wordt uitgebreid met de contactpersoon per school besproken hoe de lessen verlopen zijn en wat er eventueel nodig is om de uitvoering te optimaliseren. De uitkomsten van deze korte evaluaties worden bijgehouden in een logboek, deze werkwijze geldt alleen voor de regio Amsterdam.

Om Je Lijf, je Lief! te blijven ontwikkelen en de kwaliteit te waarborgen, zijn Rutgers WPF, de GGD Amsterdam en Movisie een intensieve samenwerkingsrelatie aangegaan voor het opzetten en uitvoeren van een effectevaluatie van het lesprogramma. Aan dit consortium heeft ZonMw een subsidie toegekend om door middel van onderbouwing, doorontwikkeling en evaluatie van Je Lijf, je Lief! de landelijke preventie van seksueel grensoverschrijdend gedrag duurzaam bij jongeren in het praktijkonderwijs vorm te geven.

---

### **Randvoorwaarden**

Een belangrijk voorwaarde voor goede uitvoering van het lesprogramma is dat docenten goed voorbereid de lessen geven. Docenten krijgen tijdens de docententraining voldoende achtergrondinformatie en gaan ook daadwerkelijk met het lespakket aan de slag. Wanneer het voor docenten niet haalbaar is om de docententraining te volgen, wordt hen geadviseerd om het lesprogramma grondig door te nemen voordat ze het gaan uitvoeren.

Wenselijk is dat scholen het lespakket niet eenmalig uitvoeren, maar structureel inbedden en opnemen in het curriculum. Op deze manier kan gegarandeerd worden dat het lesprogramma jaarlijks terugkomt en scholen het als één van hun prioriteiten hebben gesteld. Veel scholen kiezen ervoor om het lespakket onderdeel te laten zijn van de sociale vaardighedenlessen. Voor de structurele inbed-

ding van het lesprogramma is toestemming en betrokkenheid van de schooldirectie van essentieel belang. Het implementatieonderzoek van Onderwater (2012) laat zien dat wanneer het lesprogramma geen vaste plek heeft in het curriculum, de uitvoering volledig afhangt van het enthousiasme van de docent.

Daarnaast is het belangrijk dat de vertrouwenspersoon weet dat de lessen van Je Lijf, je Lief! gegeven worden en dat de veiligheidsafspraken iedere les herhaald worden, zodat jongeren zich veilig genoeg voelen om open aan de lessen deel te nemen. Verder moet de ruimte groot genoeg zijn zodat leerlingen kunnen rondlopen en is het belangrijk dat er een digibord en dvd-speler met scherm aanwezig zijn.

---

## **Implementatie**

Het lesprogramma Je Lijf, je Lief! wordt aangeboden via [seksuelevorming.nl](http://seksuelevorming.nl) en [seksueelgeweld.nl](http://seksueelgeweld.nl). Er wordt geen promotie of marketing verricht ten behoeve van Je Lijf, je Lief!. Wanneer gebruikers meer informatie of advies over implementatie willen, kunnen zij voor de regio Amsterdam contact opnemen met: Anne Ausema van GGD Amsterdam ([aausema@ggd.amsterdam.nl](mailto:aausema@ggd.amsterdam.nl)). Voor andere regio's kunnen Kristin Janssens ([k.janssens@movisie.nl](mailto:k.janssens@movisie.nl)) en Anoushka Boet ([a.boet@movisie.nl](mailto:a.boet@movisie.nl)) van Movisie benaderd worden.

Om de implementatie van het lesprogramma op school en in de klas te bevorderen, is er een training voor docenten beschikbaar. Zie voor meer informatie over deze docentent training het onderdeel Opleiding en competenties.

Zoals beschreven bij Randvoorwaarden, is het wenselijk dat scholen het lespakket structureel inbedden en opnemen in het curriculum.

Zoals beschreven bij Kwaliteitsbewaking, wordt er vanuit Rutgers WPF, GGD Amsterdam en Movisie voor Je Lijf, Je Lief! een strategie ontwikkeld voor een landelijke implementatie en borging. Daarbij wordt rekening gehouden met inbedding binnen de 'Gezonde-Schoolaanpak'.

