

## 1. TÉMAKÖR

### A NŐ ÉS A FÉRFI Feladatlap megoldásai

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

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

- A nő és a férfi biológiai érése
- A nő és a férfi lelki érése
- A női és a férfi szerepek
- A szexuális kultúra

## 2. TÉMAKÖR

### A PÁRKAPCSOLAT Feladatlap megoldásai

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

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

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

- A vonzalom
- A szerelem
- A párkapcsolat szakaszai
- A párkapcsolat örömei, nehézségei

### 3. TÉMAKÖR

#### A SZEXUÁLIS ÉLET Feladatlap megoldásai

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

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

- Az önkielégítés
- A petting
- Az első szexuális együttlét
- A női és a férfi szexualitás

## 4. TÉMAKÖR

### A MEGELŐZÉS Feladatlap megoldásai

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

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

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

- A védekezés módszerei
- A nem kívánt terhesség
- A szexuális úton terjedő betegségek
- Felelősség a megelőzésben