



## Wifi is wijs jong! #indebanvanverbinding

### Omgaan met online risico's. Op zoek naar coping-strategieën en preventieve maatregelen voor kwetsbare jongeren

Sofie VANDONINCK

Onderzoeker aan het Instituut voor Mediastudies, KU Leuven

[sofie.vandoninck@kuleuven.be](mailto:sofie.vandoninck@kuleuven.be)

#### Inleiding

In het nieuws en op sociale media verschijnen regelmatig dramatische berichten over de **negatieve gevolgen van online risico's** voor kinderen en jongeren. Voorbeelden zijn jonge meisjes die in contact komen met pedofielen via het internet, slachtoffers van cyberpesten die overgaan tot een wanhoopsdaad, of sexy selfies bedoeld voor een liefje die vervolgens verspreid geraken over de hele school. Zulke incidenten hebben uiteraard ernstige gevolgen voor de betrokkenen en jagen heel wat ouders (maar ook leerkrachten of andere mensen in een opvoedkundige functie) de schrik om het hart.



Intussen weten we uit internationale studies dat de meeste jongeren vroeg of laat onvermijdelijk te maken krijgen met online risico's, maar dat dit niet noodzakelijk leidt tot ernstige problemen. Meer zelfs, een online incident kan een betekenisvolle ervaring zijn omdat het jongeren kan leren bepaalde signalen te herkennen en er op te anticiperen. Om **weerbaarheid te ontwikkelen** in een online omgeving moeten jongeren de kans krijgen om te leren uit hun fouten. Jongeren angstvallig afschermen van online risico's is daarom geen goed idee.

Toch kunnen we er niet omheen dat er een minderheid is van **jongeren die meer kwetsbaar zijn** voor online risico's. Zij ondervinden een sterker gevoel van onbehagen, laten zich er sneller door meeslepen

Samenvatting: *Omgaan met online risico's*. Vandoninck, S.

Research on Stage: *Wifi is wijs jong! #indebanvanverbinding* – 20 oktober 2016

en weten niet welke acties ze kunnen ondernemen om het probleem aan te pakken of hun emoties onder controle te krijgen.

In het eerste luik van deze studie vragen we ons af (1) wat de **impact** is van online risico's op het emotioneel welbevinden van jongeren, en (2) welke **coping-strategieën** ze hanteren. In het tweede deel gaan we na (3) welke jongeren **meer kwetsbaar** zijn online en (4) op welke manier we hen kunnen **ondersteunen**.

## Een multi-methodische aanpak

Omgaan met online risico's is een complex fenomeen. We houden in deze studie rekening met zowel de individuele kenmerken van het kind (persoonlijkheid, leeftijd, geslacht), als met de invloed van de sociale omgeving (ouders, school, vrienden). Voortbouwend op de internationale studies *EU Kids Online* en *Net Children go Mobile* hebben we in Vlaanderen tussen oktober en december 2012 in totaal 2046 jongeren tussen 10 en 16 jaar bevroegd via een **schriftelijke vragenlijst**. Daarnaast hebben we in een **veldwerkstudie** drie klassen (39 leerlingen) gedurende een volledig schooljaar opgevolgd: een eerste jaar A, een eerste jaar B en een klas uit het BuSO type 3. Aanvullend hebben we interviews en focusgroepen georganiseerd met 13 leerkrachten en 9 ouders.

## Minder weerbaar voor cyberpesten en privacy risico's

Het ene online risico is het andere niet. Jongeren maken zich beduidend minder druk over seksueel getinte of gewelddadige beelden, en maken zich meer zorgen over **cyberpesten en privacy risico's** zoals een 'gehackt profiel'. Toch zijn er een aantal nuances. Oudere tieners zijn minder bezorgd over online risico's omdat ze meer het gevoel hebben de zaken onder controle te hebben. Met andere woorden, ze hebben meer vertrouwen in hun eigen coping-strategieën. Verder zien we dat de vriendengroep een belangrijke rol speelt. Wanneer de vrienden bepaalde situaties als 'normaal' beschouwen, zijn kinderen minder geneigd om er zelf een probleem van te maken. Een voorbeeld is grof taalgebruik in online spelletjes, waarbij het 'normaal' is om elkaar uit te schelden.

