

Wat bepaalt de impact van online seksueel geweld?

Verkennend onderzoek onder slachtoffers en hulpverleners

Auteurs: Marianne Cense en Anita Redert

31 mei 2022



inhoud

Samenvatting en conclusies	3
Summary and conclusions	5
1 Inleiding	7
1.1 Doel	7
1.2 Relevantie	8
1.3 Onderzoeksdesign	8
1.4 Theoretisch kader	9
1.5 Analyse	10
2 Literatuurstudie	11
2.1 Wat is online seksueel grensoverschrijdend gedrag?	11
2.2 Vormen van online seksueel geweld	12
2.3 Prevalentie	13
2.4 Gevolgen	15
2.5 Verschil in impact	17
2.6 Behoefte aan steun en gevonden hulp	18
3 Ervaringen en gevolgen	21
3.1 Ervaringen met online seksueel grensoverschrijdend gedrag	21
3.2 Gevolgen	22
4 Wat bepaalt de impact	32
4.1 Cultureel niveau	32
4.2 Organisatieniveau	33
4.3 Directe sociale omgeving	34
4.4 Individuele factoren	35
5 Behoefte aan steun en hulp	38
5.1 Wat hebben slachtoffers nodig?	38
5.2 Drempels om hulp te zoeken	41
5.3 Psychosociale hulpverlening	41
6 Aanbevelingen	44
6.1 Preventie	44
6.2 Goede opvang door familie en vrienden	46
6.3 Verbetering van opvang en zorg	46
Bijlage 1 Referenties	48
Bijlage 2 Deelnemers interviews	52
Bijlage 3 Woordwolk codes	53

Samenvatting en conclusies

Online seksueel grensoverschrijdend gedrag komt regelmatig voor. Veel jongeren krijgen ermee te maken. In *Seks onder je 25^e* gaf 12% van de meiden en 13% van de jongens aan in het afgelopen half jaar een seksvideo of naaktfoto naar een ander te hebben gestuurd. 6% van de jongens en 14% van de meiden had minimaal één negatieve ervaring met sexting (de Graaf et al., 2017). Wat bepaalt de impact van online seksueel geweld? En wat heeft iemand daarna nodig? Met die vragen zijn we dit onderzoek gestart. Na een literatuuronderzoek hebben we interviews gehouden met 4 experts op het gebied van online seksueel geweld en 8 slachtoffers. De slachtoffers hebben te maken gehad met ongewenste verspreiding van een naaktfoto/filmpje of met afpersing met naaktbeelden (sextortion).

Gevolgen

De gevolgen van online seksueel geweld lopen uiteen, maar op de korte termijn hebben veel slachtoffers last van paniek en angst, van schaamte en schuldgevoelens, van zich vies en minderwaardig voelen, van eenzaamheid en verdriet en van machteloosheid. Ook is hun vertrouwen in mensen geschaad en worden slachtoffers soms negatief behandeld door anderen (pesten op school, victim blaming, uitlachen, reputatieschade). Sommige slachtoffers krijgen zelfs te maken met intimiderende of gewelddadige acties vanuit de familie en vanuit mannen die ze niet kennen, die hun gegevens hebben uit app- en telegramgroepen. Op de lange termijn kunnen deze gevoelens leiden tot mentale klachten, depressies, suicidaliteit en posttraumatische stress. Ook kan online seksueel geweld, zeker in de adolescentie, leiden tot een verstoorde romantische en seksuele ontwikkeling.

Wat bepaalt de impact?

Uit ons onderzoek komen verschillende factoren naar voren die bepalen wat voor impact de ervaring heeft. Victim blaming speelt een grote rol op cultuurniveau. Ook het afkeuren van online seksueel gedrag maakt het moeilijker om erover te praten en vergroot de victim blaming. Daarnaast spelen gendernormen mee, zowel door de slutshaming die vrouwen ten deel valt, als het moeilijker erkennen en erkend krijgen dat je slachtoffer bent, als man zijnde. Op organisatieniveau kunnen organisaties het verschil maken door steun te geven, beleid te hebben en maatregelen te nemen richting plegers. Vanuit de directe sociale omgeving is geloof en steun van enorm belang. Vrienden die achter je staan, familie die je opvangt en beschermt. Afkeuring, afschuw en onbegrip van familie en vrienden maakt de ervaring erger. Vrouwen met een biculturele achtergrond lopen veel risico op negatieve reacties. Leeftijd en fase in de seksuele ontwikkeling, persoonlijkheid, negatieve levenservaringen, zelfbeeld, eigenwaarde en sociaal isolement zijn individuele factoren die de impact van de ervaring kunnen vergroten of verkleinen.

Behoeften

Slachtoffers hebben geschetst wat iemand nodig heeft na een confrontatie met online seksueel geweld. De volgende factoren zijn van belang: (1) ontschuldigd worden, (2) steun en begrip, (3) regie terugkrijgen, (4) erkenning en

gerechtigheid, (5) veiligheid en (6) zelfacceptatie en ruimte voor emoties. Deze bevindingen sluiten aan bij de literatuur.

Conclusies

Veel van onze bevindingen komen overeen met eerder onderzoek. Gevolgen van online seksueel geweld kunnen net zo ingrijpend zijn als bij offline, fysiek seksueel geweld. Online seksueel geweld heeft als specifiek kenmerk dat de sociale omgeving vaak direct getuige is (en soms is dat nadrukkelijk het doel, bij shame sexting en exposing) en een oordeel heeft, wat gevoelens van schaamte en machteloosheid vergroot. Sociale schade, schuldgevoelens, schaamte, eenzaamheid, angst en traumagerelateerde problemen komen uit de literatuurstudie en uit de interviews naar voren. Er is echter nog weinig aandacht in de literatuur voor de impact van online seksueel geweld op de romantische en seksuele ontwikkeling van jongeren. Het beschadigt zowel hun zelfvertrouwen en vertrouwen in anderen, als hun seksuele zelfbeeld. Dat zou zowel in de hulpverlening als in psycho-educatie meegenomen moeten worden.

Dit onderzoek geeft nieuwe informatie over wat invloed heeft op de impact van online seksueel geweld. Op verschillende niveaus komen factoren aan het licht, wat ook duidelijk maakt wat er moet veranderen om de impact te verkleinen. Er is nog te weinig aandacht voor de invloed van culturele factoren, zoals victim blaming, op de impact die ervaringen met online seksueel geweld hebben en de rol die de sociale omgeving dus kan spelen in het verminderen van de impact.

Aanbevelingen

Op macroniveau is er een cultuurverandering nodig, op drie vlakken: het normaliseren van online seksueel gedrag, het doorbreken van de seksuele dubbele moraal en het tegengaan van victim blaming. Campagnes, goede seksuele vorming op scholen waarin ook online gedrag aan bod komt, en seksuele opvoeding door ouders kunnen hier een bijdrage aan leveren. Op organisatieniveau zou het enorm helpen als online platforms en game communities preventief beleid voeren en handhaven. Verbetering van de zorg wordt door de slachtoffers ook genoemd als verbeterpunt, met name toegankelijke informatie en zorg. Daarbij kunnen scholen ook laagdrempelige begeleiding aanbieden en goed reageren naar alle leerlingen als er iets gebeurt. Op microniveau kunnen naast ouders ook vrienden en andere leeftijdsgenoten een belangrijke rol spelen in het niet doorsturen van seksueel getint materiaal en het steunen van slachtoffers.

Summary and conclusions

Shame sexting, sextortion and other forms of online sexual violence occurs frequently. Many youngsters have to cope with it. In *Sex under the age of 25*, 12% of the girls and 13% of the boys indicated that they had sent a sex video or nude picture to someone else in the past six months. 6% of the boys and 14% of the girls had at least one negative experience with sexting (de Graaf et al., 2017). What determines the impact of online sexual violence? And what does one need after the experience? With these questions, we started this research. After a literature review, we conducted interviews with 4 experts in the field of online sexual violence and 8 victims. The victims were confronted with unwanted distribution of their nude photo/video or with sextortion with nude images.

Implications

The consequences of online sexual violence vary, but in the short term many victims suffer from panic and fear, shame and guilt, from feeling dirty and inferior, from loneliness, sadness and powerlessness. Their trust in people has been damaged and victims are sometimes treated negatively by others (bullying at school, victim blaming, being laughed at, reputation damage). Some victims even face intimidation or violent behaviour from the family, and from unknown men in WhatsApp and Telegram groups. In the long term, these feelings can lead to mental complaints, depression, suicidality and PTSD. Online sexual violence, especially in adolescence, can also lead to disrupted romantic and sexual development.

What determines the impact?

Our research reveals several factors that determine the impact of the experience. At the cultural level, victim blaming plays a major role. Also, disapproving of online sexual behaviour makes it more difficult to talk about it and increases victim blaming. In addition, gender norms play a role, both because of slutshaming that befalls on women, and for men, who fail to get recognized as victims. Faith and support from the immediate social environment is of enormous importance. Friends who stand beside you, family who receive and protect you. Disapproval, disgust and misunderstanding from family and friends makes the experience worse. Women with a bicultural background are at a high risk of negative reactions. Age and stage in sexual development, personality, negative life experiences, self-image, self-esteem, self-doubt and social isolation are individual factors that can increase or decrease the impact of the experience.

Needs

Victims have outlined what someone needs after a confrontation with online sexual assault. The following factors are important: (1) being excused/not getting the blame (2) support and understanding, (3) regaining control, (4) recognition and justice, (5) safety and (6) self-acceptance and space for emotions. These findings are in line with the literature.

Conclusions

Many of our findings are consistent with previous research. The consequences of online sexual violence can be just as drastic as offline sexual violence. Online sexual violence has the specific feature that the social environment is often a direct witness (and sometimes this is explicitly the aim, with shame sexting and exposing) and has a judgment, which increases feelings of shame and powerlessness. Social harm, feelings of guilt, shame, loneliness, fear and trauma-related problems emerge from both the literature review and this study. However, little attention has been paid until now to the impact of online sexual violence on the romantic and sexual development of young people. It damages their self-confidence and trust in others, as well as their sexual self-image. This should be included in both care and psycho-education.

This research provides new information about what influences the impact of online sexual violence. Factors come to light at various levels, which also makes it clear what needs to change to reduce the impact. There is still too little attention for the influence of cultural factors, such as victim blaming, on the impact of experiences with online sexual violence and the role that the social environment can therefore play in mitigating the impact.

Recommendations

At the macro level, a cultural change is needed in three areas: normalizing online sexual behaviour, breaking the sexual double standard and combating victim blaming. Campaigns, sexuality education in schools and sex education by parents can contribute to this. At an organizational level, it would help enormously if online platforms and gaming communities implement and enforce preventive policies. Improving care is also mentioned by the victims as a point of improvement, in particular accessible information and care. Schools can also offer low-threshold guidance. At a micro level, in addition to parents, friends and other peers can also play an important role in not forwarding sexually oriented material and in supporting victims.

1 Inleiding



Bijna iedereen in Nederland heeft toegang tot het internet (97,7% in 2018) en gebruikt het dagelijks (92,6% van de Nederlanders in 2018) (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2019). Het bezit van smartphones is de laatste jaren onder jongeren enorm toegenomen: in 2005 had nog 10% van de 12-15 jarigen een smartphone, tegenwoordig is dat 99% (CBS, 2016). Jongeren delen online van alles met elkaar. Soms zijn dat (ook) seksueel getinte beelden. Het online versturen van seksueel getinte berichten, foto's en video's wordt ook wel 'sexting' genoemd.

Sexting kan gezien worden als onderdeel van de normale seksuele ontwikkeling en experimenteergedrag. In Seks onder je 25e gaf 12% van de meiden en 13% van de jongens aan in het afgelopen half jaar een seksvideo of naaktfoto naar een ander te hebben gestuurd. 6% van de jongens en 14% van de meiden had minimaal een negatieve ervaring met sexting (de Graaf et al., 2017).

Sexting wordt een probleem als materiaal ongewenst/zonder instemming verspreid wordt. Het aantal meldingen van ongewenste sexting bij het Expertisebureau Online Kindermisbruik neemt al jaren toe (EOKM, 2021). Zowel mannen als vrouwen melden ongewenste verspreiding van hun materiaal (41% mannen, 46,5% vrouwen, 12,5% onbekend).

Als online seksueel beeldmateriaal ongevraagd verspreid wordt door anderen raakt dit mensen, op heel uiteenlopende wijze. Hun vertrouwen is geschonden, ze zijn de controle kwijt over beelden van hun lichaam, ze kunnen te maken krijgen met victim blaming en shaming door hun omgeving of door de dader onder druk gezet worden om te betalen of seksuele diensten te leveren. De ervaring zelf en de nasleep ervan kan maken dat mensen somber en depressief worden, tot suïcidaal aan toe, maar mensen kunnen er ook redelijk stabiel en veerkrachtig onder blijven. Wat maakt nu dat de één er grote problemen door krijgt en de ander niet? Wat leren we uit de verhalen van slachtoffers, over de diversiteit in beleving, over hoe de sociale omgeving slachtoffers kan helpen en wat belangrijk is dat professionals doen – en laten? Daarover gaat dit onderzoek.

1.1 Doel

Het doel van dit onderzoek is het verkrijgen van inzicht in:

1. De ervaringen van slachtoffers (12-25 jaar) die te maken hebben gehad met ongewenste verspreiding van online seksueel getint beeldmateriaal.
2. De gevolgen die het ongewenst verspreiden heeft voor het dagelijks functioneren en welzijn van de slachtoffers.
3. De invloed van de sociale omgeving op de impact van ongewenste verspreiding.
4. Wat slachtoffers helpt in het herstel van veerkracht en welzijn.
5. Hun ervaringen met zorgaanbod en hun behoeften hieraan.

Uiteindelijk beogen we met de uitkomsten van dit onderzoek bij te dragen aan de verbetering van preventie, de vermindering van schadelijke gevolgen van online seksueel geweld en de verbetering van keten van hulp en opvang.

1.2 Relevantie

Verspreiding en gebruik van seksuele beelden zonder toestemming is een groeiende zorg nu technologie steeds belangrijker wordt in het leven en de relaties van jongeren. De online wereld is onlosmakelijk verbonden aan de offline wereld van jongeren. Hun seksuele socialisatie vindt dus óók online plaats en de uitwisseling van seksuele beelden, sexting, kan gezien worden als onderdeel van hun seksuele ontwikkeling en hun romantische relaties (Burkett, 2015; Lenhart, Smith, & Anderson, 2015; Ringrose et al., 2012). Maar naast het gebruik van technologie voor seksuele uitwisseling met consent, maken mensen ook gebruik van technologie om zonder toestemming seksuele beelden vast te leggen, te verspreiden of anderszins te gebruiken, wat gezien kan worden als een vorm van online seksueel geweld (Henry & Powell, 2015). Meer kennis over de beleving van slachtoffers van online seksueel geweld en wat maakt dat iemand meer of minder beschadigd raakt door de ervaring is noodzakelijk om schade op termijn te voorkomen. Momenteel worstelen ouders, omgeving en onderwijs met de vraag hoe zij met dergelijke situaties het best kunnen om gaan. De inzichten uit dit onderzoek bieden aanknopingspunten voor verbetering van preventie, zorg en opvang. Hierdoor kunnen ernstige klachten en problemen mogelijk voorkomen worden en kan beter aangesloten worden bij behoeften van de slachtoffers zelf.

1.3 Onderzoeksdesign

Literatuur review

Het onderzoek is gestart met een literatuur review naar (1) wat bekend is over de verschillende vormen van online seksueel geweld; (2) prevalentie; hoe vaak komt het voor en wie worden er slachtoffer van; (3) wat de gevolgen zijn en (4) wat bepaalt hoeveel impact het meemaken van online seksueel geweld heeft. De resultaten van deze literatuurstudie staan in hoofdstuk 2. Op basis van deze bevindingen is de topiclist ontwikkeld voor de interviews met deskundigen en slachtoffers.

Interviews met experts

We hebben vier experts geïnterviewd van organisaties die hulp bieden aan slachtoffers. Dit zijn interviews met deskundigen van Helpwanted.nl, Karakter - academisch centrum voor kinder- en jeugdpsychiatrie – verbonden aan de Centra Seksueel Geweld (CSG), Fier en Stichting Together We Rise.

Diepte-interviews met slachtoffers

Om meer te weten te komen waaróm mensen gebaat zijn bij bepaalde reacties en om voldoende diepgang te krijgen, hebben we diepte-interviews gehouden met acht mensen die in hun leven te maken kregen met online seksueel geweld (7 vrouwen, 1 man). Zes van hen maakten het mee voor hun 18^e, twee erna. Ze blikken terug op ervaringen die ze tussen de één en 17 jaar geleden hebben meegemaakt. In bijlage 3 staat meer informatie over de deelnemers.

Follow up: kwantitatieve metingen Rutgers en onderzoek NCSR

Uit onze survey *Seks onder je 25^e* komen cijfers over de prevalentie van het doorsturen van online seksuele materiaal (de Graaf et al., 2017). Dit onderzoek biedt inzicht over de impact van online seksueel geweld. Om een ranking aan te kunnen brengen in welke factoren nu voor veel slachtoffers het belangrijkste zijn, zou het goed zijn om een aanvullende module te maken voor de surveys *Seks onder je 25^e* en *Seksuele gezondheid* (onder volwassenen), alleen in te vullen door respondenten die aangeven te maken te hebben gehad met ongewenste verspreiding van seksueel online materiaal. Deze korte modules bevatten twee of drie vragen over wat helpt na seksueel geweld, de invloed van sociale steun en een ranking van factoren die relevant zijn.

