



CYBERPESTEN



AAN DE SLAG MET DIGITALE VAARDIGHEDEN
TRAINING: **SOCIAL MEDIA**



CYBERPESTEN

Fantastisch toch al die mogelijkheden! Daarom heet het natuurlijk ook social media, het is super sociaal! Maar helaas, juist omdat het zo toegankelijk is voor iedereen zijn er ook figuren die hier misbruik van maken en zij richten zich vaak op de kwetsbare mensen, zoals bijvoorbeeld jouw cliënten! Een veel voorkomende negatieve ervaring is cyberpesten. Je herkent dit vast wel bij kinderen, helaas vindt het ook veel plaats bij volwassenen, 2 op de 3 volwassenen heeft online een forse negatieve ervaring meegemaakt, dat is veel! Social media is de plek waar cyberpesten het meest gebeurt. Wat het meeste voorkomt zijn openlijk uitschelden, bedreiging, stalking en seksuele intimidatie.

Opdracht 1: Het verhaal van Ellen

Lees onderstaande casus goed door. Arceer wat de psychische effecten van online stalking zijn op Ellen.

Eindelijk!

Ellen dacht dat er eindelijk een ommekeer was in haar leven. Ze ontmoette een mooie, lieve man met wie ze naar de toekomst zou kunnen kijken, na een verleden van misbruik en ellende. Deze prins op het witte paard was nog wel getrouwd toen hij Ellen ontmoette. Maar ze geloofde dat wat zij hadden zo bijzonder was, dat deze man snel haar echtgenoot zou worden.

En dan leer je elkaar echt kennen.

Zoals in iedere relatie heb je dagen, weken en soms maanden nodig om elkaar beter te leren kennen. Toen na de eerste periode de verliefdheid wat afnam, bleek dat de relatie niet was waar Ellen op hoopte. Er was gelukkig geen sprake van fysiek geweld, maar de man zette bijvoorbeeld geen stappen om te gaan scheiden. En hij werd steeds nukkiger en meer kortaf naar Ellen. Ze voelde zich al snel te veel, alsof ze er alleen mocht zijn als het hem uitkwam.

Daar kies ik niet voor

Die keuze werd snel duidelijk. Ellen wil alleen relaties waarin ze er ook mag zijn, en waarin geliefden met respect met elkaar omgaan. Gezien haar verleden was de keuze snel gemaakt: ze verbrak de relatie en ging weer alleen verder.

Achtervolgen

En toen begon de ellende. Al snel kwam Ellen erachter dat ze digitaal gehackt werd door haar ex-vriend. Ze begrijpt nog steeds niet hoe dit heeft kunnen gebeuren, maar in gesprekken met vrienden en deskundigen bleek dat haar ex verschillende instellingen had aangepast en 'dingen' had geïnstalleerd om haar te volgen.

Angst

En dat steekt haar ex niet onder stoelen of banken. Hij laat Ellen weten dat hij haar kan zien, en dat hij weet waar ze is. Of hij dit nu echt de hele tijd weet, weet Ellen niet. Ze heeft er slapeloze nachten van. Maar soms krijgt ze bericht van hem, waarin hij exact vertelt waar ze zich bevindt. En als dat klopt, dan slaat de angst haar om het hart.

En nu?

Ellen heeft al haar wachtwoorden en instellingen gewijzigd, maar nog steeds krijgt ze berichten. Ze begrijpt er niets van en voelt zich machteloos. "Het lijkt alsof hij zelfs mijn nieuwe wachtwoorden kan raden. Ik voel me onzeker en het is zenuwslopend en frustrerend. Ik wil mijn leven terug!", zegt Ellen. Binnenkort heeft ze een afspraak met hulpverlening voor huiselijk geweld om dit probleem grondig aan te pakken.



Nu overkomt dit Ellen maar er zijn nog veel meer voorbeelden van online stalking, bedreigingen en seksuele intimidatie. Je kunt je voorstellen dat dit voor jouw cliënten, die al worstelen met hun mentale gezondheid, grote gevolgen kan hebben.

Als je dan leest dat 2 op de 3 volwassenen hiermee te maken heeft gehad dan is er een grote kans dat jouw cliënten hier ook ervaring mee hebben. Lees er meer over in het artikel [‘2 op de 3 volwassenen negatieve ervaring online’](#) (Bron: stedendriehoek).

