

Lang Leve
de Liefde



Praten met je kind over **sexting en grooming**



L.O.V.E.
 **NLINE**
TOOLKIT



24/7 online!

Tegenwoordig hebben bijna alle jongeren een smartphone. Ze staan 24/7 met anderen in contact. Ook met liefde en relaties experimenteren ze online. Dat wat jongeren vroeger 'in het fietsenhok' deden, gaat tegenwoordig via de smartphone. Dit hoort bij de normale ontwikkeling van pubers.

Wat weet u?

Wat doet uw kind online? Met wie heeft hij of zij contact? Gebeurt er wel eens iets wat minder prettig is? U kunt uw kind beter begrijpen en helpen als u weet wat er online en op de smartphone gebeurt. Sommige ouders vinden het best lastig om met hun kind te praten over wat ze doen op social media. Hoe begin je erover? En wat bespreek je wel en wat niet?

WAT IS SEXTING EN GROOMING?

Sexting:

het versturen van seksueel getinte berichten en beelden.

Grooming:

het door volwassenen online verleiden van minderjarigen om seks met ze te hebben.

Meer over sexting

Jongeren sturen berichtjes naar elkaar via diverse apps. Ze flirten met iemand die ze leuk vinden of ze ontmoeten online misschien wel hun eerste verkering. Ook sturen ze veel foto's en filmpjes. Soms zijn die foto's en filmpjes sexy. Ze sturen dan een foto in bikini of zwembroek, blote borst of zelfs naakt. Dat noemen we sexting. Dat kan leuk en spannend zijn als je dat allebei wilt en als de beelden privé blijven. Het wordt vervelend als foto's of filmpjes verder verspreid worden. Dat is zelfs strafbaar. Ook is het strafbaar als beelden onder dwang gemaakt zijn. Ongewenste verspreiding van beelden is vaak traumatisch voor de persoon die op de foto staat of in het filmpje voorkomt.

Amira, 41 jaar: 'Sexting normaal? Mag ik het ook niet normaal vinden? Ik heb dat nooit gedaan!'

Tijden veranderen. Maar dat betekent niet dat iedereen daar in mee moet gaan. Sexting op zichzelf is niet schadelijk. Jongeren die het doen noemen het een positieve ervaring. Maar veel jongeren doen het ook niet.



QUIZ! JONGEREN ONLINE

Waar of niet waar?

1 De meeste jongeren besteden 4 uur per dag aan social media.

☐ Waar ☐ Niet waar

2 Jongens gebruiken social media meer dan meisjes.

☐ Waar ☐ Niet waar

3 Jongeren flirten liever via de chat dan in het echt.

☐ Waar ☐ Niet waar

Antwoorden onderaan deze pagina.

WIST U DIT AL?

- **1 op de 8 jongeren** heeft wel eens een seksfilmpje of naaktfoto van zichzelf aan iemand gestuurd.

- **1 op de 20 jongeren** heeft meegemaakt dat zijn/haar naaktbeeld werd doorgestuurd. De helft van de jongens en driekwart van de meisjes vond dit vervelend.

- **1 op de 5 jongeren** heeft wel eens een naaktfoto of seksfilmpje ontvangen.

- **1 op de 4 jongeren** heeft wel eens een naaktfoto of seksfilmpje van een bekende gezien.

- **6% van de jongens en 2% van de meisjes** heeft wel eens een naaktfoto of seksfilmpje van een ander doorgestuurd.
- **6% van de jongens en 14% van de meisjes** heeft wel eens een nare ervaring met sexting gehad.*

* Deze feiten over 2016 komen uit het landelijke onderzoek Seks onder je 25* (2017) over liefde, seks en relaties onder jongeren van 12 tot 25 jaar.

1. Niet waar. De meeste jongeren besteden 1 tot 3 uur per dag aan social media.
2. Niet waar. Meisjes brengen meer tijd door op social media dan jongens. Ook gebruiken ze vaker Instagram, Snapchat en Facebook dan jongens. Jongens gebruiken vaker YouTube.
3. Waar. Jongeren vinden het makkelijker om via de chat (zoals WhatsApp en Facebook Messenger) te laten merken dat ze iemand leuk vinden. Ook maken ze liever via de chat een afspraakje voor een date.

Bron: Seks onder je 25* 2017

JONGEREN ONLINE

UITSLAG!