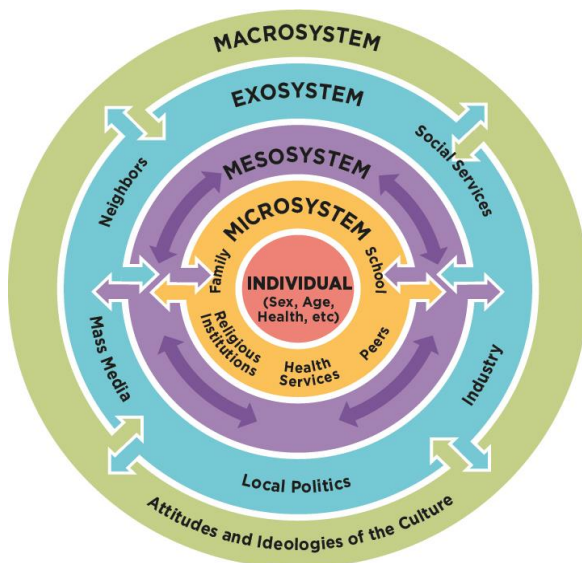
Daarnaast is de NCSR in samenwerking met Fonds Slachtofferhulp in 2022 een onderzoek gestart naar de drempels die slachtoffers ervaren bij het zoeken naar hulp en naar de gevolgen van online seksueel geweld, waarvoor dit onderzoek input kan leveren.

1.4 Theoretisch kader

De betekenis die gewenste sexting en online seksueel geweld krijgt voor betrokken individuen hangt nauw samen met de maatschappelijke denkbeelden die er zijn rondom gender en seksueel gedrag en, iets dichterbij, met de sociale normen van familie en peers. Het ecologisch model van Bronfenbrenner (1994) geeft een kader om deze verschillende invloeden te plaatsen. In dit model worden de invloeden op de ontwikkeling van een individu gerangschikt naar:

1. Buitenste ring: cultureel niveau: de ideologie en discoursen in een samenleving.
2. Tussenring: organisatieniveau, van sociale instituties zoals scholen, gemeenten, gezondheidszorg.
3. Binnenste ring: directe sociale omgeving van familie en vrienden.
4. Individuele eigenschappen.

Figuur 1: Ecologisch model van Bronfenbrenner (1994)



1.5 Analyse

Na de transcripties en het coderen van alle fragmenten hebben we een thematische analyse uitgevoerd. In bijlage 2 staat de codeboom.

2 Literatuurstudie



2.1 Wat is online seksueel grensoverschrijdend gedrag?

Jongeren sturen elkaar steeds vaker seksueel getinte beelden. Dit doen ze in een relatie of om nieuw romantisch/seksueel contact te weeg te brengen (EOKM, 2021). Vaak wordt hiervoor het woord sexting gebruikt: een samensmelting van de woorden 'seks' en 'texting' (online berichten versturen) (EOKM, 2021). Sexting wordt over het algemeen gezien als het maken en verzenden van seksueel expliciete tekst-, foto- of videoberichten. Vaak via een mobieltje en steeds vaker via sociale media. Als het sturen van seksueel getinte beelden *met consent* gebeurt, is het onderdeel van een gezonde, normale seksuele ontwikkeling en van een gelijkwaardige relatie. Als deze toestemming ontbreekt of als beelden gedeeld worden met anderen tegen de wil van diegene die erop staat, is dit grensoverschrijdend. Niet alleen het zonder consent verspreiden van iemands beelden, maar ook het ongewenst ontvangen van seksueel getinte beelden, zoals dickpics, is grensoverschrijdend (Hunehäll Berndtsson, 2021).

Uiteraard is het maken van intieme en seksuele foto's geen nieuw fenomeen, maar nieuwe technologie maakt het mogelijk om beelden gemakkelijk en grootschalig te verspreiden. Het komt ook voor dat deze beelden gemaakt zijn tijdens seksueel geweld, of dat beelden worden gebruikt als vernedering, intimidatie of zelfs als chantage materiaal. Alhoewel websites met gevoelige content verwijderd (kunnen) worden, kunnen foto's, video's en berichten alsnog toegankelijk zijn via internetcaches, opgeslagen screenshots of websites (Powell & Henry, 2014). Het vrijgeven van materiaal op een online platform is bijna onmogelijk terug te draaien (Europol, 2017).

Consent of dwang

Bij het bepalen of er sprake is van online seksueel grensoverschrijdend gedrag/online seksueel geweld is consent de doorslaggevende factor. Is het materiaal met toestemming verzonden of ontvangen? Net als bij fysiek contact tussen mensen kan online seksueel geweld gezien worden als een spectrum waarin consent, dwang en exploitatie in elkaar overlopen. De grens tussen consent en dwang is niet altijd zo duidelijk. Een afbeelding kan met consent zijn gemaakt, maar zonder consent verspreid zijn (Powell & Henry, 2014). Er zitten gradaties tussen verleiden en dwingen om seksuele beelden te sturen. Een partner of potentiële partner kan erop aandringen om seksueel getinte beelden te sturen en dit aandringen kan als charmant of als dwingend ervaren worden. Dit kan ook plaatsvinden via online dating apps.

Motivatie voor (door)sturen

In het meeste onderzoek wordt gevonden dat mannen vaker beelden doorsturen zonder consent dan vrouwen (Eaton, Jacobs & Ruvalcaba, 2017; Henry, Flynn & Powell, 2019; Powell, Henry, Flynn & Scott., 2019; Ruvalcaba & Eaton, 2020). Jongens gebruiken soms seksfoto's/video's om te kunnen pronken bij hun vrienden (Naezer & van Oosterhout, 2019). Zweeds onderzoek toont dat beelden van meiden door jongens gezien werden als digitale "trofeeën" en statusverhogend waren (Hunehäll Berndtsson en Odenbring, 2021). De meiden

werden getreiterd en soms bedreigd als ze geen beeld stuurden, wat hen in een kwetsbare positie zette (Hunehäll Berndtsson & Odenbring, 2021). Sexting speelt dus niet alleen bij flirten of in de context van een seksuele relatie, maar speelt ook een rol als een grap of tussen vrienden (Albuy & Crawford, 2012). Diverse onderzoekers benadrukken dat sexting op zichzelf niet gevaarlijk is en dat meiden zeker niet altijd onder druk zijn gezet door mannelijke partners (Henry & Powell, 2015; Hasinoff, 2013; Naezer & van Oosterhout, 2019). Sexting kan een manier zijn voor meiden om zichzelf seksueel uit te drukken. Onderzoek zou volgens hen gericht moeten zijn op hoe mensen media gebruiken en hoe dit zowel gendernormen kan veranderen als reproduceren (Hasinoff, 2013). Waar Ringrose et al. (2013) het zien als een "utopisch feminisme" om voor te stellen dat jonge vrouwen kunnen spelen met hun lijf op digitale media zonder angst of gevolgen, focust Hasinoff (2013) zich op hoe vrouwen en meiden nu al de mogelijkheden benutten die er zijn.

2.2 Vormen van online seksueel geweld

Ongewenste sexting of shame sexting

Ongewenste sexting is het doorsturen of toesturen van seksueel getint materiaal zonder toestemming. Er is sprake van shame sexting als seksueel getinte beelden worden doorgestuurd zonder toestemming van de afgebeelde persoon, met het doel om de persoon publiekelijk te beschamen en te pesten. Het gebeurt ook dat derden seksueel getinte nepbeelden, dus gemanipuleerd beeldmateriaal, versturen (Bakker, el Moussaoui & van de Sande, 2021).

Sextortion

Sextortion is een Engelse term en een samenvoeging van sex (seks) en extortion (afpersing). De definitie van sextortion is: "bedreigingen om seksuele beelden openbaar te maken om slachtoffers te dwingen om extra foto's, seksuele handelingen of andere gunsten te geven" (Wolak & Finkelhor, 2016). De afpersing krijgt bij jongens vaak een andere vorm dan bij meiden. Bij meiden gaat het vaak om het verkrijgen van meer (of explicietere) naaktbeelden of het verrichten van seksuele handelingen. Jongens krijgen vaker te maken met financiële afpersing, door te dreigen naaktbeelden (vaak verkregen via de webcam) openbaar te maken (EOKM, 2017).

Exposing

Het begrip exposing verwijst naar het 'ontmaskeren' van de afgebeelde persoon. Het gaat (meestal) om meisjes en jonge vrouwen van wie naaktfoto's of filmpjes digitaal beschikbaar zijn. Het doorsturen of beschikbaar maken van dit beeldmateriaal gebeurt met als doel om de afgebeelde persoon een slechte naam te bezorgen (Bakker, el Moussaoui & van de Sande, 2021).

Shamen

Meisjes en jonge vrouwen die opgroeien in een omgeving waar de eer van de familie verbonden is aan het zedelijk gedrag van meisjes en vrouwen lopen op nog een andere manier risico op online shamen. Dat gaat om beelden waarop ze make-up dragen, roken of dansen, of daten met iemand met een andere culturele achtergrond. Vooral via de chatdienst Telegram delen plegers foto's en persoonsgegevens van deze meisjes, waarbij zij hun slachtoffers

uitschelden, discrimineren of bedreigen. Ook LHBTQI+ kunnen slachtoffer worden van deze praktijken (Bakker, el Moussaoui & van de Sande, 2021).

Wraakporno (revenge porn)

Wraakporno of revenge porn wordt gedefinieerd als 'pornografie zonder consent' (Citron & Franks, 2014). Ook hier wordt, net als bij sextortion, een persoon onder druk gezet door de inzet van expliciete beelden (Henry & Powell, 2015). Sextortion is echter meestal privé, en wraakporno is vaak openbaar. Bij sextortion probeert de afperser iets van waarde af te persen, bij wraakporno wil de dader het slachtoffer publiekelijk vernederen (EOKM, 2021). De term wraakporno kan bijdragen aan victim blaming, het wordt namelijk betiteld als 'wraak' voor iemands actie(s), als rechtvaardiging voor de dader (Harder, 2021).

Cybergrooming en cyberstalking

Bij cybergrooming proberen internetgebruikers het vertrouwen van een persoon te winnen met als doel een persoonlijke ontmoeting. Soms leidt zo'n ontmoeting tot seksueel misbruik (Kierkegaard, 2008).

Cyberstalking is het gebruik van apps en/of social media posts om iemands locatie te tracken en/of bedreigende berichten te sturen naar het slachtoffer via e-mail of andere mobiele communicatie (Powell & Henry, 2014).

2.3 Prevalentie

2.3.1 Ongewenste sexting

Uit *Seks onder je 25^e* (De Graaf et al., 2017) komt naar voren dat 14% van de meisjes en 6% van de jongens tussen de 12 en 25 jaar in zes maanden tijd een negatieve ervaring hebben gehad met sexting. Dit komt ongeveer overeen met de 6% van de jongeren tussen de 12 en 24 jaar uit een onderzoek van EenVandaag (2017) van wie een naaktfoto, naaktvideo of seksvideo in handen kwam van iemand voor wie het beeldmateriaal niet bedoeld was.

LHB-jongeren

Het versturen van seksfoto's/video's wordt vaker gedaan door homoseksuele jongens en biseksuele jongeren. Ook hebben ze vaker (online) seks met een persoon die ze online ontmoet hebben in vergelijking met heteroseksuele jongeren (De Graaf & Vermey, 2015). Homoseksuele en biseksuele jongeren hebben twee keer zoveel te maken met online incidenten dan heteroseksuele jongeren (CBS, 2020). Biseksuele of homoseksuele jongeren (5,8%) melden seksueel getinte meldingen vaker dan heteroseksuele jongeren (1,6%) (CBS, 2020). LHB-jongeren worden disproportioneel vaak gedwongen tot het delen van beelden terwijl ze dat niet willen (Van Ouytsel, Walrave, de Marez, Vanhaelewyn & Ponnet, 2021). Het versturen van naaktfoto's, seksfilmpjes en het laten zien van geslachtsdelen wordt vaker gedaan door heteroseksuele jongens. De bovenstaande cijfers kunnen gekleurd zijn door het feit dat heteroseksuele jongens minder vaak melding doen van online incidenten (CBS, 2020).

Jongeren met migratieachtergrond

Meisjes en jonge vrouwen met een migratieachtergrond uit een zogenaamde 'schaamtecultuur' lopen extra risico vanwege het belang van de seksuele eer en

kuisheid voor meisjes en jonge vrouwen. Dit maakt hen extra kwetsbaar voor chantage en misbruik. Zij worden (ook online) extra in de gaten gehouden. De gevolgen van shame sexting zijn voor hen vaak ernstig en langdurig. Ook meisjes en jongens die niet aan de traditionele heteroseksuele normen en beelden voldoen, een LHBTQI+ identiteit of uiterlijk hebben, kunnen slachtoffer worden van shame sexting (Bakker, el Moussaoui & van de Sande, 2021).

2.3.2 Sextortion

In het onderzoek van Wittes, Poplin, Jurecic & Spera (2016) vond 91% van de sextortionzaken plaats op social media, met de meerderheid van de slachtoffers onder de 18 jaar. Kinderen en adolescenten zijn vaak kwetsbaar, ze zijn 'easy targets', omdat ze gemakkelijk te manipuleren zijn om persoonlijke posts online te zetten (Humelnicu, 2016).

Meiden

Jonge vrouwen worden vaak gezien als kwetsbaar en fragiel (Albury, 2015). Veel slachtoffers van ongewenste sexting zijn inderdaad meiden, maar zowel meiden als jongens zijn dader (Naezer & van Oosterhout, 2021). Sextortion begint bij meiden vaak (83%) nadat ze een naaktfoto/video naar een ander hebben gestuurd. Bij meiden en jonge adolescenten onder de 26 waren de afpersers vaak leeftijdsgenoten die ze in het echt ook kenden (EOKM, 2021).

Jongens

Ook jongens vinden het vernederend om slachtoffer te worden van het ongewenst verspreiden van naaktbeelden (Hunehäll Berndtsson, 2021). Tijdens de lockdown steeg het aantal jongens dat hulp zocht bij *helpwanted.nl*. Jaren na het incident zijn de jongens nog steeds bang dat de beelden online zullen verschijnen (EOKM, 2021). Bij 77% van de jongens gaat het om afpersing voor geld, tegenover 6% van de meiden. 45% van de meiden werd de dupe van afpersing voor seksuele beelden of diensten, bij jongens lag dat percentage op 7%. De meeste jongens (85%) worden slachtoffer nadat ze zich blootgegeven hebben voor de webcam. Meestal kende het slachtoffer zijn afperser alleen via het internet (EOKM, 2021).

Niet alleen meiden worden geconfronteerd met ongevraagde dickpics, in een Zweeds kwalitatief onderzoek komt naar voren dat ook jongens hiermee te maken krijgen. Dit kan gebeuren via snapchat, de verzender is vaak onbekend. Het is een fenomeen dat jongens onderling niet bespreken, vooral uit schaamte. Ongevraagde vrouwelijke naaktfoto's is een ander fenomeen waar jongens soms mee te maken krijgen. Uit het onderzoek komt naar voren dat jongens vaak niet weten wat ze hiermee aan moeten. Ze geven aan zich hierdoor geshockt, raar of vreemd te voelen. Ongevraagde sexting werd door de jongens als seksuele intimidatie gezien, maar enkel als de slachtoffers meiden waren. De jongens weten niet of ze de ongevraagde sexts moeten zien als vleidend of dat ze de meiden moeten blokkeren – zoals meiden doen met jongens die ongevraagde sexts sturen. Oftewel, jongens weten niet dat vrouwelijke naaktfoto's gecategoriseerd kunnen worden als seksuele intimidatie. Ook komt het voor dat hun dickpics of masturbatiefilmpjes worden doorgestuurd. Dit is niet alleen een schending van privacy en vertrouwen, maar kan ook worden gezien als "dickpic shaming" en publieke vernedering op school (Hunehäll Berndtsson, 2021).

Uit het onderzoek van *helpwanted.nl* blijkt dat sextortion onder jongens onderbelicht is, omdat jongens hier niet over praten (EOKM, 2021). Dat jongens hier minder of niet over praten kan liggen aan de traditionele normen die ten grondslag liggen aan heteronormativiteit en heteroseksuele masculiniteit. In een heteronormatieve schoolomgeving worden jongens niet herkend als kwetsbaar als ze ongevraagde sexts krijgen van meiden. Daardoor praten de jongens niet over zichzelf als slachtoffers van sexting, alhoewel ze wel onzekerheid, verwarring en ongemak voelden door hun kwetsbare positie in onplezierige situaties. Daarnaast missen de jongens steun en kennis over hoe ze kunnen dealen met online seksueel geweld (Hunehäll Berndtsson, 2021).

2.4 Gevolgen

Het ongewenst verspreiden van seksueel getinte beelden kan vergaande gevolgen hebben voor de afgebeelde personen en hun omgeving (Gorissen et al., 2019; Naezer & Oosterhout, 2019). Jongeren van wie beelden zijn verspreid kunnen ook te maken krijgen met vervelende reacties, waardoor ze schaamte, schuld en reputatieschade ondervinden. De beelden kunnen ook gebruikt worden voor pesten of chantage (sextortion). Hulpverleningsinstanties waarschuwen dat de psychische klachten die slachtoffers ontwikkelen als gevolg van online geplaatste beelden, net zo erg kunnen zijn als bij offline seksueel geweld (WKZ, UMCU).