**Persoonlijke ervaringen en mate van directe betrokkenheid** hebben ook een impact op de emotionele gevolgen van online risico's. Weerbaarheid opbouwen via blootstelling aan online risico's lijkt enkel op te gaan als het gaat om seksueel getinte of gewelddadige beelden, ontmoetingen met nieuwe mensen en sexting. Het omgekeerde zien we voor cyberpesten en privacy risico's zoals een gehackt profiel. Daar stellen we vast dat het minder evident is voor jongeren om er na zulke incidenten sterker uit te komen, zeker als hun reputatie in de klas of op school op het spel staat.

## Niet meteen overgaan tot actie

Zolang jongeren een situatie niet als problematisch ervaren voor zichzelf, zijn ze niet geneigd om meteen de stap te zijn naar proactieve maatregelen die het probleem structureel aanpakken, zoals ongewenste contactpersonen blokkeren of privacy instellingen aanpassen. In eerste instantie gaan veel jongeren het **probleem negeren of vermijden** ze (tijdelijk) bepaalde toepassingen of online platformen. In een aantal gevallen is dit voldoende, maar wanneer het probleem aanhoudt en/of de negatieve gevoelens toenemen, schakelen ze noodgedwongen over op meer technische coping-strategieën (blokkeren, instellingen aanpassen) of communicatieve strategieën (erover praten met ouders, vrienden of leerkrachten). Soms is de situatie dan al zodanig geëscaleerd dat het moeilijk wordt om het probleem op een snelle en efficiënte manier aan te pakken.

## Welke jongeren zijn meer kwetsbaar?

Als we kijken naar de emotionele impact van negatieve online ervaringen, zien we dat meisjes en kinderen met weinig zelfvertrouwen zich vaker slecht voelen na een confrontatie met online risico's. Jongere kinderen (9-12 jaar) maken zich sneller zorgen over ongewenst beeldmateriaal, terwijl oudere tieners (13-16 jaar) zich meer storen aan ongewenste contactpersonen of situaties die hun (online) reputatie kunnen schaden (o.a. cyberpesten, privacy risico's, sexting). Toch zijn geslacht en leeftijd niet noodzakelijk indicatoren voor een verhoogde kwetsbaarheid; jonge kinderen en meisjes zetten immers sneller de stap om erover te praten met een volwassene wanneer hen iets stoort.

Kinderen met een dominante persoonlijkheid en veel zelfvertrouwen zijn geneigd om zich onverschillig op te stellen ten aanzien van online risico's, zelfs als ze er persoonlijk mee te maken hebben. Ze beschouwen zichzelf niet als potentiële slachtoffers en tonen weinig of geen motivatie om het probleem in te perken.

De meest **kwetsbare jongeren zijn degenen met weinig zelfvertrouwen** en onvoldoende kennis of capaciteiten om zelf het heft in handen te nemen. Niet alleen voelen ze zich sneller op hun ongemak na confrontatie met online risico's, ze gaan bovendien vaker de situatie op zijn beloop laten, waardoor ze zich nog slechter gaan voelen.

## Wat kan de sociale omgeving doen?

Inzetten op meer **digitale vaardigheden** is niet de magische oplossing. We stellen vast dat kinderen met beperkte digitale vaardigheden niet noodzakelijk meer kwetsbaar zijn online. Ze compenseren hun gebrek aan technische kennis door bijvoorbeeld (tijdelijk) weg te blijven van de website of app, en vervolgens iemand aan te spreken die hen raad kan geven of praktische hulp kan bieden. Daarnaast is het niet zo dat een hoog niveau van technische kennis een buffer vormt tegen negatieve gevoelens die voortkomen uit online risico's.

**Sociale ondersteuning** kan wél een doorslaggevende rol spelen. Kinderen die een goede relatie hebben met hun ouders (vooral de moeder), leerkrachten en vrienden, zetten veel sneller de stap naar communicatieve coping-strategieën. Wanneer ze zich gesteund voelen door hun omgeving, zijn kinderen minder geneigd om een afwachtende of onverschillige houding aan te nemen. Ze gaan sneller over tot actie, waardoor het probleem niet verder escaleert.

**Actieve begeleiding en ondersteuning** vanuit de directe omgeving is nog meer van belang voor de kwetsbare kinderen. Zeker als het gaat om jonge kinderen (-12 jarigen), kinderen met beperkte cognitieve capaciteiten, en kinderen met gedragsproblemen, hebben de meer onzekere types baat bij extra ondersteuning.