---

## **Kosten**

### *Financiële kosten*

De dvd van Je Lijf, je Lief! is te bestellen via de webshop van Movisie en kost €10.

Alle andere benodigde materialen zijn via onderstaande link gratis te downloaden.

[http://www.seksueelgeweld.info/hulpvormen/preventie\\_seksueel\\_geweld/je-lijf-je-lief?term=je lijf je lief&p=1](http://www.seksueelgeweld.info/hulpvormen/preventie_seksueel_geweld/je-lijf-je-lief?term=je%20lijf%20je%20lief&p=1)

Verder dient de docent te beschikken over een digibord of dvd-speler met beeldscherm, dit kan kosten met zich meebrengen.

De kosten van de docentent training gegeven door Movisie zijn op te vragen bij het Movisie Trainingsbureau, telefoon: 030 789 22 22.

### *Personele kosten*

De tijdsinvestering per klas is minimaal vijf uren zonder voorbereidingstijd. De voorbereiding zal ongeveer vijf uur in beslag nemen, dit is inclusief de docentent training (drie uur) en het doorlopen van het gehele lespakket (+/- twee uur, alle werkvormen en het bekijken van de dvd-fragmenten).



---

## 5. Onderzoek naar praktijkervaringen

---

### Onderzoek en resultaten

Sinds de ontwikkeling van *Je Lijf, je Lief!* zijn drie evaluatieonderzoeken verricht.

#### *Pretest implementatie en uitvoering lesprogramma (Product- en procesevaluatie)*

- A. O. Storms & T. Vincent (2009). Interne, niet gepubliceerde publicatie.
- B. Pretest op drie Amsterdamse praktijkscholen. Onderzoeksmethode: observatie van acht klassen (totaal 63 leerlingen), twee interviews met docenten en vragenlijsten over de uitvoering van het lesprogramma in één of meer klassen die zijn ingevuld door drie docenten.
- C. In de periode april - juli 2009 is op drie Amsterdamse praktijkscholen een pretest van het lesprogramma uitgevoerd. Uit deze pretest bleek dat leerlingen overwegend enthousiast reageren op het lesprogramma. Het gebruikte audiovisuele materiaal spreekt aan en de boodschap van de strips komt duidelijk over. Wel wordt de film 'Verliefd' als verouderd gezien, nieuw audiovisueel materiaal zou een beter effect sorteren. In 2014 is naar aanleiding van deze bevinding een *remake* van de film 'Verliefd' geproduceerd. Daarnaast blijkt dat twee dvd-fragmenten 'Jongens 1' en 'Jongens 2' onvoldoende aansluiten. Zo geeft het fragment 'Jongens 1' het 'verkeerde' voorbeeld, wat verwarrend blijkt voor de leerlingen en mogelijk zelfs averechts kan werken. Een docent noemde dat vooral het grove taalgebruik van de jongeren in het dvd-fragment bleef hangen bij de leerlingen. Dit fragment is om die reden na deze evaluatie uit het lesprogramma gehaald. Voor het fragment 'Jongens 2' is gekozen om de handleiding aan te passen, uit de evaluatie bleek dat de groepsdiscussie na het dvd-fragment veelal richting geloof ging. In de handleiding zijn vragen opgenomen die de discussie over geloof proberen te vermijden en daarnaast zijn er tips voor de docent beschreven om dit groeps gesprek in goede banen te leiden.

De docenten geven aan dat ze positief zijn over het lesmateriaal en ze zijn erg enthousiast over de variatie in werkvormen. Docenten geven aan dat het taalniveau van de introteksten van de lessen soms te lastig blijkt te zijn voor de leerlingen en dat docenten behoefte hebben aan meer voorbeelden. Deze introductieteksten zijn naar aanleiding van deze bevindingen aangepast in de nieuwste versie van de docentenhandleiding (2012), daarnaast zijn meer voorbeelden toegevoegd die docenten direct in de lessen kunnen gebruiken.

Docenten hebben ook de docententraining geëvalueerd en hebben suggesties gedaan voor aanpassingen. Over de docentenhandleiding geven docenten aan dat ze daar graag duidelijker in omschreven willen zien wat het doel van de werkvormen is.