Blootgesteld worden aan online seksueel geweld kan leiden tot een wijd scala van schadelijke gevolgen, variërend van vertrouwensproblematiek, posttraumatische stressstoornis, angstproblematiek, depressie, suïcidale gedachten en andere hevige gevolgen voor de gezondheid (Bates, 2017). Sommige van deze gevolgen leiden tot negatieve coping mechanismen zoals verslavingen aan alcohol en drugs (Korenis & Billick, 2014; Walker & Sleath, 2017; Wolak & Finkelhor, 2011). De meeste gevolgen zijn vergelijkbaar met de consequenties van andere vormen van seksueel geweld (Harder, 2021; Krieger, 2020). Powell & Henry (2017) benadrukken dat de schade die ongewenste verspreiding van naaktbeelden kan veroorzaken, niet zozeer bepaald wordt door wat er precies gebeurt, maar door de dreiging (het maakt bijvoorbeeld niet uit voor de impact of een beeld echt gedeeld is of alleen bedreigd is met verspreiding, of wat er precies op het beeld staat).

Een verschil met offline seksueel geweld is wel dat de technologie zorgt voor enorme verspreiding en voor het sociaal element in de handelingen (bv. een beeld wordt naar anderen gestuurd of door anderen bekeken), wat implicaties heeft voor de ervaringen van slachtoffers.

Sociale schade

Het eerste wat slachtoffers vaak ervaren zijn pesten op school en buitensluiting door leeftijdsgenoten. Shame sexting kan ook op de langere termijn negatieve gevolgen hebben. Het kan leiden tot schooluitval en – omdat het lastig is om het beeldmateriaal helemaal van internet te verwijderen – ook problemen bij het vinden van een baan en eventuele (huwelijks)partner (Bakker, el Moussaoui & van de Sande, 2021).

Schaamte, vernedering en zelfbeschuldiging

Schaamte wordt heel veel genoemd in onderzoeken onder slachtoffers (Wolak & Finkelhor, 2016; EOKM, 2021). Uit het onderzoek van EOKM kwam naar voren dat 78,1% van de respondenten het eens is met de stelling 'ik schaam me voor wat er gebeurd is'. Deze schaamte komt niet enkel voort uit het feit financieel afgeperst te zijn met naaktbeelden. Maar ook dat ze bepaalde websites bezochten, voor seksueel contact. Schaamte is een zeer krachtig gevoel, dat samenhangt met de bedreiging van verbondenheid en eenzaamheid (Scheff, 2014), of ontwikkeld wordt als een reactie op afwijzing (Scheff, 2015). Het voorkomen van schaamte is een sterke drijfveer en als gevoelens van schaamte niet vermeden kunnen worden, probeert iemand ze te verstoppen (Scheff & Retzinger, 2003).

Ook spijt en zelfbeschuldiging komen veel terug in de literatuur. Mannelijke slachtoffers van sextortion (EOKM, 2021) gaven aan dat ze 'dom waren', 'stom zijn geweest' en 'dat het hun eigen schuld was'. Het gevoel zelf schuldig te zijn aan sextortion was sterk aanwezig. Dit schuldgevoel gaat hand in hand met schaamte. 63,4% van de respondent voelt zich schuldig over wat ze hebben meegemaakt. Gevoelens van schuld kunnen versterkt worden als ze steun zoeken in hun omgeving, maar deze niet krijgen (EOKM, 2021).

Vermijding en angst: post traumatische stress symptomen

In onderzoek komt angst veel naar voren als gevolg: angst voor de volgende stap van een pleger, angst dat het nooit op zal houden en angst voor de gevolgen van het verspreiden van de seksueel getinte content zoals reputatieschade. Dit kan leiden tot angstproblematiek die gerelateerd is aan suïcidaliteit (Nilsson et al, 2019).

Ook in het onderzoek onder jongens die slachtoffer waren van sextortion werd angst veel genoemd. Veel respondenten proberen het onderwerp te vermijden (59%), terwijl een groot deel er nog vaak over nadenkt (61,1%), en herinneringen aan de gebeurtenis ongewenst naar boven komen (47,9%). Een kwart slaapt slecht sinds het voorval (26,4%) en heeft er nachtmerries over (26,4%). Bijna een derde kan zich niet meer goed concentreren (30,6%). 71,4% van de jongens denkt nog vaak over de gebeurtenis tussen de 12 en 14 maanden geleden dat ze afgeperst zijn. Veel slachtoffers vrezen dat de seksueel getinte beelden alsnog verspreid zullen worden. Hierdoor kan het jaren later nog een groot effect hebben. Zelfs 2 jaar na de gebeurtenis mijdt de helft (50%) het onderwerp. Dit alles wordt benoemd als gevolg van het niet bespreekbaar maken van de gebeurtenis en/of erkenning van wat er gebeurd (EOKM, 2021).

Psychische problemen zoals depressie, suïcidaliteit

Slachtoffers van online seksueel geweld lopen veel risico met een depressie te maken te krijgen (Bates, 2017). Andere psychische problemen kunnen zijn: angst, schaamte, vernedering, zelfbeschuldiging, hopeloosheid en hulpeloosheid (Nilsson, Pepelasi, Ioannou & Lester, 2019). Sextortion raakt jongeren meer dan volwassenen (Wolak et al., 2018). In Wolak & Finkelhor's (2016) onderzoek heeft 1/3 van de respondenten niet gepraat over sextortion door schaamte en vernedering. De combinatie van schaamte en vernedering zijn ook kenmerkend voor suïcidaliteit onder jongeren (Fullagar, 2003). Vooral schaamte is een potentieel risico voor zelfmoord. Door schaamte willen mensen zich verstoppen van anderen en zelfmoord is de meest extreme vorm van verschuilen (Nilsson et al., 2019).

Slutshaming en victim blaming

In de media en op online platforms worden vaak de risico's van sexting aangehaald. Als jongeren ervoor kiezen een seksfoto/video van zichzelf te versturen, had deze in eerste instantie de 'foto ook niet mogen versturen' (Naezer, 2018). De schuld wordt hierbij bij de slachtoffer gelegd, in plaats van bij de dader. Dit noemen we ook wel victim blaming (EOKM, 2021). Naast victim blaming speelt slutshaming ook een rol. Meiden en vrouwen die seksueel gedrag vertonen worden soms denigrerend gelabeld als slet (Naezer, 2018). Onderliggend aan slutshaming en victim blaming liggen sociaal-culturele structuren, stereotypen en machtsongelijkheden. Voorbeelden hiervan zijn stereotypen over vrouwelijkheid, mannelijkheid, seksualiteit en seksueel geweld en de dubbele seksuele moraal (Naezer, 2018).

Verlies van eer

In sommige migrantengroepen kan sexting gezien worden als verlies van eer. Hier speelt gemeenschapsdruk een rol, omdat het slachtoffer in de ogen van de gemeenschap de geldende zedelijkheidsnormen voor vrouwen heeft overtreden en daarmee de familie-eer heeft geschaad. Sexting beschouwt men niet als experimenteel seksueel gedrag, maar als grensoverschrijdend gedrag dat een verlies van 'eer, van de reputatie van een meisje en haar familie' tot gevolg heeft, óók als de beelden gemanipuleerd zijn. Als een meisje in die situatie komt, dan wordt dit al als een smet op haar blazoën gezien (Bakker, el Moussaoui & van de Sande, 2021).

2.5 Verschil in impact

Bepaalde factoren maken dat de impact groter kan zijn. In tegenstelling tot offline seksueel geweld, is er aan online seksueel geweld niet te ontkomen door te verhuizen (Keats Citron, 2014). Een tweede zorgpunt is dat offline ervaringen met seksuele grensoverschrijding zich lijken te herhalen op internet. Het lijken kortom dezelfde kwetsbare groepen die negatieve seksuele ervaringen 'in het echt' opdoen, als in het online leven (WKZ).

De impact van ervaringen met het ongewenst online verspreiden van beelden lijkt erg te verschillen tussen slachtoffers. Er zijn jongeren die hun schouders erover ophalen, maar ook jongeren die van school verzuimen, een negatief zelfbeeld ontwikkelen of depressief of suïcidaal raken. Eigenwaarde, de relatie met de pleger, maar ook eergevoel, restricties en het seksuele klimaat in het gezin van herkomst, zouden hierbij een rol kunnen spelen (Schram et al., 2020). Het is onbekend of het bestaande aanbod aan zorg, hulp en procedures bij politie en OM aansluit bij de wensen en behoeften van slachtoffers.

Sekseverschil in beleving en dubbele seksuele moraal

Welke impact het versturen en ontvangen van seksfoto's/video's heeft, is gendergevoelig. In de beleving van ongewenste sexting is een sekseverschil te zien (De Graaf et al, 2017). Meisjes ervaren het als vervelender dan jongens wanneer hun naaktfoto's of seksfilmpjes door anderen aan iemand worden getoond of met iemand worden gedeeld. Ook uit internationaal onderzoek komt naar voren dat de verspreiding van seksuele beelden voor meisjes en vrouwen andere gevolgen heeft dan voor jongens en mannen (Krieger, 2020). Wanneer beelden van meisjes of vrouwen worden verspreid, kan dit worden gezien als

schadelijk voor hun reputatie en door anderen worden gebruikt om het individu op de afbeelding lastig te vallen en te isoleren (Burkett, 2015; Lippman & Campbell, 2014). De afgebeelde meiden kunnen geschaamd worden voor het versturen van naaktfoto's (Dobson & Ringrose 2016; Ringrose, Harvey, Gill & Livingstone 2013). Het openbaar maken van beelden is daardoor meer beschadigend (Ringrose et al., 2013). Ringrose legt de oorzaak hiervan bij patriarchale gendermoraal, waarbij vrouwelijke seksualiteit gezien wordt als iets wat achter gesloten deuren plaats moet vinden.

Seksuele activiteiten van meiden en jongens worden anders beoordeeld: jonge mannen worden gezien als succesvol masculien in hun sexting gedrag, terwijl jonge vrouwen moreel gestraft worden voor het expliciete uitdragen/uitoefenen van hun seksualiteit (Hasinoff, 2013). Deze dubbele seksuele standaard leidt tot victim blaming, slutshaming, trauma en in sommige gevallen zelfs zelfmoord (Dunn, Gjelsvik, Pearlman & Clark, 2014; Hasinoff, 2013; Walker, Sancu & Temple-Smith, 2013; Strohmaier, Murphy & DeMatteo, 2014; Penhollow, Young & Nnaka, 2017).

Omgekeerd worden beelden van mannelijke lichamen niet gezien als beschamend of indicatief voor een slecht karakter, dus hebben beelden van mannen/jongens over het algemeen niet dezelfde stigmatiserende kwaliteit, en het verzamelen en/of verspreiden van beelden van vrouwen zonder toestemming kan de sociale status onder mannelijke peer groups on- en offline vergroten (Henry & Flynn, 2019; Ringrose, Harvey, Gill, & Livingstone, 2013; Salter, 2016). Deze dubbele seksuele moraal klinkt ook door in de berichtgeving in de media over sexting, waarbij de gevolgen als anders en schadelijker worden gezien voor jonge vrouwen dan voor jonge mannen (Draper, 2012; EOKM, 2021).

Maatschappelijke beelden over slachtoffers en seksueel geweld

De beleving van seksueel geweld, ook van online seksueel geweld, hangt samen met maatschappelijke beelden over typische vormen van seksueel geweld, verbonden aan schuld en onschuld. Vrouwen doen eerder aangifte van aanranding en verkrachting als de aanranding/verkrachting voldoet aan stereotype ideeën over wat verkrachting is (Du Mont, Miller & Myhr, 2003). Vrouwen die ernstig lichamelijk trauma hebben en die fysiek werden gedwongen zijn eerder geneigd aangifte te doen en worden ook door de sociale omgeving meer beschouwd als "echt" slachtoffer (Du Mont, Miller & Myhr, 2003; Mulder, 2021).

2.6 Behoeftte aan steun en gevonden hulp

Jongens gaven aan na sextortion behoefte te hebben aan erkenning en steun. 53,4% van de respondenten uit het onderzoek naar sextortion kreeg dit echter niet. Een overgroot deel (81,7%) gaf aan niet de steun te krijgen van een (hulp) organisatie waar ze behoefte aan hadden. De jongens putten veel steun uit hun naaste omgeving, 71,9% voelden zich het meeste gesteund door hun naasten. Dit benadrukt het belang van een goede reactie van de directe omgeving. Daarnaast gaf één op de vier respondenten aan behoefte te hebben aan psychische ondersteuning (EOKM, 2021). Het is belangrijk om het bewustzijn van omstanders te vergroten (Wolak et al., 2018). Familie en vrienden staan vaak het dichtstbij de slachtoffers, toch zijn slachtoffers terughoudend om te

praten over sextortion door de angst om veroordeeld te worden. Het zou helpen als naasten in staat zijn om proactief signalen te herkennen van sextortion. Zo kan de schade wordt geminimaliseerd (Nilsson et al., 2019).

Hulp zoeken

56,5% van de ondervraagde jongens die sextortion meemaakten, hebben hierover met een naaste gepraat. De meeste kozen voor een vriend, namelijk 54%. Een klein percentage koos voor zijn ouders. 43% procent heeft met niemand willen of kunnen praten. Voor sommige respondenten ligt de drempel om erover te praten, erg hoog. Vaak kwam dit voort uit gevoelens van angst, schaamte en schuld. De zoektocht naar steun pakte vaak niet goed uit. Vrienden lachten de jongens uit, ouders werden boos en politie en hulporganisaties gaven niet de steun waar de jongens naar op zoek waren. (EOKM, 2021)

Het verhaal van Lars

Toen ik 19 was, ging ik online zoeken naar leuke mensen om mee te daten. Via snapchat werd er een paar keer met mij contact gelegd. Een doodnormale naam, niets gekks verder. Diegene ging vervolgens foto's sturen. Het waren vaak normale foto's, maar wel echt mooie foto's van een hele mooie vrouw en dat was dan elke keer een ander. De ene keer was het bijna niet realistisch en dan had ik het vrij snel door en de andere keer dacht ik: nou, dat is misschien wel realistisch. Het heeft gewoon even geduurd voordat ik gepokt en gemazeld genoeg was om te zien dat dit waarschijnlijk dezelfde persoon was die achter mij aanzat. Je bent in het begin naïef en je hoopt gewoon heel erg dat het misschien waar is.

Wat er vervolgens gebeurde, kon van alles zijn. Dat kon zijn dat ik met mezelf speelde voor de camera, het kon ook zijn dat ik gewoon naakt stond voor de camera. En ergens als jonge jongen vind je dit gewoon spannend en denk je: dit heeft wel iets interessants. Maar als je dan vervolgens het gevoel krijgt dat je in de maling wordt genomen en dat je ook echt eigenlijk helemaal niet weet met wie je te maken hebt.. Vaak komt dat gezonde verstand pas nadat je dat hebt gedaan allemaal. En dan voel je je toch wel een beetje misbruikt.

Het gebeurde ook wel dat mensen op een gegeven moment geld gingen vragen om nog met mij in contact te staan. Dat is helemaal niet iets wat ik per se leuk vond, maar ik deed het wel. En ik snap dan niet zo goed waarom ik dat deed, als ik er geen plezier uithaalde. Dat voelt dan alsof je eindelijk iemand hebt om mee te praten. Alleen, vervolgens krijg je dat [die intimiteit] dus niet, maar ben je er wel geld aan kwijt en zet je jezelf dus naakt op camera. Nou ja, dat zijn allemaal dingen die je doet in de hoop dat er dan zorgvuldig mee om wordt gegaan, maar dat gebeurt dus niet. Ik weet ook echt niet wat ermee is gebeurd, dat is ook een ding. Uiteindelijk, zij verbreken dat contact niet met jou, dat moet jij doen, dus jij verbreekt uiteindelijk dat contact en dan hebben zij al dat beeldmateriaal, en weet je niet wat er gaat gebeuren. En je voelt ook weer te veel schaamte om dan aangifte te doen. Je voelt je gewoon gebruikt en je gaat er voor de rest met niemand naartoe. Ik ben daar voor mezelf echt teleurgesteld over, dat ik het niet na één keer door had, dat ik wist wat het met me deed, maar dat je het dan nog een keer laat gebeuren en nog een keer. Ja, daarvan denk je wel van: wat voor mens ben ik en hoe belangrijk is dat seksuele dan voor mij? Waar zit mijn ratio? En het is goed dat je daarmee bezig bent. Ik denk dat dat misschien ook wel helpt om daar over na te denken. Maar dat zwakke gevoel, dat zwakke zelfbeeld, dat is natuurlijk niet nice.

Wat ik nodig had was dat iemand tegen mij inderdaad zei van: dit moet je nooit meer doen en dit zijn de gevaren van het internet. Dat iemand me gewoon apart nam en uitlegde dat ik niet de enige was, want ik voelde me dus echt wel de enige jongen die dit was overkomen van iedereen, daarom heb ik het er ook nooit met vrienden over gehad. Dat dit een vorm van internetplichting is waar ze expres jongens zoals jij op targetten en dat je dus gewoon in de val bent gelopen, maar dat dat heel logisch is dat dat gebeurt en dat het dus niet jouw schuld is. Maar ik kreeg voornamelijk dus de blikken en de reactie van onbegrip. Maar eentje van begrip en bijna 'dat had mij ook kunnen overkomen' of 'logisch dat dit je is overkomen', dat zou helpen. En misschien is dat veel gevraagd, want misschien dat sommige mensen inderdaad echt denken: nou ja, dit zou mij nooit overkomen, dit gebeurt mij niet. Ja, daar ben ik in ieder geval niet mee geholpen, want dan voel je je dus als enige de zwakkeling.

