

A young woman with braided hair is looking down at her smartphone. She is wearing a white t-shirt and a black wristband. The background is a plain, light-colored wall.

Rutgers

Expertisecentrum  
seksualiteit

# Handreiking veilig online

Aandacht voor online seksueel grensoverschrijdend gedrag in  
de gemeente/regio

# Inhoud

<b>1. Preventie</b>	6
Zet een duidelijke norm neer	7
Zet in op verandering	8
Ondersteun jongeren	10
<b>2. Aanpak bij incidenten</b>	12
Steun slachtoffers en voorkom victimblaming	13
Spreek plegers aan en bespreek consequenties	14
<b>3. Aan de slag!</b>	15
Beschikbare bronnen & tools	16

A close-up photograph of a person's hands holding a light-colored smartphone. The person is wearing a white t-shirt. The background is blurred, showing the person's face and hands. The phone is held in a way that the screen is visible, though the content on the screen is not clear.

## **Eén op de vijf meiden en vrouwen boven de 12 jaar heeft wel eens een dickpic ontvangen. Vaak meermaals en het merendeel van onbekenden.**

76% van de ontvangers, zowel vrouwen als mannen, ervaart 'walging' bij het krijgen hiervan. Terwijl 86% van de verzenders juist hoopt seksuele opwinding te bereiken<sup>1</sup>.

1. [offlimits.nl/nieuws/dickpics-ontvanger-voelt-vooral-walging-zender-hoopt-juist-op-seksuele-](https://offlimits.nl/nieuws/dickpics-ontvanger-voelt-vooral-walging-zender-hoopt-juist-op-seksuele-)

# Lees praktische adviezen over preventie van en aanpak bij incidenten bij online seksueel grensoverschrijdend gedrag

We kennen de verhalen uit het nieuws over dickpics, ongewenst doorsturen van naaktbeelden en kwetsende seksuele opmerkingen in groepsapps. Online seksueel grensoverschrijdend gedrag kan ernstige gevolgen hebben voor met name jongeren.

Cijfers van CBS<sup>2</sup> geven aan dat dit geen incidenten zijn, online seksueel grensoverschrijdend gedrag is een structureel probleem wat overal voorkomt. In 2022 gaf ruim een op de tien personen van 16 jaar of ouder (11 procent) aan dat zij in de afgelopen vijf jaar online een of meerdere ongewenste seksuele ervaringen hebben meegemaakt.

## Online seksueel grensoverschrijdend gedrag kent vele vormen.

Het maken van seksueel kwetsende opmerkingen of grapjes of ongewenst naaktfoto's of seksfilmpjes (door)sturen komen het vaakst voor. Ook gebeurt het regelmatig dat iemand blijft aandringen op een date of aandringt op het toesturen van persoonlijke seksuele foto's of filmpjes. Andere vormen zijn bijvoorbeeld grooming, sextortion en wraakporno<sup>3</sup>.

---

2. [longreads.cbs.nl/phgsg-2022/online-seksuele-intimidatie/](https://longreads.cbs.nl/phgsg-2022/online-seksuele-intimidatie/)

## Wat doet de gemeente?

Gemeenten hebben een coördinerende rol om samen met de relevante organisaties in de regio te werken aan de veiligheid van hun inwoners en daarmee ook aan de preventie van online seksueel grensoverschrijdend gedrag. In deze handreiking delen we de belangrijkste inzichten in wat werkt in preventie en aanpak van online seksueel grensoverschrijdend gedrag.

## Zet in op wat werkt

Als je effectief wil zijn is het belangrijk om in te zetten op wat werkt. Dat betekent dat je als gemeente samen met diverse stakeholders bouwt naar een integrale aanpak en daarbij gebruik maakt van goed onderbouwde interventies en campagnes, kennis uit de theorie en kennis uit de praktijk.

Maak gebruik van het 8 puntenplan voor preventie seksueel geweld in de gemeente.