Als kritische kanttekening bij deze evaluatie wordt in het evaluatieverslag genoemd dat er overwegend jongens in de klassen zaten. Er waren klassen waarin maar één meisje of helemaal geen meisje zat. Landelijke cijfers laten zien dat de verhouding jongens en meisjes in het praktijkonderwijs 58% jongens en 42% meisjes is (Heijns, 2013). De uitwisseling tussen jongens en meisjes kon hierdoor bij die klas niet geëvalueerd worden.

Bij de ontwikkeling van het lesprogramma is uitgebreid rekening gehouden met de culturele diversiteit van de doelgroep, door jongeren van diverse achtergronden te laten zien en aan het woord te laten in foto's, biografieën en dvd-fragmenten. Naar aanleiding van reacties uit de evaluatie zijn bepaalde foto's en dvd-fragmenten vervangen, waardoor deze beter aansluiten bij de diversiteit van de doelgroep.

Ook wordt genoemd dat niet alle docenten alle lessen hebben gegeven (slechts twee docenten hebben alle vijf de lessen gegeven). Deze product- en procesevaluatie gaf concrete aanpakpunten ter verbetering. Eén dvd-fragment is vervangen ('Jongens 1'), een tweede dvd-fragment is door middel van een *remake* gemoderniseerd en de docentenhandleiding en bepaalde werkvormen zijn op basis van deze evaluatie aangepast.

*Meningen en ervaringen (bij implementatie) van docenten van het praktijkonderwijs.*

- A. A. Onderwater (2012)
- B. Implementatieonderzoek. Onderzoeksmethode: gesprekken met tien docenten van vijf verschillende praktijkscholen in Amsterdam.
- C. In april 2012 is implementatieonderzoek verricht om duidelijkheid te krijgen over het verloop van implementatie en de achterliggende redenen van stagnatie. Enkele docenten die het lesprogramma ooit gebruikt hadden, hebben dit gebruik vervolgens niet gecontinueerd. Zij geven hiervoor als reden dat ze niet meer in de onderbouw lesgeven, de veiligheid in de klas niet konden garanderen, verschillen in ontwikkeling tussen leerlingen in één klas waardoor het lesprogramma volgens hen onvoldoende aansloot en angst voor het geven van de lessen. Vooral de emoties die dit lespakket bij leerlingen zou kunnen oproepen, zagen docenten als een barrière. Hierdoor wilden ze de lessen samen met een collega aanbieden wat rooster technisch uiteindelijk niet mogelijk bleek.

Dit onderzoek laat zien dat verschillende factoren, in het bijzonder de betrokkenheid van het management bij implementatie en aandacht besteden aan weerstanden en angsten van docenten, belangrijke factoren zijn voor succesvolle implementatie van *Je Lijf, je Lief!*. Op basis van de aanbevelingen uit dit onderzoek zijn de strategieën en voorwaarden voor implementatie aangepast. Zo wordt nu het management van de school in een vroeg stadium betrokken. Zij kijken, in samenspraak met de onderbouwcoördinator, welke plaats *Je Lijf, je Lief!* binnen het curriculum krijgt en wat dat betekent voor de docenten. Er wordt afgestemd welke docenten het lesprogramma zullen behandelen, welke docenten zich ertoe aangetrokken voelen om de lessen te geven en of de uitvoering van deze lessen beter bij de mentor of de docent Gezondheidszorg en Welzijn past. Als deze zaken eerst goed besproken en in kaart gebracht worden, is er (nog voor de training) meer zekerheid over welke docenten daadwerkelijk met het lespakket zullen gaan werken. De kans is dan kleiner dat docenten in een later stadium afhaken omdat zij het lespakket niet goed in hun lesaanbod kunnen integreren of omdat zij er eigenlijk in zijn geheel teveel weerstand bij voelen. Daarnaast zijn er onderdelen van de docententraining aangepast. In de vernieuwde versie wordt meer aandacht besteed aan deze weerstand en het Vlaggensysteem (Frans & Frank, 2014). Dit omdat docenten aangaven het lastig te vinden om te bepalen wat wel/niet seksueel grensoverschrijdend gedrag is. In de training wordt gewerkt aan de eigen effectiviteit van docenten om de lessen in de klas te geven, in te gaan op de 'lastige' emotionele reacties waar zij mee te maken kunnen krijgen en hoe ze kunnen omgaan met verschillen in ontwikkeling tussen leerlingen.