3 Ervaringen en gevolgen



In dit hoofdstuk gaan we in op de ervaringen van de onderzoeksgroep met online seksueel grensoverschrijdend gedrag. We behandelen daarna de gevolgen die dit voor hen had, op de korte en lange termijn. Ook komen experts aan het woord, om toe te lichten welke gevolgen zij veel zien bij hun cliënten.

3.1 Ervaringen met online seksueel grensoverschrijdend gedrag

De ervaringen van online seksuele grensoverschrijding die de onderzoeksgroep heeft meegemaakt zijn te verdelen in twee categorieën: het verspreiden van naaktfoto's zonder consent en sextortion.

Verspreiden van naaktfoto's zonder consent

De ervaringen variëren van een naaktfoto die aan hun naam gekoppeld werd, terwijl ze zelf niet afgebeeld werden tot beelden die gemaakt of verspreid werden zonder consent (zie bijlage 3). Nina vertelde:

Toen ik dertien was, dus dat is nu al tien jaar geleden, heb ik een jongen online ontmoet op social media, dat was destijds op Twitter. Het was geen catfish, niks, het was gewoon wie hij zei dat hij was, want ik heb ook met hem gevideobeld. Dus ik wist zeker dat hij het was. En na een aantal maanden praten, je bent dertien en alles is spannend en nieuw, toen ben ik toch wel een beetje verliefd op hem geworden. Daar heeft hij gebruik van gemaakt. Hij was denk ik twee jaar ouder dan ik, dus hij was veertien of vijftien, denk ik. Toen vroeg hij op een gegeven moment om een foto van mij, een wat pikantere foto. Hij zei: 'Ja, dan stuur ik ook een foto terug', dus gewoon wederzijds, dat het allebei van een veilige kant, dacht ik, zou komen. Per toeval, want mijn spiegel was niet langer, stond mijn hoofd er niet op, waar ik achteraf dus heel blij mee ben. Toen ik die foto heb gestuurd heeft hij me eigenlijk gewoon keihard uitgelachen. Daarna is mijn foto in allerlei groepsapps verzonden met allemaal vrienden van hem en die groepsapp heette dan bijvoorbeeld 'hoertjes', dus hij deed dit vaker met vrienden, blijktbaar.

Sextortion

Sextortion kan verschillende vormen aannemen. Julia's gedeelde Dropbox met haar partner werd gehackt, als ze niet een x aantal Bitcoin over zou maken, zouden haar foto's gepubliceerd worden. Meteen na dit berichtje was een van haar filmpjes in lingerie op haar eigen Facebook-account geplaatst. Een van de grootste dreigementen kwam uit: haar filmpje werd op Dumpert gezet. Binnen 12 uur was het filmpje 1 miljoen keer bekeken. Ze kreeg verschillende reacties uit haar omgeving:

Ondanks de lieve berichtjes van: 'O, er staat iets wat je misschien niet online wilt hebben', werd er ook wel vaak meteen al gezegd van: 'Goh, het is ook niet heel slim hè, dat je dat soort foto's maakt of waarom doe je dat?' En dat trok ik me wel aan, dat ik dacht: ja, ergens heb je gelijk, dacht ik in het begin, want als die foto er niet was, was dit niet gebeurd. Maar daar ging ik pas wat later in het proces echt over nadenken. Dat ik dacht: wat is dit voor iets raars, want ik heb die foto wel gemaakt, maar dat wil niet zeggen dat ik hem ook op Dumpert wil hebben.

Bij Lars werd online eerst een vertrouwensband opgebouwd, waarna hij onder druk werd gezet om geld over te maken. Sara Alaoui-Dekker van Stichting Together We Rise legt uit hoe zo'n vertrouwensband ontstaat:

Dit soort dingen gebeurt niet van de één op de andere dag. Het wordt opgebouwd. Iemand gaat steeds verder. En omdat er niet in één keer over de grens wordt gegaan, brengt dat veel verwarring met zich mee. Dus je twijfelt aan jezelf, of jij het wel goed ziet, of jij het niet uitlokt, of jij geen onderdeel bent van, dat maakt dat ze steeds verder en verder kunnen gaan tot dat moment dat het dus wel te ver gaat. Dan realiseer je je natuurlijk wel dat het te ver is, maar dan heb je het gevoel dat je niet meer kunt escapen. Dit alles wordt er niet makkelijker op wanneer je eerder ook niet voor jezelf grenzen hebt durven stellen of hebt herkend, bijvoorbeeld in je jeugd. Dan speelt ook zelfbeeld een rol bij hoe ver iemand kan gaan.

3.2 Gevolgen

3.2.1 Korte termijn gevolgen

Slachtoffers van online seksueel geweld ervaren meteen na het gebeuren vaak verschillende, heftige emoties. Ze krijgen soms ook te maken met intimiderende reacties van onbekenden, die via websites of appgroepen materiaal hebben gezien en contact proberen te krijgen. En hun eigen sociale omgeving kan ook confronterend zijn, door nare reacties. Uit de verhalen komt naar voren dat gevoelens van schaamte, schuld, victim blaming, het stil willen houden, isolatie en geen hulp zoeken, nauw met elkaar verbonden zijn.

Paniek en angst

Direct na de gebeurtenis ervaart het slachtoffer vaak acute stress en paniek. Anouk: "Ik herinner me dat ik vooral in paniek was, dat de grond onder je voeten wegzakt... ik dacht: ja, wat moet ik hiermee?". Kim was bang dat er wat zou gebeuren als ze zou stoppen met het contact. Zouden ze foto's verspreiden of contact opnemen met de familie? Vera was bang dat haar vriendinnen haar zouden laten vallen. Lars voelde angst om het anderen te vertellen. Luca werd sociaal angstig door de ervaring:

Ik had de hele tijd het gevoel als ik op straat liep dat iedereen mij naakt zag. Dus ik had de hele tijd het gevoel dat iedereen die mij iets langer dan normaal aankeek, dat ik dacht: o ja, ja, die denkt ook dat ik een slet ben, want die heeft ook vast die foto gezien. Dus je wordt ook een beetje paranoïde, dat je denkt dat iedereen een oordeel over je heeft.

Sanne was bang dat anderen boos op haar waren en haar iets zouden aandoen:

Ik werd een maand lang naar school gebracht en opgehaald, omdat ik niet durfde te fietsen, omdat ik ook dacht dat mensen boos op mij waren. Ik was heel erg bang dat onderweg iemand me in elkaar ging slaan. Dus ik was wel echt heel erg mensenschuw en ik ben ook twee weken niet op school geweest. Dat ik bijna alleen maar op mijn kamer in mijn bed lag met de gordijnen dicht, zeg maar.

Sommige slachtoffers vrezen voor hun eigen veiligheid, legt Sara Alaoui-Dekker (St. Together We Rise) uit: "Als ik nu stennis ga schoppen, kom ik er misschien niet eens levend van af, dus ik doe gewoon mee." Nare reacties vanuit hun sociale omgeving en van onbekenden die materiaal zien en contact zoeken, versterken de angst. Luca werd aangekeken, uitgelachen en uitgescholden.

Sanne werd gepest op school en online op twitter:

Op school ben ik ook best wel gepest en online op Twitter vooral hebben mensen echt hele lelijke dingen gezegd zoals kankerhoer, en dat ik vies was en dat ik

aandacht zocht. Dat speelde ongeveer twee weken lang, maar ik heb er nu, tien jaar later, eigenlijk nog steeds best wel last van.

Vera ervaaarde hetzelfde: "Ja, 'kankerhoer', ook in de les. Ja, dat was wel even mijn realiteit." Bij deze deelnemers duurde dat een paar weken tot na het incident, maar de gevolgen hiervan bleven jarenlang impact hebben. In bepaalde (sub)culturen liggen materialen al gevoelig zonder dat de content expliciet seksueel is, aldus Johannes Dijkstra (Fier):

Het kan ook zijn dat het om exposing gaat van iemand uit een meer eergerelateerde cultuur, subcultuur of gezin, of dat nou een Islamitisch gezin is of dat je nou in één of ander dorp zit waar bepaalde codes zijn of in een andere subgroep, waar je in ieder geval onder druk gezet kan worden met materiaal dat misschien niet seksueel is, maar dat niet getolereerd wordt binnen die groep. Dat zijn ook vragen die wij tegenkomen en vaak ook met een vrij hoge urgentie omdat er ook een veiligheidsprobleem bij zit.

Shock en niet weten wat te doen

Sommige deelnemers verkeren eerst in een staat van ongeloof, ontkenning of shock na de gebeurtenis. Ze hebben in eerste instantie helemaal niet door wat er is gebeurd. Zo legt Sara Alaoui-Dekker (St. Together We Rise) uit:

Ook wel een beetje ongeloof, omdat regelmatig de vrouwen de mannen kennen waarmee dit gebeurt. Van: 'O, hoe heb ik dat over het hoofd kunnen zien? Hoe heeft hij dit kunnen doen? Ik snap niet waarom, hij wist toch x, y en z, waarom heeft hij dat dan toch gedaan?' Ja, ze zeiden vaak, ik weet niet of verdriet het juiste woord is, maar dat ja: 'Waarom moet mij dit nou overkomen?' Het is regelmatig namelijk niet de eerste keer, dus zo van: 'Wat is het in mij dat dit al de tweede, derde, vierde, vijfde keer mij overkomt?' Soort van ongeloof ook bijna.

Slachtoffers hebben vaak niet meteen door wat de impact is. Ook hebben ze geen idee hoe ze ermee om moeten gaan of waar ze hulp moet vinden. Zowel Anouk en Vera probeerden het zo snel mogelijk te vergeten en diep weg te stoppen. Vera: "Het belangrijkste vond ik om er geen aandacht meer aan te besteden, dat dacht ik, dat was mijn strategie. Als ik er geen aandacht aan besteed, doen anderen dat misschien ook niet." Anouk probeerde het zo snel mogelijk weg te stoppen:

En daarna wilde ik het vooral zo snel mogelijk vergeten. Dus volgens mij, die hele tijdlijn van dat alles online stond tot alles weer weg, dat duurde denk ik zes dagen of zo, maximaal, en daarna...ik heb het er met mijn vriendje ook niet meer over gehad daarna, ook niet reflecterend van wat het nou precies heeft gedaan. Ook dus nooit met mijn ouders nog meer erover gehad

Door de reacties van de omgeving hadden sommige slachtoffers pas veel later door wat de impact was, zoals Vera: "maar ik merkte pas wat de gevolgen daarvan waren door de reacties van mensen en die reacties waren wel eigenlijk heel erg heftig." Bij meerdere slachtoffers werden ouders en partners ook aangesproken op de foto's, bijvoorbeeld door mensen op straat.

Schaamte en schuld

Vrijwel alle deelnemers ervaaarden diepe gevoelens van schaamte, ze vroegen zich af hoe ze "zo dom konden zijn". Sommige deelnemers ervaren jaren na het incident nog deze schaamte. Ook Nina had last van self-blame, ze legt uit wat ze voelde direct na de ervaring:

Angst en schaamte. Vooral omdat ik dacht: hoe kan ik zo dom zijn om dit gedaan te hebben, want je weet toch dat het doorgestuurd gaat worden. Maar ook angst van: o, wie gaat dit allemaal te zien krijgen? Angst om het te vertellen tegen iemand. Ja, en achteraf dan ook wel gewoon verdriet en gewoon heel boos op

hem. Ik dacht: ja, ik dacht dat ik je kon vertrouwen. Maar dan blijkt het maar weer; liefde maakt blind.

De schaamte kan sterker worden door reacties van de omgeving, met een toon van victim blaming. Ook Sanne maakte dit mee:

Ik heb ook gehad dat een leraar heel erg zei van: 'Ja, maar je moet toch ook geen naaktfoto maken', dus dat soort van schuldgevoel en dat voegt ook heel erg toe aan schaamte, want ik heb heel veel schaamte gevoeld, en nog steeds.

Anouk heeft over haar ervaringen gesproken met andere slachtoffers: "Wat absoluut overkoepelend was, is dat iedereen zich ontzettend had geschaamd". Ze hadden zichzelf door de jaren heen aangeleerd of door horen zeggen toegeëigend dat het hun eigen schuld was. Zo ook bij Lars: "Je ervaart het weldegelijk alsof het je eigen schuld is. Tenminste, ik ervaar dat wel heel erg alsof ik er een enorme grote rol in heb gehad." Sara Alaoui-Dekker (St. Together We Rise) bevestigt dit:

Ik merk dat dat met exposing, shaming, sexting, dat ze helemaal het gevoel hebben dat ze er een eigen aandeel in hebben, want dan hebben ze wellicht wel zelf iets gestuurd en hoe kan ik er dan slachtoffer van zijn? [...] Dat self blame, bijvoorbeeld, dat was het, dat zo boos zijn op jezelf, dat is eigenlijk het most detrimental thing that you can have, want je loopt dan gewoon constant eigenlijk met een vijand in je hoofd.

Schaamte en schuldgevoelens weerhouden mensen ervan om het iemand te vertellen, hulp te zoeken of aangifte te doen.

Vies en gebruikt voelen

Ook al hebben slachtoffers van online seksueel geweld geen fysiek contact gehad met de dader, ze kunnen zich toch net als andere slachtoffers van seksuele geweld lichamelijk vies en gebruikt voelen. Sanne vertelt over hoe ze zich voelde nadat haar naam gekoppeld was aan een naaktfoto van iemand anders:

Ik voelde me heel naakt en heel kwetsbaar en ook heel vies. Ik kan me nog herinneren dat ik ook die avond dat het gebeurde echt heel erg ging douchen en echt mezelf heel erg probeerde schoon te maken, omdat ik heel erg het idee had dat ik heel vies was, omdat ja, ik was het dan niet en mensen hebben mijn lichaam dan niet echt gezien, maar heel de gemeente en heel mijn school dacht mij wel te hebben gezien, zeg maar. Alsnog voelde dat heel vies en vuil.

Ook Lars voelde zich gebruikt na de ervaring:

Ik heb er ook echt wel rillend van in mijn bed gelegen, dat ik echt dacht: wat ben ik in godsnaam aan het doen? Je voelt je ook wel echt een beetje, ja, ik denk dat je je toch echt wel gebruikt voelt, ik denk dat dat het beste woord is ervoor.

Negatief zelfbeeld

Waardeloos, zwak en onzeker zijn woorden die vaak in de mond worden genomen door slachtoffers, als ze praten over hoe ze zich voelden na de ervaring. Lars voelt zich naar dat hij geld heeft overgemaakt naar de pleger: "Je hebt het gevoel dat je echt gewoon mentaal zo zwak in elkaar zit dat je dat dan daaraan uitgeeft." Bij Kim leidt het negatief zelfbeeld uiteindelijk, mede door de online seksuele overschrijding, maar ook door online contacten die aangaven dat ze wel wat af mocht vallen, tot anorexia.

Geheimhouding, verdriet en eenzame gevoelens

Veel van de deelnemers hielden het lange tijd geheim. Daardoor is het moeilijk om eruit te komen en steun te zoeken. Anouk vertelde door eerdere victim blaming het haar ouders niet:

Ik heb bewust ervoor gekozen om mijn ouders het niet te vertellen, omdat, ik ging naar de conrector op school en die gaf me, ja, hij zei niet letterlijk tegen mij: 'Het is je eigen schuld', maar wel in een soort andere woorden.

Lars wist niet waar hij hulp moest zoeken, omdat hij het geheim wilde houden:

Omdat je het dus echt geheim houdt, omdat het dus echt overkomt als iets dat jij met één persoon deelt en dat het intiem is tussen jullie en jij hebt niet de vrijheid om dat wat jullie met elkaar delen online, om dat maar aan de hoge boom te gaan hangen en dat aan mensen te gaan vertellen. Dus op het moment dat je er middenin zit weet je niet waar je naartoe moet. Daarna zou je inderdaad kunnen zeggen: zijn er verschillende plekken die je kunt vinden online waar je naartoe zou kunnen. Maar op het moment dat je erin zit, is het denk ik heel lastig.

Verdriet is ook een veel ervaren emotie onder slachtoffers, Sanne: "Ja, het was, mijn hart brak echt, ik was echt heel verdrietig". Veel deelnemers vertellen dat ze zich erg alleen voelden, en het gevoel hadden dat ze de enige waren die dit meemaakten.

Machteloosheid en suicidaliteit

Na een ervaring van online seksueel geweld zijn gevoelens van machteloosheid, verlies van perspectief of het gevoel daarvan: dit komt nooit meer goed met mijn leven, iedereen zal mij voor altijd herkennen. Psycholoog Rik Knipschild legt dit verder uit:

Waar ik vooral zorgen over heb is die acute fase, dus die eerste paar dagen, die zorgen voor zoveel gevoelens van machteloosheid, dat jongeren vanuit een soort blinde paniek zichzelf in hele gevaarlijke situaties brengen, of bijvoorbeeld het leven niet meer zien zitten en zich suïcidaal uiten. Dus dat zie ik ook nog wel regelmatig terug. Veel angst- en stemmingsklachten. Dus jongeren voelen zich somber of angstig, of allebei [...] De stemmingsklachten ontstaan vaak doordat ze het leven niet meer oppakken, ze trekken zich terug, verbreken contacten, weigeren naar school te gaan of stoppen hun sportabonnement...

