



Theoretisch kader Online haat en discriminatie & jongeren

Diversion en Netwerk Mediawijsheid
maart 2025

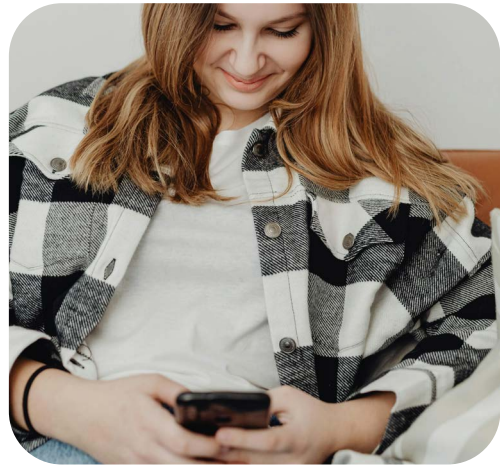


Netwerk
Mediawijsheid

Diversion

Inleiding

Online haat en discriminatie vormen een groeiend maatschappelijk probleem met ingrijpende gevolgen voor individuen en de samenleving¹. Onder online haat en discriminatie verstaan wij het systematisch verspreiden van vijandige, beledigende of discriminerende uitingen gericht op individuen of groepen, gebaseerd op kenmerken zoals afkomst, religie, gender, seksuele oriëntatie, fysieke of mentale gesteldheid, of andere identiteitskenmerken. Dit kan zich bijvoorbeeld uiten in de vorm van scheldpartijen, bedreigingen, doelbewuste uitsluiting en het verspreiden van haatdragende desinformatie. Met het aanwakken van polarisatie, radicalisering en extremisme als gevolg. De impact van online haat en discriminatie varieert van een bredere normvervaging die bijdraagt aan een toxische online cultuur tot mentale, sociale en/of fysieke schade bij slachtoffers en zelfs fysieke onveiligheid voor de samenleving.



In het project *Samen Sterk tegen Online Haat en Discriminatie* ontwikkelen we interventies **voor en door jongeren**. Deze interventies dragen bij aan het versterken van online normen en het creëren van een veiligere en inclusievere digitale omgeving. Om effectieve interventies te ontwikkelen, is een heldere afbakening en strategische focus essentieel.

Dit rapport dient als denkkader en vormt het voorwerk voor de ontwikkeling van de interventies. Het biedt echter geen volledig overzicht van alle beschikbare kennis en inzichten binnen deze brede thematiek. Het rapport is opgesteld door [Diversión](#) en [Netwerk Mediawijsheid](#) en is gebaseerd op deskresearch, expertsessies, gesprekken met partners en behoeftepeilingen onder professionals en jongeren.

De hoofdstukken zijn als volgt ingedeeld:

1. Kennisbasis en afbakening	
online haat en discriminatie	3
2. Jongeren	15
3. Professionals	23
4. Interventies	30
5. Conclusies en aanbevelingen	41
6. Aanvullende literatuur	44
7. Bijlagen	45

¹ Kennisplatform Inclusief Samenleven (KIS), Impact van online discriminatie: jongeren voelen zich machteloos en onveilig, 2023. [Link](#); Rathenau Instituut, Online ontspoord: de maatschappelijke impact van schadelijk gedrag op het internet, 2021. [Link](#)

1. Kennisbasis

In dit hoofdstuk brengen we in kaart welke vormen van online schadelijk gedrag centraal staan in dit project en waarom we bepaalde thema's prioriteren. Daarbij wordt expliciet gekeken naar welke groepen en op welke gronden mensen het meest worden geraakt door online haat en discriminatie, evenals de mechanismen die bijdragen aan normvervaging in online omgevingen.

De thema's die in dit hoofdstuk aan bod komen, zijn:

1. Begripsafbakening
2. Welke groepen en op welke gronden krijgen mensen te maken met online haat en discriminatie?
3. Wat weten we van verspreiders, slachtoffers en omstanders
4. Wat weten we van online normvervaging

1.1 Begripsafbakening online haat & discriminatie

Online kwetsend gedrag is een complex fenomeen met diverse uitingsvormen. In het rapport *Online ontspoord*¹ worden verschillende vormen van online kwetsend gedrag beschreven, zoals online shaming, cyberpesten, phishing, desinformatie, wraakporno en haatspraak.

In de onderzoeksrapportage *Online Grensoverschrijdend Gedrag*² wordt daarnaast beschreven wanneer mensen bepaald gedrag als grensoverschrijdend ervaren. Uit dit onderzoek blijkt dat de meeste Nederlanders de volgende vijf gedragingen veel te ver vinden gaan, omdat deze kwetsend en/of schadelijk zijn: wraakporno/shame sexting, cyberpesten, bedreigen, doxing en hacking. Daarbij zien we dat Nederlanders die niet zijn opgegroeid in het digitale tijdperk (Babyboomers en GenX), dit soort gedragingen eerder veel te ver vinden gaan dan Nederlanders die wel zijn opgegroeid in het digitale tijdperk (Millenials en GenZ). De meeste van deze gedragingen hebben als gemeenschappelijke factor dat ze als kwetsend worden ervaren. Daarnaast worden ze – volgens internationaal onderzoek² – meestal doelbewust uitgevoerd, om bijvoorbeeld de ontvanger te kwetsen en/of een ‘voordeel’ te behalen op de zender.

1.1.1 Focus op online haat & discriminatie

Er is geen ‘one size fits all’ voor de aanpak van online kwetsend of grensoverschrijdend gedrag. Door specifiek te richten op normvervaging bij online haat en discriminatie, ontstaat de mogelijkheid om gerichte strategieën en maatregelen te ontwikkelen. Zonder een duidelijke afbakening zou het risico bestaan dat interventies te breed worden opgezet en daardoor minder effect hebben. De rest van dit hoofdstuk zal daarom ook verder inzoomen op begripsafbakening en toelichting over online haat en discriminatie.

1.1.2 Vormen van online haat

Online haat kent vele vormen, variërend van ‘onschuldige’ grapjes tot expliciete oproepen tot geweld. Om effectieve interventies te ontwikkelen, is het belangrijk inzicht te bieden in deze uiteenlopende uitingen. Dit overzicht laat zien hoe mildere vormen van online haat kunnen escaleren tot ernstigere vormen, met een grotere impact op zowel individuen als de samenleving.

Note: Dit overzicht is intern ontwikkeld werkmodel en niet wetenschappelijk gevalideerd. Daarnaast is het een indicatie en biedt geen volledig beeld van alle vormen van online haat. De dynamiek en uitingsvormen van online haat veranderen voortdurend en kunnen per context verschillen. Discriminatie is apart vermeld, maar kan ook een component zijn in de andere genoemde vormen.

¹ Rathenau Instituut, Online ontspoord. Een verkenning van schadelijk en immoreel gedrag op het internet in Nederland, 2021. [Link](#)

² Netwerk Mediawijsheid, Online Grensoverschrijdend Gedrag. Waar ligt de grens voor jou?, 2023. [Link](#)

Online negativiteit

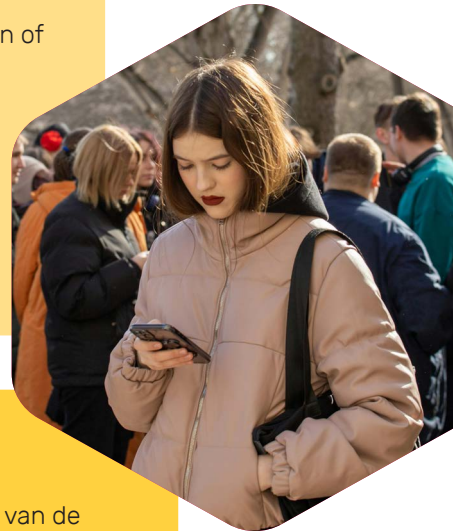
Lichte, vaak onbewuste vormen van kwetsend gedrag die bijdragen aan een online omgeving waarin negatieve, schadelijke en vaak destructieve gedragingen overheersen. Dit gedrag wordt vaak als onschuldig of humoristisch gezien door de afzender, maar kan schadelijke effecten hebben.

Voorbeelden:

- Sarcasme en passief-agressieve opmerkingen
- "Het is maar een grapje"-mentaliteit bij kwetsende uitingen
- Roasten, cijfergooien, raad de leerling, pop the balloon, etc.
- Influencers en online trends die impliciet oordelen over bepaalde gedragingen of uiterlijkheden, zonder expliciet naar een individu te verwijzen.

Gevolg:

- Normalisering van online haat
- Lage(re) drempel voor discriminerend of kwetsend gedrag
- Hoge(re) drempel om je er tegen uit te spreken (minder sociale correctie)



Online Pesten

Gerichte en vaak bewuste acties om individuen te vernederen, te isoleren van de groep of onder druk te zetten.

Voorbeelden:

- Pesten: nare opmerkingen, buitensluiten, uitlachen, roddelaccounts etc.
- Shaming: publiekelijk belachelijk maken om uiterlijk, gedrag of keuzes
- Exposing: privégegevens, intieme beelden en gevoelige info met oordeel
- Discussies en ruzies die uit de hand lopen en omslaan in haatdragende taal

Gevolg:

- Sociale isolatie
- Slachtoffers ervaren stress, angst en schaamte
- Negatieve effecten op zelfbeeld en mentale gezondheid

Online Discriminatie

Online aanvallen op individuen en groepen vanwege bijvoorbeeld afkomst, gender, religie, seksuele oriëntatie of identiteit.

Voorbeelden:

- Discriminerende opmerkingen
- Stereotype framing
- Haatcampagnes tegen minderheidsgroepen (bijv. #Gohome trends tegen migranten)
- Online intimidatie
- Digitale manipulatie (Nepnieuws, desinformatie, deepfakes, complottheorieën)
- Kwetsende memes die stereotypering versterken
- "Het is maar een grapje"-mentaliteit bij discriminerende of kwetsende uitingen

Gevolg:

- Wij/zij denken neemt toe
- Individuen voelen zich onveilig, zowel online als offline
- Bevordert sociale uitsluiting
- Negatieve effecten op zelfbeeld en mentale gezondheid
- Risico op ongewenste radicalisering



Online Extremisme

Online haat en discriminatie kunnen een uiting zijn van online extremisme. Hierbij worden digitale platformen vanuit ideologisch gedachtegoed gebruikt als instrumenten om de democratische rechtsorde te ondermijnen. Er zijn directe gevolgen voor fysieke veiligheid en maatschappelijke stabiliteit.

Voorbeelden:

- Content die geweld verheerlijkt
- Extremistische groepen die werven via online platformen
- Online groepen waarin extremistische ideologieën verspreid worden
- Content die extremistisch gedachtegoed normaliseert
- Berichten of beelden die aanzetten tot gewelddadige of illegale acties

Gevolg:

- Polarisatie
- Verhoogd risico tot radicalisering
- Toename risico op gewelddadige incidenten
- Angst in de samenleving
- Onveiligheid
- Vertrouwen in instituties, media en democratische processen neemt af

1.2 Welke groepen en op welke gronden krijgen mensen te maken met online haat en discriminatie?

Om gerichte interventies te kunnen ontwikkelen, is het niet alleen essentieel om een goed beeld te hebben van de verschillende typen online haat, maar ook van de doelwitten en de impact. Online haat en discriminatie kan gericht zijn op individuen, groepen of zelfs instituties en komt voor op basis van uiteenlopende gronden, zoals bijvoorbeeld gender, seksuele oriëntatie, afkomst, huidskleur, religie of fysieke en mentale beperkingen.

Dit overzicht biedt voorbeelden van verschillende doelwitten, de diverse vormen van online haat en discriminatie en de mogelijke impact ervan. Dit overzicht is intern ontwikkeld werkmodel en niet wetenschappelijk gevalideerd.

1. Individueel gericht

De haat richt zich op een specifiek persoon, vaak met de intentie om diegene te vernederen, bedreigen of uit te sluiten.

Gronden	Voorbeelden	Mogelijke impact
• Uiterlijk • Persoonlijke keuzes • Fysieke of mentale beperkingen • Sociaal-economische status • Leeftijd • Seksuele oriëntatie	• 'Grapjes' • Beledigen • Schelden • Pesten • Exposing • Shaming • Intimideren	• Negatieve invloed op het zelfbeeld • Mentale gezondheidsklachten zoals stress, angst, depressie • Sociale isolatie • Normvervaging

2. Groepsgericht

De haat richt zich op een bepaalde groep vanwege gedeelde kenmerken, met als doel de groep te marginaliseren, uit te sluiten of haat tegen hen aan te wakkeren.

Gronden	Voorbeelden	Mogelijke impact
• Afkomst • Religie • Gender • Seksuele oriëntatie • Nationaliteit / Status • Opleidingsniveau • Fysieke of mentale beperking	• Stereotypering • Discriminatie • Haatcampagnes • Provocerende opmerkingen • Nepnieuws • Desinformatie • Complottheorieën • Verheerlijken van geweld • Oproepen tot geweld	• "Wij/zij"-denken in de samenleving • Het bevordert polarisatie en maatschappelijke verdeeldheid • Groepen voelen zich onveilig, zowel online als offline • Verminderd vertrouwen in instituties en media • Toename risico ongewenste radicalisering en (gewelddadig) extremisme

3. Institutioneel gericht

De haat richt zich op een organisatie, een overheidsinstelling of een publiek figuur.

Gronden	Voorbeelden	Mogelijke impact
• Politiek beleid • Wantrouwen • Vrijheid en controle • Corruptie of wanbeheer • Ideologische verschillen • Economische motieven • Ethische kwesties • Maatschappelijke standpunten	• Nepnieuws • Complottheorieën • Negatieve reviews • Oproepen tot boycot/cancellen • Valse berichten die de reputatie schaden • Oproepen tot gewelddadige en/of illegale acties	• Reputatieschade • Omzetverlies • Ledenverlies • Schadeclaims • Discriminatie • Protesten en rellen • Aantasting vertrouwen in de rechtsstaat • Uitsluiting • Psychische problemen • Fysieke onveiligheid

1.2.1 Jongeren

Online haat en discriminatie treffen diverse subgroepen binnen de jongerenpopulatie. Uit onderzoek³ naar jongeren tussen de 15 en 25 jaar blijkt dat ongeveer 5% van deze leeftijdsgroep online discriminatie heeft ervaren. Jongeren beschouwen online haat en discriminatie als een normaal onderdeel van het internet en zien het daardoor niet altijd als schadelijk. De meeste online haat en discriminatie ervaren jongeren op TikTok⁴. Maar ook op andere socialemediakanalen, zoals Snapchat en Instagram, en tijdens het online gamen zien jongeren deze berichten. TikTok wordt als het extreemst ervaren, met 'grappig bedoelde' TikToks over gevoelige onderwerpen, zoals slavernij. Ook de jongeren die geen TikTok (meer) hebben, vertellen dat het lastig is om te ontkomen aan de haatdragende content omdat die vaak viraal gaat via Instagram, Snapchat en YouTube.

Binnen dit project werken we samen met jongeren die zich actief inzetten om de online wereld veiliger en inclusiever te maken. Door middel van zelfontworpen interventies die zich richten op normvervaging pakken zij online haat en discriminatie aan. In het volgende hoofdstuk gaan we dieper in op de specifieke kenmerken van deze doelgroep en hun rol binnen het project.

³ Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS), Online Veiligheid en Criminaliteit, 2022. [Link](#)

⁴ Kennisplatform Inclusief Samenleven (KIS), Impact van online discriminatie: jongeren voelen zich machteloos en onveilig, 2024. [Link](#)
Rathenau Instituut, Online ontspoord. Een verkenning van schadelijk en immoreel gedrag op het internet in Nederland, 2021. [Link](#)

1.3 Verspreiders, Slachtoffers en Omstanders

1.3.1 Wat weten we van verspreiders?

Verspreiders van online haat en discriminatie maken vaak gebruik van anonimiteit en het gevoel van straffeloosheid dat het internet biedt. Ze kunnen uiteenlopende motieven hebben, variërend van frustratie tot het opzettelijk willen schaden van anderen. Het Rathenau Instituut⁵ benadrukt dat deze anonimiteit het moeilijk maakt om verspreiders te identificeren, wat interventie bemoeilijkt.

Uit de onderzoeksrapportage *Online Grensoverschrijdend Gedrag*⁶ bleek dat slechts een kleine groep grensoverschrijders aangaf dat zij met hun gedrag doelbewust wilden kwetsen. Het merendeel van de grensoverschrijders gaf aan dat ze onbewust iemand hadden gekwetst. Mogelijk hadden deze grensoverschrijders niet de bedoeling om te kwetsen, maar hebben ze het gedrag uitgevoerd om een ander (persoonlijk) doel te bereiken. Een andere mogelijke verklaring is dat hun perceptie van wat zij kwetsend vinden en wat niet, niet overeenkomt met wat de ontvanger kwetsend vindt en wat niet. In andere woorden, grensoverschrijders zijn mogelijk niet goed in het inschatten van de emotionele reacties van ontvangers. Wetenschappers hebben aangetoond dat mensen die zich online asociaal gedragen vaak minder empathisch zijn. Dit betekent dat ze een minder sterk vermogen hebben om zich in te leven in de gevoelens van een ander.



1.3.2 Classificatiemodel op basis van de intentie van de verspreider

De intentie van de verspreider speelt een belangrijke rol bij het begrijpen en bestrijden van online haat. Dit model maakt onderscheid tussen verschillende niveaus van opzet en bewustzijn. Dit is niet allesomvattend, maar geeft een denkrichting.

⁵ Rathenau Instituut, Online ontspoord. Een verkenning van schadelijk en immoreel gedrag op het internet in Nederland, 2021. [Link](#)
Kennissplatform Inclusief Samenleven (KIS), Impact van online discriminatie: jongeren voelen zich machteloos en onveilig, 2024. [Link](#)

⁶ Netwerk Mediawijsheid, Online Grensoverschrijdend Gedrag. Waar ligt de grens voor jou?, 2023. [Link](#)

Intentie	Beschrijving	Voorbeelden
Onbewuste haat	De verspreider is zich niet (volledig) bewust van de kwetsende aard van zijn/haar gedrag en handelt bijvoorbeeld vanuit vooroordelen, groepsdruk of maatschappelijke normalisering van haat.	• Niet opkomen voor anderen wanneer deze doelwit zijn van online haat. • Het liken en delen van online trends (roasting, shaming, cijfergooien etc.) zonder na te denken over de impact op de persoon die het doelwit is. • Het liken en delen van memes en 'grappige' filmpjes die schadelijke vooroordelen in stand houden. • "Het is maar een grapje"-mentaliteit • Uitsluiting zonder kwade bedoelingen • Onbewust delen van nepnieuws en desinformatie
Impliciete haat	De verspreider maakt gebruik van verholde of subtiele vormen van haat, vaak onder het mom van "humor" of "vrijheid van meningsuiting".	• Sarcasme en passief-agressieve opmerkingen • Kwetsende memes • Stereotypering • Trollen • Shaming via trends • Nepnieuws • Complottheorieën
Expliciete haat	De verspreider is zich volledig bewust van het kwetsende karakter van zijn/haar uitingen en heeft de intentie om schade te berokkenen.	• Beledigingen en scheldwoorden • Pesten • Shaming • Exposing • Discriminatie • Desinformatie • Verheerlijking van geweld • Aanzetten tot geweld

Stafrecht

Online haat waarmee iemand gekwetst wordt is per definitie grensoverschrijdend. In veel gevallen wordt ook de grens van het strafrecht overschreden. In Nederland is bijvoorbeeld haatzaaien verboden. Artikel 137d Wetboek van Strafrecht (Sr) verbiedt het aanzetten tot haat, discriminatie of geweld van mensen vanwege hun ras, godsdienst of levensovertuiging, geslacht, seksuele gerichtheid of handicap. Ook het beledigen van deze bevolkingsgroepen (groepsbelediging) is strafbaar.

bron: Radar.nl

1.3.3 Wat weten we van omstanders?

Omstanders spelen een cruciale rol bij het beïnvloeden van online gedrag. Toch kiezen veel omstanders ervoor om passief te blijven, vaak uit angst voor repercussies of onzekerheid over hoe te reageren. Het Rathenau Instituut⁷ stelt dat het stimuleren van upstandergedrag – waarbij omstanders actief ingrijpen – kan bijdragen aan het afzwakken van schadelijke online normen. Wanneer omstanders op een positieve manier in actie komen, kunnen zij niet alleen de impact van online kwetsend gedrag voor slachtoffers verminderen, maar ook bijdragen aan een gezondere online omgeving.

“Alle gemene reacties waren echt heel naar, maar het allerergste vond ik de stilte van mijn vriendinnen.”

