



## 1. TÉMAKÖR

### A NŐ ÉS A FÉRFI Feladatlap

1. Igaz vagy tévés az állítás? Döntsétek el, majd jelöljétek X-szel a megfelelő helyen!

	ÁLLÍTÁS	IGAZ	TÉVES
1.	A kamaszkor időszaka intenzív testi és lelki változásokkal jár.		
2.	A megfelelő intimhygiéniára nőknek és férfiaknak is figyelmet kell fordítani napi rendszerességgel.		
3.	Egy nő mellének mérete, formája kamaszkor után már nem változik.		
4.	A rendszeres, szabályos menstruációs ciklus kialakulása több évig is eltarthat.		
5.	A menstruációs ciklus a női lét természetes és fontos része.		
6.	A szexuális együttlét során átélt öröm alapvető meghatározója a hímvessző mérete.		
7.	Az éjszakai magömlés szégyenletes dolog.		
8.	Az aktív (izgalmi) és a passzív állapotban lévő hímvessző mérete nem egyenesen arányos.		
9.	Az intimtorna csak nőknek ajánlott.		
10.	A biológiai érettség nem jelent lelki érettséget.		
11.	Az érett nővé / férfivá válás egy folyamat, amelynek során sokat kell tanulni, és természetes része, hogy hibákat is elkövetünk.		
12.	A reklámok hitelesen bemutatják, hogy milyen egy tökéletes nő / férfi.		
13.	Fontos kialakítani, megismerni és vállalni saját nőiségünk / férfiasságunk.		
14.	Egy igazi férfi nem mutatja ki az érzelmeit.		
15.	Egy igazi férfi sosem bizonytalan.		
16.	Egy igazi nő mindig tökéletesen néz ki.		
17.	Egy igazi nő nem vállalja a saját véleményét.		
18.	A női / férfi szereppel kapcsolatban sok elvárást közvetít felénk a környezetünk, mindnek nehéz megfelelni.		
19.	A homoszexualitás betegség.		
20.	Homoszexuálisok között is létezhet szerelmi kapcsolat.		

2. Az állítások elolvasása után milyen fontos témákat tudtok elkülöníteni „A nő és a férfi” témakörön belül? Írjátok le!



## 2. TÉMAKÖR

### A PÁRKAPCSOLAT Feladatlap

1. Igaz vagy tévés az állítás? Döntsétek el, majd jelöljétek X-szel a megfelelő helyen!

	ÁLLÍTÁS	IGAZ	TÉVES
1.	Testbeszédünk jelzi a vonzalmunkat.		
2.	Elkülöníthetünk férfiakra és nőkre jellemző udvarló gesztusokat.		
3.	A vonzalom tudatos kifejezését gyakran gátolják szorongások.		
4.	Ha az, aki tetszik nekem, nemet mond, csak azért lehet, mert én nem vagyok elég jó nő / férfi.		
5.	Egyéni különbségek vannak abban, hogy ki mikor áll készen egy párkapcsolatra.		
6.	A baráti kapcsolatból nem alakulhat szerelmi kapcsolat.		
7.	Az első randi előtt a fiúk nem izgulnak.		
8.	A szerelemben a szenvedély, az intimitás és a kötődés egyaránt fontos.		
9.	Nem szabad kimondanom, hogy szerelmes vagyok, mert a másik elbízta magát vagy megjíjed.		
10.	Ha a páromnak ellenkező nemű barátai is vannak, nem szeret igazán.		
11.	Egy jól működő párkapcsolatban úgy érzem, hogy önmagam lehetek.		
12.	Egy párkapcsolatban minden szabad időm a párommal kell töltenem.		
13.	Ha kifejezem az érzéseim a párkapcsolatban, sérülékennyé válok.		
14.	Az se baj, ha elveszítem magam a kapcsolatban, csak a másik szeressen.		
15.	Egy jó társ könnyebbé teszi az életem.		
16.	Fontos, hogy egy párkapcsolatban felismerjem és kifejezzem a saját igényeim.		
17.	Ha egy párkapcsolatban nem megfelelően kommunikálunk, könnyen félreérthetjük egymást.		
18.	A szakítás egy kapcsolati veszteség, amit fontos megfelelően feldolgozni.		
19.	SMS-ben a legjobb szakítani.		
20.	A szakítás után érdemes gyorsan egy új kapcsolatba kezdeni.		