Gezien worden als lustobject (slutshaming)

Meerdere geïnterviewden werden na verspreiding van hun naaktfoto's gezien als lustobject, nummers werden doorgestuurd en onbekende mensen stuurden hen berichtjes of ze naaktfoto's kunnen sturen. Bij Julia werden er na het incident groepsapps aangemaakt om foto's te bespreken, wordt er geld geboden voor haar naam en binnen no-time wordt ze gezien als object om in te huren voor een avontuurtje. Luca had een soortgelijke ervaring:

Heel veel mensen verwachtten dat ik voor een euro wel met ze naar bed zou willen gaan. Dat soort berichten kreeg ik allemaal, want ja, je nummer wordt dan supersnel doorgestuurd en dat wordt dan gezegd van: 'Dit hoertje wil wel neuken voor een euro.'

Bij Vera werd een twitterpoule gestart om te bespreken wie al dingen met haar heeft gedaan en wat ze dan precies met haar hebben gedaan. Vrouwen krijgen een reputatie als hoer, slet, makkelijk en goedkoop.

Vertrouwen in mensen beschadigd

Door het voorval worden slachtoffer argwanend en wantrouwend naar zowel bekenden als vreemden. Julia: "En ik vertrouwde niemand meer, ik zocht achter

alles iets, terwijl ik voorheen heel goed was van vertrouwen." Ook voor Sanne's sociale leven was de ervaring heel negatief:

Ik was heel sociaal en zo en dat ben ik nu, ja, langzaam weer wat meer. Ik begin langzaam weer het vertrouwen terug te krijgen, maar dat heeft ook wel heel veel jaren gekost en heel veel therapie. Dus op sociaal vlak was het ook heel erg verwoestend eigenlijk.

Omgeving gaat hen anders behandelen

De sociale omgeving oordeelt soms hard over iemand, wat erg beschadigend is. Slachtoffers worden in hun omgeving in een ander licht gezien. Dit ervaren Sanne:

Dat ik daarna ook wel in mijn vriendenkring, dat mensen toch iets anders deden. En mijn beste vriendin toen, ik weet dat die vader van haar zei van: 'Zou je nu wel met haar omgaan, want dit en dit wordt er over haar gezegd, dus dat is ook niet goed voor jouw imago', zeg maar. Zulke dingetjes, dat ik het wel een beetje merkte dat mensen me anders gingen...anders naar me keken ook überhaupt. Ja, misschien is dat een invulling van mezelf, maar dat gevoel heb ik wel heel erg gehad, zeg maar.

Julia had het gevoel dat mensen in haar gezicht aardig deden, maar achter haar rug om werd er geroddeld en geoordeeld: "En ook mensen waarvan ik dacht in het begin: die steunen je en die vallen uiteindelijk dan dus toch weg."

Vriendschappen gingen erdoor verloren. Ook kunnen er thuis spanningen ontstaan, tussen ouders en jongeren. "Doordat ouders niet steunend en stress reducerend zijn maar onbedoeld de druk verhogen uit eigen onbegrip, angst of verdriet. Victim blaming ligt dan op de loer", aldus Johannes Dijkstra (Fier).

Life changing moment

Een aantal van de deelnemers aan het onderzoek beschrijven de gebeurtenis als een life changing moment. Julia:

Dus het is voor mij echt wel een hele levensles geweest in. Ik had een heel ander leven vóórdat het uitliep als daarna. En met heel veel dingen ben ik blij, oprecht blij, en is het een soort van life changing moment geweest van: ben gewoon alleen maar met mensen die gewoon echt zijn en die er écht voor je zijn, juist in dit soort nare situaties, in plaats van allemaal lief, leuk en aardig en oppervlakkig. Dat heb ik echt wel heel erg gehad aan deze hele situatie.

3.2.2 Lange termijn gevolgen

Seksuele ontwikkeling beschadigd

Door de online seksuele overschrijding lopen meerdere slachtoffers schade op tijdens hun seksuele ontwikkeling, of stagneert de seksuele ontwikkeling. Zo ook Sanne, die zich terughoudend opstelt in haar seksleven. Haar zelfbeeld is negatief geworden door de ervaring:

En op lange termijn heb ik daar ook nog wel wat schade aan overgehouden, omdat ik nu op seksueel gebied, durf ik wat minder, want ik ben eigenlijk heel erg een seksueel persoon en ik vind het heel fijn om seksueel te zijn, zeg maar. Maar ik merk dat ik wel terughoudend ben en dat ik me best wel snel vies voel en hoerig en vuil en dat het dan ook niet oké is voor een vrouw om zich seksueel te uiten. Daar heb ik nog wel last van en nog steeds dat sociale wat moeizamer gaat.

Door Lars' ervaring is zijn seksuele ontwikkeling op pauze gezet:

Die hele kant van wat ik wil op seksueel gebied, die kraan heb ik wel dichtgedraaid, die behoefte daaraan, omdat ik dus gezien heb waartoe het kan

leiden. En in principe is het een vrij onschuldige behoefte, maar daar doe je dus nu niets mee. Dat is ergens zonde, omdat je gewoon bang bent om er iets mee te doen, terwijl er nu niets mis mee is. En je kunt hem dus daardoor ook niet ontwikkelen en het is denk ik dus ook wel weer zonde dat je daar helemaal niet meer mee bezig bent, omdat je het gewoon niet durft.

Bij Vera leidde de reacties van haar omgeving ertoe dat ze zich een slet ging voelen, en dat internaliseerde, waardoor ze seksualiteit opzocht, maar intimiteit uit de weg ging:

Omdat ik een bepaalde reputatie had gekregen, waren mijn relaties met jongens daarna eigenlijk best wel bepaald door hun vooroordeel van: o, zij is makkelijk of zij wil wel... Dat heb ik me ook een beetje toegeëigend op een gegeven moment, dat ik dacht: nou, jullie vinden dat allemaal prima, dan ben ik dat maar. Dus mijn relaties met jongens waren altijd heel oppervlakkig en erg op seks gebaseerd. Tot ik mijn huidige partner ontmoette en eigenlijk pas in mijn relatie nu besef ik hoeveel impact die hele lawine aan dingen heeft gehad. Ik loop nu ook bij een seksuoloog, omdat ik al anderhalf jaar geen seks met mijn partner heb, omdat ik intimiteit heel lastig vind. Omdat ik het altijd heb gebaseerd op iets heel fysieks en seksueels en nu ik lange tijd met een partner intiem ben ook op emotioneel gebied, vind ik dat stukje seks heel lastig, omdat ik dat niet echt ken of dat ik dat niet echt heb ervaren zoals anderen dat misschien hebben ervaren.

Haar perceptie van seks is erdoor veranderd: "van wat dat betekent en wat dat soort van moet zijn, dat is compleet van mij afgenomen, omdat ik dat heb meegemaakt."

Romantische ontwikkeling beschadigd

Beschadiging in de seksuele ontwikkeling is nauw verstrengd met de romantische ontwikkeling. Eigenwaarde, iemand dichtbij durven laten komen, zowel emotioneel als fysiek en het aangeven van grenzen. Vera:

En toen ben ik eigenlijk met haar (de psycholoog) verder in gesprek gegaan over hoe mijn relatie is gevormd en hoe dat allemaal zit en hoe ik naar relaties kijk en wat ik daarin belangrijk vind [...] Ah, er vielen heel veel puzzelstukjes voor mij op zijn plek hoe ik met dingen omging, dat ik héél veel waarde bijvoorbeeld hecht aan mijn uiterlijk, dat ik dacht van: ik moet sexy gevonden worden en ik moet seksueel gewild zijn, anders doe ik het niet goed.

Nina ervaarde dat ze het moeilijk vond haar grenzen aan te geven en een gezonde, gelijkwaardige relatie aan te gaan. In haar puberteit had ze een relatie waarin ze aangeeft veel te hebben gepikt:

Ik was niet echt meer heel erg verliefd, maar ik was gewoon blij dat er iemand was die om mij gaf en me aandacht gaf. En ik weet dus niet vanuit dan mijn eigen onzekerheid of vanuit die situatie dat dat misschien ook meegespeeld heeft, want hij is toen ook een keer vreemdgegaan in de relatie met een vriendin van mij en dat heb ik toen ook gewoon gepikt en weer verdergegaan. En als ik nu achteraf denk: ik had al veel eerder die relatie moeten stoppen, want op seksueel gebied ging het ook gewoon niet.

Anouk geeft aan door de ervaring later emotioneel ontwikkeld te zijn:

Ik denk wat wel typerend is geweest voor mij in mijn latere emotionele ontwikkeling en hoe ik als volwassene omga met problemen en gedoe, is dat ik denk ik wel moeite heb met mensen die over mijn grenzen heen gaan.

Mentale gevolgen en posttraumatische stress

Kortdurende klachten kunnen ook uitmonden in langdurige mentale klachten en processen. Zo heeft Sanne 10 jaar na het voorval er nog steeds veel last van. Kim geeft aan zich slecht te voelen:

Ik weet wel dat vanaf het moment dat het gebeurde alles in mijn leven achteruit ging. Dat ik zelf achteruit ging en mezelf ben verloren. Ook dat ik toen kwetsbaarder ben geworden ... Ik denk dat dit het begin was van mijn einde van een gelukkig leven. Dat dit er wel voor heeft gezorgd dat ik kwetsbaar was, mij onzeker voelde en dat ik begon met het beschadigen van mezelf. Wat uiteindelijk steeds heftiger is geworden.

Posttraumatische stressklachten komen frequent voor bij slachtoffers. Zo geeft Johannes Dijkstra (Fier) aan regelmatig te horen dat cliënten last hebben van slaapproblemen, zowel nachtmerries, maar ook herbelevingen. Daarom is "Chat met Fier" expres in de nacht open, omdat dan de traumaklachten vaak zwaarder zijn. Ook zijn er mensen die moedeloos in het leven staan, en eigenlijk niet meer willen leven. Rik Knipschild (psycholoog Karakter) geeft aan dat trauma- en stress gerelateerde klachten regelmatig voorkomen bij slachtoffers:

Dus samenvattend, wat zie je daar dan concreet van terug: iemand moet telkens weer aan die gebeurtenissen terugdenken zonder dat je het wilt, dat zijn de herbelevingen, iemand is sindsdien meer prikkelbaar, heeft moeite met de aandacht te richten. Dat komt door dat onveilige gevoel dat je sindsdien hebt. Het derde symptoom is meer die negatieve stemming en negatieve gedachte: o, wat ben ik toch een sukkel, hoe had ik nu zo stom kunnen zijn dat ik dat gedaan heb, mijn leven komt nooit meer goed. De ander is nooit meer te vertrouwen. Dat is dat derde cluster van die trauma- en stress gerelateerde klachten. En het vierde cluster is de alertheid, dus tot 's avonds laat social media afstruinen om te kijken: komt niet weer ergens die foto omhoog en met alle gevolgen van dien, met name dan overprikkeling en vermoeidheid/slaapproblemen, doordat ze daar voortdurend mee bezig zijn. Dus binnen de verschillende uitkomsten die een negatieve levensgebeurtenis kan hebben denk ik dat voor online misbruik de trauma- en stress gerelateerde klachten het meest voorkomen.

Zo kunnen woorden ook tot bepaalde triggers leiden, zoals bij Luca:

Nou ja, dat ik om bepaalde dingen extreem boos kon worden of dat ik om bepaalde opmerkingen of, eh, zeg maar, überhaupt het woord 'slet', dat ik daar altijd meteen zoveel, hier dat voelde, zeg maar, in plaats van dat je dat gewoon hoort.

Sanne geeft aan dat ze door haar ervaringen depressief is geworden: "want ik was eigenlijk vroeger altijd super vrolijk en ja, eigenlijk gewoon bijna altijd vrolijk, zeg maar. En ik kan nu ook best wel duister worden, zeg maar."

Bovenstaande klachten lopen soms uit op concentratieproblemen. Hierdoor worden schoolresultaten slechter, en er is kans om ook op dit gebied in een negatieve spiraal te komen. Ze durven soms niet naar buiten, en al helemaal niet naar school. Dit kan ervoor zorgen dat er op school ook een achterstand komt. Bij sommige slachtoffers blijven problemen opstapelen, en komt het slachtoffer in een negatieve spiraal terecht.

Eigenverraad en zelfverwijt

Het gevoel jezelf in de steek gelaten te hebben, verraden te hebben, blijft lang hangen bij veel mensen. Sara Alaoui-Dekker (St. Together We Rise) legt uit hoe gevoelens van eigenverraad zich kunnen ontwikkelen:

Iedereen denkt altijd: wat heb ik zelf voor aandeel gehad in dit hele verhaal. Ze nemen zichzelf dingen kwalijk en voelen zich verraden door zichzelf. Omdat ze gedrag hebben laten zien, die ze niet herkennen van zich zelf. Daarbij vergeten ze de hele situatie in context te zetten en nog veel belangrijker, mensen weet niet hoe een traumarespons werkt. Dat hoe je reageert op het moment dat je gevaar voelt niet bij jou ligt maar dat je brein het overneemt en de meest veilige optie

kiest. En dat is in heel veel gevallen de freeze-modus. Als je dit niet weet dat blijf je achter met schuldgevoelens, gevoelens van verraad en boosheid.

Anouk heeft jarenlang last gehad van self-blame: "Ja, dat soort gedachten van: het is mijn eigen schuld, dat is wel echt iets geworden wat bij mij is gaan horen". Dit legt ze later in het interview verder uit: "ja, dat gevoel dat het mijn fout is of zo, dat is wel iets heel erg wat ik op veel momenten in mijn leven daarna ben tegengekomen en wat ik dan nu wel als een soort, ja, oorzaak-gevolg of zo kan zien."

De controle verliezen en eventuele confrontatie met het materiaal

Veel mensen die dit meemaken vinden het naar dat ze altijd met het materiaal geconfronteerd kunnen worden. Zo ook Julia:

Dat je echt wel je leven lang letterlijk achtervolgd kan blijven, ondanks dat die beelden misschien wel weg zijn, maar er is altijd wel weer iemand die erover begint op een feestje, verjaardag of wat dan ook en daar zit je misschien helemaal niet op te wachten.

Slachtoffers hebben vaak het gevoel de controle te hebben verloren. Doordat het materiaal niet meer in eigen handen is. Vera heeft daar op de langere termijn last van gehad:

En ik dacht: ik ben gewoon zelfverzekerd en ik heb gewoon een goed leven en het gaat allemaal prima. Maar onderliggend, omdat je zo jong eigenlijk zoiets meemaakt waar je geen controle over hebt. Ik had geen controle over wat er gezegd werd of wat er met dat beeldmateriaal gebeurde. Ik bedoel, het staat nog steeds online. Ja, dat heeft echt invloed op de lange termijn, omdat je zoiets op een jonge leeftijd meemaakt.

Wegstoppen en bagatelliseren van de ervaring

Meerdere slachtoffers hebben geprobeerd de ervaring weg te stoppen. Anouk vertelt dat ze de ervaring verzweg of het bagatelliseerde door erover te grappen:

Ja. Ja, het was altijd iets...het was niet iets wat ik verzweg, maar het was heel erg iets dat als het ter sprake kwam ik bracht van: 'O ja, haha, ik stond ooit op GeenStijl.' Dat ik er een soort grapje over maakte of ja, ik maakte het zelf gewoon heel klein. En gek genoeg, ik kan me dus niet herinneren dat iemand dan zei: 'Maar hè, wat? Wat erg of wat vreselijk of hoe kan het dat je daar zo makkelijk over praat?' Dus ook nooit voor mij aanleiding geweest om te denken: ja, hoe zit dat nu eigenlijk? Hoe kan het dat ik daar zo ogenschijnlijk makkelijk overheen ben gestapt? Ja.

Ook Lars bagatelliseert de ervaring, vooral omdat het online is en niet fysiek:

Omdat dit toch iets is waar je het eigenlijk nooit over hebt, omdat je ook altijd denkt: ja, het was ook allemaal maar online, hè, het was niet in het echt, dat is allemaal veel erger. Dus waar heb je het eigenlijk over? Het valt allemaal wel mee.

Sara Alaoui-Dekker (St. Together We Rise) heeft ook de ervaring dat veel slachtoffers hun ervaring bagatelliseren:

Dit gebeurt heel veel. De situatie bagatelliseren. Ik hoor mensen vaak zeggen. Het had allemaal erger gekund, of het was tenminste niet in het echt, of het had langer door kunnen gaan.. Waar maak ik mijzelf druk om. En dat is zo schadelijk. Het maakt niet uit hoe erg of hoe lang. Jij mag erkend worden in je gevoel en in wat je hebt meegemaakt.

Door de ervaring vindt Anouk het moeilijk hulp aan anderen te vragen en haar grenzen aan te geven. Het heeft lang geduurd voordat ze de confrontatie met de ervaring aanging. Met de ervaring wegstoppen, had ze haar emoties ook

weggestopt: "Maar dat boos zijn dat kon ik pas nadat ik me had gerealiseerd dat ik daar het recht toe had."