Uit onderzoek van Netwerk Mediawijsheid⁸ blijkt dat omstanders die als upstander optreden: de negatieve effecten van online kwetsend gedrag op het welzijn van betrokkenen kunnen verlichten, toekomstige gevallen van kwetsend gedrag online kunnen verminderen, sociale normen positief kunnen beïnvloeden, waardoor minder mensen kwetsende en meer mensen prosociale berichten delen.

1.3.4 Upstandergedrag bij online haat

Upstandergedrag verwijst naar actief opkomen tegen online haat of discriminatie, bijvoorbeeld door slachtoffers te ondersteunen of haatdragende content te melden. Onderzoek van KIS⁹ benadrukt dat het essentieel is om meldingen van online haat aantrekkelijker en effectiever te maken en om een positieve norm tegen online haat te bevorderen. Beloningssystemen kunnen hierin een rol spelen door de bereidheid om haatdragende berichten te melden te vergroten.

1.3.5 Wat weten we van de impact op slachtoffers

Online haat en discriminatie kunnen aanzienlijke gevolgen hebben voor slachtoffers, zowel op individueel als maatschappelijk niveau. In het model op pagina 4 benoemen we ook al de impact op maatschappij en individuen. Hieronder worden enkele specifieke effecten nog expliciet toegelicht, ondersteund door relevante bronnen.

Mentale gezondheid

Er is een sterke relatie tussen het ervaren van online discriminatie en negatieve emoties, zoals depressieve klachten en angst¹⁰. Jongeren die online discriminatie ervaren, rapporteren vaker negatieve emoties en depressieve klachten, wat hun sociaal functioneren beïnvloedt.

⁷ Rathenau Instituut, Online ontspoord. Een verkenning van schadelijk en immoreel gedrag op het internet in Nederland, 2021. [Link](#)

⁸ Netwerk Mediawijsheid, Van omstander naar 'upstander', 2022. [Link](#)

⁹ Kennisplatform Inclusief Samenleven (KIS), Impact van online discriminatie: jongeren voelen zich machteloos en onveilig, 2024. [Link](#)

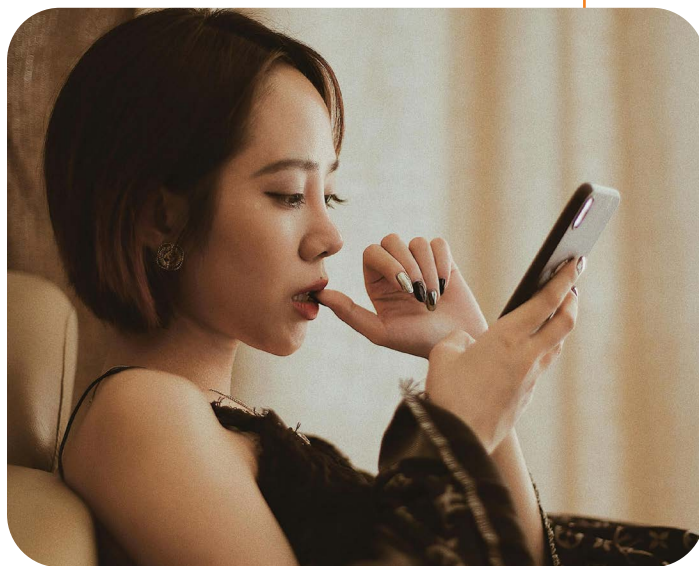
¹⁰ Kennisplatform Inclusief Samenleven (KIS), Impact van online discriminatie: jongeren voelen zich machteloos en onveilig, 2024. [Link](#)

Sociale terugtrekking

Slachtoffers kunnen zich terugtrekken uit sociale activiteiten, zowel online als offline, uit angst voor verdere discriminatie of haat¹¹. Dit kan leiden tot isolatie en een verminderd gevoel van veiligheid. Uit onderzoek blijkt dat slachtoffers van online discriminatie minder vertrouwen in mensen hebben en zich minder veilig voelen.

Fysieke gezondheid

Langdurige blootstelling aan online haat kan leiden tot lichamelijke klachten, zoals slaapproblemen en verhoogde stressniveaus¹². Bij kinderen en jongeren kan dit zelfs de hersenontwikkeling beïnvloeden, wat gevolgen heeft voor hun algehele gezondheid. Hoewel specifiek onderzoek naar de impact van online haat op de hersenontwikkeling beperkt is, is het bekend dat chronische stress en slaapgebrek negatieve effecten kunnen hebben op de gezondheid van jongeren.



¹¹ Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS), Online Veiligheid en Criminaliteit, 2022. [Link](#)

¹² Pharos, Onderzoek Discriminatie en Gezondheid, 2022. [Link](#)

1.4 Normvervaging bij verspreiders en omstanders

Uit divers onderzoek blijkt dat normvervaging een belangrijke factor is in de toename van online kwetsend gedrag. Dit fenomeen geeft verspreiders en omstanders ruimte om negatieve gedragingen te normaliseren en versterkt het gevoel van straffeloosheid. Zo constateert het Rathenau Instituut¹³ dat de stijging van online haatspraak, cyberpesten en bedreigingen een duidelijke aanwijzing is voor deze normvervaging.

Daarnaast heeft TNO in samenwerking met de Rijksuniversiteit Groningen onderzoek gedaan naar online normoverschrijdend gedrag¹⁴. Dit onderzoek biedt een theoretisch raamwerk om dit gedrag te herkennen, verklaren en tegen te gaan, en benadrukt de noodzaak voor een gestructureerd en oplossingsgericht debat over dit onderwerp (TNO & Rijksuniversiteit Groningen, 2022).

Ook Netwerk Mediawijsheid heeft in 2020 een rapport gepubliceerd waarin tien jaar onderzoek naar mediawijsheid wordt samengevat¹⁵. Dit rapport beschrijft de impact van online normvervaging en grensoverschrijdend gedrag en benadrukt het belang van mediawijsheid als instrument om deze negatieve effecten te beperken (Netwerk Mediawijsheid, 2020).



1.4.1 Factoren die bijdragen aan normvervaging

1. Toename van online haat en discriminatie

Het aantal gevallen van online haatspraak, cyberpesten en bedreigingen blijft toenemen. De anonimiteit die het internet biedt, zorgt ervoor dat mensen zich minder verantwoordelijk voelen voor hun gedrag, wat leidt tot meer grensoverschrijdend gedrag. Dit fenomeen wordt bevestigd door onderzoek van het Rathenau Instituut¹⁶, waarin wordt aangetoond dat normvervaging online nauw samenhangt met een gevoel van straffeloosheid.

¹³ Rathenau Instituut, Online ontspoord. Een verkenning van schadelijk en immoreel gedrag op het internet in Nederland, 2021. [Link](#)

¹⁴ Nederlandse organisatie voor Toegepast-Natuurwetenschappelijk Onderzoek (TNO), Rijksuniversiteit Groningen, Gewenst beleid tegen ongewenst gedrag : voorbeelden van goed beleid tegen ongewenste omgangsvormen op het werk, 2002. [Link](#)

¹⁵ Netwerk Mediawijsheid, Tien jaar onderzoek Mediawijsheid, 2020. [Link](#)

¹⁶ Rathenau Instituut, Online ontspoord. Een verkenning van schadelijk en immoreel gedrag op het internet in Nederland, 2021. [Link](#)

2. Socioculturele verschuivingen

Sociale media en online platforms stimuleren de verspreiding van virale content, waardoor schadelijk gedrag sneller genormaliseerd kan worden. Dit draagt bij aan de vervaging van normen over wat als acceptabel gedrag wordt beschouwd. Onderzoek van TNO en de Rijksuniversiteit Groningen¹⁷ wijst uit dat de online omgeving, waarin gebruikers elkaar voortdurend beïnvloeden, een rol speelt in het verschuiven van gedragsnormen.

3. Impact van algoritmen en filterbubbels

Algoritmen op sociale mediaplatforms versterken vaak polariserende meningen en kunnen extremistische standpunten aanmoedigen. Dit draagt bij aan normvervaging, doordat gebruikers voornamelijk worden blootgesteld aan bevestigende informatie, wat kan leiden tot radicalisering van gedrag en opvattingen¹⁸.

4. Gebrek aan handhaving en verantwoordelijkheid

De handhaving van online gedragsregels blijft beperkt. Platformen passen vaak inconsistente moderatie toe en regelgeving op nationaal en internationaal niveau loopt achter op technologische ontwikkelingen. Dit gebrek aan duidelijke consequenties voor normoverschrijdend gedrag zorgt ervoor dat de grenzen van wat acceptabel is verder vervagen¹⁹.

5. Normen verschuiven met technologie

Nieuwe technologieën brengen nieuwe vormen van online gedrag met zich mee, die niet altijd direct gereguleerd kunnen worden. Dit leidt tot een voortdurende aanpassing van sociale normen en kan, bij gebrek aan duidelijke richtlijnen, bijdragen aan normvervaging.

¹⁷ Nederlandse organisatie voor Toegepast-Natuurwetenschappelijk Onderzoek (TNO), Rijksuniversiteit Groningen, Gewenst beleid tegen ongewenst gedrag : voorbeelden van goed beleid tegen ongewenste omgangsvormen op het werk, 2002. [Link](#)

¹⁸ Netwerk Mediawijsheid, Tien jaar onderzoek Mediawijsheid, 2020. [Link](#)

¹⁹ Rathenau Instituut, Online ontspoord. Een verkenning van schadelijk en immoreel gedrag op het internet in Nederland, 2021. [Link](#)

²⁰ Nederlandse organisatie voor Toegepast-Natuurwetenschappelijk Onderzoek (TNO), Rijksuniversiteit Groningen, Gewenst beleid tegen ongewenst gedrag : voorbeelden van goed beleid tegen ongewenste omgangsvormen op het werk, 2002. [Link](#)

2. Jongeren

In het vorige hoofdstuk hebben we toelichting gegeven op de keuze voor interventieontwikkeling gericht op het tegengaan van online haat en discriminatie en de doelgroep jongeren. Om samen de strijd aan te gaan tegen online haat en discriminatie en effectieve acties te ontwerpen en uit te voeren, is het belangrijk dat we de doelgroep jongeren goed begrijpen. In dit hoofdstuk zoomen we daarom in op deze doelgroep en hoe zij zich verhouden tot online haat en discriminatie. De volgende thema's komen aan bod:

1. **Effect.** Wat is het effect van online haat en discriminatie op jongeren?
2. **Bewustwording.** Hoe bewust zijn jongeren zich van online haat en discriminatie?

Voor dit hoofdstuk is, naast andere bronnen aangegeven in de voetnoten, gebruikgemaakt van een behoeftepeiling die is uitgezet onder jongeren. Deze peiling gaat in op hun gedrag online en hun relatie tot online haat en discriminatie. De peiling is door 43 jongeren ingevuld, met een leeftijdsspreiding tussen de 18 en 25 jaar oud en vooral woonachtig in stedelijk gebied. Verder goed om te benoemen dat het theoretisch opleidingsniveau oververtegenwoordigd is in deze sample. De volledige resultaten van deze peiling zijn opgenomen in bijlage 3.

2.1 Effect

2.1.1 Hoe verhouden jongeren zich tot de online wereld?

De leeftijd van een jongere is belangrijk bij diens verhouding tot mediagebruik.

Globaal zijn de volgende leeftijdsfases te onderscheiden onder kinderen en jongeren¹:

- **4-6 jaar (kleuter).** Kenmerken: De zelfstandigheid neemt toe. Het kind leert nieuwe gevoelens als schaamte kennen en kan steeds beter omgaan met emoties. Mediagebruik is op deze leeftijd vooral interessant om van te leren en plezier te hebben.
- **6-12 jaar (kind).** Kenmerken: In de leeftijd van 6-12 jaar worden kinderen steeds gevoeliger voor meningen van anderen en hebben over veel dingen ook een eigen mening. Kinderen denken in deze leeftijdsfase steeds meer na voordat ze iets doen en ze krijgen hun emoties en gedrag steeds meer onder controle.
Mediagebruik: 6 - 10: Kinderen vinden het op deze leeftijd vooral leuk om zelf dingen te doen met media. Ze leren ook hoe het is om bij een groep te horen.
- **10-16 jaar (pubertijd).** Kenmerken: kinderen worden zelfstandiger en kritischer, maar zijn nog sterk beïnvloedbaar door hun omgeving. Ze krijgen meer toegang tot sociale media en zijn gevoelig voor groepsnormen. Ouders blijven ook in deze fase belangrijk voor de ontwikkeling van het kind.
Mediagebruik: 10 - 12: Kinderen veranderen snel als ze in de puberteit komen. Ze houden zich meer bezig met wat anderen van hen vinden. Kinderen gebruiken media in deze fase vooral om contact te hebben met andere kinderen. En om mee te doen met de rest. Ook gebruiken ze media om hun eigen identiteit te ontwikkelen.
Mediagebruik: 12- 16: In de puberteit richt een kind zich steeds meer op leeftijdsgenoten. Samen gebruiken ze sociale media. Kinderen vergelijken zichzelf met anderen, op zoek naar zichzelf en wat het wil. Eigen privacy is steeds belangrijker. Steeds meer alleen doen, hoort daarbij. De mening van bijvoorbeeld ouders blijven ze belangrijk vinden.
- **16+ (jongeren).** Kenmerken: Jongeren en jongvolwassenen maken grote ontwikkelingen door. Tussen hun zestiende en drieëntwintigste jaar krijgt hun identiteit steeds meer vorm en gaan ze op eigen benen staan. In deze periode verandert de rol van ouders: van sturend naar meer adviserend. Ze hebben vaak al een uitgesproken mening en invloed binnen hun netwerken.
Mediagebruik 17-18 jarige: Sommige jongeren hebben moeite om voor zichzelf grenzen te stellen. Onder bepaalde omstandigheden gaat het voor sommige jongeren vooral om onmiddellijke behoeftebevrediging. Bepaalde media, met

¹Nederlands Jeugdinstituut, Ontwikkeling. [Link](#)

name sociale media, en online communities, kunnen veel tijd en aandacht van jongeren opslokken. Dat kan een negatieve invloed hebben op de ontwikkeling van zelfcontrole. Hierdoor nemen ze op internet soms een beslissing zonder na te denken over consequenties. Nog lang niet alle jongvolwassenen van deze leeftijd overzien de consequenties van hun gedrag, ook niet van hun gedrag op sociale media. Denk bijvoorbeeld aan het publiceren van foto's en filmpjes op profielsites. Sommige jongvolwassenen kunnen negatief beïnvloed worden door websites die oproepen tot bijvoorbeeld haat of zelfbeschadiging. Sommige mensen produceren bewust nepnieuws, voor de grap of om juist veel mensen een verkeerd gedachtegoed bij te brengen. Dat jongeren zulke verkeerde ideeën overnemen is een risico, vooral bij jongeren die daar gevoelig voor zijn omdat ze vrienden hebben die net zo denken of omdat ze zelf minder kritisch kunnen denken.

Daarnaast heeft mediagebruik ook veel positieve effecten op jongeren. Media-inhouden vormen een gemeenschappelijke basis voor informatie-uitwisseling, het delen van smaak en voorkeuren, vermaak en ontspanning. Jongeren zijn zich steeds meer bewust van hun positie in de samenleving. Zij zoeken daarom bewust naar media die hen informeert over politieke en maatschappelijke zaken².

2.1.2 Hoe verhoudt online discriminatie en haatspraak zich tot negatieve emoties bij jongeren van 14-25 jaar?

Korte termijn³:

- Jongeren ervaren **direct negatieve emoties** zoals verdriet, boosheid en frustratie wanneer zij geconfronteerd worden met online haatspraak of discriminatie. Deze emoties ontstaan vaak onmiddellijk na het zien of ontvangen van beledigende berichten of reacties.
- De directe emotionele reacties kunnen leiden tot **onmiddellijke gedragsveranderingen**, zoals sociale terugtrekking of het verminderen van gebruik van sociale media. Jongeren kunnen zich minder geneigd voelen om online actief te zijn vanwege de angst voor verdere negatieve ervaringen.

Lange termijn⁴:

- **Depressieve klachten.** Het blijven ervaren van online haat op lange termijn kan bijdragen aan de ontwikkeling van ernstige mentale gezondheidsproblemen, zoals depressieve klachten. Jongeren die regelmatig gediscrimineerd worden, rapporteren vaker klachten als depressie en angst.
- **Aanpassing van gedrag.** Op langere termijn kunnen jongeren hun gedrag wijzigen door bijvoorbeeld minder persoonlijke informatie online te delen of anonieme profielen aan te maken om zich te beschermen tegen verdere discriminatie.

² NJI mediavoeding toolbox [Link](#)

³ Kennisplatform Inclusief Samenleven (KIS), Ervaren online haatspraak en discriminatie door jongeren. Een kwalitatieve en kwantitatieve verkenning, 2024, p. 25-31. [Link](#)

⁴ Kennisplatform Inclusief Samenleven (KIS), Ervaren online haatspraak en discriminatie door jongeren. Een kwalitatieve en kwantitatieve verkenning, 2024, p. 25-31. [Link](#)

- **Waargenomen machteloosheid.** Veel jongeren voelen zich machteloos tegenover online discriminatie en haatspraak, wat hun emotionele welzijn verder kan verergeren. Deze gevoelens van machteloosheid verminderen hun bereidheid om melding te maken van dergelijke gedragingen, wat kan bijdragen aan een vicieuze cirkel van negatief gedrag en emotionele gevolgen.

Input uit behoeftepeiling

Deze klachten worden ook bevestigd in de reacties op de eerder genoemde behoeftepeiling onder jongeren. De meeste respondenten geven aan dat online haat hen op verschillende manieren raakt, variërend van irritatie en boosheid tot verdriet en bezorgdheid voor de slachtoffers. Sommigen voelen zich gefrustreerd of machteloos, vooral als de haat gericht is op kwetsbare groepen of individuen die zich moeilijk kunnen verdedigen. Anderen vinden het jammer of onbegrijpelijk dat mensen zoveel tijd en energie steken in negatieve reacties.

In de behoeftepeiling zijn we ook ingegaan op hoe jongeren omgaan met deze negatieve effecten van online haat. Weinig jongeren praten actief met familie, vrienden of docenten over online haat en discriminatie. De meesten doen dit zelden of nooit. Dit duidt mogelijk op een taboe of een gebrek aan urgentie rondom het bespreekbaar maken van online haat, de normalisatie van het fenomeen en de eerder genoemde ervaren machteloosheid.

De meeste respondenten geven aan dat het omgaan met online haat moeilijk is door verschillende factoren. Een veelgenoemde uitdaging is de normalisatie van online haat. Hierdoor is online haat moeilijker te herkennen en vervolgens ook moeilijker aan te kaarten. Sommigen vinden het lastig om hun emoties te uiten, omdat ze online niet kunnen laten zien wat het met hen doet. Anderen vinden het moeilijk om de vervelende gevoelens los te laten of hebben moeite met het aangaan van een gesprek met de aanstichters, vaak uit angst voor escalatie.

Daarnaast wordt er aangegeven dat reageren op of rapporteren van online haat vaak weinig effect lijkt te hebben. En hoewel sommige respondenten in staat zijn om online haat naast zich neer te leggen, heeft het voor anderen bijvoorbeeld invloed op hun zelfbeeld, zoals onzekerheid over hun uiterlijk na een negatieve opmerking.



2.1.3 Zijn de effecten van online haat en discriminatie voor alle jongeren hetzelfde?

Het korte antwoord: zeker niet. De volgende subgroepen ondervinden gemiddeld significant meer schade van online haat en discriminatie⁵:

- **Etniciteit en migratieachtergrond: Jongeren met een migratieachtergrond:** Zij rapporteren vaker ervaringen met online discriminatie, met name op basis van huidskleur, afkomst of etniciteit. Dit kan leiden tot gevoelens van uitsluiting en negatieve psychische gevolgen.
- **Seksuele oriëntatie: LHBTIQ+ jongeren:** Jongeren die zich identificeren als lesbisch, homo, biseksueel, transgender of queer lopen een verhoogd risico op online discriminatie en haatspraak. Dit kan variëren van directe aanvallen tot subtiele vormen van uitsluiting.
- **Gender: Meiden en jonge vrouwen:** Zij worden vaker geconfronteerd met online intimidatie, seksisme en gendergerelateerde discriminatie. Dit kan variëren van ongewenste opmerkingen tot ernstige bedreigingen.
- **Sociaaleconomische status: Jongeren uit lagere sociaaleconomische milieus:** Hoewel specifiek onderzoek beperkt is, kunnen deze jongeren kwetsbaarder zijn voor online discriminatie, bijvoorbeeld door beperkte toegang tot middelen om zich te verdedigen of door een gebrek aan digitale vaardigheden. Jongeren in deze subgroep hebben ook vaak een lager zelfbeeld en het gevoel dat zij minder kansen krijgen dan anderen. Zij zijn daardoor gevoeliger voor uitspraken waarin ze dat bevestigd zien. Dit is ook een aspect dat het risico verhoogt om de criminaliteit in getrokken te worden en/of beïnvloed te worden door extremistisch gedachtegoed.