*Ervaren effectiviteit leerlingen*

- A. A. Ausema (2014)
- B. Ervaren effectiviteitsevaluatie. Onderzoeksmethode: vragenlijst, ingevuld door 38 leerlingen, en een-op-een interviews met 14 leerlingen. De leerlingen waren afkomstig uit vier klassen van het Amsterdamse praktijkonderwijs.
- C. De ervaren effectiviteitsevaluatie is uitgevoerd in mei-juli 2014 in vier klassen van het Amsterdamse praktijkonderwijs. De aanleiding voor dit onderzoek was in de eerste plaats om te achterhalen in hoeverre leerlingen zelf vinden dat ze de beoogde leerdoelen van het lesprogramma behaald hebben. Dit door leerlingen ervaren effect is gemeten met behulp van een vragenlijst en een-op-een interviews. In totaal vulden 38 leerlingen (16 meiden en 22 jongens) de vragenlijst in, van deze 38 zijn ook nog 14 leerlingen geïnterviewd. Uit deze evaluatie blijkt dat leerlingen vinden dat grenzen aangeven het belangrijkste is wat ze geleerd hebben. Daarnaast noemt een aantal leerlingen dat ze zich na de lessen beter kunnen voorstellen hoe het moet zijn als een grens overschreden wordt. Ze geven aan zich te kunnen inleven in het gevoel van de ander als zijn of haar grens wordt overschreden. Ook geven leerlingen aan dat het niet verstandig is je te laten 'pushen' door je vrienden als het gaat om relaties en seksualiteit. Deze evaluatie heeft naast zicht op werkzame elementen ook inzicht gegeven in aangrijpingspunten voor verbetering. Zo is gebleken dat niet alle leerlingen de leerdoelen rondom het

thema 'dubbele moraal' volledig behalen. Het onderzoek laat zien dat het denkproces om 'eerlijk' in de context van de dubbele moraal te zijn bij een aantal leerlingen nog ontbreekt. Wat ze zien in strip A in les 2 is het vreemdgaan van de jongen en het meisje, en dat dit oneerlijk is omdat het stiekem gebeurt. Sommige leerlingen kunnen niet de omslag maken van het verschil in beoordeling tussen jongens en meisjes die hetzelfde gedrag vertonen, wat het begrip dubbele moraal impliceert.

Tevens noemen sommige leerlingen dat ze contact vermijden om seksueel grensoverschrijdend gedrag te voorkomen. Dit laatste is echter niet wat het lesprogramma beoogt. Docenten uit het Amsterdamse praktijkonderwijs zijn geïnformeerd over deze bevindingen en hebben handvatten gekregen om hierop in te spelen. Docenten zijn geïnformeerd over vragen die ze kunnen stellen en hoe ze kunnen zorgen dat leerlingen handelingsalternatieven noemen om de leerdoelen wél te bereiken.

Deze handvatten zijn in de jaarlijkse evaluatie met de contactpersonen van de scholen en in een nieuwsbrief naar docenten gecommuniceerd.

Op het moment van schrijven wordt de docentenhandleiding herzien, bovenstaande punten worden hierin meegenomen.

---

## **6. Onderzoek naar de effectiviteit**

---

Er is geen onderzoek gedaan naar de effectiviteit van de interventie.

---

## 7. Aangehaalde literatuur

---

Abraham, C. & Sheeran, P. (2004). Deciding to exercise: The role of anticipated regret. *British Journal of Health Psychology*, 27, 379-387.

Ajzen, I. (1985). From intentions to actions: A theory of planned behavior. In: *Action control: From cognition to behavior*. J. Kuhl & S.J. Beckmann (Eds.) 1987. Berlin: Springer.

Ausema, A. (2014). *Je Lijf, je Lief! Onderzoek naar ervaren effectiviteit bij leerlingen*. GGD Amsterdam, interne publicatie.

Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1-16.

Bartholomew, L.K., Parcel, G.S., Kok, G., Gottlieb, N.H. & Fernández, M.E. (2011). *Planning health promotion programs: An Intervention Mapping approach* (3rd ed.). San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Batson, C.D., Chang, J. & Ryan, O. (2002). Empathy, attitudes, and action. Can feeling for a member of a stigmatized group motivate one to help the group? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 1656-1666.

Berlet, I., Bulthuis, F., Jacobs, H., Langberg, M., Wanner, P. & Thijs, A. (2008). *Omgaan met culturele diversiteit in het onderwijs, een verkennende literatuurstudie*. Enschede: Stichting Leerplanontwikkeling (SLO).

Berlo, W. van & Beek I. van (2015). *Whitepaper Seksuele grensoverschrijding en seksueel geweld*. Utrecht: Rutgers WPF en Movisie.

Borowsky, I.W., Hogan, M. & Ireland, M. (1997). Adolescents sexual aggression: Risk and protective factors. *Pediatrics*, 100, 7.

Bruijn, P. de, Burrie, I. & Wel, F. van (2006). A risky boundary: Unwanted sexual behaviour among youth. *Journal of Sexual Aggression*, 12, 81-96.

Bruisma, F. (1996). Behandeling verstandelijk zwakbegaafde zedendelinquenten. *Tijdschrift voor Orthopedagogiek* nr. 35, 4-17.

Brug, J., Assema, P. van & Lechner, L. (2010). *Gezondheidsvoorlichting en gedragsverandering: Een planmatige aanpak*, 7<sup>e</sup> druk. Assen: Van Gorcum.

Campenhoudt, L. van, Cohen, M., Guzzardi, G. & Hausser, D. (1997). *Sexual interactions and HIV risk. New conceptual prospective in European research*. London: Taylor & Francis.

Cense, M. & Dijk, L. van (2010). *Niet zomaar seks. Jongeren over seks en grenzen*. Utrecht: Rutgers WPF.

Chiodo, D., Wolfe, D.A., Crooks, C., Hughes, R. & Jaffe, P. (2009). Impact of sexual harassment victimization by peers on subsequent adolescent victimization and adjustment: a longitudinal study. *Journal of Adolescent Health, 45*, 246-252.

Crone, E. (2008). *Het puberende brein. Over de ontwikkeling van de hersenen in de unieke periode van de adolescentie*. Amsterdam: Bert Bakker.

Eynde, S. van den, Cruyssaert, B., Velde, I. van de & Lambrechts, C. (2005). *Over de grenzen van lichaamstaal. Eindrapport van de 'praat over seks'-campagne*. Antwerpen: Chris Lambrechts.

Felten, H., Janssens, K. & Brants, L. (2009). *Seksualisering: je denkt dat het normaal is. Onderzoek naar de beleving van jongeren*. Utrecht: Movisie.

Fishbein, M., & Ajzen, I. (2010). *Predicting and changing behaviour: The Reasoned Action Approach*. New York: Taylor & Francis.

Frans, E. & Franck, T. (2010). *Vlaggensysteem: praten met kinderen en jongeren over seks en seksueel gedrag*. Antwerpen - Apeldoorn: Garant.

Gesell, S., Maris, S., Berlo, W. van & Haastrecht, P. van (2010). *Slapende honden wakker maken? Quickscan van het interventieaanbod ter bevordering van seksuele gezondheid voor mensen met een beperking of chronische ziekte*. Utrecht: Rutgers Nisso Groep.

Graaf, H. de, Meijer, S., Poelman, J. & Vanwesenbeeck, I. (2005). *Seks onder je 25e. Seksuele gezondheid van jongeren in Nederland anno 2005*. Utrecht: RNG/SOA Aids Nederland.

Graaf, H. de, Kruijer, H., Acker, J. van & Meijer, S. (2012). *Seks onder je 25<sup>e</sup>. Seksuele gezondheid van jongeren in Nederland anno 2012*. Delft: Eburon.

Graaf, H. de, Dijk, L. van & Wijsen, C. (2010). *Leefstijlcampagne seksuele weerbaarheid, voorbereidend literatuuronderzoek*. Utrecht: Rutgers Nisso Groep.