Weerbaarder worden

De ervaring zorgde bij sommige mensen er ook voor dat ze weerbaarder werden en meer voor zichzelf opkomen. Nina: "Dus ik weet nu gewoon wat ik wel wil. Dus dat heb ik er wel echt van geleerd." Waar het zelfbeeld van sommige slachtoffers beschadigd was/is, werd Luca er juist sterker van: "voor mij is een positief gevolg dat ik er eigenlijk juist heel zelfverzekerd door ben geworden." Ze is weerbaarder geworden door de ervaring: "dat ik erna juist heel sterk in mijn schoenen kwam te staan en nooit meer echt last heb gehad van onzekerheid, omdat ik die shit al op mijn dak had gehad." Sanne heeft het gevoel dat de ervaring haar krachtiger heeft gemaakt:

Nu ik er ook meer over praat zie ik het juist meer ook ergens als een kracht. Ik ben ook kunstenaar, ik gebruik het heel erg in mijn kunst ook, deze onderwerpen. Het is super cliché, maar het heeft me wel sterker gemaakt. Ik heb ook het gevoel dat ik me dan nu ergens voor in kan zetten. Dus ik zou ook niet willen dat het niet was gebeurd.

Het verhaal van Anouk

Toen ik zestien was zijn er naaktfoto's van mij gepubliceerd op een website. GeenStijl heeft die foto's vervolgens doorgeplaatst op hun website. Daarna is het opgepikt door klasgenoten van mijn school. De foto's zijn in een mailtje rondgestuurd onder klasgenoten en ze hingen vervolgens in de aula en werden doorgegeven in de klas. Ik had het gevoel dat de grond onder mijn voeten wegzakte. Ik wilde het liefst verdwijnen. Ik vond het ook heel ingewikkeld om naar school te gaan, in de wetenschap dat iedereen mij naakt had gezien. Dat gedeelte vond ik het moeilijkst en het pijnlijkst. Pijnlijker dan online, dat kon ik gemakkelijker loslaten, want ik dacht: ja, ik ken jullie niet, ik ga jullie nooit in mijn leven tegenkomen, het zal wel. Maar dat de klasgenoten en misschien ook wel docenten op school mij naakt hadden gezien en dat ik me daar dan vervolgens weer in levenden lijve toe moest verhouden, dat vond ik echt heel pijnlijk en schaamtevol. Ik was vooral in paniek en ik dacht: ja, wat moet ik hiermee? Ik had een vriend die me zei: 'Je hoeft je niet te schamen, je bent mooi, niemand kan je wat maken. Ja, je zult toch een keer naar school moeten, dus ga maar gewoon met opgeheven hoofd naar school en iedereen die jou uitlacht of nastaart, die kijk je maar gewoon recht aan' en dat heb ik gedaan. Dat was heel fijn, door zijn woorden voelde ik me echt wel sterker worden. Dat heeft me heel erg gesteund. En er was een goede vriendin van mij die ook bij mij in de klas zat met wie ik naar school fietste die ochtend, die ook heel erg meeleeftde en die geen seconde van mijn zijde is geweken die dag op school. Ik heb bewust ervoor gekozen om mijn ouders het niet te vertellen, omdat, ik ging naar de conrector op school en die zei dat het ook wel te verwachten was dat die foto's ooit op school zouden belanden. Hij ging ervan uit dat ik die foto's zelf online had verspreid. Dus ik denk dat ik achteraf gezien daardoor heb gedacht: nou ja, als het mijn eigen schuld is, dan los ik het ook wel in mijn eentje op en ik ga zeker niet mijn ouders er ook nog bij betrekken.

Het gekke was dat die conrector of andere volwassenen of gewoon niemand vroeg aan mij: 'Wat is er nu gebeurd?' Er werden veel aannames gemaakt, maar een jongen uit mijn klas was de eerste persoon die vroeg: 'Wat is er nu precies aan de hand en wat is er gebeurd?' En toen heb ik aan hem uitgelegd dat ik niet zelf die foto's op die website had gezet en dat ik het echt heel erg vond. En hij heeft toen een mail geschreven aan onze klasgenoten, waarin hij zei: 'Ik heb (haar naam) gesproken en dit is hoe het zit en dit is wat er is gebeurd en ze vindt het heel erg en willen jullie alsjeblieft stoppen met lachen en met het verder verspreiden.' Dus hij heeft het publiekelijk voor me opgenomen. Wat belangrijk is, is dat het goed lukte om alles offline te krijgen. Het was sowieso heel fijn om mijn energie in iets praktisch te stoppen, want eerst had ik heel veel paniek toen ik net wist dat het online stond en toen ik erachter kwam dat het ook wel lukte om het weer offline te halen, kon ik bezig zijn met een soort strijd en dat winnen. Daardoor kreeg ik weer grip op de situatie. Kreeg ik weer controle.

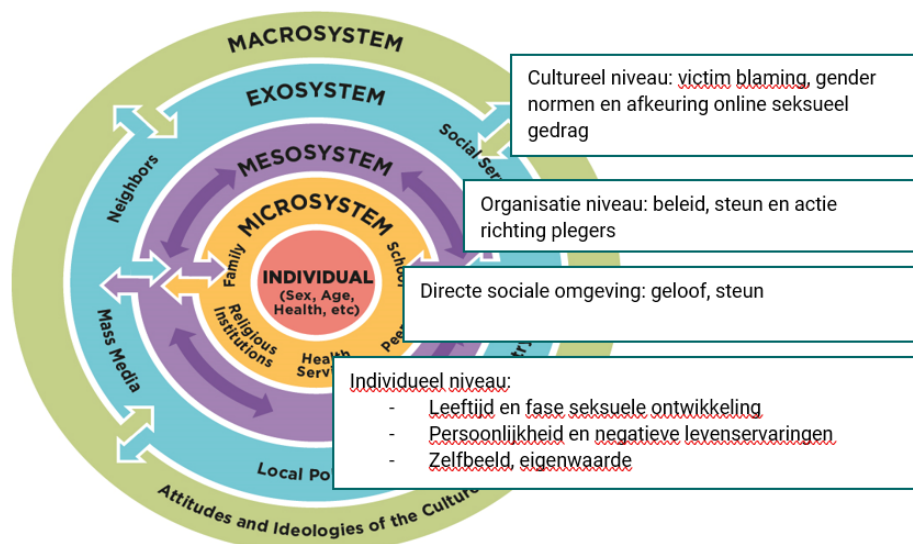
En daarna wilde ik het vooral zo snel mogelijk vergeten. Maar het heeft wel impact gehad op mijn emotionele ontwikkeling en hoe ik als volwassene omga met problemen. Ik heb veel moeite met mensen die over mijn grenzen heengaan. En die gedachten van: het is mijn eigen schuld, dat is wel echt iets geworden wat bij mij is gaan horen.

4 Wat bepaalt de impact

Uit de verhalen van de slachtoffers wordt duidelijk wat voor gevolgen de ervaring(en) met online seksueel geweld hadden, voor iemands gevoel van veiligheid, mentale welzijn en seksuele ontwikkeling. Ook is duidelijk dat de gevolgen heel erg uiteen lopen, per persoon. Dit hangt samen met wat er precies gebeurd is (wat voor soort content gedeeld is, hoe lang een situatie heeft geduurd en bij hoeveel mensen content terecht is gekomen), maar ook met een aantal andere factoren. Deze factoren beschrijven we in dit hoofdstuk. In het ecologisch model dat geschetst is in hoofdstuk 2 (Bronfenbrenner, 1994) zijn de invloeden op de ontwikkeling van een individu te rangschikken naar:

1. Buitenste ring: cultureel niveau: de ideologie en discoursen in een samenleving.
2. Tussenring: organisatieniveau, van sociale instituties zoals scholen, gemeenten, gezondheidszorg.
3. Binnenste ring: directe sociale omgeving van familie en vrienden.
4. individuele eigenschappen.

Op elk van deze lagen zijn uit de levensverhalen factoren geanalyseerd die de impact van online seksueel geweld beïnvloeden.



4.1 Cultureel niveau

Een factor die in veel levensverhalen terugkomt, is het culturele fenomeen van victim blaming: de schuld voor seksueel geweld bij het slachtoffer leggen. Dit gebeurt niet alleen door mensen om slachtoffers heen, maar ook in de media en online. Zeker als het gaat om materiaal dat iemand zelf oorspronkelijk aan een ander gestuurd heeft, wordt nog vaak gedacht dat iemand er zelf schuld aan heeft dat het ongevraagd doorgestuurd is. Deze opvatting is veel te horen in de (sociale) media. Doordat mensen horen hoe er op anderen gereageerd wordt, durven ze minder hun verhaal te delen en wordt hun gevoel van schuld en schaamte groter. Sanne vertelt:

Victim blaming, dat is in ieder geval in mijn ervaring nog het ergste wat je kunt overkomen. En dat is voor mijn gevoel ook niet heel erg bekend of in ieder geval, veel mensen weten dat niet echt.

Ook Kim beschrijft hoe ze jarenlang haar mond heeft gehouden na wat ze heeft meegemaakt, omdat ze ervan uit ging dat er negatief op gereageerd zou worden:

En ik denk ook omdat ik veel hoorde van mensen dat als zoiets gebeurt het je eigen schuld is, dat ik het daarom niet durfde te vertellen. Victim blaming maakt alles erger. Ook online lees je veel op facebook zulke reacties over dit soort onderwerpen.

Naast victim blaming spelen er nog twee culturele factoren mee. Ten eerste wordt online seksueel gedrag als risicovol en schaamtevol gezien, in plaats van als normaal gedrag. Door online seksueel gedrag te zien als normaal gedrag, horend bij de seksuele ontwikkeling van jongeren en bij het leven van volwassenen, wordt het bespreekbaarder. Het vermindert schaamtegevoelens bij mensen die te maken krijgen met online seksueel geweld en het gaat ook victim blaming tegen. Anouk:

Voor mij had het goed gewerkt om te horen dat naaktfoto's versturen heel normaal is, dat dat leuk kan zijn en dat het hoort bij een gezonde seksuele ontwikkeling en dat dat in ieder geval niet iets was waar ik me voor moest schamen. Dat had mij geholpen. Want nu, ik herinner me echt dat ik een soort zwart schaap, dat ik echt dacht: blijkbaar ben ik de enige op de wereld die naaktfoto's van zichzelf maakt en die verstuurt en deelt met mensen.

Daarnaast veroorzaken rigide gendernormen en de dubbele seksuele moraal dat meisjes en vrouwen die zich seksueel gedragen of als zodanig gezien worden, als slet gelabeld worden (slutshaming). Vera vertelt dat juist deze slutshaming haar zo geraakt heeft:

Anders was het gewoon een situatie die was gebeurd en dan was dat het geweest en nu werd het gewoon iets wat voor altijd eigenlijk aan me is blijven hangen, gewoon het label slut is er gewoon altijd bij mij opgeplakt in mijn jonge tienerjaren.

4.2 Organisatieniveau

Diverse slachtoffers hebben te maken gehad met organisaties die geen steun gaven, geen maatregelen namen en geen beleid hadden. Dit hakte er bij mensen erg in. Diegene die het overkomen is, staat er alleen voor. Niemand neemt het voor haar of hem op en het wordt niet duidelijk gemaakt dat de plegers over de grens zijn gegaan. Anouk beschrijft hoe de reactie van de conrector bepaald heeft hoe ze er verder mee omgegaan is:

Die conrector heeft wel een cruciale rol gespeeld in hoe ik ermee om ben gegaan. Het had mij heel erg geholpen als een volwassene tegen mij, nou, ten eerste had gevraagd: 'Hoe gaat het met je? Wat is er gebeurd?' En vervolgens had gezegd: 'Jij hebt hier geen schuld aan, je hebt dit niet uitgelokt of je bent niet dom of naïef geweest, iemand anders heeft misbruik van jou gemaakt en dat kan iedereen overkomen.' Dat soort woorden zijn echt van levensbelang, volgens mij.

Ook Sanne kreeg geen gehoor bij de middelbare school waar ze op zat, nadat er een naaktfoto de ronde deed waarvan anderen zeiden dat zij het was:

Die leraar dan op school die dan zei: 'Zoiets moet je toch ook niet doen' en op school, dan moest je heel veel moeite doen om überhaupt een gesprek te kunnen krijgen met de adjunct directeur en met al die mensen die daar toen werkten, zeg maar. En daardoor kreeg ik dus nog meer het gevoel van dat ik me bijna aanstelde. Ik werd gewoon niet serieus genomen en ja, dat heeft wel heel veel, misschien bijna nog wel meer invloed dan het gebeuren zelf. Dan overkomt je iets en dan ook nog moeite doen om een soort van rechtvaardig behandeld te worden.

De afwezigheid van actie richting de ouders, vergroot de impact ook. Vera kreeg te maken met de ongewenste verspreiding van een filmpje door klasgenoten. Zij vertelt:

Er is niemand bijvoorbeeld naar die jongens toegegaan die het hebben gepost... ik had nog liever gehad dat misschien een docent ons gewoon in een ruimte had gezet en gewoon een gesprek waren aangegaan of dat er in de klas iets was gezegd van: 'Hé, jongens, dit is eigenlijk niet oké en jullie...' Weet je, ik bedoel, je bent zestien, zeventien, ja, je vindt docenten allemaal vervelend (lacht), maar ik denk dat het zeker wel had geholpen om vanuit school wat meer houvast te geven, van: 'Hé, dit gebeurt en dit heeft echt gevolgen. Want niemand keek hen raar aan of niemand gaf hen de schuld.'

De experts bevestigen het belang van een omgeving die in actie komt, om het gevoel van gerechtigheid te herstellen en het risico op ernstige psychische klachten te verminderen. Rik Knipschild (gezondheidszorgpsycholoog, werkzaam bij Karakter kinder- en jeugdpsychiatrie en betrokken bij de implementatie van de interventie 'online seksueel misbruik' van het CSG):

Als de omgeving niet in actie komt, dus als een jongere dit meemaakt en de omgeving schiet in een soort passiviteit, school onderneemt geen actie, op de sportclub worden geen gesprekken gevoerd, ouders moffelen het weg of zeggen: 'Ja, maar ik heb je toch tien keer gewaarschuwd, je had het niet moeten doen', dan heb je ook een groter risico op het ontwikkelen van dit soort [psychische] problemen.

4.3 Directe sociale omgeving

De reacties van de sociale omgeving op het online exposen of ongewenste sexting maken een groot verschil in hoe de ervaring doorwerkt op een slachtoffer. Een steunende omgeving is heel helend voor mensen. Luca benoemt hoe ze zich gesteund voelde door haar familie, door te laten horen dat het niet haar fout was:

Door de manier eigenlijk hoe mijn moeder erop heeft gereageerd. Mijn familie was gewoon echt heel erg een vangnet en die hebben mij gewoon altijd echt een steun in de rug geboden. Ze hebben er eigenlijk gewoon niet veel meer over gepraat en gewoon gedaan alsof het niet zo erg is, zodat ik gewoon mijn leven kon leiden. Ze zijn mij altijd blijven vertellen dat ik niet fout zat en dat ik gewoon een goed persoon ben.

Als de omgeving reageert met afschuw, met verwijt ('hoe heb je dit kunnen doen'), met onbegrip of door het niet serieus te nemen, richt dit juist vaak grote schade aan. Sanne heeft slechte ervaringen met hoe de school reageerde:

Ik heb ook gehad dat een leraar heel erg zei van: 'Ja, maar je moet toch ook geen naaktfoto maken', dus dat soort van schuldgevoel en dat voegt ook heel erg toe aan schaamte, want ik heb heel veel schaamte gevoeld, en nog steeds.

Ook Lars kreeg vooral met afkeuring te maken, door zijn familie, wat de beleving van de ervaring verergerde:

Maar de afkeer van mijn moeder en mijn zusje was dus voornamelijk gewoon dat echt totaal niet begrijpen, echt dat je denkt van: hoe kun je dat doen? En dat maakt het erger, dat gevoel van: hoe heb je dat in godsnaam kunnen laten gebeuren? En voor die reactie ben ik ook bang bij andere mensen, daarom vertel ik het niet, omdat je bang bent dat mensen inderdaad naar je kijken van: maar hoe dan? Ik begrijp het niet dat je dit doet. Dat ze in inderdaad zo naar je kijken van: ah, gatver, dat je dit hebt laten gebeuren, dat je je zo hebt laten gebruiken door een oudere vrouw.

In zijn ervaring klinkt ook door dat hun onbegrip groter is omdat hem dit als man overkomt, en hij door een oudere vrouw misbruikt is.

Een andere groep die veel risico loopt op negatieve reacties van de directe omgeving, zijn vrouwen en meisjes met een biculturele achtergrond. Sara Alaoui-Dekker (St. Together We Rise) werkt veel met vrouwen met een biculturele achtergrond. Zij verduidelijkt met welke problemen meisjes en vrouwen te maken kunnen krijgen:

Voor een meisje dat uit een schaamtecultuur komt, zijn de gevolgen van exposing wel vaak heel anders dan voor autochtonen. Bij hen zie je vaak verstoting uit de familie of community. De gevolgen daarvan zijn heel heftig want je bent gelijk je hele supportsysteem kwijt naast het feit dat je een trauma hebt opgelopen. Hierdoor zie dat dit soort meiden ook meer in de uitbuiting terecht komen omdat er niks of niemand meer is om hen in bescherming te nemen. En daar is vaak niet eens echt bewijs voor nodig. Het feit dat er over jou wordt gezegd dat je een losse meid bent, kan al hele grote gevolgen hebben of voor veel ruzies thuis zorgen. En dan zit je eigenlijk met twee dingen tegelijk: je zit met de traumatische ervaring, en je hebt thuis ook geen veilige haven. Dus je hebt eigenlijk geen plek om heen te gaan.