De effecten hiervan zijn duidelijk. Wanneer gekeken wordt naar de verschillende persoonskenmerken van de respondenten, valt op dat negatieve emoties en depressieve **klachten** significant vaker voorkomen bij vrouwen, mensen met migratieachtergrond en mensen die zich identificeren als LHBTIQ+. Daarnaast vindt er ook veel discriminatie en haatspraak plaats binnen groepen zelf. Moslima's die exposed zijn, bijvoorbeeld, krijgen hier volgens jongeren mee te maken⁶.

Tegelijkertijd ontstaat hierdoor ook een duidelijke tweedeling onder jongeren. Uit de behoeftepeiling onder jongeren komt namelijk naar voren dat een groot deel zich juist wel veilig voelt online. 65% van de respondenten geeft een 7 of 8 op deze tienpuntsschaal. Redenen voor dit gevoel van veiligheid zijn het privé houden van het profiel, beperkte interactie met vreemden en geen persoonlijke informatie delen. Deze jongeren geven aan dat ze wel zien dat andere jongeren te maken hebben met online haat en discriminatie.

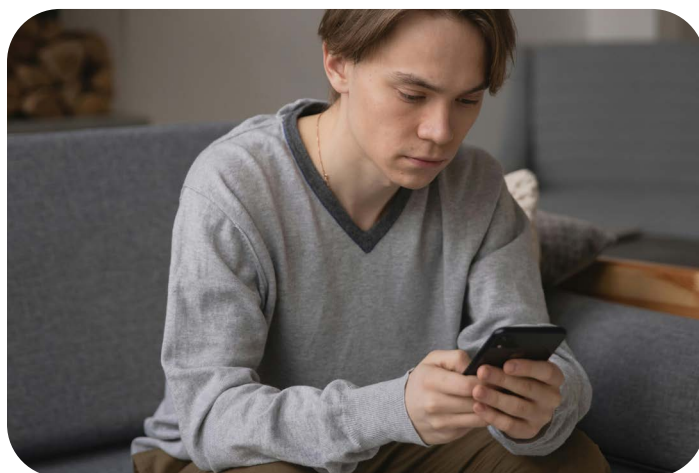
⁵ Kennisplatform Inclusief Samenleven (KIS), Ervaren online haatspraak en discriminatie door jongeren.

Een kwalitatieve en kwantitatieve verkenning, 2024, p. 20. [Link](#)

⁶ Kennisplatform Inclusief Samenleven (KIS), Niet jouw schuld, 2019. [Link](#)

2.1.4 Op welke manier verhouden online en offline gedrag zich tot elkaar en werken ze in elkaar door?

Jongeren ervaren dat negatieve opmerkingen die zij online tegenkomen, **invloed hebben op hun gedrag in de fysieke wereld**. Zo kunnen ze veranderingen in hun zelfexpressie vertonen om negatief oordeel te vermijden. Dit kan zich uiten in het aanpassen van hun gedrag om niet te voldoen aan schadelijke stereotypen. Ook leidt online haat tot meer angst voor discriminatie in het 'echte' leven. Sommige jongeren zijn bang dat ze discriminatie of haat ook offline tegenkomen van dezelfde groepen die online discrimineren⁷.



⁷ Kennisplatform Inclusief Samenleven (KIS), Ervaren online haatspraak en discriminatie door jongeren. Een kwalitatieve en kwantitatieve verkenning, 2024, p. 29. [Link](#)

2.2 Bewustwording

2.2.1 Waarom kunnen jongeren minder goed online haatspraak en discriminatie herkennen?

Jongeren beschouwen online haat en discriminatie **als een normaal onderdeel van het internet en zien het daardoor niet altijd als schadelijk**. Veel hebben het idee dat online haat en discriminatie een inherent onderdeel zijn van de online cultuur en zien dit gedrag daardoor eerder als acceptabel. Dit is een voorbeeld van **normvervaging**: het concrete gedrag komt zo vaak voor in de eigen omgeving, dat het niet meer als erg wordt ervaren. Er treedt een bepaalde mate van gewenning op ten aanzien van kwetsend en schadelijk gedrag online.

Het feit dat je de plegers in het echte leven wel ziet of herkent, maakt de ervaring volgens verschillende jongeren heftiger dan bij online discriminatie of haatspraak.

De anonimiteit online maakt dat het voor sommige jongeren als minder kwetsend wordt ervaren. Tegelijkertijd valt het verschillende jongeren wel op dat het online er vaak heftiger aan toe gaat dan wat zij zien in hun fysieke omgeving⁸.

Deze trends zijn ook duidelijk terug te zien in de resultaten van de behoeftepeiling onder jongeren. Als jongeren gevraagd wordt om met een cijfer van 1 (niet normaal) tot 10 (heel normaal) in te schatten hoe jongeren online haat ervaren, geeft 83% een cijfer van 6 of hoger. 47% geeft zelfs een 8 of hoger. Online haat wordt dus gezien als een onlosmakelijk onderdeel van de online omgeving. Uit de reacties blijkt ook dat een deel van jongeren onbegrip ervaart voor de anonimiteit die haatdragende reacties vaak vergezelt, wat de indruk versterkt dat mensen zich onterecht vrij voelen om anderen aan te vallen zonder consequenties.

2.2.2 Wat kan ervoor zorgen dat jongeren online haatspraak en discriminatie wel herkennen?

In het onderzoek van KIS komen de volgende speerpunten naar voren:

- **Educatie/voorlichting/onderwijs.** Jongeren zelf geven aan dat voorlichting en educatie over online haat en discriminatie essentieel zijn. Ze zien dit als een manier om bewustwording te vergroten en te leren hoe ermee om te gaan. Hierbij is het ook van belang om jongeren bewust te maken van de mogelijke juridische gevolgen van online wangedrag, aangezien discriminatie strafbaar is.
- **Steun van omstanders.** De aanwezigheid van omstanders die haatdragende uitlatingen actief signaleren en daarop reageren, kan jongeren helpen om deze uitingen beter te herkennen en de ernst ervan in te zien.

⁸ Kennisplatform Inclusief Samenleven (KIS), Ervaren online haatspraak en discriminatie door jongeren. Een kwalitatieve en kwantitatieve verkenning, 2024, p. 16. [Link](#)

- **Cultuurverandering.** Het versterken van een cultuur waarin haat en discriminatie niet worden geaccepteerd, kan de drempel verlagen voor jongeren om haatspraak te herkennen en ertegen op te treden⁹.

Input uit behoeftepeiling

Bovenstaande observaties komen ook duidelijk terug in de behoeftepeiling die onder jongeren is uitgevoerd voor dit rapport. Volgens deze jongeren spelen scholen een belangrijke rol, zowel in het aanbieden van een vertrouwenspersoon als het faciliteren van workshops en lessen over het onderwerp. In het kader van cultuurverandering opperen jongeren dat influencers transparanter kunnen zijn over de haat die zij ontvangen, zodat andere slachtoffers zich minder alleen voelen in hun ervaringen.



Veel respondenten geven ook aan dat ze qua cultuurverandering een verantwoordelijkheid zien bij de beheerders van de platforms waar online haat plaatsvindt. Er is een sterke wens voor striktere handhaving van socialemediaplatformen, bijvoorbeeld door het blokkeren van accounts die haatdragende reacties plaatsen en het verwijderen van discriminerende berichten. Veel respondenten vinden dat anonieme accounts minder toegankelijk moeten zijn, omdat deze vaak leiden tot negatieve en schadelijke uitlatingen. Daarnaast wordt er gepleit voor meer respect in online interacties en beter omgaan met meningsverschillen, door bijvoorbeeld waarschuwingen of beperkingen op reacties te plaatsen. Ook worden er voorstellen gedaan om sociale media te ontkoppelen van populariteit (bijvoorbeeld door het verwijderen van likes).

Tot slot worden positieve online campagnes genoemd als een middel om cultuurverandering te bewerkstelligen. Deze campagnes kunnen volgens de respondenten bijdragen aan het creëren van meer bewustzijn over de impact van online haat, het vergroten van transparantie over hoe algoritmes werken en het verhogen van het kennisniveau over digitale geletterdheid. In het vierde hoofdstuk over interventies wordt deze vorm verder verkend.

⁹ Kennisplatform Inclusief Samenleven (KIS), Ervaren online haatspraak en discriminatie door jongeren. Een kwalitatieve en kwantitatieve verkenning, 2024, p. 33-37. [Link](#)

3. Professionals

Om ervoor te zorgen dat de te ontwikkelen interventies goed aansluiten op de ervaringen en behoeften in de praktijk is, in samenwerking met welzijnsorganisatie gro-up, een online vragenlijst opgesteld voor jongerenwerkers en docenten.

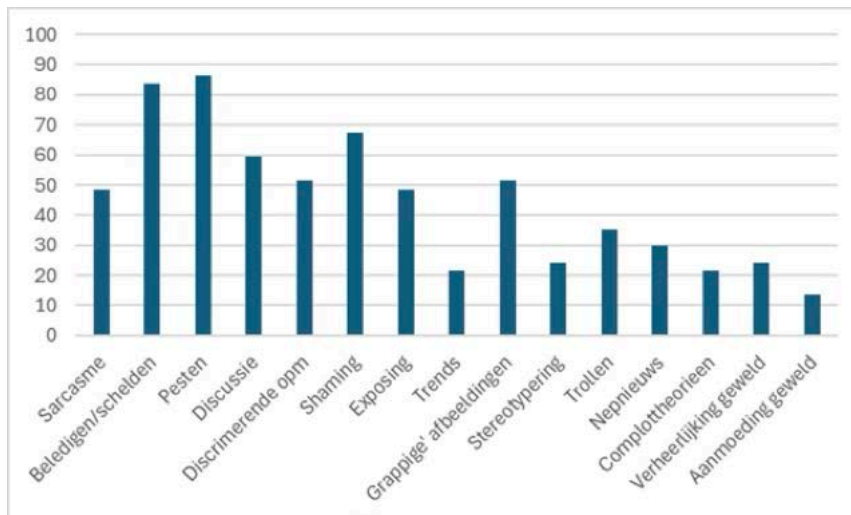
De vragenlijst is uitgezet bij alle locaties waar gro-up actief is met buurtwerk en bij enkele jongerenwerkers in Amsterdam en Eindhoven. Voor het onderwijs is de vragenlijst uitgezet binnen het netwerk van Diversion. In totaal hebben **42** respondenten de vragenlijst ingevuld (29 jongerenwerkers, 11 docenten en 2 politiemedewerkers). Zij zijn werkzaam in verschillende gemeenten in het land, te weten: Aalsmeer, Amsterdam, Eindhoven, Gouda, Krimpenerwaard, Maashorst, Oegstgeest, Pijnacker-Nootdorp, Rotterdam, Schiedam, Uithoorn, Vijfheerenlanden, Waddinxveen, Wassenaar, Woerden, Zoetermeer.

De verzamelde antwoorden geven waardevolle inzichten in de ervaringen van professionals die met jongeren werken. Door de beperkte omvang van de steekproef kunnen de resultaten echter niet volledig als representatief worden beschouwd.

3.1 Wat jongeren online meemaken en wat dat met hen doet

De professionals geven aan dat jongeren regelmatig in aanraking komen met online haat en kwetsende uitspraken. De meeste professionals geven aan dat zij maandelijks of wekelijks signalen ontvangen. Jongerenwerkers melden vaker dan docenten dat ze wekelijks of dagelijks van incidenten horen. De meest voorkomende vormen van online haat die door nagenoeg alle respondenten genoemd worden zijn pesten, beledigingen en scheldwoorden. Shaming en 'grappige' afbeeldingen komen ook vaak voor. Niet iedere professional heeft even goed zicht op wat jongeren online aan kwetsende content tegenkomen; 5 respondenten gaven om die reden geen antwoord op de vraag.

Veelvoorkomende vormen van online haat:



De impact van online haat verschilt per jongere, maar de meeste professionals zien terugkerende effecten zoals:

- Angst en onzekerheid
- Laag zelfbeeld en sociale isolatie
- Wraakgevoelens en boosheid
- Onveiligheidsgevoelens en stress
- Vergelijkingsdrang met anderen, wat kan leiden tot mentale gezondheidsproblemen

Enkele professionals geven aan dat de impact ook gender-specifiek kan zijn: meiden ervaren vaker onzekerheid en een negatief zelfbeeld, terwijl jongens eerder geneigd zijn om te reageren met boosheid of zich terug te trekken.

Normalisatie en hulpvragen

Veel jongeren beschouwen online haat als normaal en zoeken daarom niet actief hulp. Professionals geven aan dat vroegsignalering daardoor bemoeilijkt wordt. Wanneer ze dit wel doen, gaat het vaak om geëscaleerde situaties zoals bij exposing of bedreigingen. Hulpvragen bereiken professionals vaak indirect, bijvoorbeeld via ouders of docenten. Jongerenwerkers ontvangen vaker directe vragen dan docenten.

Offline gevolgen van online haat

Het komt regelmatig voor dat online haat gevolgd wordt door een offline incident. Jongeren worden soms uitgelokt naar een locatie om fysiek mishandeld te worden. Dit leidt tot vechtpartijen en in sommige gevallen tot aangiftes bij de politie. Het delen van vechtvideo's op sociale media verergert deze conflicten en maakt de situatie voor de betrokken jongeren nog moeilijker.

Invloed van platforms en rolmodellen

Bepaalde platforms en influencers spelen een negatieve rol in de verspreiding van online haat. Snapchat, Telegram en TikTok worden vaak genoemd als plekken waar haatdragende content wordt gedeeld. Influencers, rappers en artiesten die geld, status en materialisme verheerlijken of schadelijke denkbeelden verspreiden, worden als zorgelijk gezien. Jongeren spiegelen zich aan hen waardoor geweld, misogynie, onrealistische schoonheidsidealen en extremistische denkbeelden genormaliseerd kunnen worden. De algoritmes van de platformen versterken dit.



3.2 Hoe professionals jongeren ondersteunen

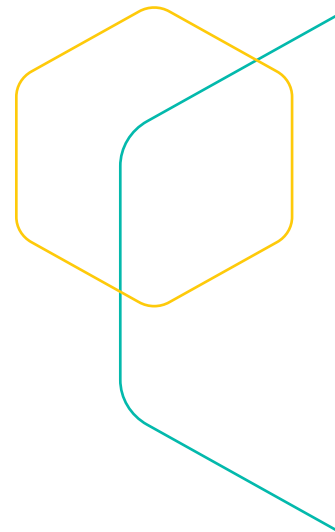
Een klein aantal professionals is van mening dat de impact van online haat op het welzijn van jongeren en de veiligheid in de samenleving overschat wordt. De meeste professionals maken zich echter zorgen over de impact van online haat en voelen zich sterk verantwoordelijk om jongeren te helpen omgaan met online haat.

De aanpak om dat te doen verschilt per situatie en per jongere(n). Jongerenwerkers en docenten gaan over het algemeen vooral het gesprek aan. Het moment en de manier waarop varieert. Dat kan spontaan zijn naar aanleiding van een gebeurtenis. En het kan een geplande, georganiseerde activiteit zijn, zoals een voorlichting met gastsprekers, theater of creatieve werkvormen. De kern bestaat echter altijd uit luisteren, bewustwording creëren en handelingsopties bieden:

- **Luisteren:** Jongeren worden aangemoedigd om hun ervaringen te delen, waarbij actief geluisterd wordt naar hun gevoelens en reacties.
- **Bewustwording creëren:** Door gesprekken, lessen, workshops en gastsprekers worden jongeren bewust gemaakt van de impact van online haat.
- **Uitdagen tot reflecteren:** Jongeren worden via stellingen en open vragen gestimuleerd om na te denken over hun gedrag en de gevolgen daarvan. De rol van de begeleider is om niet direct te oordelen, maar vragen te stellen waardoor jongeren zelf tot inzichten komen.
- **Weerbaarheid stimuleren:** Jongeren worden uitgedaagd om invloed uit te oefenen op hun online omgeving en bewust na te denken over sociale media-algoritmes.
- **Handelingsalternatieven bieden:** Besproken wordt hoe ze kunnen reageren zonder escalatie, zoals negeren, blokkeren, melden of nadenken voordat ze reageren. Aangemoedigd wordt om problemen te bespreken met volwassenen die ze vertrouwen.
- **Individuele vs. Groepsaanpak:** Sommige professionals geven de voorkeur aan een-op-eengesprekken, terwijl anderen klassikale of groepsgerichte methodes toepassen.
- **Gebruik van persoonlijke ervaringen:** Door eigen ervaringen te delen voelen jongeren zich gehoord en durven ze zich meer open te stellen.

Ervaringen bij de aanpak

Professionals geven aan dat een vertrouwensband belangrijk is in een aanpak en dat het niet eenvoudig is om het gesprek met jongeren aan te gaan over online haat. Ze reageren vaak sterk emotioneel op gesprekken over online haat en zijn terughoudend om erover te praten. Vooral als het onderwerp voor hen gevoelig ligt of als ze zelf een actieve rol spelen in het delen van online haat. Daarbij komt dat professionals zich niet altijd voldoende bekwaam voelen om jongeren goed te ondersteunen. Het gemiddelde cijfer waarmee de respondenten hun kennis beoordelen is een 6,1. Ze geven aan het



met name lastig te vinden om actuele online trends bij te benen en meer kennis te willen hebben over hoe ze jongeren weerbaar kunnen maken tegen haatreacties en desinformatie.

Wat jongeren missen en nodig hebben

Jongerenwerkers en docenten geven aan dat het in hun beleving nodig is om jongeren bewuster, sterker en minder kwetsbaar te maken in de online wereld. Bijvoorbeeld door:

- ze al vanaf jonge leeftijd actief te begeleiden in hun online gedrag (door ouders, docenten en jongerenwerkers);
- ze te laten zien dat online gedrag echte gevolgen heeft;
- empathie en bewustwording te vergroten;
- ze te leren online haat te herkennen;
- ze te leren omgaan met kritiek en negatieve reacties, zonder zichzelf te verliezen;
- ze te helpen een sterker zelfbeeld te ontwikkelen, zodat ze minder vatbaar zijn voor negatieve reacties;
- ze te leren hoe sociale media en algoritmes werken en hoe ze controle kunnen houden over wat ze zien en delen;
- duidelijk te maken waar ze terecht kunnen voor hulp;
- ze een veilige en laagdrempelige plek te bieden (online en offline) waar ze terecht kunnen met problemen;
- een preventieve aanpak te kiezen in plaats van een reactieve aanpak.

Daarnaast geven sommigen aan dat er ook meer activistische en maatschappelijke initiatieven nodig zijn om structureel iets te veranderen aan de online cultuur.



3.3 Effectief aanpakken: wat maakt een interventie succesvol?

Op de vraag voor welke vorm van online haat zij een interventie ontwikkeld zouden willen zien, wordt het meest genoemd:

- Exposing en verspreiding van naaktfoto's
- Radicalisering en extremisme op sociale media
- Discriminatie en racistische uitingen
- Haatdragende content op Snapchat en Telegram

De professionals is gevraagd wat voor soort interventie voor hun doelgroep goed werkt. Het merendeel geeft aan dat korte filmpjes, het spelen van een spel en voorlichting door een ervaringsdeskundige goed werkt.



Uit de toelichtende antwoorden kan aanvullend een aantal randvoorwaarden worden herleid:

- **Praktische toepasbaarheid:** De interventie moet eenvoudig in te passen zijn in bestaande lesprogramma's of jongerenwerk-activiteiten.
- **Interactieve en visuele werkvormen:** Jongeren leren beter via korte filmpjes, challenges en spelvormen dan via traditionele voorlichting. Ze moeten zich echter wel kunnen herkennen in situaties en gebruikt beeldmateriaal, anders mist het z'n doel.
- **Aansluiting bij de belevingswereld:** De interventie moet inspelen op de platforms en trends die jongeren op dat moment gebruiken.
- **Preventieve insteek:** De nadruk moet liggen op bewustwording en gedragsverandering, niet alleen op het bestrijden van incidenten achteraf.
- **Samenwerking tussen professionals:** Onderwijs, jongerenwerk, politie en gemeenten moeten samen optrekken om een structurele aanpak te realiseren.