Opdracht 2: Reality check

Er gebeuren dus meer negatieve zaken via social media dan je denkt. Bespreek je ook weleens met je collega's of zij ervaring hebben met cyberpesten? Dit is een mooie manier om dat eens te checken bij 3 collega's. Welke negatieve ervaringen hebben zij meegemaakt? Welke komen het meeste voor? Wat voor gevolgen had het voor hen? Gebruik het werkblad hieronder om bij te houden welke negatieve ervaringen je collega's hebben gehad.

Negatieve ervaring	Aantal	Gevolgen
☹ Seksuele intimidatie		
☹ Online stalking		
☹ Online uitgescholden		
☹ Online bedreigd		
☹ Online gepest		
☹ Anders		

Opdracht 3: Signalen

Slachtoffers van seksuele intimidatie ervaren vaak gevoelens van schaamte, waardoor zij hier liever niets over willen vertellen, laat staan melden bij de politie. Angst voor reacties van anderen maakt het moeilijk om te zien of er iets aan de hand is. Slachtoffers hebben vaak last van (psychische) klachten. Daarnaast komt het ook vaak voor dat het op het werk niet goed gaat. Er zitten een aantal klachten verstoppt in de woordzoeker op de volgende pagina, welke vind jij hier in terug?



Heb jij alle 10 klachten teruggevonden in de woordzoeker? Schrijf ze in het kader:

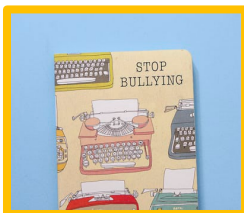
Klachten

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)
- 6)
- 7)
- 8)
- 9)
- 10)

TIP! Mis je er een paar? Je mag spieken in het antwoordvak op de laatste pagina.

Als je bovenstaande klachten leest, dan kun je je wel voorstellen dat het voor cliënten enorme gevolgen kan hebben. Zij hebben al te maken met psychische klachten en wanneer daar ook nog eens negatieve ervaringen op social media bijkomen, dan zal het erg lastig zijn om hier goed mee om te kunnen gaan. Zij kunnen hier zeker hulp bij gebruiken! Op deze site kun je er nog veel meer over lezen: <https://www.huiselijkgeweld.nl/vormen/online-seksuele-intimidatie>

Cyberpesten, wat kun je doen?



1. Luister naar het verhaal van je client en neem het serieus
2. Verzamel bewijs, maak screenshots met datum en tijd en naam
3. Kijk in de omgeving van de client wie hem/haar kan ondersteunen
4. Vraag uw client niet te reageren op berichten e.d.
5. Stem af met de politie
6. Doe aangifte of maak een melding bij de politie, fijn als er iemand meegaat

Grooming

Online daten is tegenwoordig de normaalste zaak van de wereld. Ook jouw cliënten zullen wel eens naar links of rechts geswipt hebben op Tinder of via social media contact hebben gelegd met iemand uit een ander land. En dan ineens is daar de liefde van je leven, jullie hebben veel gemeen, je datingpartner is super lief en heel attent. Er wordt zelfs al gesproken over trouwen en kinderen krijgen.. Je geliefde wil graag naar je toe komen om je echt vast te kunnen houden. Maar hier is natuurlijk geld voor nodig, of je dat even over wilt maken..... Dan moeten er alarmbellen afgaan maar omdat je zo verliefd bent is het moeilijk te zien dat je misschien wel met een crimineel te maken hebt die misbruik wil maken van jou. Dit is een vorm van grooming, een onbekende probeert je vertrouwen te winnen zodat je geld over gaat maken.



Opdracht 4: Alarmbellen

Bekijk de film 'Misdaad zonder bloed'. Dit kun je doen door via YouTube te zoeken naar: 'Misdaad zonder bloed', of hiernaast op de video te klikken.



In de film worden een aantal 'alarmbellen' benoemd waaraan je kunt herkennen dat er iets niet pluis is. Welke van de onderstaande alarmbellen zie je terug? Zet een kruisje bij het juiste antwoord.