Graaf, H. de, Egten, C. van, Hoog, S. de & Berlo, W. van (2009). *Seksualisering: aandacht voor etniciteit*. Utrecht/Den Haag: Rutgers Nisso Groep/E-quality.

Graaf, H. de, Nikken, P., Felten, H., Janssens, K. & Berlo, W. van (2008). *Seksualisering: Reden tot zorg? Een verkennend onderzoek onder jongeren*. Utrecht: Rutgers Nisso Groep/Nederlands Jeugdinstituut/Movisie.

Haas, S. (2012). Seksueel grensoverschrijdend gedrag onder jongeren en volwassenen in Nederland. *Tijdschrift voor Seksuologie, 36* (2), 136-145.

Hag, B. ten (2002). Congresverslag: De jeugdige en verstandelijke gehandicapte zedendelinquent. *Tijdschrift voor Seksuologie, 26*, p. 115-119.

Heijns, D.M.S. (2013). *Uitstroommonitor praktijkonderwijs 2011/2012: Rapportage van de uitstroommeting 2011/12 en de volgmetingen in het najaar van 2012*. Rotterdam: Actis Onderzoek.

Hendriks, J., Slotboom, A. & Verbruggen, J. (2010). Zelfgerapporteerde seksuele dwang onder adolescenten. *Tijdschrift voor Seksuologie, 34*, 33-43.

Hoing, M. & Berlo, W. van (2006). Seksuele dwang. In: F. Bakker & I. Vanwesenbeeck (Eds.) *Seksuele gezondheid in Nederland 2006* (pp 157-166). Delft: Eburon.

Höing, M., Jonker, M. & Berlo, W. van (2010). Juvenile sex offenders in a Dutch mandatory education programme: Subtypes and Characteristics. *Journal of sexual aggression*, 16, 332-346.

Inspectie van het Onderwijs (2009). *Weerbaar en divers. Een onderzoek naar seksuele diversiteit en seksuele weerbaarheid in het onderwijs*. Utrecht: Inspectie van het Onderwijs.

Janssens, K., Schakenraad, W., Lammers, M., Brants, L., (2008). *Nieuwsgierig en bang. Seksualiteit en grenzen bij jongeren met een lichte verstandelijke beperking in het praktijkonderwijs*. Utrecht: Movisie.

Jonker, M. & Ohlrichs, Y. (2009). Seksuele moraal en jonge zedendaders: Worden grenzen steeds vager? *Tijdschrift voor Seksuologie*, 33, 121-126.

Krahé, B., Waizenhöfer, E. & Möller, I. (2003). Women's sexual aggression against men: Prevalence and predictors. *Sex Roles*, 49, 219-232.

Kramer, S., Janssens, K., Çinibulak, L. & Cense, M. (2007). *Over de grens. Opvattingen van jongeren en beroepskrachten over grensoverschrijdend seksueel gedrag van jongeren*. Utrecht: Movisie.

Kuyper, L., Wit, J. de, Adam, P., Woertman, L. & Berlo, W. van (2010). Grensoverschrijdende seksuele gedragingen onder jongeren. De belangrijkste resultaten uit het onderzoek 'Laat je nu horen!' *Tijdschrift voor Seksuologie*, 34, 90-103.

Lammers, M., Kok, E. & Oude Avenhuis, A. (2005). *Preventie van seksueel misbruik bij vrouwen en mannen met een handicap. Noodzaak, doel en effectiviteit van preventieactiviteiten*. Utrecht: TransAct.

Le Grand, B., Lutjenshuis, B. & Solodova, A. (2002). Behandeling van zwakbegaafde en licht verstandelijk gehandicapte plegers van seksueel misbruik. *Dth*, 23, 1, maart, p. 82-102

Livingston, J.A., Testa, M. & VanZile - Tamsen, C. (2007). The reciprocal relationship between sexual victimization and sexual assertiveness. *Violence Against Women*, 13, 298-313.