Tot slot is aan de professionals gevraagd wat voor hen belangrijke randvoorwaarden zijn om met een interventie te werken. Daaruit blijkt dat de kennis, overtuiging en ondersteuning van de uitvoerder zeer belangrijk is voor de effectiviteit van de interventie. Als belangrijkste randvoorwaarden worden genoemd:

1. **Eigen kennis en zekerheid:** Professionals moeten zich zeker voelen over hun eigen kennis voordat ze een interventie kunnen uitvoeren.
2. **Nut en noodzaak voor jongeren:** De interventie moet relevant en van belang zijn voor de doelgroep.
3. **Eigen overtuiging:** De uitvoerder moet achter de inhoud van de interventie staan
4. **Goede instructie en ondersteuning:** Een duidelijke uitleg en begeleiding bij de uitvoering zijn essentieel.
5. **Praktische uitvoerbaarheid:** De interventie moet haalbaar zijn binnen de beschikbare tijd, met minimale voorbereiding en indien mogelijk herhaald over een langere periode. Ook samenwerking met andere partijen kan bijdragen aan succes.

Tijd en budget blijken in de praktijk grote knelpunten, waardoor professionals vaak te weinig ruimte hebben om structureel aan mediageletterdheid en online weerbaarheid te werken.

4. Bestaand aanbod en interventies

Er bestaan tal van interventies die zich richten op het verbeteren van online omgangsvormen en het tegengaan van online ongewenst gedrag zoals pesten, shame sexting en haatspraak. Met een interventie wordt hier bedoeld: een weldoordachte, systematische aanpak voor preventie, ondersteuning of hulp. Denk aan een lespakket, workshop, project of bewustwordingscampagne. Een interventie kan zich richten op jongeren zelf, maar ook op de opvoeders, beleidsmakers etc.

Interventies zoals workshops en trainingen kunnen jongeren bijvoorbeeld helpen bij het ontwikkelen van vaardigheden en strategieën om online haat en discriminatie tegen te gaan. Jongeren krijgen praktische handvatten en worden zich bewust van de impact van hun gedrag online. Interventies voor docenten of jongerenwerkers, zoals een e-learning, kunnen handvatten bieden om op een constructieve manier met jongeren het gesprek te voeren over de sociale norm.

Het is waardevol om te weten welke interventies er al bestaan en wat we daarvan kunnen leren. In dit hoofdstuk bieden we een brede inventarisatie van bestaande materialen en interventies. Vervolgens zoomen we in op interventies die specifiek zijn gericht op jongeren. Wat weten we al over wat werkt en wat niet? De volgende vragen komen in dit hoofdstuk aan bod:

1. Wat bestaat er al aan interventies?
2. Wat zijn de werkzame mechanismen, als het gaat om inhoud en vorm?
3. Hoe kun je met jongeren samenwerken bij het ontwikkelen van interventies?

In dit hoofdstuk baseren we ons onder meer op kennis van het Nederlands Jeugdinstituut (NJI), Movisie, Kennisplatform Inclusief Samenleven (KIS), NRO en Movez Lab van de Erasmus Universiteit.

4.1 Wat bestaat er al aan interventies?

Een brede inventarisatie geeft een rijk beeld van de diverse werkvormen, thema's en doelgroepen van bestaande interventies. De interventies hieronder zijn geselecteerd op de doelgroepen jongeren (vanaf vo), hun ondersteuners (scholen, jongerenwerkers, ouders etc) en beleidsmakers. Ze behandelen expliciet de online wereld en digitale weerbaarheid/mediawijsheid (materialen over discriminatie of pesten in algemene zin zijn bijvoorbeeld niet meegenomen). Subthema's die aan bod komen zijn shame sexting, cyberpesten en online racisme, discriminatie, polarisatie en radicalisering.

Tabel 1: een overzicht van interventies

Naam	Vorm	Doelgroep	Ontwikkelaar	Subthema's
Act or React	Videoproject	Onderbouw VO	Netwerk Mediawijsheid en NWA	Shame sexting, pesten, racisme, discriminatie
The Digital Us	Online training	Jongeren tussen de 16 en 30 jaar	Sharing Perspectives Foundation	Online haat discriminatie en racisme
Met aardig doen kom je verder	Online lesmateriaal	VO en VSO	De Internethelden	Online omgangsvormen en pesten
Gemeen spel	Online lesmateriaal	VO	Beeldkraken	Online pesten
No Cap	Online lesmateriaal	jongeren, leraren en directies	Mediawijs e.a.	Polarisatie, identiteit, nepnieuws en radicalisering
Hoe reageer je op haatspraak?	Affiche	jongeren en volwassenen	Mediawijs	haatspraak
WOW2	Educatief pakket	jongeren 13-18 jaar	Mediawijs	online pesten, netiquette en haatspraak
Project Grey20	Training en tools	Sociale professionals en jongerenwerkers	Movisie, Dare to be Grey, Textgain, PDCS, Verwey-Jonker Instituut	Polarisatie in het online debat
#datmeenjeniet	Project en e-learning	Jongeren, docenten of jongerenwerkers	Movisie, Diversity Media, Hogeschool Inholland	Online discriminatie en pesten

Under pressure	Lesprogramma	Jongeren	Diversion en TILT	Desinformatie en polarisatie
Eerste hulp bij online haat	Website	maatschappelijke veranderaars	De Goede Zaak	Online haat
Like en Cancel	Onderwijspagina met video's en lesmateriaal	po, vo, mbo en hbo	Omroep Human	O.a. online kwetsend gedrag, cancelcultuur
Kritisch Online	Lespakket	vo	Codename Future	Digitale weerbaarheid, online omgang
Respect Online	Individuele Halt-interventie	12-18 jaar	Deelcommissie Justitiële interventies	online seksueel grensoverschrijdend gedrag
Like	Theater-voorstelling	Vo 1e en 2e jaar, docenten en ouders	Playback interactief en educatief theater	Online pesten
Lief or Leave	Campagne	jongeren	Stoppesten.nu / studenten	Online pesten
Cyberpesten	Lesmateriaal	mbo	MBO Mediawijs	Online pesten
Bizarre Appgroepen	Lesmateriaal	mbo	MBO Mediawijs	Ongewenste content
WhatsHappy	Lesmateriaal	Po en vo	Kennisnet	Online omgangsvormen
Edubox Online pesten	Lesmateriaal	13 - 18 jaar	VRT, Mediawijs e.a.	Online pesten
Radicalise	Serious game en lespakket	vo onderbouw en bovenbouw (2 varianten)	Universiteit Utrecht, Tilt en Centrum 16-22 i.o.v. Gemeente Den Haag	Radicalisering
Online pesten ontrafeld	Toolbox	ouders	VRT	online pesten
ROR programma	Trainingen	Professionals bij de (semi)-overheid	Dienst Justitiële inrichtingen	radicalisering en extremisme
Toolkit Evidenced Based werken	Kennis, geleerde lessen, checklists en interventies	Beleidsmakers en aandachtsfunctionarissen (semi) overheid	ESS / min. SZW	Radicalisering en extremisme

TerInfo	Website met kennisbank en Lesmateriaal	Leerkrachten en docenten po, vo en mbo	Universiteit Utrecht	Terrorisme
Botsende ideeën	Serious game	Leerkrachten en docenten (12-22 jaar)	ROR voor gemeente Rotterdam	Signalering polarisatie, radicalisering, en online Radicalisering
Tijdbom	Bewustwordingsfilm	Bestuurders en beleidsmakers gemeenten	STAD (St. Talent and Dreams)	impact van algoritmes en radicale bubbels

Er zijn veel interventies die online omgangsvormen en ongewenst gedrag zoals shame sexting, haatspraak en cyberpesten behandelen. Zie ook deze overzichten:

- [Lesmateriaal over online omgangsvormen – Mediawijsheid.nl](#)
- [Mediawijze interventies over cyberpesten – Mediawijs](#)
- [Lesmateriaal over online pesten – Stop Pesten Nu](#)
- [Lesmateriaal over online pesten – Wikiwijs.nl](#)
- [Mediawijze interventies over haatspraak – Mediawijs](#)
- [Lessonup online haat](#)

Er zijn aanzienlijk minder interventies die ingaan op online discriminatie en racisme. Deze interventies zijn veelal gericht op de offline wereld en behandelen lang niet altijd de online kant, zie:

- [Database anti-discriminatie interventies – KIS](#)

Voorbeeld 1: Online training The Digital Us

Doelgroep: Jongeren tussen de 16 en 30 jaar

Afzender: Sharing Perspectives Foundation

De gratis online training The Digital Us helpt jongeren tussen de 16 en 30 jaar om effectief op te staan tegen online haat, discriminatie en racisme en om de sociale norm te veranderen. De training duurt vijf weken en bestaat uit wekelijkse sessies van tweeënhalf uur waarin jongeren met elkaar in gesprek gaan, onder leiding van facilitators. Het zet in op drie aspecten:

- **Dialoog:** ze leren eerlijke, empathische gesprekken voeren over onderwerpen als culturele afkomst, etniciteit, privilege, representatie en stereotypen.
- **Training:** ze leren technieken om depolariserend te communiceren en effectieve tegenspraak te geven, daar waar online racisme en polarisatie plaatsvinden.
- **Praktijk:** ze passen de geleerde technieken toe in de praktijk en om zo sociale media veiliger en inclusiever te maken.

Centraal staat het Respect tegen Haat-model, dat concrete handvatten biedt om actief en langdurig op te treden tegen online haat, discriminatie en racisme. Hierbij wordt veel aandacht besteed aan samenwerken en selfcare: deelnemers steunen elkaar en zorgen goed voor zichzelf. Samen creëren ze een krachtig tegengeluid en maken ze sociale media veiliger en inclusiever voor iedereen.

Voorbeeld 2: Project en e-learning #Datmeenjeniet

Doelgroep: Jongeren, leerkrachten en jongerenwerkers

Afzender: Movisie, Hogeschool Inholland en Diversity Media

Veel jongeren zien discriminerende content voorbijkomen op sociale media, maar weten niet goed hoe zij hierop kunnen reageren of kunnen ingrijpen. In het 3-jarige project #DatMeenJeNiet werden jongeren en jongvolwassenen getraind om een upstander te worden. Iemand die in actie komt als diegene discriminerende berichten ziet op sociale media.

In totaal deden 34 jongeren en jongvolwassenen mee. De deelnemers zijn gevolgd en begeleid in hun strijd tegen online discriminatie. Via hun eigen sociale mediakanalen plaatsten zij actief posts hierover of ze reageerden publiekelijk op posts van andere mensen. Na afloop van de campagne is een e-learning ontwikkeld voor leraren en jongerenwerkers.

¹ In Bijlage 2 staan de belangrijkste lessen uit de evaluatie van deze interventies. Deze inzichten zijn ook meegenomen in de aanbevelingen in paragrafen 4.3 en 4.4.

4.2 Wat zijn werkzame mechanismen in interventies voor kinderen en jongeren?

Veel interventies over online haat, discriminatie en online pesten hebben als doel om de sociale norm te veranderen, upstandergedrag te stimuleren en bewustzijn te vergroten. Uit onderzoek van NRO² blijkt dat voorlichting, bewustwording, afspraken en onderlinge openheid belangrijke onderdelen van een succesvolle interventie-aanpak zijn. Wat maakt verder dat een interventie effectief is?

Instituten zoals KIS³, NJi⁴ en Movez Lab⁵ bieden inzicht in mechanismen die maken dat een interventie werkt, of juist niet. Ook professionals die werken met interventies en jongeren bieden inzicht in wat werkt⁶.

4.2.1 Inzichten over de inhoud

De belangrijkste inzichten wat betreft de inhoud van de interventie:

- **Train empathie**, laat kinderen en jongeren zich inleven.
- **Train herkenning** van online kwetsend gedrag. Verbind daarbij verschillende vormen van discriminatie.
- **Train anti-stereotypen en flexibel denken**. Zet in op doordachte beslissingen i.p.v. afgaan op 'onderbuik'.
- **Communiceer het gewenste gedrag**, en niet wat er verkeerd gaat.
- **Beïnvloed de sociale norm** en verminder morele onthechting. Spreek bijvoorbeeld uit dat je discriminatie en pesten afkeurt en bespreek welke gevolgen het kan hebben voor iedereen.
- **Vergroot persoonlijk verantwoordelijkheidsgevoel** en focus op het helpen van naasten. Bedenk bijvoorbeeld met elkaar wat je kunt doen als je ziet dat iemand online gepest of gediscrimineerd wordt.
- **Bied handvatten en kennis** om om te gaan met de negatieve impact van (opstaan tegen) online haat, discriminatie en racisme.
- **Empower slachtoffers** om hulp te vragen. Laat bijvoorbeeld weten dat jongeren altijd bij jou of bij een vertrouwenspersoon terecht kunnen als er iets is.

² Nationaal Regieorgaan Onderwijsonderzoek (NRO), Kennisrotonde, Wat zijn effectieve interventies om digitaal ongewenst gedrag in het onderwijs tegen te gaan? 2019. [Link](#)

³ Kennisplatform Inclusief Samenleven (KIS), Checklist antidiscriminatie-interventies, 2023. [Link](#)

⁴ Nederlands Jeugdinstituut, Als pesten samengaat met discriminatie. [Link](#); Nederlands Jeugdinstituut, Hoe kan ik online pesten aanpakken? [Link](#)

⁵ Netwerk Mediawijsheid, Van omstander naar 'upstander', 2022. [Link](#)

⁶ Op 20 januari 2025 - tijdens de kick-off van het project 'Samen sterk tegen online haat en discriminatie' - deelden experts uit jongerenwerk, bibliotheken, onderzoek, educatie, etc hun adviezen over effectieve interventies. Hun adviezen zijn meegenomen in dit hoofdstuk.

- **Verminder angst** en andere negatieve gevoelens. Houd rekening met angst voor vergelding.
- **Heb aandacht voor specifieke groepen.** Sommige kinderen en jongeren zijn kwetsbaarder voor online pestgedrag dan andere. Zo zijn jongeren met een licht verstandelijke beperking (lvb) vaker slachtoffer of verspreider bij online pesten. Ook veel lhbtqia+-mensen geven aan regelmatig gepest te worden.
- **Laat jongeren werken aan hun zelfbeeld.** Dit gaat onder andere over zelfvertrouwen, vertrouwen in eigen kunnen, zelfreflectie, zelfregie, toekomstperspectief, zelfdiscipline, zelfbewustzijn en in contact komen met eigen emoties en gevoelens⁷. Versterk jongeren in hun autonomie. Focus op talenten en krachten. Geef jongeren vertrouwen. En zet in op identiteitsvorming: wie wil je zijn.

Wat werkt niet of averechts?

- Stereotypes benoemen en daarmee bevestigen;
- De discussie voeren over welke vorm van discriminatie wel of niet mag. Discriminatie is verboden bij wet;
- Rechten van minderheden ter discussie stellen;
- 'Bespreekbaarheid' staat voorop, waardoor ruimte voor discriminatie in het gesprek ontstaat;
- Kritisch denken aanleren als speerpunt;
- Bewustwording over vooroordelen, zonder voldoende vaardigheden te bieden om eigen vooroordelen te controleren;
- Nagebootste ervaringen;
- Biologische verschillen voorop zetten;
- Maak van discriminatie geen spelletje. Een spelvorm kan goed werken voor veel onderwerpen, maar maak het niet te luchtig bij discriminatie;
- Geef kinderen en jongeren niet (onbewust) de schuld, maak hen niet verantwoordelijk.

4.2.2 Wat weten we over de vorm?

Naast de inhoud zijn er elementen m.b.t. de ontwikkeling en de vorm die bijdragen aan de effectiviteit van de interventie. Een succesvolle interventie tegen online pesten is bijvoorbeeld een combinatie van informatiesessies, sessies in de klas, posters en duidelijke regels⁸. Verder zijn terugkerende adviezen:

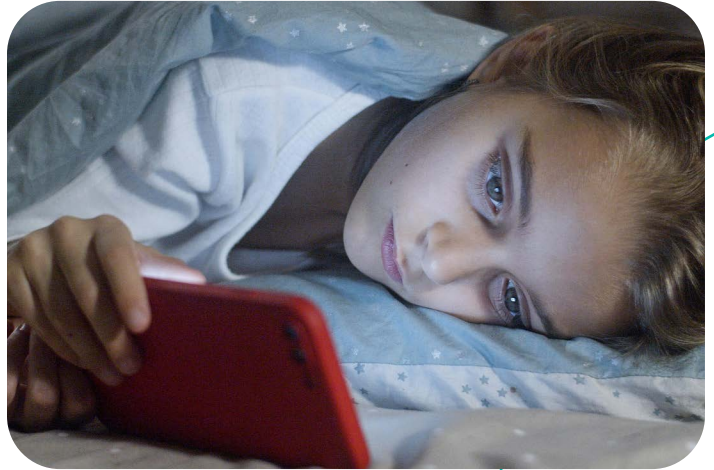
- **Maak het met jongeren en voor jongeren.** Daarmee sluit je aan op de belevingswereld van de doelgroep en zorg je voor herkenbaarheid.
- **Betrek niet alleen jongeren maar ook hun omgeving,** zoals ouders. Bied bijvoorbeeld informatie aan jongeren, ouders en de school over waaruit cyberpesten bestaat en hoe je kan voorkomen dat je slachtoffer wordt van cyberpesten. Daarnaast wijzen veel onderzoekers ouders aan als een essentieel

⁷ Richtlijnen jeugdhulp en jeugdbescherming, Radicalisering. Uitgangsvragen en aanbevelingen, 2024. [Link](#)

⁸ Nationaal Regieorgaan Onderwijsonderzoek (NRO), Kennisrotonde, In welke mate komt digitaal ongewenst gedrag voor in het primair en voortgezet onderwijs? Wat zijn effectieve interventies om dit gedrag tegen te gaan? Welke rol kan 'monitoring' van digitaal gedrag hierbij spelen? 2019. [Link](#)

component in elke productieve campagne tegen cyberpesten⁹. Vergeet ook kwetsbare jongeren en hun opvoeders en begeleiders niet.

- **Sluit aan op de persoonlijke context** van de jongere en wat die al weet.
- **Zet rolmodellen, ervaringsdeskundigen en peers in.** Op de middelbare school kun je bijvoorbeeld werken met peer mentors (leeftijdsgenoten die slachtoffers steunen)
- **Benut de kansen van technologie, door gamification.** AI en andere leuke kanten van online te gebruiken. Realiseer je dat het online voor veel jongeren ook juist fijner en veiliger is.
- **Maak het beeldend en niet te talig,** zorg voor toegankelijk taalgebruik.
- **Zet ervaringsopdrachten in,** zorg voor zelfovertuiging en gevoelsbeleving (tip: gebruik het Media Empowerment Model).
- **Richt je niet alleen op jongeren als slachtoffer,** maar ook als pleger van online haat.
- **Bied langdurige begeleiding:** normen en waarden ontwikkelen zich over tijd, dus blijf dit thema herhalen in verschillende fases.
- **Sluit aan bij bestaande interventies** en werk samen met andere organisaties. Beter goed gejat (vertaald/omgezet), dan slecht verzonnen.



Wanneer een docent of begeleider in gesprek gaat met kinderen en jongeren is het essentieel dat diegene een veilige omgeving creëert. Daarbij hoort:

- Het uitstellen van het eigen oordeel
- Bewustzijn van de eigen bias
- Zorgen voor verbinding
- Praten vanuit de ik-vorm – voorkom een belerende toon
- Kwetsbaar opstellen
- Het goede voorbeeld geven

⁹ Nationaal Regieorgaan Onderwijsonderzoek (NRO), Kennisrotonde, In welke mate komt digitaal ongewenst gedrag voor in het primair en voortgezet onderwijs? Wat zijn effectieve interventies om dit gedrag tegen te gaan? Welke rol kan 'monitoring' van digitaal gedrag hierbij spelen? 2019. [Link](#)

4.3 Hoe kun je met jongeren samenwerken bij het ontwikkelen en inzetten van interventies?

Het is dus belangrijk om jongeren te betrekken bij het ontwikkelen en inzetten van interventies. Om de verspreiding van online haat en discriminatie tegen te gaan kun je daarom jongerenpartners – denk aan change agents of peer-educators – inzetten. De voordelen daarvan zijn:

- Jongerenpartners stimuleren zelfeffectiviteit bij jongeren. Dat is het vertrouwen in het eigen kunnen om effectief invloed uit te oefenen op de omgeving, door een taak te volbrengen of een probleem op te lossen. Wanneer jongeren als rolmodel optreden en een hoge mate van zelfeffectiviteit tonen, nemen jongeren deze positieve overtuigingen over.
- Jongeren kunnen zich gemakkelijk identificeren met jongerenpartners, waardoor ze het gedrag eerder overnemen.
- Ook kunnen jongerenpartners door het geven van positieve feedback zelfeffectiviteit aanjagen. Positieve feedback geeft vertrouwen dat ze genoeg kennis en vaardigheden hebben.

