

Wat vind ik belangrijk aan een seksuele partner?

Wat doe je in deze oefening?

In deze oefening ga je voor jezelf na welke dingen jij belangrijk vindt aan een seksuele partner.

Voor wie?

Voor iedereen die wil weten wat voor hem of haar belangrijk is aan een seksuele partner.

Aan de slag

De volgende lijst is een lijst van kenmerken van een partner.

Geef ze een cijfer van 1 (meest belangrijk) tot 13 (minst belangrijk).

Kenmerk	Cijfer
Kinderen willen	
Intelligent	
Goede afkomst	
Financiële zekerheid	
Geloof/religie	
Goede opleiding	
Opwindend	
Creatief	
Aardig en begripvol	
Flexibel	
Huishoudelijk	
Fysiek aantrekkelijk	
Gezond	

Als je een partner hebt, kun je deze ook vragen om de lijst in te vullen. Daarna kun je de lijsten met elkaar vergelijken.

Terugblik

- Wat valt je op als je naar je ingevulde lijst kijkt?
- (Als je partner ook een lijst heeft ingevuld) Wat valt je op aan de ingevulde lijst van je partner? En wat valt je partner op aan jouw lijst?
- Wat heeft deze oefening jou (en eventueel je partner) opgeleverd?

Tot slot

Door middel van deze oefening krijg je inzicht in welke dingen jij belangrijk vindt aan een seksuele partner. Als je een partner hebt, is het een leuke manier om (nog eens) samen na te gaan welke overeenkomsten en verschillen er zijn. En wat dat voor jullie betekent.

Bron: Seksuologie. Hoofdstuk: Psychologische benaderingen van seksualiteit.