1. Hij/zij komt uit het buitenland	<input type="checkbox"/> True <input type="checkbox"/> False
2. Hij/zij stuurt naar jou geld zodat je een ticket kunt kopen	<input type="checkbox"/> True <input type="checkbox"/> False
3. Hij/zij is vaak militair of een ondernemer uit de olie-industrie	<input type="checkbox"/> True <input type="checkbox"/> False
4. Hij/zij zit veel in Afrika, Turkije of het Midden-Oosten, (Soms ook Azië en de Golf van Mexico)	<input type="checkbox"/> True <input type="checkbox"/> False
5. Hij/zij is een echte ridder op het witte paard of een droomprinses	<input type="checkbox"/> True <input type="checkbox"/> False
6. Hij/Zij heeft vaak geen baan	<input type="checkbox"/> True <input type="checkbox"/> False
7. Hij/zij belooft naar je toe te komen maar dit gaat niet zo makkelijk	<input type="checkbox"/> True <input type="checkbox"/> False
8. Jullie hebben regelmatig contact via beeldbellen en je ziet dan ook zijn/haar kinderen	<input type="checkbox"/> True <input type="checkbox"/> False
9. Hij/zij kan door omstandigheden niet bij zijn of haar geld	<input type="checkbox"/> True <input type="checkbox"/> False
10. Hij/zij moet eerst nog bv ziekenhuiskosten betalen en hij/zij heeft dat geld niet	<input type="checkbox"/> True <input type="checkbox"/> False
11. Hij/zij heeft (zicht op) een grote som geld, diamanten of goud maar heeft jouw hulp nodig hier aan te komen	<input type="checkbox"/> True <input type="checkbox"/> False
12. Hij/zij vraagt of hij/zij zijn waardevolle bezittingen naar je kan sturen, maar je moet wel betalen voor ontvangst	<input type="checkbox"/> True <input type="checkbox"/> False

Het is vaak moeilijk om erover te praten wanneer je in zo'n situatie terecht komt. Gevoelens van schaamte spelen een grote rol. Voor cliënten zal het zeker ook een moeilijk onderwerp zijn. Zij voelen zich al zo kwetsbaar en zijn gevoelig voor positieve aandacht. Want wat is het fijn om verliefd te zijn. Juist dan is het moeilijk om gevoelens van wantrouwen bespreekbaar te maken. Toch is het nodig want het kan verschrikkelijke gevolgen hebben.

Wat kun je doen?



1. Heb oog voor de emotionele band die je cliënt heeft met zijn/haar oplichters. De kille mededeling dat het een oplichter is, werkt vaak niet. Verplaats je in de belevingswereld van je cliënt en benadruk dat het niet gaat om het misgunnen van geluk.
2. Nodig je client uit om over zijn/haar relatie te praten. Als u direct negatief oordeelt zal een slachtoffer meer informatie achterhouden.
3. Probeer je cliënt in een vroeg stadium te waarschuwen. Geld vragen in een prille relatie moet alarmbellen doen rinkelen. Zeker als gevraagd wordt het geld over te maken via Western Union of MoneyGram.
4. Druk je niet uit in een verwijtende toon. Ook al vind je de oplichting nog zo overduidelijk, laat dit niet blijken en neem een slachtoffer serieus. Schilder iemand niet af als naïef of dom maar kom met concrete bewijzen dat het om oplichting gaat.
5. Vraag documenten op van de fraudeur. Deze kun je vervolgens op echtheid controleren. Zoek op foto's via Google Afbeeldingen. Hiermee kunt u ontdekken of foto's ook op andere plekken op internet te vinden zijn.
6. Houd er rekening mee dat de oplichter je cliënt flink onder druk kan gaan zetten. Allerlei dreigementen kunnen worden geuit en je cliënt wordt mogelijk een flink schuldgevoel aangepraat.
7. Herken wat er gebeurt: slachtoffers willen verdriet en spanning nog wel eens verwarren met verliefdheid. Voor meer informatie neem contact op met www.fraudehelpdesk.nl

Opdracht 5: Support

Het kan voorkomen dat jouw cliënt in een gesprek aangeeft superleuk contact te hebben op Instagram met iemand die vraagt om af te spreken (of om seksueel getinte foto's te sturen), je cliënt heeft deze knapperd nog nooit in het echt ontmoet. Zou hij wel 'echt' zijn? Is hij dan eindelijk daar, de witte prins op het paard? Vink hieronder aan welke adviezen jij zou geven:

- Zeg nee, wanneer er om een naaktfoto wordt gevraagd
- Check zijn volgers of degene die hij volgt
- Vraag zijn achternaam zodat je hem kan zoeken op internet
- Check samen de social media van degene waarmee je cliënt contact heeft
- Ga nergens naar toe maar rijd samen met hem een stuk in de auto
- Stel heel veel vragen aan diegene, blijft hij oppervlakkig dan is dat verdacht
- Zoek zijn profielfoto via google images
- Geef je adres zodat hij je thuis kan ontmoeten
- Laat je knapperd een selfie maken waarbij hij met zijn linkerhand zijn rechteroor aanraakt

TIP! Ga gelijk aan de slag met een oefening over 'grenzen aangeven'.

Ken je het MTV programma: Catfish?

Hoe vindt de internetgeneratie ware liefde? Vaak worden zij online verliefd op iemand die ze nog nooit ontmoet hebben. Het probleem daarmee; die leuke man/vrouw kan gemakkelijk liegen over wie hij echt is. Ze nemen als het ware een ander online imago of identiteit aan. Soms blijkt degene aan de andere kant van het internet niet degene te zijn die hij of zij zegt te zijn. In Catfish gaan Nev en zijn team dit uitzoeken en confronteren ze diegene daarmee. Afleveringen van het programma kun je o.a. kijken via het [YouTube kanaal van MTV Catfish](#)



Populaire tactiek:

De criminelen op internet worden steeds beter. Eerst kreeg je mailtjes waaraan je wel kon zien dat ze nep waren, of waarbij je een sterk vermoeden had. Maar nu is dat haast niet te onderscheiden van echt. De nepmail zou zomaar echt van je bank af kunnen komen, en de website ziet er dan ook precies hetzelfde uit.

Ook fraude via WhatsApp gebeurt steeds meer, dit is een vorm van phishing (kijk voor meer informatie hierover naar het werkblad phishing). Het lijkt alsof je zoon of dochter je aan het appen is en om geld vraagt maar in werkelijkheid is het een crimineel. Hoe doen ze dat nu?

Opdracht 6: Whatsnep

Lees het artikel over WhatsApp fraude op de website van Een vandaag. Als je op deze link klikt kom je meteen bij het juiste artikel: <https://eenvandaag.avrotros.nl/item/dit-is-hoe-whatsappfraude-werkt-en-wat-je-er-tegen-kunt-doen/> Zet onderstaande stappen in de juiste volgorde:

1. Via een site als Marktplaats maakt de whatsneppert een contact alsof ze iets van je willen kopen.
2. De whatneppert appt naar jou: "Jij hebt een code gekregen, maar die is eigenlijk voor mij bedoeld. Zou je die code willen opsturen?" Als je dit doet, kan de oplichter daarna hele whatsapp account van jou overnemen.
3. Dan vraagt WhatsApp van de whatsneppert om een telefoonnummer.
4. Op een andere telefoon installeert de whatsneppert WhatsApp.
5. Jij krijgt daardoor een code te zien in je eigen app.
6. De whatsneppert typt het nummer van jou in op WhatsApp.
7. Samen ga je via whatsapp afspraken maken over de eventuele koop van b.v. een auto.
8. De whatsneppert doet zich bij je familie of vrienden voor als jou en vraagt om hulp (geld).

De juiste volgorde: - - - - - - - - -

Antwoorden:

Opdracht 3: Signalen
Dit zijn de 10 klachten die in de woordzoeker staan:
Angst, concentratie, irritatie, machteloos, nachtmeries, onzeker, schaamte, slecht slapen, stress

Opdracht 4: Alarmbellen
1=True 2=False 3=True 4=True 5=True 6=True 7=True 8=False 9=True 10=True 11=True
12=True

Opdracht 6: WhatsApp 1-7-4-3-6-5-2-8

Deze module is gemaakt door Sabine Donders namens MediaEigenWijs in opdracht van Digivaardig in de Zorg.
Heb je opmerkingen of vragen over dit lesmateriaal? Mail dan naar info@digivaardigindezorg.nl.

Beeldmateriaal: [Unsplash](https://unsplash.com). Woordzoeker gemaakt via puzzel.org

AAN DE SLAG MET DIGITALE VAARDIGHEDEN
TRAINING: SOCIAL MEDIA