4.3.1 Wat is belangrijk bij de selectie van de jongerenpartners?

Een belangrijk onderdeel van werken met jongerenpartners, is dat de bredere doelgroep zich moet kunnen identificeren met de jongerenpartner. Hierin is het dus van belang dat diegene niet significant verschilt van de jongeren je hoopt te bereiken. Hierin zijn een aantal kenmerken van belang:

- De jongerenpartner is idealiter **tussen de 14-25 jaar**. De leeftijd waarin jongeren veel online actief zijn. Daarnaast blijkt uit onderzoek dat de rol ook veel gewicht en verantwoordelijkheidsgevoel meebrengt voor jongeren¹⁰. Met het oog hierop kan het dus een overweging zijn om geen minderjarigen in te zetten als change agent.
- Daarnaast is **diversiteit** een belangrijke vereiste om te kunnen identificeren met de bredere doelgroep. Zoals eerder aangegeven ervaren vrouwen, mensen van kleur en jongeren die onderdeel zijn van de LHBTQ+-gemeenschap significant meer online haat en discriminatie. Het is dus cruciaal om deze gemeenschappen vertegenwoordigd te hebben binnen de jongerenpartners.
- Hoewel diversiteit cruciaal is, moet wel opgelet worden dat niet **alleen jongeren uit de meest gestigmatiseerde gemeenschappen** de verantwoordelijkheid moeten dragen om te bouwen aan een veiligere online wereld. Deze jongeren lopen namelijk ook het meeste risico op haatvolle reacties op hun interventies. Daarom is het ook belangrijk om jongeren uit minder kwetsbare gemeenschappen te selecteren. Het is ook belangrijk dat zij agency ontwikkelen, leren over hun

¹⁰ Micha de Winter, Micha de Winter: bombardeer jongeren niet tot changemakers, 2024. [Link](#)

gedrag en deze lessen kunnen doorgeven aan een bredere doelgroep. Dit zorgt ervoor dat er ook jongerenpartners actief zijn waar jongeren die significant vaker als verspreider optreden zich mee kunnen identificeren.

4.3.2 Hoe kunnen jongeren het best geactiveerd worden tot jongerenpartner?

Voor jongeren kan het, in de huidige online omgeving, een grote stap zijn om jongerenpartner te worden. Op basis van input van jongeren zelf zijn de volgende richtlijnen verzameld om jongeren te activeren tot jongerenpartners:

- **Persoonlijke verbinding met het onderwerp:** Door jongeren zelf actief bij de problematiek van online haatspraak te betrekken, bijvoorbeeld door hen te laten reflecteren op persoonlijke ervaringen met discriminatie of haatspraak.
- **Kansen voor netwerkuitbreiding:** Bied jongeren de kans om nieuwe mensen te ontmoeten, hun netwerk uit te breiden, en ervaring op te doen binnen hun interesse- of werkgebied.
- **Duidelijke en haalbare doelen:** Stel duidelijke, haalbare doelen en geef inzicht in de impact die zij kunnen hebben door kleine veranderingen aan te brengen. Dit creëert een gevoel van empowerment.
- **Ondersteuning en erkenning:** Zorg voor voortdurende ondersteuning door bijvoorbeeld een buddy-systeem en erken de inzet van jongeren.
- **Beloning en waardering:** Geef ruimte voor positieve feedback en erken de inspanningen van jongeren in het proces.
- **Versterken van gemeenschap:** Organiseer sociale evenementen, bijvoorbeeld borrels of spelmomenten, om een gevoel van gemeenschap te bevorderen en de jongeren aan te moedigen zich langdurig in te zetten.
- **Gebruik van passende kanalen:** Zet in op jongeren kanalen die aansluiten bij hun dagelijks gebruik, zoals Instagram, TikTok en WhatsApp.

Andere aandachtspunten zijn:

- **Schep realistische verwachtingen** en zorg dat er geen overdreven verantwoordelijkheid aan de jongeren wordt gegeven. De verantwoordelijkheid voor een veilige online omgeving ligt niet bij één individu. Maak duidelijk op welk effect het gehele project inzet, en stel concrete taken op hoe elke jongere hieraan kan bijdragen.
- **Democratische waarden centraal stellen.** Zorg dat de definities van concepten als discriminatie, vrijheid en veiligheid breed gedeeld worden en dat hier geen fundamentele meningsverschillen over bestaan.
- **Kritisch en empathisch denken aanmoedigen:** Jongeren zelf geven aan dat voorlichting en educatie over online haat en discriminatie essentieel zijn. Ze zien dit als een manier om bewustwording te vergroten en te leren hoe ermee om te gaan.

- **Ruimte bieden voor dialoog en samenwerking.** Wees bewust van het gevaar van bubbels waarin jongeren alleen nog gelijkgestemden ontmoeten en daardoor geen begrip ontwikkelen voor anderen.
- **Focus op agency in plaats van activisme:** Focus op de ontwikkeling van agency in plaats van jongeren klakkeloos als changemakers te bestempelen. Agency houdt in dat jongeren leren hoe ze invloed kunnen uitoefenen, maar ook beseffen dat ze niet altijd en overal hun zin krijgen¹¹.

4.3.3 Hoe begeleid je jongerenpartners?

Daarnaast is het belangrijk dat de jongeren de juiste begeleiding krijgen, wanneer zij worden geactiveerd op online op te staan tegen online haat en discriminatie. Uit onderzoeken en experimenten is naar boven gekomen dat de volgende lessen belangrijk zijn in de begeleiding en nazorg van jongeren die optreden als jongerenpartners tegen online haat¹²:

- **Mentale ondersteuning en monitoring.** Zorg voor een goede mentale ondersteuning, omdat het confronteren met haatdragende berichten emotioneel belastend kan zijn. Houd bijvoorbeeld actief in de gaten hoe jongeren zich voelen en bied laagdrempelige toegang tot begeleiding bij stress of negatieve ervaringen. Regelmatige check-in's of een buddy-systeem zijn hier voorbeelden van.
- **Duidelijke omgangsafspraken en sociale norm binnen de groep.** Zorg voor heldere gedragsregels binnen de groep, zodat er een respectvolle leeromgeving ontstaat waarin jongeren zich veilig voelen. Maak schuring binnen de groep bespreekbaar en benadruk dat het een leercommunity is, geen 'safe space' waarin nooit moeilijke gesprekken ontstaan.
- **Verwachtingsmanagement en keuzevrijheid.** Communiceer duidelijk over de taken, tijdsinvestering en doelen van het project zodat jongeren weten waar ze aan beginnen. Laat jongeren zelf bepalen hoe en hoeveel ze bijdragen, zodat het project te combineren is met hun dagelijkse leven.
- **Praktische handvatten en training.** Faciliteer een basisopleiding in de thema's online haatspraak, discriminatie en sociale normen. Train vaardigheden voor het ontwikkelen van interventies, zoals communicatie, samenwerking en probleemoplossend denken. Bied concrete strategieën om online discriminatie aan te pakken zonder onnodige risico's te nemen. Waarschuw voor de gevaren van discussies met trollen en extreme meningen en leer jongeren wanneer ze beter niet kunnen reageren.
- **Veilige online werkomgeving en gemeenschapsgevoel.** Faciliteer groepschats en bijeenkomsten waarin jongeren steun kunnen vinden bij elkaar. Zorg voor een herkenbare (lange termijn) community zodat jongeren zich minder alleen voelen en bij negatieve reacties steun kunnen vragen.

¹¹ Micha de Winter, Micha de Winter: bombardeer jongeren niet tot changemakers, 2024. [Link](#)

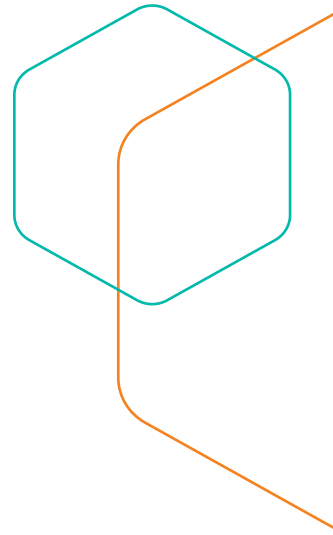
¹² Movisie, Hogeschool Inholland en Diversity Media, Eindrapport #DatMeenJeNiet, 2022, p.38-40. [Link](#)

5. Conclusies en aanbevelingen

In de voorgaande hoofdstukken hebben we een overzicht gegeven van de bestaande kennis en theorie rondom online haat en discriminatie, de impact ervan op jongeren, het perspectief vanuit de professionals en stakeholders en de praktijkervaring en geleerde lessen rondom het ontwikkelen en uitvoeren van interventies. Hieronder volgt een overzicht van de belangrijkste conclusies op basis van dit onderzoek en relevante aanbevelingen voor het organiseren van interventies.

5.1 Conclusies

1. **Online haat bestaat uit veel verschillende vormen.** Binnen dit project identificeren wij online negativiteit, online pesten, online discriminatie en online extremisme. We focussen ons bij het ontwikkelen van de interventies niet specifiek op één van deze vormen (er is immers overlap), maar op het tegengaan van normvervaging en het creëren van een veiligere en inclusievere digitale omgeving. Om het welzijn en de veiligheid van jongeren te waarborgen kan er een afbakening gemaakt worden mbt te expliciete uitingen van online haat en discriminatie.
2. **De impact van online haat is groot en diffuus.** Op de korte termijn vertonen slachtoffers direct negatieve emoties en aanpassingen in gedrag. Op de langere termijn komen hier depressieve klachten, blijvende gedragsveranderingen en ervaren gevoelens van machteloosheid bij.
3. **Online haat kent veel verschillende slachtoffers.** Online haat kan persoonlijk, groepsgericht of institutioneel zijn. Groepen die disproportioneel veel impact van online haat ervaren zijn personen van kleur, mensen uit de LHBTIQ+-gemeenschap, vrouwen en mensen met minder sociaal-economische middelen. Jongeren zijn in het bijzonder beïnvloedbaar door online haat, omdat ze zich veel online bevinden en hun morele kompas nog volop aan het ontwikkelen zijn. Daarom is deze groep de focus van dit project.
4. **Online haat leidt tot het vervagen van sociale normen.** Uit het onderzoek en de behoeftepeilingen blijkt dat jongeren online haat een normaal onderdeel vinden van hun online omgeving. Wanneer haat genormaliseerd raakt, is het steeds moeilijker om het als dusdanig te herkennen. Dit maakt het optreden tegen online haat een uitdaging.
5. **Zowel jongeren als professionals zien de noodzaak om dit probleem aan te pakken.** Hierin wordt een rol gezien voor scholen en jongerenwerkers om meer informatie te verlenen over online haat en de impact ervan. Ook dragen de beheerders van de platformen een grote verantwoordelijkheid in het ontwerpen van hun algoritmes en beheren van posts en reacties. En tot slot worden online campagnes en interventies gezien als een waardevol middel om bewustwording te vergroten.



5.2 Aanbevelingen

Een aantal criteria voor succes zien we vaker terug, als het gaat om interventies voor jongeren tegen online haat en discriminatie. De negen belangrijkste aanbevelingen op een rij:

1. **Geef jongeren de hoofdrol.** Ontwikkel met en voor jongeren. Zet in op hun autonomie, focus op talenten en krachten. Geef jongeren vertrouwen. En zet in op identiteitsvorming: wie wil je zijn. Zet peer-educators in.
2. **Zet in op inleving en empathie.** Door in dialoog te gaan met andere jongeren, persoonlijke ervaringen te delen, ervaringsdeskundigen in te zetten, films te kijken, etc. Zet bijvoorbeeld ervaringsopdrachten in, zorg voor zelfovertuiging en gevoelsbeleving.
3. **Bouw een community.** Creëer een community waarbij jongeren steun bij elkaar vinden. Laat jongeren samen problemen identificeren, oplossingen bedenken en een sociale norm vormen. Dit maakt het tevens gemakkelijker om voor een ander op te komen (upstandergedrag).
4. **Bied handvatten en handelingsperspectief.** Bied kennis en handvatten waarmee de jongeren in actie kunnen komen. Benader jongeren daarbij niet als mediaconsument, maar als maker met een actieve rol in het vormgeven van de online wereld (maar pas op dat je de jongeren niet verantwoordelijk maakt). Daarbij hoort ook het vergroten van de weerbaarheid en het verlagen van de drempel om hulp te vragen.
5. **Zorg voor goede ondersteuning en een veilige omgeving.** Zorg dat de docent of begeleider vaardig is. Het is belangrijk dat diegene het eigen oordeel uitstelt, zorgt voor verbinding, praat vanuit de ik-vorm en zich kwetsbaar opstelt. Zorg ook voor goede mentale ondersteuning voor de jongeren, stimuleer *selfcare* en faciliteer steun aan elkaar.
6. **Heb aandacht voor specifieke (kwetsbare) groepen.** Dit geldt voor het bereiken van je doelgroep. Maar ook voor groepen die grotere kans hebben om slachtoffer of verspreider te zijn van online haat en pestgedrag.
7. **Sluit aan op de belevingswereld.** Maak gebruik van de mogelijkheden van technologie en de online wereld. Zet in op actuele voorbeelden en maak duidelijk wat de 'why' is. Voorkom taligheid, maak het beeldend, laagdrempelig en herkenbaar. Maak het leuk en prikkelend en staar je niet blind op doelstellingen en nuances.
8. **Neem de context van de jongeren mee.** Houd rekening met de persoonlijke context en kennisniveau van de jongeren. En zorg dat je ook de sociale omgeving, zoals de ouders, betreft.
9. **Werk samen.** Sluit aan bij bestaande interventies en werk samen met andere organisaties. Beter goed gejat (vertaald/omgezet) dan slecht verzonnen.

Aanvullende literatuur

- Esther Rozendaal, Media-empowerment: **Een gedragsverandering benadering van media-educatie**. [Link](#)
- Kennisplatform Inclusief Samenleven (KIS), **Wat werkt bij het verminderen van discriminatie?**, 2022. [Link](#)
- Kennisplatform Inclusief Samenleven (KIS), **Checklist Antidiscriminatie-interventies**, 2023. [Link](#)
- Kennisplatform Inclusief Samenleven (KIS), **Ervaren online haatspraak en discriminatie door jongeren: Een kwalitatieve en kwantitatieve verkenning**, 2024. [Link](#)
- Movisie, **Ingrijpen bij online discriminatie: hoe doe je dat?**, 2021. [Link](#)
- Nederlands Jeugdinstituut (NJI), **Als pesten samengaat met discriminatie**. [Link](#)
- Nederlands Jeugdinstituut (NJI), **Databank effectieve jeugdinterventies**. [Link](#)
- Netwerk Mediawijsheid, **Effectieve mediawijsheidprogramma's: Inzichten en aandachtspunten voor uitvoerders, ontwikkelaars en onderzoekers**, 2018. [Link](#)
- Netwerk Mediawijsheid, **Checklist mediawijsheid lesmateriaal: 10 aandachtspunten voor je ermee aan de slag gaat**, 2018. [Link](#)
- NRO, **Wat zijn effectieve interventies om digitaal ongewenst gedrag in het onderwijs tegen te gaan?**, 2019. [Link](#)
- Richtlijnen jeugdhulp en bescherming, **Werkzame elementen aanpak en interventies over radicalisering**. [Link](#)
- Stichting School en veiligheid, **Discriminatie in de klas**. [Link](#)
- Stichting School en veiligheid, **Pesten**. [Link](#)

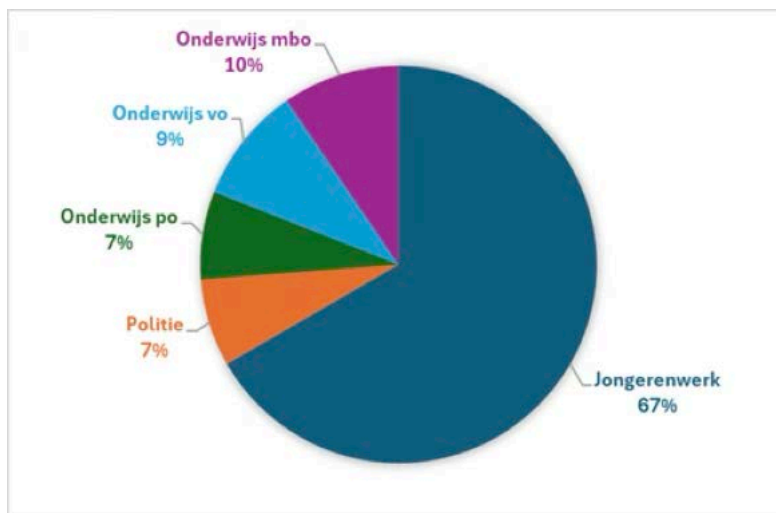
Bijlage 1

Resultaten Behoeftepeiling

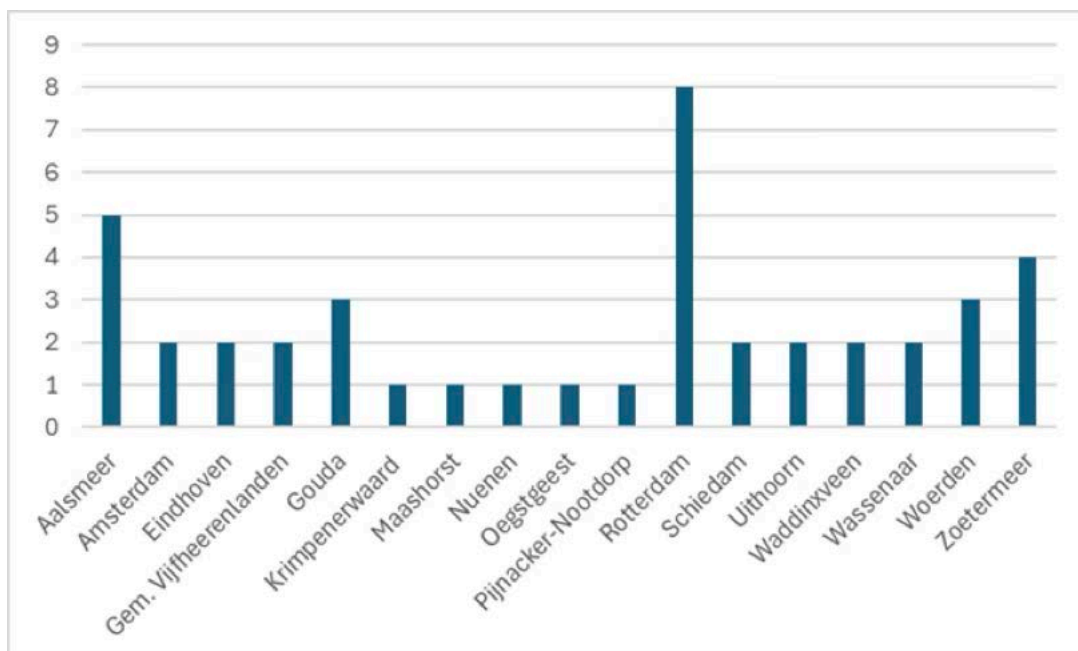
Inleiding

In februari 2025 hebben in totaal 42 respondenten de vragenlijst ingevuld, jongerenwerkers, docenten en wijkagenten. De leeftijd van de doelgroepen waarmee zij werken loopt uiteen van groep 7/8 in het primair onderwijs tot en met mbo-leerlingen en jongeren tot 27 jaar.

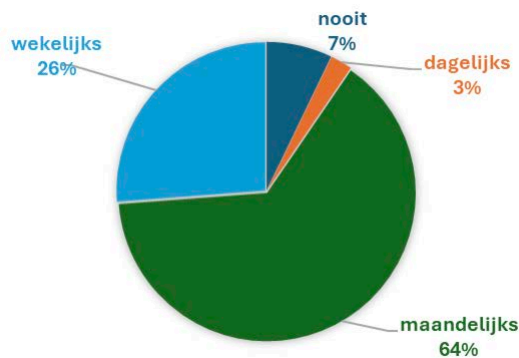
Werkveld respondenten:



Werkgebied / geografische spreiding van de respondenten:



Vraag 1: Hoe vaak hoor jij in gesprekken met jongeren dat zij online te maken krijgen met kwetsende of haatdragende uitingen?