2. Az állítások elolvasása után milyen fontos témákat tudtok elkülöníteni „A párkapcsolat” témakörön belül? Írjátok le!



### 3. TÉMAKÖR

#### A SZEXUÁLIS ÉLET Feladatlap

1. Igaz vagy téves az állítás? Döntsétek el, majd jelöljétek X-szel a megfelelő helyen!

	ÁLLÍTÁS	IGAZ	TÉVES
1.	Saját testünk megismerésében, a szexuális élet megalapozásában fontos és természetes szerepe van az önkielégítésnek.		
2.	A nők nem végeznek önkielégítést.		
3.	Az önkielégítés ártalmas.		
4.	A férfiaknak nem örömforrás a petting.		
5.	Az erogén zónák helye és érzékenysége egyénileg eltérhet.		
6.	Az első szexuális együttlét olyan tökéletes, mint a filmekben.		
7.	Az első szexuális együttléthez testi és lelki érettség egyaránt fontos.		
8.	A legjobb, ha egy tapasztalt partnerrel vesszítjük el a szüzességünk.		
9.	Az előjáték a szex fontos része.		
10.	A nő nem kezdeményezheti a szexet.		
11.	A nők a csikló ingerlésével és hüvelyi úton is átélhetnek orgazmust.		
12.	Az orgazmus átélésének képességét lehet tanulni.		
13.	A nő és a férfi nem élhet át egyszerre orgazmust.		
14.	A szexuális együttlét a kölcsönös örömszerzés lehetőségét nyújtja.		
15.	A szexuális együttlét során fontos a vágyak kifejezése.		
16.	Tudatmódosító szerektől jobb a szex.		
17.	Szex közben nem lehet beszélni.		
18.	A harmonikus szexuális élet egymás fokozatos megismerésén alapul.		
19.	Csak akkor szexelhetek, ha tökéletes a testem.		
20.	A szexben megjelenő problémák összefüggnek a párkapcsolatban megjelenő problémákkal.		

2. Az állítások elolvasása után milyen fontos témákat tudtok elkülöníteni „A szexuális élet” témakörön belül? Írjátok le!



#### 4. TÉMAKÖR

### A MEGELŐZÉS Feladatlap megoldásai

1. Igaz vagy téves az állítás? Döntsetek el, majd jelöljétek X-szel a megfelelő helyen!

	ÁLLÍTÁS	IGAZ	TÉVES
1.	Kamaszkorban az óvszer a leginkább ajánlott védekezési mód.		
2.	A nők nem hordhatnak maguknál óvszert.		
3.	Az a férfi, akinél óvszer van, csak a szexet akarja.		
4.	Az óvszert könnyű használni, de a megfelelő használatát mindenkinek meg kell tanulni.		
5.	A védekezés elrontja a szexet.		
6.	A védekezésről való gondoskodás a férfi dolga.		
7.	Sérült vagy lejárt szavatosságú óvszert nem szabad használni.		
8.	Az óvszer nem befolyásolja a hormonális működést.		
9.	Az első szexuális együttlét során tönkreteszi az intimitást, ha elővesszük az óvszert.		
10.	Az óvszer két területen is védelmet nyújt.		
11.	Aki felelős önmagáért, az felkészül a nem kívánt terhesség és a szexuális úton terjedő betegségek megelőzésére.		
12.	A nők nem eshetnek teherbe a menstruáció alatt.		
13.	A hüvelybe jutott hímivarsejtek akár még több napig is képesek a petesejt megtermékenyítésére.		
14.	A szexuális együttlét kezdetén a férfi nem szervén megjelenő előváladék is tartalmaz megtermékenyítésre alkalmas hímivarsejteket.		
15.	Ha a férfi gyakorlott, a megszakított közösülés biztonságos módszer.		
16.	A fogamzásgátló tabletta a szexuális úton terjedő betegségektől is megvéd.		
17.	Kamaszkorban még nem kell nőgyógyászhoz / urológushoz járni.		
18.	Ha a páromnak szexuális úton terjedő betegsége van, nekem meg nincs tünetem, biztos, hogy megcsalt.		
19.	A szexuális úton terjedő betegségek nem gyógyulnak meg maguktól, csak szakember (nőgyógyász / urológus) tudja hatékonyan kezelni.		
20.	A kamaszkori nem kívánt terhesség megszakítása testileg és lelkileg is megvisel.		

2. Az állítások elolvasása után milyen fontos témákat tudtok elkülöníteni „A megelőzés” témakörön belül? Írjátok le!