

WAT IS 'IK BEN VAN MIJ!'?



EEN METHODE
DIE JONGEREN
BEWUSTMAAKT VAN
SEKSUELE WENSEN
EN GRENZEN

Hoe leer je jongeren respectvol met elkaar omgaan als het gaat om intimiteit en seksualiteit? Wat is experimenteren en wanneer is het schadelijk voor henzelf of iemand anders? Hoe voorkom je seksueel grensoverschrijdend gedrag? 'Ik ben van mij!' is een succesvolle methode die uitgaat van jongeren zelf.

HOE WERKT HET?

'Ik ben van mij!' heeft drie pijlers

- ♥ De 6 seksregels.
- ♥ Het uitgangspunt dat sekstereotype & dubbele moraal bijdragen aan seksueel grensoverschrijdend gedrag.
- ♥ Het idee dat jongeren vooral leren van elkaar (peer-to-peer) en door theorie te combineren met iets doen.

"Ik vind dat jongeren respectvol met elkaar moeten omgaan en zich bewust moeten zijn van wensen en grenzen als het gaat om intimiteit en seks."

Jongeren gaan op 3 niveaus met 'Ik ben van mij!' aan de slag.

Educatie: leren over de seksregels, sekstereotype en dubbele moraal. Informatieoverdracht en bewustwording staan centraal.

Peer activatie: zelf bedenken en organiseren van acties voor leeftijdsgenoten. Jongeren gaan actief aan de slag met wat ze hebben geleerd en vertalen dit (onder begeleiding) naar acties die zij zelf kunnen uitvoeren en uitdragen.

Peer mobilisatie: mobiliseren van andere jongeren. Jongeren voeren hun acties uit. Ze maken een filmpje, treden op met een rap, geven een spreekbeurt of schrijven een stukje in de schoolkrant, gaan met elkaar in gesprek over gezond seksueel gedrag en dragen ze bij aan een klimaat waarin dit de norm wordt.

IN DE PRAKTIJK ONTWIKKELD EN GETEST

'Ik ben van mij!' is in de praktijk ontwikkeld in 15 gemeenten onder de naam WE CAN Young. In alle gemeenten zijn organisaties met groepen jongeren aan de slag gegaan. De ervaringen die zijn opgedaan, zijn gebruikt om de methode verder te ontwikkelen. In 2017 is de naam aangepast in 'Ik ben van mij!'.

WAT KAN IK MET 'IK BEN VAN MIJ!'?

♥ Voor gemeenten

Gemeenten hebben een belangrijke taak als het gaat om preventie van seksueel grensoverschrijdend gedrag. 'Ik ben van mij!' is een uitstekende methode om *stand alone* in te zetten, maar past ook in de totale keten van preventie tot behandeling.

Beleidsmatig past 'Ik ben van mij!' bij gemeentelijk preventiebeleid huiselijk geweld en kindermishandeling, in de regioaanpak Veilig Thuis en in het (preventieve) jeugdbeleid. Vanwege de activerende werkwijze, past de methode ook bij jongerenparticipatie en leefbaarheidsonderwerpen.

♥ Lessenreeks voor scholen

'Ik ben van mij!' is een uitstekende methode om op school te gebruiken. Speciaal voor het VO (VMBO - VWO) en MBO is een lessenreeks ontwikkeld in samenwerking met de Respect Education Foundation. Dit lespakket bestaat uit vijf lessen en is bedoeld voor leerlingen van 14-18 jaar. De lessenreeks past binnen thema's als seksuele ontwikkeling, sociale veiligheid en actief burgerschap. Ook sluit het aan bij kerndoel 43.

♥ Voor jongeren- en welzijnsorganisaties

'Ik ben van mij!' is ook heel geschikt om uit te voeren in het jongeren- en welzijnswerk, door GGD's of Centra voor Jeugd en Gezin. Een organisatie kan zelf besluiten met 'Ik ben van mij!' aan de slag te gaan of een gemeente kan de uitvoering initiëren.

E-LEARNING

Voor wie wil starten met 'Ik ben van mij!' is een e-learning gemaakt. In drie kwartier komen alle ins en outs van de methode aan bod. Van de seksregels tot wat gezond seksueel gedrag is en welke rol seksestereotypering hierbij speelt.

PREVENTIE

De aanpak van seksueel grensoverschrijdend gedrag is in Nederland vooral gericht op de hulp nadat seksueel geweld heeft plaatsgevonden (melden, veiligheid bieden, hulpverleners, vervolgen en voorkomen van herhaling). 'Ik ben van mij!' richt zich juist op preventie van seksueel grensoverschrijdend gedrag, zodat leed kan worden voorkomen.

SEKSREGELS

♥ Toestemming

je wilt het allebei en er is geen twijfel

♥ Vrijwilligheid

niemand moet iets

♥ Gelijkwaardigheid

niemand is de baas

♥ Ontwikkeling

het past bij je leeftijd

♥ Omgeving

de plek is oké

♥ Zelfrespect

je hebt respect voor jezelf en de ander



*5% van de meiden en
13% van de jongens gaat
wel eens over andermands
grenzen.*

Cijfers uit *Laat je nu horen!* - Universiteit Utrecht, 2009

MEER WETEN?

Meer uitleg en alle materialen en werkvormen zijn te vinden op www.ikbenvanmij.nl

Heeft u een vraag of ondersteuning nodig?

Stuur dan een mail naar info@ikbenvanmij.nl