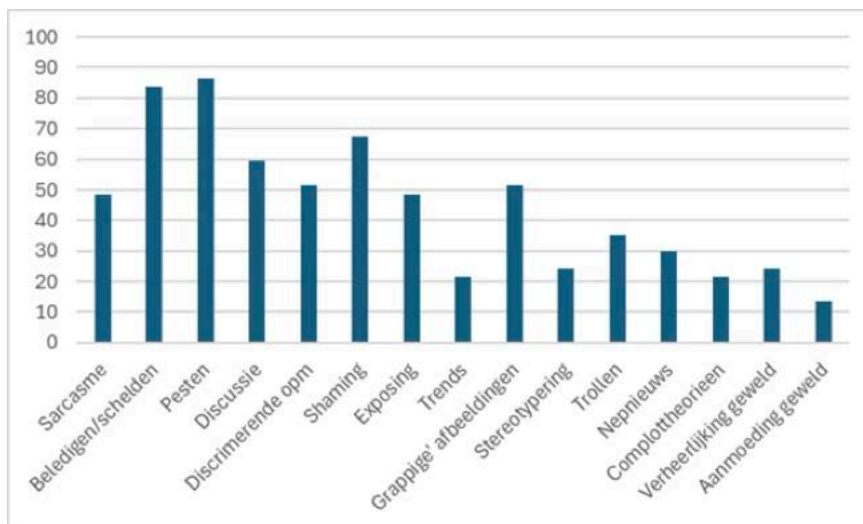


- De respons op 'nooit' is afkomstig van docenten in het primair onderwijs (hun leerlingen zijn vaak jong en hebben nog geen telefoon).
- Verschillende professionals merken op dat de frequentie verschilt per regio en doelgroep: "In sommige wijken hoor ik dit veel vaker, zeker als er recent een incident in het nieuws is."



De frequentie kan onderschat zijn; uit de respons op andere vragen blijkt dat jongeren lang niet altijd over online haat praten en sommige respondenten aangeven niet goed zicht te hebben op de online leefwereld van jongeren.

Vraag 2: Onderstaand enkele vormen van online haat. Met welke vormen komen jouw jongeren het meest in aanraking? (Meerdere antwoorden mogelijk)



5 respondenten gaven aan te weinig zicht te hebben om te kunnen antwoorden.

Vraag 3: Kun je vertellen wat online haat met jouw jongeren doet en hoe dit tot uiting komt? Kun je daar een voorbeeld van geven?

Vrijwel iedereen geeft aan dat online haat impact heeft op jongeren. Het kan leiden tot onzekerheid, angst, verdriet, schaamte, machteloosheid, frustratie, boosheid en sociale terugtrekking. Jongeren reageren hier op uiteenlopende manieren op:

- Vermijden van school en sociale situaties
- Doen alsof het hen niet raakt
- Raken ongevoelig (normaliseren)
- Proberen het te negeren (blokkeren berichten en verspreiders, verwijderen berichten)
- Gaan zelf kwetsende berichten of video's verspreiden (wraak of pesters voor zijn)
- Vragen hulp bij ouders, docenten of instanties omdat ze niet weten wat te doen.

"Het komt zo veel voor bij én rondom jongeren (in de rest van de samenleving) dat het lijkt dat ze hier ongevoelig voor worden. En toch geloof ik niet dat ze diep van binnen ongevoelig zijn hiervoor."

"Veel jongeren reageren er passief op. De norm is eerder dat je er mee te maken en er niks mee doet dan dat je je er tegen uitspreekt."

"Het maakt ze onzeker waardoor ze gedrag vertonen dat niet bij hun past of waar ze eigenlijk niet achter staan. Zo kunnen ze er toch bij horen."

Vraag 4: Krijg je van jongeren weleens hulpvragen die verband houden met online haat? Kun je daar voorbeelden van geven?

De meerderheid van de respondenten ontvangt weinig directe hulpvragen; jongeren zijn vaak terughoudend. Wanneer er hulpvragen zijn, komen deze vaker via ouders, scholen of signalen die respondenten zelf oppikken. Een aantal (met name politie) ziet hulpvragen als het al geëscaleerd is. (naaktfoto's, bedreigingen, etc.). Jongeren lijken online haat vaak als een vast gegeven te accepteren en zoeken niet altijd actief hulp.

Wanneer jongeren wel om hulp hebben gevraagd ging dit om:

- Geëscaleerde situaties (vechtpartij, onveiligheid of psychisch leed)
- Hoe om te gaan met online ruzies en negatieve berichten.
- Wat te doen bij online stalking, exposing of pesterijen.
- Online communicatie: Hoe vaak kan ik berichten sturen? Moet ik nu antwoorden?
- Angst voor sociale uitsluiting: Jongeren willen niet blokkeren of melden uit angst een 'snitch' genoemd te worden.



Jongerenwerkers die laagdrempelig beschikbaar zijn, krijgen vaker spontane hulpvragen.

Vraag 5: Merk je dat jongeren iets missen of nodig hebben om met online haat om te gaan? Wat zou dat kunnen zijn?

Vrijwel iedereen noemt mediawijsheid, weerbaarheid of voorlichting als ontbrekend element. Ook de rol van ouderlijk toezicht komt geregeld terug. Respondenten geven aan dat jongeren zich niet altijd bewust zijn van de impact van hun eigen gedrag en zich vaak niet gesteund voelen of weten waar ze terecht kunnen voor hulp. Op de vraag wat jongeren nodig hebben wordt uiteenlopend geantwoord en als volgt samen te vatten:

1. Meer bewustwording en normbesef

- Leren wat de gevolgen zijn van gedrag online en hoe kleine opmerkingen grote impact kunnen hebben.
- Ontwikkelen van sociale vaardigheden en empathie mbt online leefwereld, zodat jongeren snappen hoe hun woorden anderen raken.
- Duidelijke consequenties voor online haat; momenteel ontbreekt het aan corrigerende maatregelen.

2. Basis van zelfvertrouwen en assertiviteit

- Identiteitsontwikkeling en zelfvertrouwen helpen om minder waarde te hechten aan wat anderen online zeggen.

3. Begeleiding en toezicht

- Meer betrokkenheid bij het online leven van jongeren van ouders, scholen en jongerenwerkers. Vaker het gesprek aangaan en signalen oppikken, en ook (Ouderlijk) toezicht kan helpen om grenzen aan te geven en bij te sturen.
- Er moet een duidelijk aanspreekpunt waar jongeren laagdrempelig terecht kunnen, zoals een online meldpunt.
- Een overheid die reguleert

4. Educatie, praktische tools en ondersteuning

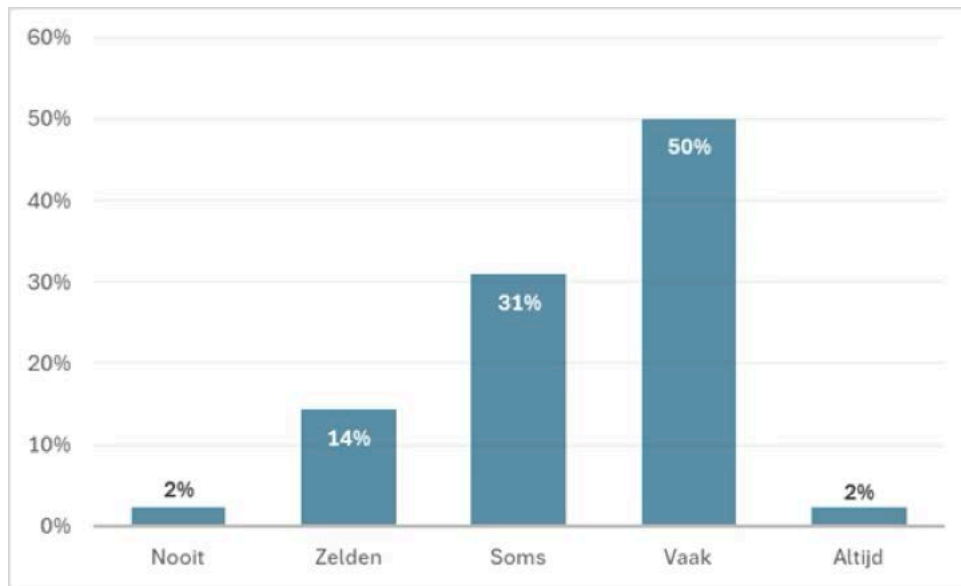
- Handvatten om te weten hoe ze kunnen reageren op online haat (bijv. blokkeren, negeren, melden). Liefst al op jongere leeftijd, (bijv. groep 7-8 en de brugklas).
- Lessen en gesprekken over online gedrag, groepsdynamiek en hoe dat online anders werkt dan in het echte leven.

"Er zitten weinig negatieve consequenties aan als je iemand uitscheld of belachelijk maakt via social media. Hierdoor worden jongeren daar ook bijna niet op gecorrigeerd."

"Ik denk dat een groot deel ook gewoon te maken heeft met opvoeding, het vormen van je normen en waarden en je empathie."

"Dit is echt afhankelijk van de persoon zelf, maar als ze niet weerbaar genoeg zijn dan komt dat vaak door een negatief zelfbeeld. Het is dan vooral nodig om duidelijk te maken hoe ze hier beter mee om kunnen gaan."

Vraag 6: Hoe vaak hoor of zie je dat jouw jongeren online haat normaliseren of niet als een probleem zien?



Vraag 7: Zijn er bepaalde vormen van online pestgedrag die je vaak tegenkomt in jouw werk met jongeren?

Deze vraag is alleen voorgelegd aan jongerenwerkers. Zij geven aan dat zij in hun werk met jongeren regelmatig verschillende vormen van online pestgedrag tegenkomen. Het betreft:

1. **Exposing & shaming**

- Soms gaat het om bewerkte foto's, waarbij iemands gezicht op een bestaand beeld wordt geplakt.

2. **Buitsluiting & groepsdruk in online omgevingen**

- Verwijderen uit groepsapps zonder uitleg.
- Ongevraagd toevoegen aan pest-groepen (met name op Snapchat).
- Negeren van jongeren, waardoor ze zich buitengesloten voelen.

3. **Beledigingen & online haat**

- Schelden en treiteren
- Nare comments op foto's en filmpjes.
- LGBTQ+ haat, seksisme en racisme, waaronder extreme uitspraken zoals geen recht hebben op leven.

4. **Dreigementen & intimidatie**

- Bedreigingen en oproepen tot geweld, soms met fysieke gevolgen.
- Pesten en kleineren van jongeren die als 'makkelijk slachtoffer' worden gezien.
- Stalking en lastigvallen van jongeren

5. **Grappen, memes & digitale vernedering**

- Stickers en memes maken met iemands gezicht of naam om hen belachelijk te maken.

Vraag 8: Over welke onderwerpen of situaties uiten jongeren de meeste zorgen of emotionele reacties?

Deze vraag is alleen voorgelegd aan jongerenwerkers. Uit de gegeven antwoorden is af te leiden dat jongeren vooral emotionele reacties uiten als onderwerpen of online situaties direct impact hebben op hun persoonlijkheid, privacy of sociale status. Veel jongeren normaliseren online haat en pestgedrag, maar bij diepere kwetsingen worden sterke emoties zichtbaar.

1. Exposing & verspreiden van privébeelden

- Dit leidt vaak tot extreme schaamte, angst en sociale uitsluiting. Ook ruzies en zelfs fysiek geweld.

2. Pesten, beledigingen en online haat

- Opmerkingen over uiterlijk, gedrag of over bij wie ze horen (identiteit)
- Directe beledigingen over uiterlijk, afkomst of geloof raken jongeren diep.
- Discriminatie en LHBTQ+ haat worden als diep kwetsend ervaren.

“Memes en grappen kunnen soms als onschuldig worden gezien, maar als het persoonlijk wordt, raakt het jongeren direct.”

“Jongeren maken zich zorgen over wat anderen van hen denken, vooral als gevoelige informatie wordt gedeeld. Dan zijn ze bang dat het viral gaat.”

Vraag 9: Kun je voorbeelden noemen van discriminerende of racistische uitingen waar jouw jongeren zoal mee te maken krijgen?

Deze vraag is alleen voorgelegd aan jongerenwerkers. Uit de antwoorden blijkt dat jongeren op verschillende manieren te maken krijgen met discriminatie en racisme. Dit gebeurt via grappen, memes, beledigingen en expliciete haatberichten. Sommige uitingen zijn “grappig” bedoeld, maar anderen hebben een duidelijke intentie om te kwetsen. Voorbeelden die gegeven zijn:

1. Racistische opmerkingen en scheldwoorden

- Beledigingen over huidskleur en afkomst zoals “zwarte aap”, “ga terug naar je eigen land”, “luie ...”.
- Moslimhaat en negatieve opmerkingen over asielzoekers.
- Stereotypes en denigrerende opmerkingen over bepaalde bevolkingsgroepen, zoals Marokkanen.
- Vergelijkingen met nazi-symboliek, zoals het plaatsen van hakenkruisen op foto's van een meisje met Duitse roots.

2. Uitsluiting en belediging op basis van geloof en cultuur

- Foto's van meiden met een hoofddoek worden digitaal bewerkt en zonder hoofddoek verspreid op social media.
- Antireligieuze uitingen, zoals anti-islam en anti-christelijke berichten.
- Discussies en haat rondom actuele conflicten, zoals de situatie in Gaza, waarbij groepen tegen elkaar worden opgezet.

3. Haat tegen seksuele oriëntatie en genderidentiteit

- Negatieve opmerkingen over homoseksualiteit en de LHBTQ+-gemeenschap ("...moeten dood")
- Gebruik van "homo" als scheldwoord.

4. Memes, stickers en digitale pesterijen

- Racistische en discriminerende opmerkingen worden vaak verspreid via memes, stickers en bewerkte afbeeldingen op WhatsApp en Snapchat.

Vraag 10: Wordt online haat in jouw werkgebied soms gevolgd door offline conflicten of geweld?

Deze vraag is alleen voorgelegd aan jongerenwerkers. Driekwart van de respondenten geeft aan dat dit het geval is. Online ruzies en beledigingen (vooral via exposing of roddelaccounts) leiden tot fysiek confrontaties op scholen of straat. Jongeren worden soms opgewacht, uitgedaagd of uitgelokt om het conflict dat ontstaan is fysiek uit te vechten. Dit wordt vervolgens gefilmd en gedeeld, waardoor er verdere escalatie kan ontstaan. In een enkel geval is er sprake van bedreiging met messen of wapens.

"Het is al een aantal keer voorgekomen dat er een filmpje op snapchat rondgaat waarin jongeren sorry moeten zeggen op knieën."

"Ja, ruzies worden vaak online gestart en gevoed, met name ook door het publiek dat meeleest zeg maar."

Vraag 11: Ken jij influencers of platformen die jouw jongeren negatief beïnvloeden? Welke zijn dat en waarom?

Deze vraag is alleen voorgelegd aan jongerenwerkers. Iets meer dan de helft (54%) geeft aan dat zij negatieve invloeden van influencers of platformen herkennen. De overige 46% geeft aan dit niet direct te zien of geen voorbeelden te kunnen noemen. Jongerenwerkers zijn van mening dat bepaalde platforms en influencers een negatieve rol spelen in de verspreiding van online haat. Snapchat, Telegram en TikTok worden vaak genoemd als plekken waar desinformatie en haatdragende content wordt gedeeld. Ook Reddit en game-communities worden door enkele genoemd. Zij bieden allen een podium voor influencers, rappers en artiesten die geld, status en materialisme verheerlijken en/of schadelijke denkbelden verspreiden. De algoritmes van de platformen versterken dit. Jongeren die deze content zien en zich met de afzender identificeren, worden daardoor beïnvloed. Geweld, misogynie, onrealistische schoonheidsidealen en extremistische denkbelden kunnen zo genormaliseerd worden.

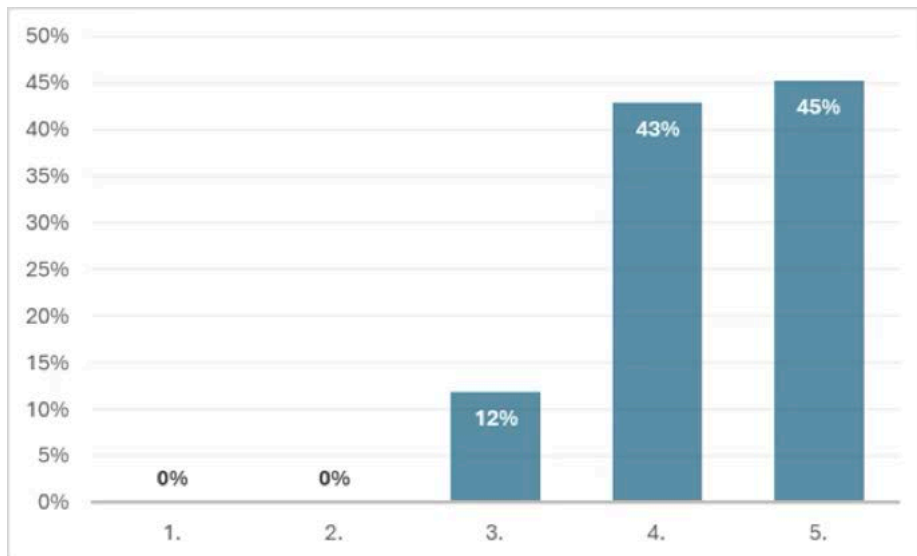
"Andrew Tate bijvoorbeeld. Zo zijn er nog meer influencers die desinformatie verspreiden en jongeren een verwrongen realiteit op de wereld meegeven."

"Rappers die in hun songteksten een stoer beeld neerzetten van geweld, misdaad, geld en een machocultuur."

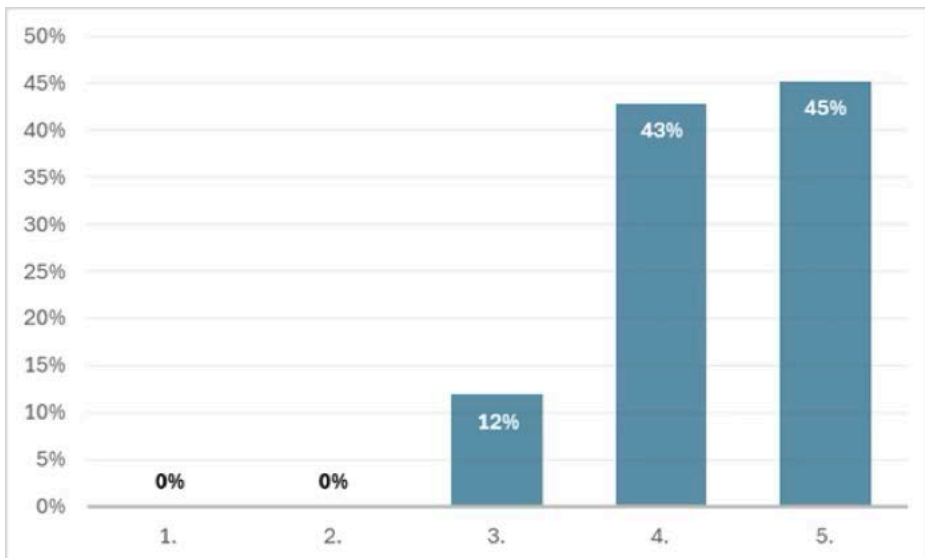
Vraag 12: Stellingen

Respondenten gaven per stelling een score (1 geheel oneens tot en met 5 geheel eens).