Wat u moet weten over grooming

Als een volwassene een minderjarige probeert over te halen tot seks, heet dat grooming. Groomers zoeken contact met kinderen en jongeren via social media of online games. Ze proberen vertrouwen te winnen, doen aardig en doen alsof ze dezelfde interesses hebben. Ze gaan steeds een stapje verder. Na een tijdje kunnen ze de jongere vragen om naaktfoto's of – filmpjes te sturen of om hun lichaamsdelen te laten zien tijdens de videochat. Ook kunnen ze de jongere overhalen om met ze in het echt af te spreken.

Wie zijn groomers?

- Groomers zijn zowel mannen als vrouwen.
- Soms vertellen groomers hun echte leeftijd. Soms doen ze zich juist voor als een leeftijdsgenoot.
- Groomers kunnen ook een bekende zijn van de minderjarige, zoals een familielid of sporttrainer.
- Zowel jongens als meisjes worden verleid door groomers.

Afspreken via internet?

Wil uw zoon of dochter met iemand afspreken die hij of zij via internet heeft ontmoet? Help uw kind dan na te denken over hoe je dat veilig kunt doen. Bijvoorbeeld:

- Eerst met hem of haar videobellen.
- Een vriend of vriendin meenemen naar de date.

Heeft u er nog geen goed gevoel over?

Vertel uw kind dat u zich zorgen maakt. Stel bijvoorbeeld voor om een check te doen door de ouders van hem of haar te bellen. Of stel voor om de eerste ontmoeting bij u thuis te laten plaatsvinden.

Kijk op **MELDKNOP.NL** voor meer informatie en voor het maken van een melding als u denkt dat uw kind contact heeft met een groomer.



10 praattips

Driekwart van de jongens en de helft van de meisjes heeft nog nooit met hun ouders gepraat over sexting. Met deze tips kunt u het gesprek aangaan.



1 Gebruik alledaagse gebeurtenissen als aanleiding voor een gesprek.

U kunt uw kind vragen naar een verhaal van tv. Zoals een naaktfoto van een bekende Nederlander die is uitgelekt of een nieuwe app. Vraag eens of uw kind die app kent. Wat doet hij of zij daarmee? Welke andere apps gebruikt hij of zij nog meer?

2 Praat met elkaar terwijl jullie iets aan het doen zijn.

Bijvoorbeeld tijdens de afwas, winkelen, autorijden of de hond uitlaten. Soms praat het makkelijker als je elkaar niet aankijkt. Een grapje kan helpen om de spanning te verminderen.

3 Stel vragen die uw kind aan het denken zetten.

Vraag rustig door na een antwoord en stel commentaar zo lang mogelijk uit. Bij een vraag waar je kind 'ja' of 'nee' antwoordt, vraag je door: 'Hoezo?'. 'Leg eens uit?'. 'Heb je dat al eens meegemaakt?'. 'Waarom denk je dat?'. Alles is goed, als u maar voorkomt dat er een oordeel in uw vraag zit. Pubers willen best praten, als ze maar niet bekritiseerd worden. Overigens is geen antwoord niet altijd een teken dat ze niet nadenken. Goede vragen sudderen door op de achtergrond.

4 Geef uw kind de kans om positieve verhalen over social media met u te delen.

Vraag uw kind om eens te laten zien wat hij of zij op social media doet of ontdekt heeft. Jongeren vinden het vaak leuk

om dit te vertellen. De kans is groot dat uw kind hierover meer weet dan u zelf. Zo begrijpt u beter waarom uw kind sociale media aantrekkelijk vindt, met wie hij of zij contact heeft én leert u gelijk een beetje bij. Wees daarbij niet controlerend, maar toon interesse.

5 Praat met uw kind ook over vervelende kanten van social media.

Het is goed om over de leuke kanten van social media, relaties en seks te praten. Het is ook belangrijk om met uw kind over vervelende kanten van social media te praten zoals grooming. 'Ik las laatst over een jongere dat door een man was verleid via Instagram. Ze dacht dat het iemand van haar eigen leeftijd was. Heb jij zoiets wel eens gehoord? Wat kan je doen om te voorkomen dat dat gebeurt?'. Nodig uw kind uit om het u te vertellen als ze iets niet vertrouwen. Dan kunt u ze helpen.



Wendy, 46 jaar: Praten over sexting? Breng je ze dan niet op ideeën?



Nee, juist niet: ze worden bewuster van wat ze zelf willen en hoe ze zichzelf kunnen beschermen tegen risico's.

6

Vraag naar de mening van uw kind.