Loket Gezond Leven (2015). *Handreiking Gezonde Gemeente: gevolgen van seksueel ongezond gedrag*. Geraadpleegd op 21 mei 2015 van <http://www.loketgezondleven.nl/gezonde-gemeente/seksuele-gezondheid/cijfers-en-feiten/gevolgen/>

Marston, C. & King, E. (2006). Factors that shape Young people's sexual behavior: a systematic review. *The Lancet*, 368, 1581-86.

McAlister, A., Perry, C. & Parcel, G. (2008). *How individuals, environments and health behaviors interact: social cognitive theory* K. Glanz, B.K. Rimer, K. Viswanath (Eds.), *Health Behavior and Health Education: Theory, Research and Practice* (3rd edn), 169-188), San Francisco: Jossey-Bass.

LMurnen, S.K. & Kohlman, M.H. (2007). Athletic participation, fraternity membership and sexual aggression among college men: A meta-analytic review. *Sex Roles*, 57, 145-157.

Onderwater, A. (2012). *Het lesprogramma Je Lijf, je Lief! Meningen en ervaringen van docenten van het praktijkonderwijs*. Amsterdam: GGD Amsterdam (interne publicatie).

Peters, G.J. & Kok, G.J., (2009). GHB: From knowledge about determinants to evidence-based health promotion interventions, 311. In *Psychology and Health 24 (Suppl. 1)*.

Petty, R.E., Barden, J. & Wheeler, S. (2002). The elaboration likelihood model of persuasion: Health promotions that yield sustained behavioral change. In: R.J. DiClemente, R.A. Crosby & M.C. Kegler (Eds). *Emerging theories in health promotion practice and research: Strategies for improving public health*, 71-99). San Francisco: Jossey-Bass.

Petty, R.E. & Cacioppo, J.T. (1986). The elaboration likelihood model of persuasion. *Experimental Social Psychology*, 19, 123-205.

Prochaska, J.O., Redding, C.A. & Evers, K.E. (2008). The Transtheoretical Model and stages of change. In: K. Glanz, B.K. Rimer & K. Viswanath (Eds.), *Health behavior and health education: Theory, research and practice* (4th ed., 97-121). San Francisco: Jossey-Bass.

Richard, R., Pligt, J. van der & Vries, N. de (1995). Anticipated affective reactions and prevention of aids. *British Journal of Social Psychology*, 34 (Pt 1), 9-21.

Rijksoverheid (2015) *Passend onderwijs*. Geraadpleegd op 21 mei 2015 van <http://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/passend-onderwijs/vraag-en-antwoord/wanneer-krijgt-mijn-kind-praktijkonderwijs.html>

Schaalma H, Reinders J, Kok G. Voorlichting en preventie. In: Gijs L, Gianotten W, Vanwesenbeeck I, Weijnenborg I, redactie. *Seksuologie* (2<sup>e</sup> editie). Houten: Bohn Stafleu Van Loghum; 2009; 217-231.

Schakenraad, W. & Janssens, K. (2008). *Seksualiteit en grenzen. Wat maakt jongeren met een lichte verstandelijke beperking kwetsbaar, wat maakt hen weerbaar?* Utrecht: Movisie.

Storms, O. & Vincent, T. (2009). *Evaluatie lesprogramma Wensen en Grenzen*. Amsterdam: Movisie & GGD Amsterdam. Interne publicatie.

Testa, M. & Dermen, K.H. (1999). The differential correlates of sexual coercion and rape. *Journal of Interpersonal Violence*, 14, 548-561.

Timmerman, G. (2005). A comparison between the girls' and boys' experiences of unwanted sexual behavior in secondary schools. *Educational Research*, 47, 291-306.

Vanwesenbeeck, I., Zessen, G. van, Ingham, R., Jaramazovic, E. & Stevens, D. (1999). Factors and processes in heterosexual competence and risk: an integrated review of the evidence. *Psychology and Health*, 14, 25-50.

Vries, H. de, Dijkstra, M. & Kuhlman, P. (1988). Self-efficacy: The third factor besides attitude and subjective norm as a predictor of behavioral intentions. *Health Education Research*, 3, 273-282.

Young, B.J. & Furman, W. (2008). Interpersonal factors in the risk for sexual victimization and its recurrence during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 37, p. 297-309.