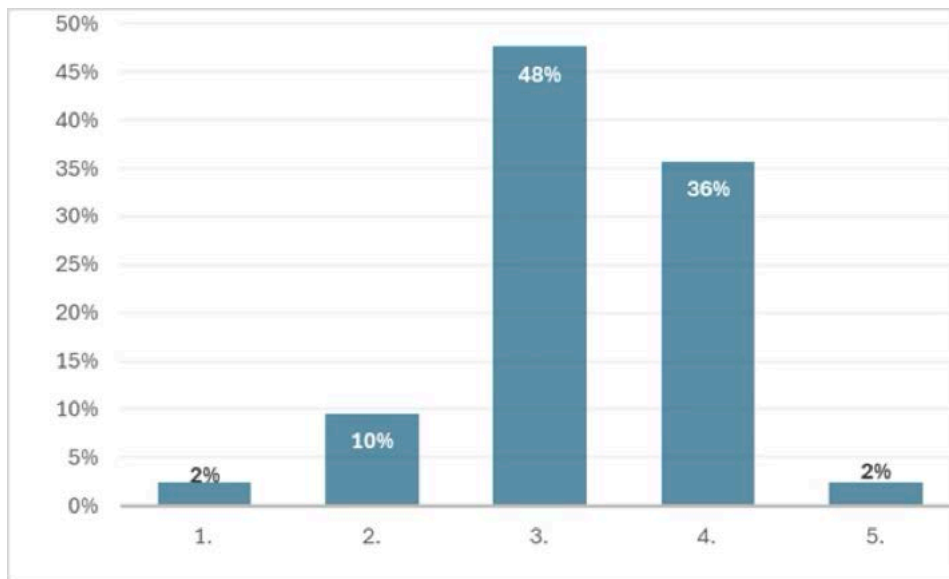
1. **"Ik voel mij verantwoordelijk om jongeren te helpen weerbaar te zijn tegen de negatieve invloed van de online leefwereld."**



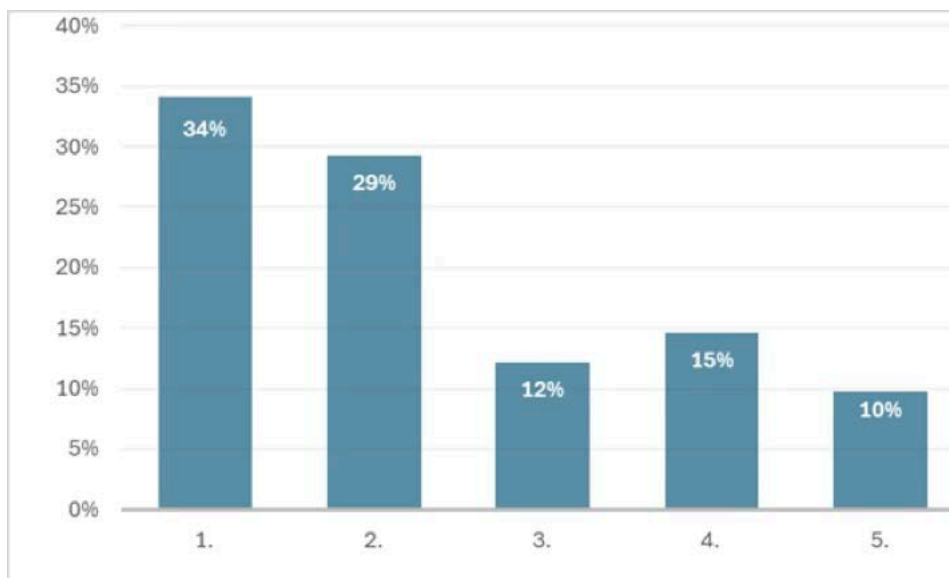
2. **"Ik maak mij zorgen over de online haat die jongeren online tegenkomen."**



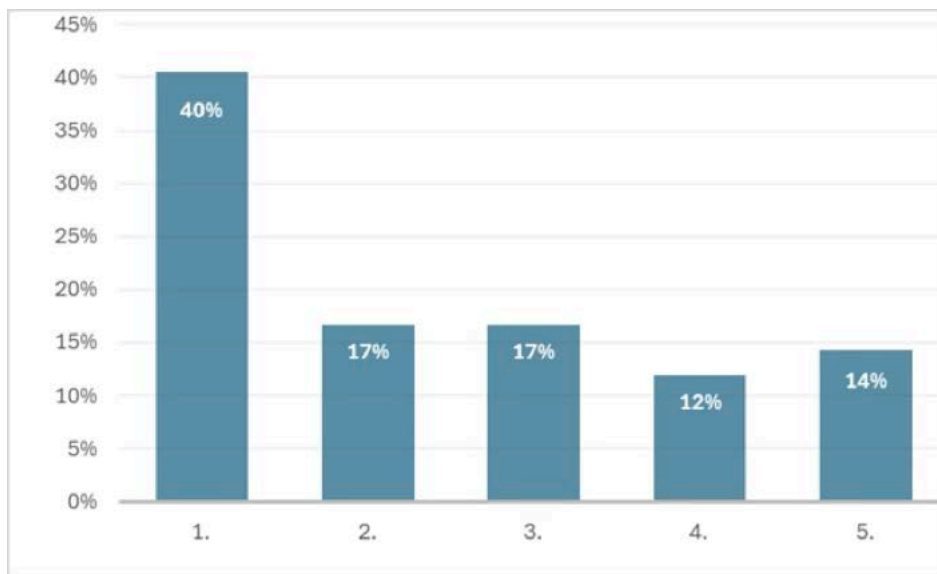
3. "Ik weet hoe ik mijn jongeren/leerlingen kan helpen om met online haat om te gaan."



4. "Ik denk dat de impact van online haat op het welzijn van jongeren overschat wordt."



5. **“Ik denk dat de impact van online haat op veiligheid in de samenleving overschat wordt.”**



Vraag 13: Kun je vertellen wat jouw aanpak is om met jongeren in gesprek te gaan over online haat en wat jouw ervaringen daarbij zijn?

Respondenten geven aan dat niet iedere jongere open staat om een volwassene in vertrouwen te nemen, vooral als ze zelf een aandeel in het conflict hebben. Ze geven daarnaast aan dat jongeren vaak emotioneel op het onderwerp reageren. De aanpak van professionals bij gesprekken met jongeren over online haat is divers, maar kent een aantal veelvoorkomende elementen:

1. Luisteren en een vertrouwensband opbouwen

Veel respondenten benadrukken het belang van luisteren naar de ervaringen van jongeren. Zonder oordeel en niet te snel advies willen geven. Individuele gesprekken worden vaak als effectief genoemd. In een groep en/of klassikale omgeving is het soms moeilijker om diepgaand op persoonlijke ervaringen in te gaan. Sommige respondenten geven aan dat ze vertellen over hun persoonlijke ervaringen om een gevoel van herkenning en openheid te creëren.

2. Bewustwording creëren

Inzet van gastlessen en workshops over sociale media, algoritmes, filterbubbels, nepnieuws en online haat worden genoemd als methoden om jongeren bewuster te maken. Theater en interactieve werkvormen blijken goed te werken om jongeren te betrekken. Ook betrekken sommigen ouders via nieuwsbrieven of directe gesprekken om de impact te vergroten.

3. Weerbaarheid vergroten

De aanpak varieert per persoon; het is afhankelijk van de leeftijd, de situatie en de vorm van online haat. In sommige situaties wordt aangemoedigd om niet direct te reageren en na te denken over andere alternatieven, zoals negeren, blokkeren en melden bij een volwassene. Andere manieren die genoemd worden, zijn:

- Stimuleren om na te denken over hun eigen aandeel en invloed in online conflicten.
- Zelf tot inzichten laten komen door open vragen stellen en niet te oordelen.
- Uitdagen/helpen om situaties vanuit verschillende perspectieven te bekijken ("Hoe zou jij je voelen als...?").

"Het begint met het vragen naar hun ervaringen en luisteren naar wat ze tegenkomen. Het gezamenlijk bespreken van wat ze tegenkomen en wat ze wel/niet normaal vinden helpt ook al. Jongeren hebben het er onderling niet vaak over waardoor ze vaak ook passief reageren."

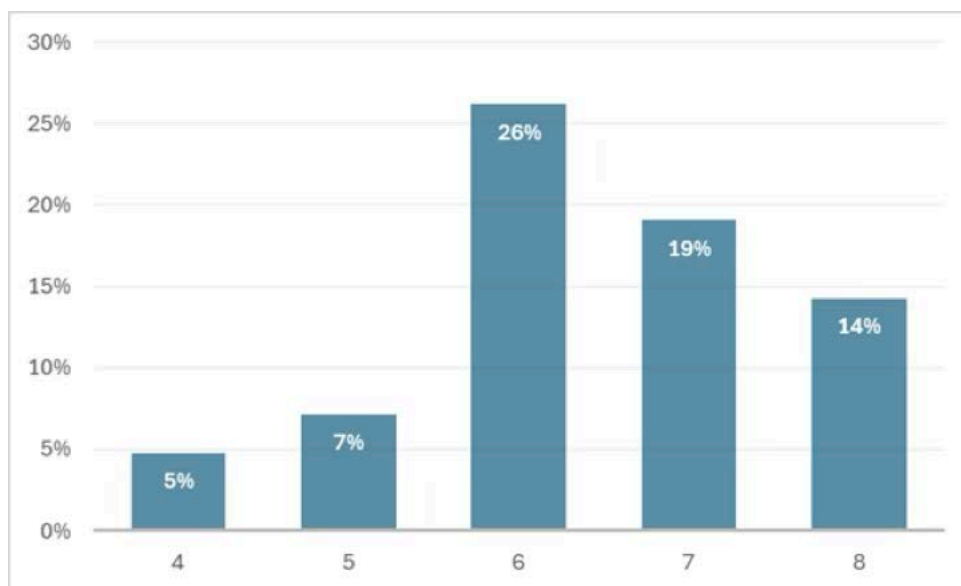
"Eerlijk gezegd, wordt dit minimaal besproken met mijn jongeren."

"Een open gesprek waar je veiligheid biedt door ze alles te laten zeggen en gevoelens te uitten. Niet meteen probleemoplossend zijn, maar vooral luisteren en doorvragen."

Vraag 14: Beoordeel je eigen kennis en vaardigheden met betrekking tot online haat en discriminatie (schaal 1-10)

Deze vraag is alleen voorgelegd aan jongerenwerkers.

Het gemiddelde cijfer waarmee de respondenten hun kennis beoordelen is 6,1.



Vraag 15: Wat zou je zelf willen leren of ontwikkelen om jongeren beter te ondersteunen in het omgaan met online haat en discriminatie?

Deze vraag is alleen voorgelegd aan jongerenwerkers. Respondenten hebben verschillende behoeften om jongeren beter te begeleiden bij online haat en discriminatie. Deze zijn grofweg in drie categorieën in te delen:

1. Meer kennis over de online wereld, sociale media en online haat

- De laatste trends, apps en online platforms zoals TikTok, Telegram en Snapchat.
- Algemeen begrip hoe sociale media werken, zoals hoe groepen worden gevormd, hoe content wordt gedeeld en hoe algoritmes invloed hebben.
- Radicalisering en desinformatie op sociale media en de invloed van politiek
- Online haat en hoe verspreidt zich dit
- Juridische kennis (wat is strafbaar, wat kun je doen)

2. Vaardigheden om gesprekken effectiever te voeren

- Effectieve gespreksmethoden om met jongeren in gesprek te gaan over online haat.

3. Jongeren weerbaarder maken tegen online haat

- Zicht op good practices en bewezen methodes
- Inzicht in hoe jongeren beter kunnen omgaan met haatreacties en hun veerkracht kunnen vergroten.
- Handvatten om jongeren bewust te maken van desinformatie en de impact van online haat.
- Inzichten in hoe jongeren zich minder laten meeslepen door de online wereld en zich meer richten op de fysieke wereld.
- Kunnen signaleren wanneer jongeren last hebben van online haat, vooral als ze er niet over praten.

Verschillende respondenten geven aan iets te willen (laten) ontwikkelen om jongeren beter te ondersteunen met online haat om te gaan. Genoemd worden:

- Een vaste structuur binnen scholen waarin de online wereld bespreekbaar wordt, net zoals andere schoolonderwerpen.
- Een effectief stappenplan voor het omgaan met online haat.
- Samen met jongeren tools en lessen ontwikkelen, zodat het aansluit bij hun belevingswereld.
- Tools en methodes om gesprekken laagdrempelig te maken, zoals een 'kletsbot' of interactieve werkvormen.



Aangegeven wordt dat er (meer) financiële middelen nodig zijn om meer jongeren te bereiken en structureel aandacht te besteden aan dit thema.

*"Hoe kan ik jongeren laten begrijpen en inzien dat haat verspreiden
iemand's leven kapot maakt."*

*"Ik ben benieuwd of ik op de 'juiste' manier het gesprek aanga en of ik
goed up to date ben."*

Vraag 16: Wat heb je daarvoor nodig?

Onderstaand een samenvatting van de gegeven antwoorden:

1. **Trainingen, cursussen en voorlichting**

- Trainingen en cursussen worden vaak genoemd als wenselijk om meer kennis en vaardigheden op te doen.
- Voorlichting door gastsprekers en ervaringsdeskundigen kan helpen om het onderwerp beter te begrijpen en toe te passen in de praktijk.
- Workshops, webinars en e-learning worden als laagdrempelige manieren genoemd om kennis bij te spijkeren. Een respondent noemt dat trendwatchers en cyber-experts kunnen helpen om inzicht te krijgen in de nieuwste ontwikkelingen.

3. **Praktische tools en methodieken**

- Handvatten en (les)materiaal om het gesprek met jongeren aan te gaan.
- Een goed onderbouwde website of overzicht met actuele informatie en oplossingen.
- Extra apparatuur (zoals een anoniem account of tweede mobiel) om zelf social media te verkennen zonder herkend te worden.

4. **Samenwerking en netwerkvorming**

- Samenwerking tussen scholen, ouders en instanties om een gezamenlijke aanpak te creëren.
- Overleg en participatie in netwerken om kennis en ervaringen uit te wisselen.
- Betrokkenheid van ouders, zodat zij ook met hun kinderen in gesprek kunnen gaan over online haat.

5. **Tijd en budget**

- Tijd vrijmaken om zich te verdiepen in dit onderwerp en zich bij te scholen.
- Financiële middelen om trainingen te volgen, gastsprekers uit te nodigen of nieuwe methodieken te ontwikkelen.

Vraag 17: Voor welke vorm van online haat zou jij graag een interventie ontwikkeld willen zien en waarom?

Er wordt een breed scala aan vormen genoemd. Hieronder samengevat in de belangrijkste thema's:

1. **Online pesten, shaming en exposing** (meest genoemd)
2. **Discriminatie en haat tegen specifieke groepen** (meerdere keren genoemd)
 - Racisme en discriminatie op basis van afkomst, gender en seksuele geaardheid.
 - Fascisme, neo-nazi groepen en migratiehaat als groeiend probleem.
 - Lhbtqi+ haat, omdat dit een kwetsbare groep treft.
3. **Radicalisering en gewelddadige content** (enkele keren genoemd)
 - Radicalisering en oorlogsbeelden, omdat jongeren hier steeds vaker mee in aanraking komen.
 - Haatdragende ideologieën en gewelddadige content, verspreid via social media.
4. **Algemene online haat en haatreacties op sociale media**
 - *"Normalisering van haatreacties onder posts, waarbij jongeren denken dat dit 'gewoon' is"*
 - *"De dubbele realiteit van online en offline, waarbij jongeren zich bewust moeten worden dat de online wereld niet alles is."*

Vraag 18: Kun je een voorbeeld noemen van een interventie die voor jou en jouw jongeren goed werkt? Waarom werkt deze goed?

Uit de gegeven antwoorden komt naar voren dat ervaringsgericht leren en groepsdynamiek een belangrijke rol spelen. De volgende voorbeelden zijn genoemd:

1. **Gesprek en discussie**
 - In gesprek gaan en discussie voeren met jongeren over onderwerpen die hen raken.
 - Gebruik van gesprekskaartjes om het gesprek op gang te brengen.
 - Ruimte geven voor meningen en ervaringen, zodat jongeren zich gehoord voelen.
 - Confronteren met gevolgen van bepaald gedrag, bijvoorbeeld door praktijkvoorbeelden te gebruiken.
 - Dilemma-workshops en morele vraagstukken bespreken.

Waarom werkt dit: Jongeren voelen zich serieus genomen en betrokken bij het onderwerp, wat hun bewustwording vergroot.

2. **Voorlichting en ervaringsdeskundigen**
 - Voorlichtingen door gastsprekers of ervaringsdeskundigen, omdat zij meer indruk maken dan een docent of begeleider.
 - Praktijkvoorbeelden uit hun eigen leven gebruiken om hen bewust te maken van risico's en gevolgen.

Waarom werkt dit: Ervaringsdeskundigen kunnen jongeren beter raken en overtuigen, omdat zij uit eigen ervaring spreken.

3. Interactieve en creatieve werkvormen

- Rollenspellen en sketches, waarin jongeren situaties naspelen om inzicht te krijgen in sociale problemen.
- Gebruik van korte filmpjes, artikelen en media om onderwerpen tastbaar te maken.
- Spelvormen en theatergroepen om thema's op een laagdrempelige manier te bespreken.
- "Over de lijn"-oefeningen voor het bespreken van groepsveiligheid.

Waarom werkt dit: Jongeren leren door ervaring en niet alleen door luisteren, wat de boodschap krachtiger maakt.

4. Preventieve en pedagogische aanpak

- Schooljongerenwerk en klassenlessen over mediawijsheid om jongeren preventief te informeren.
- Een antipestprogramma dat direct wordt ingezet als er iets speelt in de groep.
- No-blame methode bij pesten en leerlingbemiddeling bij ruzies of conflicten.
- Empathisch vermogen stimuleren door jongeren zich in elkaar te laten verplaatsen.

Waarom werkt dit: Jongeren krijgen tools aangereikt om met problemen om te gaan en leren vanuit een veilige groepsomgeving.

5. Structurele ondersteuning en begeleiding

- Groepsregels laten opstellen door jongeren zelf
- Een sterk zorgnetwerk binnen scholen, met pedagogisch medewerkers, ondersteuningscoördinatoren en samenwerking met externe instanties zoals Halt en politie.
- Een open en toegankelijk schoolklimaat waarin leerlingen zich gehoord en gezien voelen.

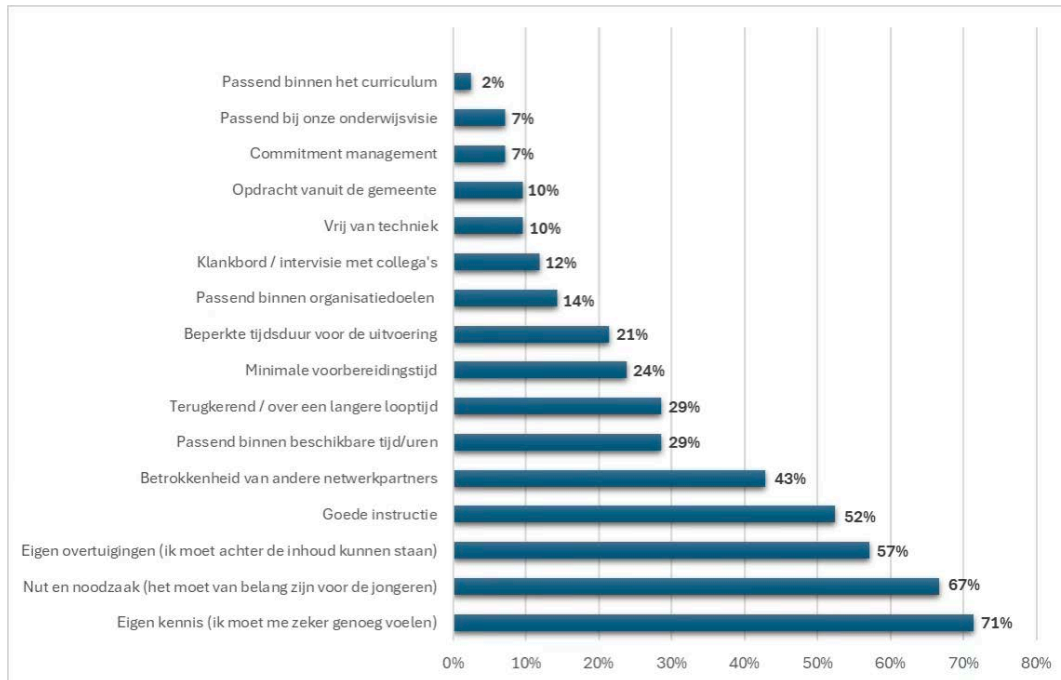
Waarom werkt dit: Jongeren voelen zich verantwoordelijk voor de groep, en er is een duidelijke ondersteuningsstructuur voor wie hulp nodig heeft.

Vraag 19: Welk van onderstaande type interventies werkt voor jouw doelgroep het beste? (meerdere antwoorden mogelijk)



Vraag 20: Wat zijn voor jou de vijf belangrijkste randvoorwaarden om met een interventie te werken?

Professionals moeten zich zeker genoeg voelen om met een interventie te werken, ze moeten achter de inhoud kunnen staan en er moet een duidelijk belang zijn voor de jongeren. Daarnaast is een goede instructie van belang en vinden zij het belangrijk dat er betrokkenheid is van netwerkpartners. Onderstaand een overzicht van de totaalscore.



Vraag 21: Heb je nog suggesties of aanvullende opmerkingen die je ons mee wilt geven met betrekking tot de te ontwikkelen interventies?

