

Personlig notatark

SEXSNAK - GRÆNSER



(1). Symboler



Symbol 1:

Symbol 2:

(2). Notér 2 råd til at sætte grænser



1:

2:

(3). Notér 2 udsagn om grænser



1:

2:

(4). Mine seksuelle grænser - skriv også på bagsiden for mere plads



Beklædningsgrænser: Hvilken berøring ønsker du ikke - herunder uønskede typer berøring over tøjet og under tøjet?

Kropsdelsgrænser: Hvilke af dine kropsdele er off limits i intime situationer?

Aktivitetsgrænser: Hvilken slags fysisk berøring og seksuel aktivitet er du tryk ved og ikke tryk ved?