Ook andere experts benadrukken hoe belangrijk de reactie van de omgeving is. In sommige gevallen heeft iemand meer therapie nodig om de reacties van diens omgeving te verwerken, dan de gebeurtenis zelf.

4.4 Individuele factoren

Leeftijd/ fase in seksuele ontwikkeling

Bij de mensen die online seksueel geweld meemaakten terwijl ze net aan de start van hun seksuele ontdekkingstocht begonnen, heeft de ervaring een enorme impact gehad. Sanne beschrijft hoe het haar seksuele ontwikkeling verstoorde:

Ik was natuurlijk dertien en een soort van allerlei dingen net aan het uitvogelen en ik had eigenlijk natuurlijk totaal geen idee wie ik was. En ik was net een beetje geïnteresseerd in jongens en net aan het leren dat je zoent en dat je verliefd kunt worden. En dan gebeurde dat. Ik was eigenlijk net iets te jong voor zoiets of net nog iets te veel aan het bloeien en dan werd ik gewoon heel erg verstoord.

Ook Lars beschrijft dat het feit dat hij nog onervaren was, maakte dat hij daarna banger was voor seksueel contact:

Omdat het gewoon mijn eerste ervaring was met online seksueel contact en dat heeft dan deze uitkomst gehad en dat maakt toch dat je op dat vlak gewoon heel, heel huiverig wordt en dat je het ook niet durft en ook niet meer wilt.

Vera beschrijft hoe haar reputatieschade doorwerkte op haar zelfbeeld en de relaties die ze aanging. Nu ze een intieme relatie heeft, merkt ze dat ze de combinatie intimiteit en seks moeilijk vindt.

Persoonlijkheid en voorgeschiedenis van negatieve levenservaringen

Een deel van het verschil in impact komt voort uit iemands veerkracht, karakter en voorgeschiedenis. Julia vertelt over het gevoel van zelfvertrouwen en veerkracht toen haar foto's gestolen en online gezet waren:

Het enige wat ik eigenlijk toen dacht was van: hé, ik ben nu 26 en dit overkomt mij, oké, ik vind het heftig, maar misschien door mijn topsport-achtergrond of door hoe ik mentaal ben, maar ik kan dit wel handelen.

Ook hulpverleners zien dat de voorgeschiedenis een grote rol speelt in hoe iemand een ervaring verwerkt. Het kan gaan om kinderen en jongeren die in hun thuissituatie onveilig waren of andere negatieve gebeurtenissen hebben meegemaakt, waardoor deze ervaring er meer inhakt. Vaak maakt de kwetsbaarheid die iemand door eerdere negatieve ervaringen heeft ook dat iemand eerder (opnieuw) in een situatie belandt waarin er sprake is van online seksueel geweld. Rik Knipschild (Karakter, gezondheidszorgpsycholoog):

De groep die ik zie heeft al een kwetsbaarheid. Bijvoorbeeld een verstandelijke beperking of een eerdere traumageschiedenis, negatief zelfbeeld en vanuit die kwetsbaarheid verzanden ze in destructieve of andere ingewikkelde afhankelijkheidsrelaties, waarbij online misbruik vaak ook een component is.

Zelfbeeld en eigenwaarde

Een gebrek aan eigenwaarde maakt dat iemand eerder aan zichzelf twijfelt en moeilijker grenzen kan aangeven. Dat versterkt daarna schuld en schaamte gevoelens. Lars vertelt:

Mijn zelfbeeld is er ook wel door aangetast, want ik ben dus zo'n persoon die daar dus voor valt, meerdere keren. Daardoor voel je je gewoon zwak, dat je niet sterk in je schoenen staat.

Het verhaal van Luca

Toen ik zeventien jaar was, dook er een foto op online, waarvan werd gezegd dat ik dat zou zijn en die is toen verspreid via het internet, via verschillende kanalen. Ik weet niet wie die foto überhaupt heeft gevonden ergens. Ik weet ook niet wie begonnen is met het verspreiden. Ik weet alleen dat iedereen dat toen heeft gezien. Iedereen uit mijn omgeving, van de middelbare school en ook nog een heel groot stuk daarbuiten, waarvan ik echt niet had gedacht dat een foto zo ver kon reiken. Ik heb daar toen wel echt een paar maanden echt heel erg veel last van gehad. In eerste instantie echt last dat mensen mij offline gingen aanspreken, dat mensen ook mijn moeder op straat gingen aanspreken, dat ik berichten kreeg van onbekende mensen die mij gingen vertellen dat ik mezelf beter op kon hangen, omdat ik mezelf naakt had gefotografeerd. En heel veel mensen verwachtten dat ik voor een euro wel met ze naar bed zou willen gaan. Je nummer wordt dan supersnel doorgestuurd en dat wordt dan gezegd van: 'Dit hoertje wil wel neuken voor een euro.' Daarna heb ik daar lang mentaal last van gehad.

Ik voelde me heel erg bekeken, ik voelde me vies, ik voelde me alsof ik niets waard was en daarmee werd ik ook op een bepaalde manier onzeker. Ik had de hele tijd het gevoel als ik op straat liep dat iedereen mij naakt zag. Dus ik had de hele tijd het gevoel dat iedereen die mij iets langer dan normaal aankeek, dat ik dacht: o ja, ja, die denkt ook dat ik een slet ben, want die heeft ook vast die foto gezien. Dus je wordt ook heel, je wordt ook een beetje paranoïde, zeg maar, dat je denkt dat iedereen een oordeel over je heeft.

Mijn moeder heeft mijn telefoon een tijdje afgepakt en die heeft mij eigenlijk gewoon niet laten zien wat voor reacties er allemaal binnen kwamen. Dus die heeft mij, ja, uit bescherming en dat heeft ze dan ook echt zo gezegd van: 'Ik weet dat het niet leuk is dat je geen telefoon hebt, maar uit bescherming naar jou toe pak ik nu je telefoon af, omdat mensen hele nare dingen tegen je gaan zeggen die niet waar zijn en als ik het idee heb dat het weer minder is, dan geef ik je telefoon terug.'

Voor mij is een positief gevolg dat ik er eigenlijk juist heel zelfverzekerd door ben geworden, door de manier hoe mijn moeder erop heeft gereageerd. Want mijn familie was gewoon echt heel erg een vangnet en die hebben mij gewoon altijd echt een steun in de rug geboden. Er is eigenlijk niet veel meer over gepraat, zodat ik gewoon mijn leven kon leiden. En gewoon mij altijd blijven vertellen dat ik niet fout zat en dat ik gewoon een goed persoon ben.

5 Behoeftte aan steun en hulp

5.1 Wat hebben slachtoffers nodig?

Uit de verhalen van de slachtoffers komt duidelijk naar voren wat mensen nodig hebben, als ze geconfronteerd zijn met online seksueel grensoverschrijdend gedrag. Het gaat om (1) ontschuldigd worden, (2) steun en begrip, (3) regie terugkrijgen, (4) erkenning en gerechtigheid, (5) veiligheid en (6) zelfacceptatie en ruimte voor emoties.

1. Ontschuldigd worden

Schuld en schaamtegevoelens drukken zwaar op slachtoffers. Hun grootste behoefte is dan ook om bevestigd te krijgen dat zij niet schuldig zijn, maar dat hen iets is aangedaan. Helaas getuigen de verhalen ervan dat de schuld nog vaak bij iemand zelf neergelegd wordt (victim blaming) en dat er zeker niet expliciet wordt gezegd dat iemand anders hier fout zat. Julia: "Ik heb in het begin geen één keer gehoord: 'Het is niet jouw schuld' en dat is wel iets wat ik toen heel erg graag had willen horen." Als het gaat om materiaal dat iemand zelf gemaakt heeft en in vertrouwen naar een ander heeft gestuurd, speelt dit nog sterker, omdat de omgeving dan vaak expliciet zegt dat ze zelf stom zijn geweest. Anouk: "Ik heb mezelf lang niet als slachtoffer gezien, ik was iemand die zelf foto's maakte. Ja, je kunt prima zelf foto's maken en dat vervolgens iemand misbruik daarvan maakt. Dan ben je nog steeds slachtoffer." En ook Lars: "Nou, sowieso iemand die zegt dat het niet mijn schuld is. Je stuurt in vertrouwen iets naar iemand toe en je vertrouwen wordt gewoon geschaad."

2. Steun en begrip

Deelnemers geven aan dat ze enorm geholpen zijn door het gevoel dat hun familie en vrienden achter hen staan. Julia: "Als ik terugdenk zijn eigenlijk mijn partner, mijn schoonouders en mijn eigen ouders, twee goede vriendinnen belangrijk, zij geloofden het verhaal en zij zagen meteen dat het niet mijn schuld was." De sociale omgeving is ook heel belangrijk om iemand te ondersteunen in de emoties die volgen. Nina: "dat ik het uiteindelijk met mijn ouders heb gedeeld, dat hielp zodat als ik even een offday had erover, dat ik daar gewoon over kon praten." Niet iedereen had dat op dat moment, zoals Sanne: "dat iemand gewoon vraagt of er gewoon is voor je, zeg maar, emotionele steun. Dat heb ik heel erg gemist." Anouk: "Het had mij heel erg geholpen als een volwassene aan mij had gevraagd: 'Hoe gaat het met je? Wat is er gebeurd?'."

Verbondenheid met lotgenoten

Een speciale steunende rol is weggelegd voor mensen die een zelfde soort ervaring hebben. De verbinding en herkenning helpt om beter te voelen dat je niet de enige bent. Dat heelt. Sanne:

Tot zij ermee kwam, heb ik eigenlijk best wel het gevoel gehad dat ik de enige was of in ieder geval heel erg één van de weinigen. En bij haar dacht ik: wow, er zijn zoveel meiden en überhaupt veel meer mensen die het niet zeggen. Dit overkomt zoveel mensen. En dat is natuurlijk super kut, maar het is ook ergens wel fijn dat je dan soort van, bijna een broederschap kunt voelen, van: hé, we kunnen het samendoen, ik ben niet alleen met deze pijn.

3. Het terugkrijgen van regie

Of het nu gaat om gehackte foto's of ongevraagd doorgestuurd materiaal, in alle gevallen van online seksueel grensoverschrijdend gedrag is het slachtoffer de controle kwijtgeraakt en wordt hij of zij geconfronteerd met allerlei mensen die hun naakte lichaam gezien hebben (of dat denken), daar verhalen bij vertellen en oordelen over hebben.

Materiaal offline krijgen

Eén van de manieren om regie terug te krijgen, is te zorgen dat het materiaal offline gaat. Anouk:

Toen ik erachter kwam dat het ook wel lukte om het weer offline te halen, ja, was dat dus ook fijn dat ik bezig kon zijn met een soort strijd ertegen te voeren en dat dan leek te winnen. Ja, daardoor voelde het wel heel erg alsof ik weer grip op de situatie had en alsof ik de controle weer had.

Ook hulpverleners horen vaak deze behoefte en helpen hierbij, zoals Helpwanted.nl en Stichting Together We Rise: "De partij waar wij mee samenwerken kan zelfs van Telegram beeldmateriaal laten verwijderen. Dus als daar behoefte naar is, dan zorg ik ervoor dat dat via onze contacten allemaal wordt geregeld, dat er dingen offline worden gehaald."

Delen van je eigen verhaal en kiezen wanneer en aan wie

Een andere belangrijke stap is om het verhaal te vertellen, in eigen tempo, op een door henzelf gekozen moment, stap voor stap. Kim:

Ik heb er pas dit jaar ècht over gepraat met mijn psychologen, maar nog steeds niet alles gedeeld wat betreft dit onderwerp. In 2016 heb ik het een en ander gedeeld, maar dat bleef heel minimaal. Nu probeer ik steeds meer te delen. Maar het blijft iets waar ik mij voor schaam en wat heel moeilijk is om hardop over te spreken.

Daar komt ook bij dat het belangrijk is dat iemand niet telkens weer door anderen overvallen wordt met vragen over toen. Oprecht geïnteresseerde vragen van mensen in de directe omgeving zijn vaak nog wel welkom, maar sensatiebeluste vragen van mensen verder weg zijn juist schadelijk. Julia legt uit wat de impact is van mensen die er telkens over beginnen:

Ondanks dat die beelden misschien wel weg zijn, maar er is altijd wel weer iemand die erover begint op een feestje, verjaardag of wat dan ook en daar zit je misschien helemaal niet op te wachten. En als je er dan natuurlijk wel echt klachten aan overgehouden hebt, dan begin je eigenlijk elke keer weer opnieuw met opbouwen van je weerbaarheid ertegen.

Voor de directe sociale omgeving is het belangrijk dat ze het wel serieus nemen, maar er niet teveel steeds op terug komen. Vera:

Wat ze niet moeten doen is doen alsof het niet is gebeurd (lacht). Maar push het ook niet te veel. Ik zou ook wel oppassen: maak het ook niet groter dan het is, dan vestig je er ook meer aandacht op dan misschien nodig is, in die zin van, bepaalde aandacht houdt het ook in leven.

Sommige mensen kiezen ervoor om hun verhaal ook te delen in een boek, in de media of in lessen op scholen en daardoor bij te dragen aan preventie. Dit is een krachtige manier om de regie terug te pakken. Julia:

En dat was eigenlijk het moment dat ik dacht: nou ja, ik sta toch al half naakt op het internet, ik ga maar een soort van missie maken om het echte verhaal te vertellen, want er gingen natuurlijk ook allerlei verhalen rond van: ja, dat heb je zelf gedaan en dat is een foutje geweest en nu wordt een hacker gebruikt als excuus of zo.

Ook hulpverleners benadrukken het belang van terugkrijgen van controle. "Ik denk over zo'n situatie waarin je zo extreem het gevoel hebt dat je geen regie en controle meer hebt, is de eerste stap dat gevoel weer terugkrijgen."

4. Bescherming en veiligheid

De jonge leeftijd van veel slachtoffers en de inbreuk die online verspreiding heeft op het gevoel van veiligheid, maakt dat slachtoffers behoefte hebben aan beschermend ingrijpen door hun ouders of door anderen om hen heen. Bij sommigen is dit ook gebeurd en zij geven aan hoe belangrijk dit was. Sanne: "Toentertijd hebben mijn ouders me geholpen, omdat ze heel erg de politie erbij hebben betrokken. Dus dat hebben ze heel goed gedaan."

5. Erkenning en gerechtigheid

Iemand die voor je opkomt

Een hele sterke behoefte bij slachtoffers is dat iemand voor hen opkomt en de norm bevestigt van waar grenzen liggen. Dat iemand duidelijk maakt dat het uitschelden en beschamen van slachtoffers moet stoppen. Anouk: "Ik had het juist heel fijn gevonden als iemand, ook bijvoorbeeld die ik niet kende, bijvoorbeeld een statement had gemaakt van: 'Laat haar met rust, dit is totaal nutteloos.' Dus iemand die gewoon voor je opkomt eigenlijk." Ook Luca verwoordt:

Dat er ook mensen voor me opkwamen die juist tegen de mensen zeiden van: 'Stop met het doorsturen, je bent pas gewoon stoer of je gedraagt je pas gewoon netjes als je zo'n foto niet doorstuurt.' Dat hoor je gewoon niet te doen en gewoon dat het duidelijk is dat dat ook gewoon illegaal is om zo'n foto dus door te sturen.

Plegers aanspreken

Een ander facet is het aanspreken van de pleger (zie ook 4.2). Ook als de plegers (nog) onbekend zijn, is het benadrukken van hun rol en de strafbaarheid belangrijk om slachtoffers te ontschuldigen. Anouk:

Wat me erg had geholpen is als iemand had gezegd dat het strafbaar is, dat je niet alleen maar zegt: 'O, wat erg wat er is gebeurd', maar dan nog daarna: 'Het is strafbaar en je mag aangifte doen als je dat wilt. Dat hoeft je helemaal niet vandaag of volgende week te beslissen, je mag ook het over een jaar doen of over tien jaar.' Ja, voor mij had dat heel erg benadrukt dat er daadwerkelijk daders zijn die een straf verdienen voor wat ze hebben gedaan. En dat had héél erg bij mij het schuldgevoel weggehaald en heel erg het gevoel weggehaald dat ik aandeel had in wat er was gebeurd, dat ik niet goed had opgelet of dat ik te...Ja.

6. Zelfacceptatie en ruimte voor emoties

Schaamte en schuldgevoelens belemmeren mensen om boosheid te voelen, en zichzelf niet langer de schuld te geven. Dat belemmert de verwerking van online seksueel geweld. Anouk:

Dus ik had me eerst gerealiseerd: ik ben niet zelf schuldig aan wat er is gebeurd, andere mensen hebben hier schuld aan, dus ik heb het recht om boos te zijn. Toen ben ik contact met mensen gaan zoeken en toen ben ik pas boos geworden.

5.2 Drempels om hulp te zoeken

Slachtoffers noemen allerlei drempels om hun problemen te bespreken en de steun te zoeken die ze nodig hebben. Schaamte en schuldgevoelens staan vaak in de weg. Door de ervaringen geheim te houden, raakt iemand in een isolement. Als niemand er oog voor heeft en naar vraagt, blijft iemand er alleen mee zitten. Sanne vertelt: “Nu heb ik wel heel veel aan mensen om me heen, maar toen heb ik dat echt gemist. Als ik dat toen wel had, dan was mijn tijd om het te verwerken korter geweest.”