### In 8 stappen naar effectieve preventie

1. Breng het probleem in kaart
2. Breng de juiste partijen samen
3. Formuleer ambitieuze en haalbare doelen
4. Bevorder aandacht voor respectvolle omgang in de ontwikkeling van jongeren
5. Geef aandacht aan jongeren die risico lopen
6. Ontwerp duidelijke en aansprekende publiciteitscampagnes
7. Bevorder deskundigheid van professionals
8. Veranker preventie seksuele grensoverschrijding in beleid

[Lees meer](#)



# 1. Preventie

Er is veel te winnen door in te zetten op preventie. Ongewenste dickpics kunnen voorkomen worden als de verzenders weten hoe ze op een positieve manier online seksueel actief kunnen zijn.

Een manier waarbij gewenste, vrijwillige en gelijkwaardige interacties het uitgangspunt zijn. Het sturen en doorsturen van naaktfoto's of seksfilmpjes zonder consent zal afnemen als we niet langer de slachtoffers de schuld geven, maar de verantwoordelijkheid bij de plegers leggen.

## Zet een duidelijke norm neer

Sexting is leuk ... doorsturen niet. Als de sociale norm is dat het doorsturen van naaktfoto's of seksfilmpjes zonder toestemming niet oké is, doen mensen dat ook minder. Zet daarom in campagnes en voorlichting een duidelijke norm neer dat online seksueel grensoverschrijdend gedrag nooit oké is.

### Hoe doe je dat?

- 1** **Communiceer de nieuwe norm**  
Online seksuele interacties horen gewenst, vrijwillig en gelijkwaardig te zijn. Met respect voor de wensen en grenzen van jezelf en de ander.
- 2** **Benoem wat niet oké is**  
Online seksueel grensoverschrijdend gedrag is niet oké en hoort niet te gebeuren.
- 3** **De pleger is verantwoordelijk**  
De verantwoordelijkheid voor online seksueel grensoverschrijdend gedrag ligt altijd bij de pleger, nooit bij het slachtoffer.
- 4** **Steun het slachtoffer**  
Als er een incident is steun je het slachtoffer en spreek je de pleger aan.

# Zet in op verandering

- 1 Laat het gewenste gedrag zien**  
Hoe ga je respectvol online met elkaar om, hoe reageer je als je online ongewenst gedrag ziet?
- 2 Geef concrete handelingsadviezen**  
Hoe herken en respecteer je online wensen en grenzen? Hoe steun je een slachtoffer en hoe spreek je een pleger aan?
- 3 Zet rolmodellen in**  
Werk met lokale rolmodellen en influencers die de doelgroepen goed bereiken.
- 4 Herhaling is belangrijk**  
Herhaal campagnes regelmatig! Maak er bijvoorbeeld een jaarlijks moment van.

**Vanuit de directe sociale omgeving is geloof en steun van enorm belang. Vrienden die achter je staan, familie die je opvangt en beschermt.**

Afkeuring, afschuw en onbegrip van familie en vrienden maakt de ervaring erger<sup>4</sup>.

4. rutgers.nl/wp-content/uploads/2022/06/Rapport-Wat-bepaalt-de-impact-van-online-



# Wat kunnen gemeenten doen?



## Denk na voordat je doorstuurt | KPN

Gebruik landelijke campagnes als 'Denk na voordat je doorstuurt' om ook lokaal het gesprek over online seksueel grensoverschrijdend gedrag aan te gaan.

[Bekijk de campagne](#)



## Oordeel niet | Gemeente Rotterdam

Gemeente Rotterdam lanceert een campagne om online seksueel grensoverschrijdend gedrag te voorkomen: 'Oordeel niet - Sexting is niet fout, online shaming wel'.

[Bekijk de campagne](#)

# Ondersteun jongeren

Ondersteun jongeren in veilig online seksueel gedrag en consent. Online flirten en sexy foto's sturen kan heel leuk zijn, als het gebeurt met wederzijds respect en instemming.