Soms zijn pubers zelf heel kritisch over anderen. Dat is een mooie gelegenheid voor een gesprek. 'Hoe zou jij dat dan doen?'. 'Kun je je voorstellen waarom die ander dat zo gedaan heeft?'. Vraag door naar de mening van uw kind. Zo ontwikkelt uw kind waarden en normen en voelt het zich meer serieus genomen.

Voorbeeld: tieners hebben de neiging om slachtoffers van sexting keihard te veroordelen. 'Had ze maar niet zo stom moeten zijn.' Probeer uw kind zich te laten inleven in die ander. Vraag: 'Wat is stommer: wat zij gedaan heeft of wat degene gedaan heeft die de foto's stiekem heeft doorgestuurd?' Soms helpen zulke vragen om ze nog beter te laten nadenken. Luister eerst en geef pas daarna aan wat u er zelf van vindt.

7

Stimuleer uw kind duidelijk eigen wensen en grenzen aan te geven.

Jongeren vinden het soms lastig om hun eigen wensen aan te geven en grenzen te bewaken. Soms doen ze dingen die ze eigenlijk nog niet willen. Praat daarover. Bespreek situaties waarin een jongere zich onder druk gezet kan voelen door de ander die bijvoorbeeld graag sexy beelden wil uitwisselen. Erken dat het soms moeilijk is om 'nee' te zeggen, maar versterk uw kind in het gevoel dat hij of zij daar alle recht toe heeft.

8

Vertel uw kind dat het altijd bij u terecht kan.

Ook om over lastige onderwerpen te praten of als hij of zij ergens mee zit. Het lijkt vanzelfsprekend, maar het is toch goed om het af en toe te zeggen. Zeg gewoon eens hardop: 'Ik zal er altijd voor je zijn en niet boos worden als je iets gedaan hebt waar je spijt van hebt. Bedenk dat je mij altijd om hulp kunt vragen, ook als er iets is met een vriend of vriendin waarover je wilt praten.'

9

Praat open en eerlijk over liefde en seks.

Vertel het ook gewoon eerlijk als u het moeilijk vindt om erover te praten. Het mag ook best lacherig zijn. Als de onderliggende boodschap maar duidelijk is: 'Aan mij heb je wat, ik ben beschikbaar om met je te praten als jij dat wilt.'

10

Bekijk de film Praten met je kind over social media en sexting.

Op langevedeliefde.nl > Voortgezet Onderwijs > Toolkit L.O.V.E. Online staat onderaan de pagina een film voor ouders. Hierin vertellen ouders over hun eigen ervaringen en geven zij tips.

Ad, 43 jaar: Kun je niet gewoon verbieden om aan sexting te doen?



Verbieden is bij tieners nooit echt een effectieve opvoedstrategie. Vooral niet als ze voelen dat u iets verbiedt omdat u bang bent. Vertel ze gewoon eerlijk over de risico's en vertrouw erop dat ze zelf goede keuzes maken.

Handige websites

Ouder.nl

Website voor ouders en opvoeders met informatie over allerlei onderwerpen die te maken hebben met opvoeden, waaronder sexting.

Opvoeden.nl

Informatieve website over opvoeden bij verschillende leeftijdsfasen van uw kind.

Mediaopvoeding.nl

Mediaopvoeding.nl is dé vraagbaak voor ouders en professionals voor vragen over media en mediagebruik van kinderen.

Meldknop.nl

Een website waar u meer informatie kunt vinden over sexting, grooming en andere vervelende online incidenten. Via Meldknop.nl kunt u melding maken of aangifte doen van een incident.

Sens.info

Verwijs uw kind voor betrouwbare informatie over liefde, relaties en seksualiteit naar de website van Sense.

LEESTIPS

103 vragen over jongeren en seks

Een boekje met handige informatie over de seksuele ontwikkeling van jongeren tussen 12 en 25 jaar.
Bestellen: www.soaaids.nl > webshop.





COLOFON

Praten met uw kind over sexting en grooming is een product van Soa Aids Nederland en Bureau Jeugd&Media in samenwerking met Rutgers. Het is onderdeel van de Toolkit L.O.V.E. Online.

Samenstelling: Els Weerstra, Suzanne Meijer en Lisette Schutte

Met medewerking van: Justine Pardoën, Solange Jacobsen en Marianne Cense

Redactie: Annemies Gort

Grafisch ontwerp: Suzanne Hertogs en Anne de Laat, Ontwerphaven

Fotografie: Yvonne Brandwijk, Shutterstock

Tweede uitgave, 2019

SOAIDS
Nederland

Bureau
Jeugd & Media 

Rutgers



Dit product draagt bij aan
het vignet Gezonde School.

