

Waar trek jij de lijn?

Kleine keuzes. Grote gevolgen.

Kompaswijs · workshops & vormingen · door Anja Dreesen

DOELGROEP

Eerste en tweede graad
secundair onderwijs

LEEFTIJD

12–15 jaar

DUUR

90 à 120 minuten

PRIJS

€ 195 per klasgroep,
materiaal inbegrepen

Grote grensoverschrijdingen ontstaan bijna nooit plots. Ze beginnen met kleine keuzes — met kleine ja's die eigenlijk al een nee waren. Jongeren ontdekken hoe grenzen stap voor stap verschuiven bij thema's als sexting, groepsdruk, middelengebruik en controle in relaties, en hoe ze hun eigen stem sterker maken.

Wat leren de deelnemers?

- Eigen grenzen beter herkennen
- Begrijpen hoe grenzen stap voor stap verschuiven
- De eigen stem sterker maken
- Opkomen voor zichzelf én voor anderen
- Weten waar je terechtkan wanneer je vastloopt

Opbouw

1. Waar trek jij de lijn? (± 10 min)

Een letterlijke lijn op de grond. Wanneer gaat iemand over de grens? De grote thema's komen spontaan naar boven — en dan de vraag: denken jullie dat het dáár begint?

2. Van grote grenzen naar kleine keuzes (± 20 min)

Per thema stappen we terug: niet de naaktfoto, maar “stuur eens een gewone selfie”, “je vertrouwt mij toch?”, “alle koppels doen dat”. Bij welke stap begon jouw eerste nee eigenlijk al?

3. Een echt verhaal (± 15 min)

Anja vertelt vanuit eigen ervaring als mama hoe druk stap voor stap kan opbouwen — en hoe praten het moment was waarop er weer grip kwam op de situatie. Geen bangmakerij, wel herkenning.

4. Hoe maak je jouw stem sterker? (± 20 min)

Wat maakt je stem zwakker (verliefd zijn, erbij willen horen, bang zijn iemand kwijt te raken) en wat maakt ze sterker (vrienden die je respecteren, thuis kunnen praten, weten dat nee zeggen mag)?

5. Als een ander over zijn grens gaat (± 15 min)

Herkenbare situaties: wat kan jij doen? Niet meelachen, apart gaan praten, samen hulp zoeken, geen gevaarlijk geheim alleen blijven dragen.

6. Mijn veilige cirkel (± 15 min)

Elke jongere brengt zijn veilige mensen in kaart — en een plan B en C. Ook de weg naar vertrouwenspersoon, CLB, Awel en 1712 komt aan bod.

7. Afsluiting (± 10 min)

Eén vraag op een kaartje: welke kleine ja wil jij vanaf vandaag niet meer geven als je eigenlijk nee voelt?

Sluit aan bij

Relationele & seksuele vorming (RSV) · Mediawijsheid en online veiligheid · Weerbaarheid en grenzen · Preventie middelengebruik en groepsdruk

Boeken of vragen?

<https://v2.adelix.nl/contact> · vrijblijvend voorstel binnen 2 werkdagen · heel Vlaanderen