## Hoe bevorder je positief gedrag?

- 1 Gebruik een positieve benadering**

Focus op hoe je wél op een prettige manier online kan flirten, daten en seksueel kan zijn. En hoe je online rekening houdt met je eigen wensen en grenzen en met die van een ander.
- 2 Leg accent op veilig online seksueel gedrag**

Veel jongeren zijn zich bewust van de risico's en zijn bang om fouten te maken. Leg het accent op hoe je bijvoorbeeld zo veilig mogelijk aan sexting kan doen. Gelijkwaardigheid, vertrouwen en wederzijdse instemming zijn hierbij belangrijk.
- 3 Doorbreek de dubbele moraal**

Niemand hoeft zich te schamen voor online seksueel gedrag. Grijp in bij slutshaming. Online grensoverschrijdend gedrag is nooit oké, grijp in bij het goedpraten van plegers onder het mom van 'boys will be boys'.
- 4 Benadruk het belang van respect**

Zorg dat respectvolle omgang structureel voldoende aandacht krijgt in de levens van jongeren: op de basisschool, vervolgonderwijs, beroepsonderwijs en buiten school.
- 5 Steun de seksuele opvoeding**

Ondersteun ouders in de seksuele opvoeding van hun kinderen, breng bijvoorbeeld Seksueleopvoeding.info onder de aandacht bij ouders.

# Wat kunnen gemeenten doen?



## Girls in Woods | Gemeente Den Haag

Gemeente Den Haag zet theater in om op scholen extra lessen te geven over online seksueel grensoverschrijdend gedrag.

[Lees meer](#)



## Online cursus 'Seks online' | Rutgers

Bevorder de deskundigheid van professionals die met jongeren werken. De online cursus 'Seks Online' geeft professionals concrete handvatten om jongeren op een positieve manier te ondersteunen online wijzer en weerbaarder worden.

[Bekijk de cursus](#)



## **2. Aanpak bij incidenten**

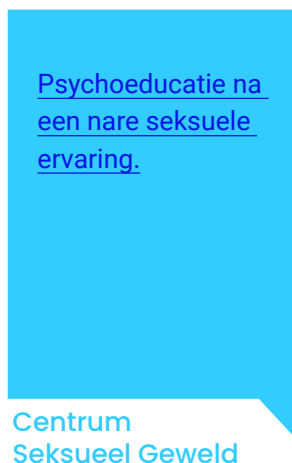
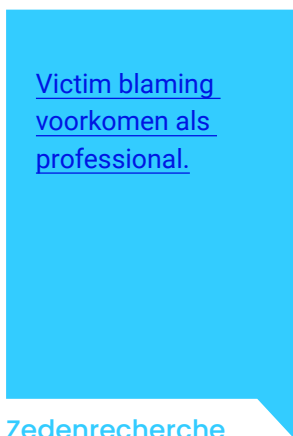
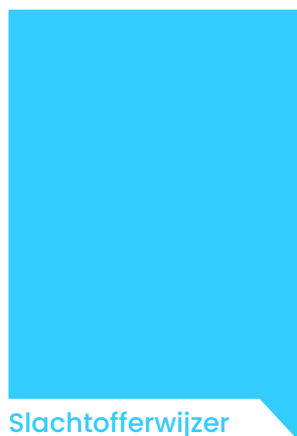
Door steun te geven aan slachtoffers en maatregelen te nemen richting plegers, leg je de verantwoordelijkheid van het online seksueel grensoverschrijdend gedrag waar het hoort, bij de plegers. Je voorkomt hiermee dat de ervaring van het slachtoffer nog erger wordt.

## Steun slachtoffers en voorkom victimblaming

Hoe je reageert op incidenten van online seksueel grensoverschrijdend gedrag, kan een grote impact hebben op de ervaring van het slachtoffer.