Een aantal respondenten heeft hierop een reactie gegeven:

- Wees activistisch, wat doe je zelf, bij welk collectief ben je aangesloten en betrokken
- Bouw eerst een band op en ken je jongeren
- Nee, succes!
- Samenwerken met influencers. Of voorlichting voor influencers.
- Ik kom daar nu niet meteen op maar zou wel graag willen meedenken. dit is een heel actueel onderwerp wat denk ik nog te weinig aanbod komt.
- Meer tijd in de werktijd voor sociale media. Dat je deze uren ook mag schrijven vanuit de gemeente. Nu doe je het vaak tussendoor en half zodat het te weinig draagkracht heeft en er te weinig wordt gepost.
- Onze leerlingen hebben baat bij beeldmateriaal waardoor stap naar eigen belevingswereld klein is. Het moet herkenbaar zijn qua situatie.
- Ga na wat er al is, maak een selectie van wat werkt en bundel deze.
- Ga in gesprek met mensen die er in de praktijk mee bezig zijn. Dat geeft nog meer inzicht dan een online enquête.
- Meer aandacht voor 'hoe gaan we met elkaar om' ; Aandacht voor elkaar.

Bijlage 2:

Evaluaties van interventies: wat maakt deze effectief?

Van veel interventies is onbekend of ze daadwerkelijk leiden tot bewustwording en/of gedragsverandering. Instituten zoals KIS (kennisinstituut inclusieve samenleving) en Movisie bieden waardevolle kennis over wat maakt dat interventies effectief zijn. We lichten twee casussen uit die zijn geëvalueerd:

1. The Digital Us – voor jongeren tussen 16 en 30 jaar – geëvalueerd door KIS
2. #Datmeenjeniet – voor jongeren en jongerenwerkers – geëvalueerd door Movisie

Casus 1: The Digital Us

Bron: <https://www.kis.nl/database-antidiscriminatie-interventies/digital-us>

Doelgroep: Jongeren tussen de 16 en 30 jaar

Aanpak:

De aanpak combineert dialoog, training en mentoring, waarbij deelnemers onder begeleiding van een ervaren en divers team van facilitators open gesprekken voeren, leren hoe ze effectief kunnen opstaan tegen haat op sociale media, en hun vaardigheden direct in de praktijk brengen. Centraal staat het Respect tegen Haat-model, dat concrete handvatten biedt om actief en langdurig op te treden tegen online haat, discriminatie en racisme.

Effectiviteit:

De werkzame mechanismen:

1. **Inleving en empathie**

- Door in dialoog te gaan met andere jongeren en persoonlijke ervaringen met (online) haat, discriminatie en racisme uit te wisselen, kunnen jongeren zich beter inleven in elkaars belevingswereld.
- De dialoog versterkt het bewustzijn over online haat, discriminatie en racisme, waardoor empathie voor de impact van online haat wordt bevorderd.
- Door het maken en verspreiden van berichten over (online) haat, discriminatie en racisme, dragen jongeren bij aan het bevorderen van empathie bij een breder publiek.

2. **Sociale norm**

Jongeren dragen bij aan het normaliseren van respectvol, inclusief gedrag op sociale media door:

- op depolariserende wijze te reageren op haatdragende, discriminerende of racistische uitingen;
- haatvolle, discriminerende of racistische uitingen te rapporteren;
- mensen die doelwit zijn van online haat, discriminatie of racisme te steunen.

3. Effectieve copingstrategieën

- Door te leren om effectieve copingstrategieën toe te passen, zoals selfcare en bondgenootschap, kunnen jongeren de negatieve impact van het omgaan met of opstaan tegen online haat, discriminatie en racisme op hun mentale gezondheid voorkomen of beperken.

Overige aandachtspunten:

- Voorkom een te strikte scheiding tussen dialoog, training en praktijk, om actie bij de doelgroep te stimuleren.
- Werk samen met jongerenorganisaties voor de werving van deelnemers
- Richt je op meerdere vormen van discriminatie i.p.v. alleen racisme, zodat er een inclusiever kader ontstaat dat de impact van verschillende kennisniveaus vermindert

Casus 2: #Datmeenjeniet

Bron: <https://www.movisie.nl/publicatie/eindrapport-datmeenjeniet>

Doelgroep:

Jongeren, leerkrachten en jongerenwerkers

Afzender: Movisie, Hogeschool Inholland en Diversity Media

Aanpak:

Bij het 3-jarige project #DatMeenJeNiet werden jongeren getraind om voor elkaar op te komen als ze discriminatie online tegenkomen. Met als doel om de sociale norm te vergroten dat online discriminatie (op alle gronden) niet acceptabel is. Na afloop van de campagne is een e-learning ontwikkeld voor leraren en jongerenwerkers.

Effectiviteit:

Effectieve elementen waren:

1. Betrokkenheid van peers

- Het betrekken van jongeren als peer leaders om respectvol gedrag te promoten heeft een positieve invloed. Jongeren luisteren vaak beter naar leeftijdsgenoten.

2. Positieve campagnes

- Het gebruik van positieve en inspirerende boodschappen in plaats van enkel het belichten van negatieve aspecten, helpt bij het bevorderen van gewenst gedrag.

3. Praktische tools en strategieën

- Het aanbieden van concrete tools en strategieën aan jongeren om respectvol gedrag te vertonen en pesten tegen te gaan.

4. Steun aan elkaar

Jongeren vonden steun bij elkaar via WhatsApp-groepen en door samen online op te treden tegen online haat (ipv alleen).

Tijdens het uitvoeren van dit project hebben de drie betrokken organisaties lessen opgestoken die relevant zijn voor andere organisaties die eenzelfde type project of aanpak als #DatMeenJeNiet willen opzetten.

Les 1: geef jongeren de hoofdrol

- Het uitspreken als groep werkt. De kracht van gezamenlijk in actie komen is ook dat jongeren bij elkaar steun kunnen vinden wanneer ze negatieve reacties krijgen.
- Geef jongeren de vrijheid om hun eigen strategie te bepalen om online discriminatie aan te pakken.
- Wanneer jongeren een dergelijk project niet vanuit hun opleiding uitvoeren; geef (de maximale) vrijwilligersvergoeding voor hun inzet.
- Kies voor een korte, afgebakende periode dat jongeren deelnemen. Drie tot zes maanden is ideaal.
- Zorg voor verbinding met andere jongeren van het project, bijvoorbeeld door het opzetten van een gezamenlijke WhatsApp-groep of het inzetten van 'senior upstanders' in een nieuwe groep.
- Zorg voor een balans aan ervaringen binnen de groep. Elke upstander heeft zo zijn eigen ervaring met discriminatie en het opstaan ertegen. Zorg dat ze van elkaar kunnen leren.

Les 2: zorg voor goede ondersteuning en verwachtingsmanagement

- Bied concrete, praktische handvaten aan voor het uitspreken tegen online discriminatie. Herhaal deze tijdens workshops.
- Reik kennis aan over hoe op te staan bij discriminatie, wat er nodig is om omstanders te activeren en hoe een sociale norm gedeeld kan worden.
- Heb aandacht voor de sociale norm binnen de groep. Communiceer vooraf helder in wat voor soort groep de upstanders terecht komen (een 'learning community' is bijvoorbeeld wat anders dan een 'safe space').
- Zorg voor goede mentale ondersteuning. Heb aandacht voor weerbaarheid tijdens workshops, bijvoorbeeld via gastlessen van ervaringsdeskundigen. Zorg ook voor bereikbaarheid van coaches of mentoren.
- Zorg voor (praktijk- en/of ervarings)kennis bij de begeleiders. Zowel over content maken en sociale media als over de verschillende vormen van discriminatie.
- Maak duidelijk aan de deelnemers wat het doel van het project is, hoeveel tijd hierin wordt geïnvesteerd en wat er van hen wordt verwacht (en wat zij van het project verwachten).

Les 3: creëer een herkenbare community

- Creëer een herkenbare, gemeenschappelijke huisstijl samen met de jongeren.
- Creëer een sociaalmediapagina op – afhankelijk van de doelgroep – bijvoorbeeld Instagram. Via deze pagina kunnen upstanders ook gemotiveerd worden om (weer) in actie te komen.
- Maak een website(pagina) waar algemene informatie te vinden is over het project.
- Denk na over het wel of niet gebruiken van een hashtag. Dit draagt bij aan een herkenbare community, bovendien is zo gemakkelijk meer informatie te vinden door erop te klikken. Zorg er wel voor dat duidelijk is dat het geen gesloten community is, ook anderen kunnen 'lid' worden en de hashtag gebruiken – graag zelfs!

Bijlage 3:

Data/antwoorden

behoeftenpeiling jongeren

1. Leeftijden van de deelnemers

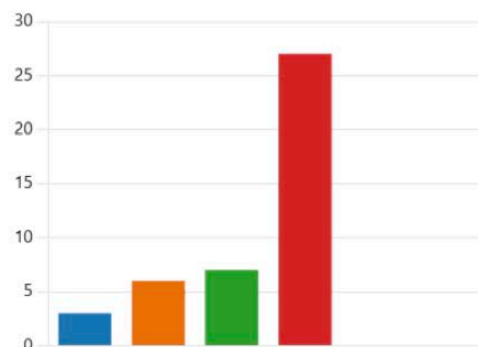
Leeftijd	Aantal deelnemers (n=43)
18	4
19	4
20	1
21	8
22	6
23	7
24	7
25	6

2. Woonplaatsen van de deelnemers

Woonplaats	Aantal keer genoemd (n=43)
Amsterdam	20
Leiden	8
Rotterdam	2
Amstelveen	2
Almere	2
Gouda	2
Den Haag	2
Utrecht	1
Wageningen	1
Leiderdorp	1
Kudelstaart	1
Apeldoorn	1

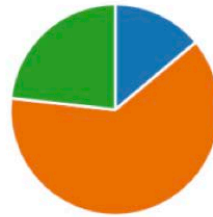
3. Welke opleiding volg je nu of heb je als laatst gevolgd?

Voortgezet onderwijs	3
MBO	6
HBO	7
WO	27
Geen opleiding	0
Andere	0



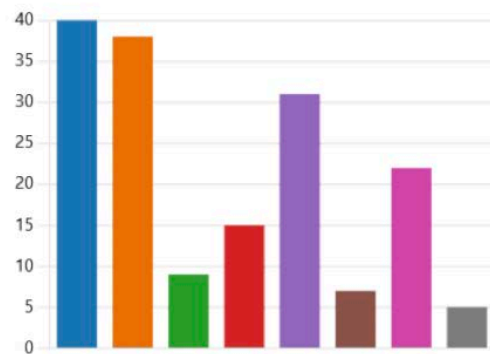
4. Hoeveel tijd besteed je gemiddeld op sociale media per dag?

0 - 2 uur	6
2 - 4 uur	27
4 - 6 uur	10
Ik heb geen sociale media	0
Andere	0



5. Op welke sociale media platforms zit je? (Meerdere antwoorden mogelijk)

WhatsApp	40
Instagram	38
Facebook	9
LinkedIn	15
Snapchat	31
Twitter / X	7
TikTok	22
Andere	5



6. Hoe vaak zie jij online haat of kwetsende uitingen, zoals beledigingen of pesten, op sociale media?

Nooit	0
Zelden	6
Soms	12
Vaak	20
Altijd	5

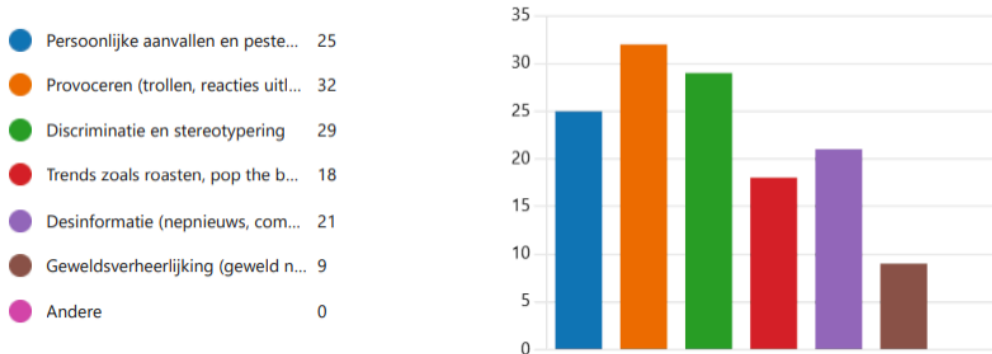


7. Hoe vaak ervaar jij online haat of kwetsende uitingen, zoals beledigingen of pesten, op sociale media?

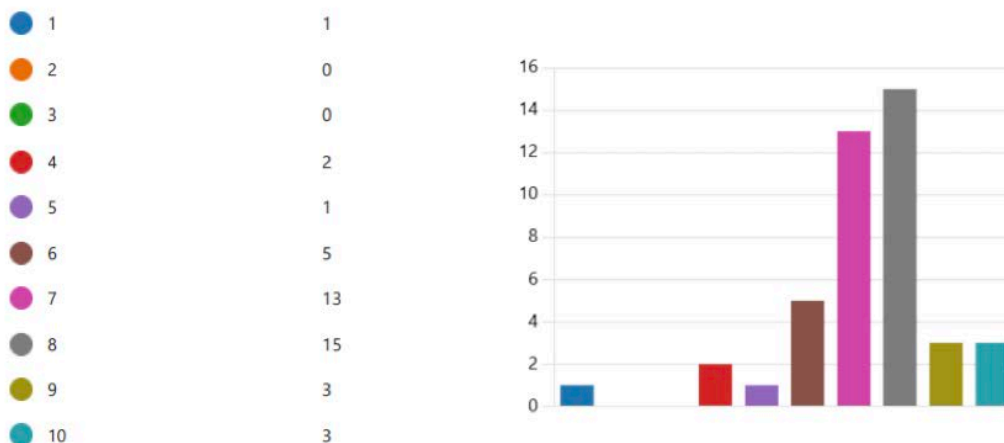
Nooit	31
Zelden	11
Soms	0
Vaak	1
Altijd	0



8. Welke van de volgende vormen van online haat kom je het meest tegen?
(Meerdere antwoorden mogelijk)



9. Hoe veilig voel jij je online op een schaal van 1 tot 10?
(1 = helemaal niet veilig, 10 = volledig veilig)



10. Kan je toelichten waarom je dit cijfer hebt gegeven?

"De meeste haat die ik zie online wordt vooral gegeven aan mensen die een publiek figuur zijn. Omdat ik dat zelf niet ben en ik vooral mijn sociale media gebruik om updates van m'n vrienden te zien voel ik me vrij veilig. Ik zie het eigenlijk nooit gebeuren dat mensen op hun persoonlijke account haat krijgen tenzij ze bekend zijn."

38
antwoorden

"Ik vind het onprettig om te weten dat er foto's van me kunnen worden verspreid. Dat is de reden dat ik geen sociale media heb behalve whatsapp en Pinterest/Youtube."

"Extreme situatie zouden kunnen ontstaan waar ik me niet veilig voel maar ik ben emotioneel sterk genoeg om de rest van me af te schuiven."

"Ik voel me veilig omdat ik weet dat ik niet vaak openbaar post of, maar ik weet dat als je dat wel doet dat het snel mis kan gaan."

"Ik trek me er niet zo veel van aan wat anderen online zeggen."

11. Als je online haat ziet (bij anderen), wat doet dat met je? Kun je een voorbeeld geven?

"Vaak onbegrip waarom men dat zou doen."

"Niks."

43

antwoorden

"Aan de ene kant vind ik het heel erg, maar het algoritme kent mij nu zo goed dat als ik dingen zie waar ik het niet mee eens ben het meestal is omdat iemand anders er een video over maakt met dezelfde mening als ik. Dus op een manier heb ik er dan ik minder last van."

"Eigenlijk doet t niet zoveel met mij."

"Vind het jammer om te zien, maar ik zie het zoveel dat ik er een beetje gewend aan ben geraakt."

"Ik vind het heel zielig."

12. Indien je zelf online haat en/of discriminatie ervaart: Wat vind je lastig of moeilijk in het omgaan met online haat?

"Niet moeilijk. Haat oplossen met haat blijft haat. Ik toon empathie uit liefde voor mijn medemens in zijn eigen verdriet en hoop dat diegene een beter leven voor zichzelf kan bouwen."

"Het lukt me vaak wel om het naast me neer te leggen."

21

antwoorden

"Ik heb 1 keer een negatieve opmerking over mijn uiterlijk gehad op Ask.fm en werd daar wel heel onzeker van en plaatste minder foto's van mezelf hierdoor."

"Ik vind het moeilijk dat het zo genormaliseerd is."

"Ik wil niet reageren op degene die de haat/discriminatie uit, omdat ik geen slachtoffer wil worden."

"Soms raakt het mij wel, maar ik kan het makkelijk wegstoppen door even pauze te nemen van mijn telefoon."

"Het ergste aan haat of discriminatie online, of het moeilijkste deel, is dat je het niet tot je kunt laten doordringen. Dat is het moeilijkste."

13. Hoe vaak praat je met vrienden, familie of een docent over online haat en discriminatie? Ongeacht of je het wel of niet ervaart.

● Nooit	8
● Zelden	13
● Soms	19
● Vaak	3
● Altijd	0



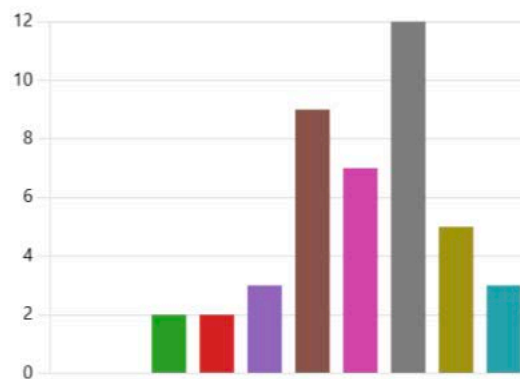
14. Welke hulpmiddelen zouden jou (of andere jongeren) kunnen helpen om beter om te gaan met online haat? (Meerdere antwoorden mogelijk)

● Workshops op school	21
● Ondersteuning van jongerenwer...	9
● Een vertrouwenspersoon op sch...	24
● Positieve online campagnes	24
● Andere	5



15. In hoeverre denk je dat jongeren online haat normaal vinden of niet als een probleem zien? (1 = niemand vindt het normaal, 10 = iedereen vindt het normaal)

● 1	0
● 2	0
● 3	2
● 4	2
● 5	3
● 6	9
● 7	7
● 8	12
● 9	5
● 10	3



16. Ken jij influencers of platforms die een positieve of negatieve invloed hebben met betrekking tot online haat en discriminatie? (Zo ja, welke?)

"Elke influencer die content post krijgt denk ik wel haat."

21
antwoorden

"Nee."

"Ja wel vooral artiesten."

17. Wat zou jij graag willen veranderen aan de online omgeving om die veiliger en fijner te maken?

"Ik denk niet dat je de platformen moet veranderen maar dat mensen beter moeten nadenken wat ze op sociale media plaatsen en doen."

43
antwoorden

"Een beperking op comments en dat niet alles zomaar gezegd kan worden. Misschien voordat je kunt reageren een pop-up die verschijnt en dan vraagt; 'wil je dit echt commenten.'"

"Mijn persoonlijke mening is dat er niet zoveel aan te doen is er zijn al veel dingen die proberen dit te doen, maar er zal altijd wel iemand zijn die de online omgeving onveilig maakt. Het best is dat mensen er bewust van zijn en onveilige en rare dingen te vermijden."

"Snellere reacties van sociale media platforms om haatdragende accounts te verwijderen."

"Mensen (jongeren) moet leren dat je niet maar alles hoeft te zeggen en een mening ook voor je kan houden. Daarnaast zorgt de anonimiteit die je online hebt ervoor dat mensen denken met meer weg te kunnen komen, daar moeten denk ik strengere regels voor komen."

18. Heb je interesse om samen met andere jongeren mee te denken over acties/oplossingen tegen online haat en discriminatie? Zo ja, laat hieronder je naam en e-mailadres/telefoonnummer achter en dan nemen wij binnenkort contact met je op!

Hier is of nee/niks ingevuld of contactgegevens van mogelijke deelnemers.

13
antwoorden

Colofon

Netwerk Mediawijsheid

Solange Jacobsen

Mimi van Dun

Babette van der Sluis

info@mediawijzer.net

www.mediawijsheid.nl en www.netwerkmediawijsheid.nl

Diversion

Sam Bakker

Selim Helmi

Shnya Shadman

www.diversion.nl

020 578 79 97

info@diversion.nl

Citatie

Theoretisch kader Online haat en discriminatie & jongeren 2025.

Diversion & Netwerk Mediawijsheid

Ontwerp

Oirik, Apeldoorn



Netwerk
Mediawijsheid

Diversion