## Mijn vaststellingen

- Onverschillig gedrag of 'passieve coping' is niet noodzakelijk een signaal van verhoogde kwetsbaarheid. Kinderen met een **dominante persoonlijkheid en veel zelfvertrouwen** gedragen zich vaak onverschillig. Ze zien zichzelf niet als potentiële slachtoffers en geloven dat ze de situatie onder controle hebben.
- **Onzekere kinderen met weinig zelfvertrouwen** zijn een kwetsbare groep online. Ze zijn sneller aangedaan door wat ze meemaken, de negatieve gevoelens die ze ervaren zijn meer intens, én ze zetten minder snel de stap naar een communicatieve of probleemoplossende aanpak.

- Een gebrek aan **technische kennis** is niet noodzakelijk een signaal van verhoogde kwetsbaarheid online. Kinderen met beperkte digitale vaardigheden kiezen immers sneller voor vermijdend gedrag ('offline gaan'), vaak in combinatie met een communicatieve aanpak (iemand aanspreken).
- Kinderen met **beperkte cognitieve capaciteiten** zijn een kwetsbare groep online. Vooral in combinatie met een weinig zelfvertrouwen en een goedgelovig karakter. Ze zijn meer vatbaar voor groepsdruk online en offline.
- Een **goede relatie met ouders en leerkrachten** verlaagt de drempel om te praten over online problemen. Het probleem is dat de meest kwetsbare groepen vaak minder het gevoel hebben dat ze terecht kunnen bij een volwassene die ze kunnen vertrouwen.

## Mijn aanbevelingen

### Tips voor ouders en leerkrachten

- Probeer niet overdreven bezorgd te zijn. Moedig je kinderen/leerlingen aan om het internet te ontdekken. Wijs hen daarbij zowel op de leuke als minder leuke kanten van het internet.
- Praat regelmatig met de kinderen over wat ze zelf als vervelend of onaangenaam ervaren online. Toon interesse in hun online activiteiten en zorg dat je voeling blijft hebben met hun (online) leefwereld.
- Maak de kinderen duidelijk wat ze kunnen doen als ze met iets vervelends geconfronteerd worden online. Bekijk samen hoe, waar en bij wie ze melding kunnen maken van problematisch gedrag online (bijvoorbeeld bij de zorgleerkracht).
- Maak samen met je kinderen/leerlingen duidelijke afspraken over wat wel en niet mag online. Bekijk samen waar de grenzen liggen. Bijvoorbeeld: geen aankopen doen online, smartphone niet mee naar de slaapkamer, geen personen toevoegen die ze 'offline' nog niet ontmoet hebben (of deze in een aparte lijst zetten).
- Afhankelijk van de leeftijd en persoonlijkheid van het kind is meer of minder opvolging aangewezen. Als het kind zich niet aan de afspraken heeft gehouden, kan je tijdelijk wat strenger optreden. Speel hierbij open kaart, en vermijd controles 'achter de rug', zoals bijvoorbeeld stiekem berichten lezen.
- Berichten in de media kunnen een goede aanleiding zijn om te praten met je kinderen/leerlingen over online risico's. Maar jaag hen geen schrik aan met dramatische of sensationele verhalen.
- Betrek de kinderen actief als je zelf te maken krijgt met een (mogelijk) online risico. Toon hoe een spam-bericht eruit ziet, hoe je je privacy-instellingen aanpast, hoe je iemand blokkeert, etc.
- Wissel ervaringen uit met andere ouders en collega's; met welke situaties werden zij al geconfronteerd en hoe hebben zij dit aangepakt.
- Stimuleer een open communicatieklimaat in het gezin of in de klas. Dreig niet teveel met al te strenge straffen. Jongeren weigeren soms te praten uit angst voor straffen of extreme reacties van ouders of leerkrachten.

## Referenties

VANDONINCK, S., D'HAENENS, L. (sup.), ROE, K. (cosup.) (2016). *Dealing with online risks: how to develop adequate coping strategies and preventive measures with a focus on vulnerable children.*, 283 pp.

VANDONINCK, S., D'HAENENS, L. (2015). Children's online coping strategies: Rethinking coping typologies in a risk-specific approach. *Journal of Adolescence*, 45, 225-236.

VANDONINCK, S., D'HAENENS, L., ICHAU, E. (2014). *Net Children go Mobile: Rapport België*, 116 pp. Brussels: Cultuur, Jeugd, Sport, Media.