Slachtoffers schamen zich vaak en leggen de schuld al snel bij zichzelf. En helaas doet de omgeving dit ook vaak, soms zonder het goed te beseffen. Bijvoorbeeld met een opmerking als: "Je had die beelden ook nooit moeten versturen." Zulke uitspraken kunnen kwetsen en het schuldgevoel versterken. Wat een negatieve invloed kan hebben op de verwerking van de nare gebeurtenis.

### Hulp voor slachtoffers



# Spreek plegers aan en bespreek consequenties

Online seksueel grensoverschrijdend gedrag is nooit oké. Het is belangrijk dat degene die bijvoorbeeld beelden doorstuurt zonder consent, seksuele kwetsende grapjes maakt online of blijft aandringen op een date hier ook op worden aangesproken.

En als de situatie erom vraagt dat er ook aangifte gedaan wordt en/of er eventueel een strafmaatregel tegenover staat. Zorg ook voor hulp voor plegers.

[Meer info over hulp voor jonge plegers](#)

## Voorkom herhaling

Hulp voor slachtoffer en pleger kan helpen voorkomen dat het nog een keer gebeurt. Daarnaast is inzet op brede preventie ook van belang. Gebruik het incident om nogmaals de norm neer te zetten dat online seksuele grensoverschrijding nooit oké is, hoe op een veilige en leuke manier online seksueel actief te zijn en waar je terecht kan met vragen of problemen. Bijvoorbeeld door gesprekken in de klas.



# **3. Aan de slag!**

Wat gebeurt er al in jouw gemeente? Vaak gebeurt er al meer dan je denkt. Breng eens in kaart wat er allemaal al ingezet wordt op, bijvoorbeeld op scholen of binnen zorg- en welzijn.

Daarmee krijg je inzicht in waar kansen liggen om preventie en aanpak van online seksueel grensoverschrijdend gedrag te verbeteren. Bijvoorbeeld door betere samenwerkingen of opschalen wat al goed gaat. Ook krijg je inzicht in knelpunten en lacunes. Samen zijn knelpunten beter op te lossen, kennisuitwisseling en gezamenlijke trainingen kunnen bijvoorbeeld heel effectief zijn. En als je weet wat nog niet gebeurt, heb je ook inzicht in waar je echt nog op in moet zetten om daadwerkelijk verschil te gaan maken.

## Beschikbare bronnen & tools

### Voor beleidsmakers

- 1** **Het 8 puntenplan**  
[Preventie van seksueel geweld in de gemeente.](#)
- 2** **Wat is de rol van jongens en mannen?**  
[Handreiking betrekken van jongens en mannen.](#)
- 3** **Lokale netwerken**  
Handreiking lokale lerende netwerken ter preventie van (online) seksueel grensoverschrijdend gedrag en (ex) partnergeweld.
- 4** **Hoe pak je straatintimidatie aan?**  
[Handreiking Veilige Steden: Do's en don'ts](#) bij de aanpak van straatintimidatie en seksueel grensoverschrijdend gedrag in het uitgaansleven.



# Voor jongeren, ouders & professionals

## 1 [Seksueleopvoeding.info](https://seksueleopvoeding.info)

Betrouwbare informatie voor ouders.

## 2 [Sense.info](https://sense.info) en [Seggsy.nl](https://seggsy.nl)

Betrouwbare informatie voor jongeren.

## 3 [Stappenplan van Seksindepraktijk.nl](https://stappenplan.van.seksindepraktijk.nl)

Deskundigheidsbevordering en interventies voor zorg- en welzijnsprofessionals: [Aandacht voor online vormen van seksuele grensoverschrijding](#).

## 4 [Seksuelevorming.nl](https://seksuelevorming.nl)

Deskundigheidsbevordering en lesmaterialen onderwijs.

**Het betoog 'stuur geen sexy foto's' leidt juist tot het ongewenst verspreiden van beeldmateriaal. Door dit betoog voelen plegers zich alleen maar gerechtigd.**

**Het idee is: 'Als je zo'n foto maakt, dan ben je een slet. Dus ga ik je exposen ook.'**

- Marijke Naezer