Ook hulpverleners geven ook aan hoe moeilijk het vaak is voor slachtoffers om erover te praten met hun omgeving. Nikki Lee Jansen (Helpwanted.nl) krijgt heel vaak slachtoffers aan de lijn die het voor het eerst met iemand delen.

En letterlijk elke zin van een slachtoffer, of het nou telefonisch, per mail of via de chat is, begint met de woorden: 'Ik heb iets stoms gedaan, want ik heb een foto gemaakt of een filmpje gestuurd of mijn tieten laten zien voor de webcam.' Ze leggen meteen die schuld bij zichzelf neer en als je dan gaat kijken van: hè, heb je er al over gepraat met iemand? 'Ja, nee, dat kan echt niet, want als ik dit thuis vertel' of 'Ja, nee, ik doe het via Grindr, maar ik ben nog niet uit de kast, dus ik kan daar met niemand over praten.'

Gender en geaardheid kunnen de drempel om te praten over ervaringen vergroten, omdat je als jongen/man geacht wordt geen slachtoffer te zijn. Nikki Lee Jansen:

Bij jongens is het sowieso intenser. Jongens hebben het idee dat zij de plaatjes moeten hebben en niet dat iemand van hen plaatjes moet hebben. Ja, jongens hebben daardoor nog een groter gevoel van schaamte van: ja, hoe kan het dat zij zelf in zo'n positie zitten, terwijl jongens, ook in media, heel eerlijk, vaak de dader zijn en niet het slachtoffer. Dus ook gender speelt echt wel mee en geaardheid.

Ook gebrek aan kennis over de impact van online seksueel geweld bij de sociale omgeving én bij de instanties kan maken dat er niet goed gereageerd wordt, en iemand dichtklapt. Julia legt uit hoe de eerste reactie van onbegrip meteen een blokkade gaf:

Gebrek aan empathische vermogen. Zo van: 'Ja, het is toch maar een foto?' Dat ik denk: ja...ja, het is inderdaad maar een foto, maar het is wel een foto wat, ja, dat wil ik gewoon niet. Dus als die reactie daar anders was geweest, had ik me denk ik vanaf het begin af aan meer gesteund en geholpen gevoeld. En ik heb in het begin geen één keer gehoord: 'Het is niet jouw schuld' en dat is zo'n makkelijke zin. Dat is wel iets wat ik toen heel erg graag had willen horen, wat iemand anders er ook van vond.

5.3 Psychosociale hulpverlening

Er wordt laagdrempelige hulp aangeboden door verschillende organisaties, zoals door Helpwanted.nl, Fier, slachtofferhulp, de centra seksueel geweld en stichting Together We Rise. De slachtoffers die we gesproken hebben, hebben maar een paar adviezen gegeven. Voor hen is aansluiten bij wat iemand nodig heeft en empathisch reageren het belangrijkste. De hulpverleners hebben nog meer specifieke adviezen, gebaseerd op opgebouwde expertise.

Attitude hulpverlener

In de attitude van de hulpverlener is belangrijk dat iemand open en empathisch is, goed kan luisteren, niet oordeelt, maar juist ontschuldigt, stap voor stap gaat

en aansluit bij het tempo van de client, reële verwachtingen schept en cultuursensitief is.

Aansluiten bij wat iemand nodig heeft

Het is heel verschillend wat mensen nodig hebben op het moment dat ze hulp zoeken. Daarom is de eerste stap om te luisteren wat iemand nodig heeft. Sanne: "Wees niet te oplossingsgericht van: hé, we gaan naar de politie. Het is belangrijk dat iemand gewoon vraagt of er gewoon is voor je, emotionele steun. Dat heb ik heel erg gemist." De hulpverleners die we gesproken hebben werken allemaal vanuit dit perspectief. Sara Alaoui-Dekker: "Dus eerst is het gewoon erkenning, herkenning, ik ben eindelijk het verhaal kwijt voor het eerst in mijn leven." Johannes Dijkstra (Fier) over hun werkwijze:

In eerste instantie proberen we dat iemand zijn verhaal gaat doen en dan kom je uiteindelijk wel langzamerhand wellicht op een punt, gezamenlijk, van dat je wat meer kunt kijken van: wat wil je nu of is alleen het vertellen nu voldoende? Dat kan heel divers zijn. Tot en met mensen die heel goed weten van: oké, ik heb dit meegemaakt, ik heb hier last van en ik wil graag weer slapen, maar ik wil daar tips bij hebben. En sommige mensen kunnen na één gesprek weer verder en denken: nou, blij dat ik het kwijt ben en ik ben niet gek, weet je, hier kan ik wel weer mee verder. Een ander komt vaker en die heeft een langer proces daarin nodig. Anderen hebben echt veel klachten.. Dus wij kijken echt naar van: wat kan iemand zelf? Wat is nodig?

Bij aansluiten bij wat iemand nodig heeft, hoort ook informeren over de mogelijkheden om aangifte te doen of materiaal offline te halen, zodat iemand daarover na kan denken. En psycho-educatie over de gevolgen van schokkende gebeurtenissen, dat het niet vreemd is als je bang bent, nachtmerries hebt of andere trauma gerelateerde gevolgen.

Deskundigheid over online seksueel geweld

Om slachtoffers goed te kunnen helpen, is het nodig dat hulpverleners begrijpen wat de impact is van het ongewenst verspreiden van naaktfoto's en andere vormen van online seksueel geweld. Daarnaast moeten ze deskundig zijn in het herkennen en behandelen van trauma's. Er is door de Centra Seksueel geweld, Fier en Helpwanted.nl samen een protocol 'Eerste hulp bij online misbruik' opgesteld waarin stapsgewijs de aanpak en hun onderlinge samenwerking beschreven staat. Rik Knipschild (Karakter, betrokken bij CSG):

Het zijn elf stappen vanaf het eerste telefonische contact 'Help mijn beeldmateriaal is zonder mijn toestemming verspreid' tot aan psycho-educatie over veelvoorkomende stressreacties, contact met de politie, contact met Helpwanted opzoeken om, waar mogelijk, het beeldmateriaal te verwijderen. Een medische check zit erin, Watchful waiting protocol zit erin, dus dat doe je vaak in die acute eerste vier weken na een grensoverschrijdende ervaring, dat je de klachten, het beloop daarvan monitort.

Soort hulpaanbod

Laagdrempelige hulp is erg belangrijk, anoniem en toegankelijk via diverse kanalen. Omdat veel slachtoffers eerst het beeldmateriaal offline willen krijgen, is specifieke hulp op dat vlak ook nodig, om te communiceren met social mediaplatforms en iemand bij te staan in een eventuele rechtszaak. Daarnaast kan ervaringsdeskundigheid als aanbod meerwaarde hebben, omdat slachtoffers zich dan goed begrepen voelen en herkenning ervaren. Ook begeleiding vanuit religieuze counselors kan helpen, om in het reine te komen met wat er gebeurd is.

Voor sommige slachtoffers speelt op de eerste plaats hun veiligheid en het vinden van plek om te wonen. Verwerking komt dan pas later. Sara Alaoui-Dekker licht toe:

Met de biculturele vrouwen is het vooral eigenlijk de eerste maanden vaak het externe gevecht en daarna pas het interne gevecht. Dat komt véél later, want ze zitten in de survival modus. Het is echt: 'Ik moet nu dit, ik moet inkomsten, ik moet een huis, ik moet van alles en nog wat' en de meeste Nederlandse meiden die ik heb begeleid zitten van: 'Ik heb superlieve ouders, die hebben me opgevangen' of familie of vrienden of partners, 'maar nu merk ik dat ik met mezelf in de knoop zit.' Dus dat is veel meer intern.

6 Aanbevelingen

6.1 Preventie

Overheidsinzet op cultuurverandering

Er zijn een aantal culturele kenmerken die (de impact van) online seksueel geweld vergroten. In de interviews komen drie culturele factoren naar voren:

1. Online seksueel gedrag wordt als risicovol en schaamtevol gezien, in plaats van als normaal gedrag.
2. Victim blaming: slachtoffers worden verantwoordelijk gehouden voor wat hen overkomt.
3. Gendernormen en de dubbele seksuele moraal, waardoor meisjes en vrouwen die zich seksueel gedragen of als zodanig gezien worden, als slet gelabeld worden.

De belangrijkste preventie is het veranderen van deze culturele factoren. Als victim blaming afneemt, durven slachtoffers eerder hun mond open te doen, lopen zaken minder lang door en kan eerder hulp geboden worden. Als online seksuele gedrag normaal gevonden wordt, is er minder kans dat slachtoffers zich gaan schamen en meer ruimte om te praten over wat je tegenkomt. Door het promoten van gendergelijkheid en mannen en jongens te betrekken hierin, kunnen rigide gendernormen doorbroken worden. En daardoor krijgen vrouwen en meisjes minder last van het stigma dat ze 'makkelijk' zouden zijn, wat negatieve impact heeft op hun seksuele ontwikkeling en veiligheid.

Cultuurverandering is een zaak van lange adem, maar tegelijkertijd is er anno 2022 ook veel draagvlak voor en zijn er veel kanalen om deze verandering mee in te zetten: via media en campagnes, via scholen en via seksuele opvoeding thuis. De overheid kan hier een belangrijke rol in spelen, door preventie online seksueel geweld en deze benodigde cultuurverandering mee te nemen in het Actieplan Seksueel Geweld (dat op dit moment – voorjaar 2022 - door Mariette Hamer wordt voorbereid) en organisaties aan te sporen hier aandacht aan te besteden.

Online platforms en gaming communities moeten beleid voeren

De online platforms waarop content wordt gedeeld en mensen worden lastig gevallen, hebben een verantwoordelijkheid om te zorgen dat hun media niet misbruikt worden voor sextortion en shaming. Ze kunnen gedragsregels stellen, en handhaven met hun gebruikers. Ook zou Artificial Intelligence ingezet kunnen worden om content te screenen. Rik Knipschild:

Er is nog een wereld te winnen bij de social mediaplatformen. Denk bijvoorbeeld aan het toepassen van machine learning in het scannen van berichten op grensoverschrijdende content. Uiteraard zitten hier op het gebied van privacy de nodige haken en ogen aan. Maar volgens mij zou dit mogelijk moeten zijn. Ik zou veel meer aan die preventieve kant willen investeren dan wanneer het kwaad al geschied is.

Sommige platforms reageren snel als ze door Helpwanted.nl en Fier worden aangespoord om seksueel geladen content eraf te halen, anderen helemaal niet. Dus ook op dat vlak is nog veel te verbeteren. Ook gaming communities zijn plekken waar spelers worden lastig gevallen. Johannes Dijkstra:

We hebben een korte survey gedaan ook binnen de game-community en daar gaf eigenlijk elk meisje, wat in de game-community actief is, aan een vorm van intimidatie te hebben meegemaakt en 2/3 seksueel grensoverschrijdend te zijn benaderd.

Betere voorlichting op scholen en in de jeugdzorg

Scholen spelen een belangrijke rol in het aanleren van goede omgangsvormen met elkaar en het versterken van de online weerbaarheid van leerlingen. Online gedrag zou veel meer aandacht moeten krijgen op scholen. Alle deelnemers aan dit onderzoek noemen als eerste maatregel betere voorlichting op scholen en in de residentiele jeugdzorg. Er wordt nu in seksuele vorming nog nauwelijks aandacht besteed aan online seksueel gedrag. En dat zou veel ellende kunnen voorkomen, stelt Sanne:

Ik denk dat als het op school was besproken, dat we überhaupt seksuele voorlichting hadden die ergens op sloeg en niet alleen over hoe je een condoom aan moet doen, zeg maar, dat riedeltje, ik denk dat dat heel erg had geholpen en het ook wel misschien had kunnen voorkomen denk ik eigenlijk. Scholen hebben denk ik echt de meeste invloed op zulke dingen, want ik denk dat ze je daar dus ook wel...als mensen weten wat ze mensen hiermee kunnen aandoen, dat ze dat hopelijk dan al minder snel doen. Dus ik denk dat je daar wel heel veel mee kunt tegengaan, zeg maar. Ik denk dat middelbare scholen en scholen de grootste rol hierin kunnen spelen.

Ook Vera stelt dat betere seksuele vorming veel leed had kunnen voorkomen. Aandacht voor je rechten en voor het geven van consent ontbreekt nu vaak.

Ik vond sowieso mijn seksuele voorlichting op school afschuwelijk, want ik heb niets geleerd eigenlijk over seks of over consent of over hoe je mensen op het internet ontmoet of hoe dat gaat of wat er gebeurt als je naaktfoto's stuurt. Dat was helemaal niet behandeld bij mij. Dus zou ik de omgeving aanraden om dat in ieder geval in het curriculum te plaatsen. Plaats er iets in over veiligheid in die zin, ook dat als iets online wordt gezet, heb jij ook een recht om daar dus consent over te geven. Dat wist ik helemaal niet, want ik had geen idee dat dat, zeg maar, het kan zelfs een strafbaar feit zijn als iemand zonder jouw toestemming iets post. Daar had ik geen idee van dat dat zo was.

Luca vindt dat het Ministerie hierin scholen moet stimuleren: "Er moet gewoon vanuit het Ministerie van Onderwijs een lespakket komen gewoon over preventie, over hoe ga je met privacy om, online." Nikki Lee Jansen (Helpwanted.nl) bepleit een duidelijk protocol voor alle scholen, waardoor het onderwerp veel meer besproken wordt en ook beter wordt aangepakt als het voorkomt:

Dus dat is wat we écht met z'n allen moeten voorkomen en daarom zou ik er ook zo voor zijn om...weet je, elke school moet een pestprotocol hebben, alleen online pesten komt steeds vaker wel voor. Dat is al een hele stap vooruit, maar het stukje naaktfoto's, sexting, shame sexting, grooming, weet je, het wordt niet besproken.

Om docenten en schoolleiding op te leiden om goed met dit soort situaties om te gaan en er preventief les over te geven, is aandacht in de lerarenopleidingen nodig en bijscholing voor docenten en schoolleiders.

Ouders

Ook in de opvoeding door ouders is online gedrag een belangrijk onderwerp. Daarvoor is het nodig dat ouders meer op de hoogte zijn van wat er online kan (en welke taal daarbij hoort) en meer specifiek wat hun eigen kind online doet.

Het gaat daarbij niet alleen om hun eigen veiligheid, maar ook om die van anderen. Rik Knipschild licht toe:

Mijn advies zou dan ook zijn om met kinderen het gesprek te voeren over: hoe ga je met content van anderen om? Dus hoe ga je om met beelden die je toegestuurd krijgt? Dus naast: hoe geef je vorm aan seksualiteit? Hoe ga je ook op een respectvolle manier met andermans privacy en grenzen om.

Bovendien is het belangrijk dat het niet alleen gaat om preventie van grensoverschrijdend gedrag, maar ook over de leuke dingen – zoals bij cultuurverandering al benoemd staat. En daartoe moeten ouders eerst zelf voorlichting krijgen. Nikki Lee Jansen:

We moeten die schil om die jongeren heen kennisgeven over het onderwerp, want jongeren weten dit, maar ouders hebben geen idee wat het is. Als een jongere thuiskomt en zegt: 'Ja, er zit een super leuk meisje in mijn DM geslide.' Ja, dan zie je ze kijken: waar heb je het over? Gewoon de actualiteit op dit thema, dat moet ook echt bij ouders bekend zijn. En gewoon de vraag krijgen 'Hoe was je dag online?' Het hoeft niet over negatieve dingen te gaan, maar gewoon het leuke, het positieve, want dat vergeten we zó vaak. We kijken alleen maar naar het negatieve en 'pas nou op', 'doe het niet' en 'het is gevaarlijk', want we horen alleen negatieve verhalen. Maar het gaat heel vaak goed en het is hartstikke leuk en het is goed en het is fijn, het is prettig en doe het vooral, maar ben je bewust van en als het dan misgaat, om wat voor reden dan ook, weet waar je terecht kunt en wat je kunt doen.

6.2 Goede opvang door familie en vrienden

Familie en vrienden zijn van onschatbare waarde voor slachtoffers. Het helpt om je niet alleen te voelen, om te horen dat het niet aan jou ligt, om beschermd te worden en dat iemand het voor je opneemt. Door gerichte informatie hoe je het beste iemand kunt steunen te plaatsen op websites en via campagnes te delen, kunnen de mensen om slachtoffers heen geïnformeerd en geactiveerd worden om zich in te zetten.

6.3 Verbetering van opvang en zorg

Toegankelijke zorg van goede kwaliteit

Slachtoffers hebben behoefte aan laagdrempelige zorg, waar goed naar hen geluisterd wordt en al naar gelang hun behoefte op dat moment, hulp op maat geboden wordt. Goede hulpverleners beschikken over een open, empathische houding en over deskundigheid op vlak van impact van online seksueel geweld en het herkennen en behandelen van trauma gerelateerde klachten.

Organisaties zoals Fier, CSG, Helpwanted.nl en Stichting Together We Rise doen hun best om in die behoefte te voorzien, door intensief samen te werken en kennis te delen, nieuwe protocollen te ontwikkelen en heel laagdrempelige hulp aan te bieden. Vanuit deze organisaties wordt gesignaleerd dat er nog een aantal knelpunten zijn:

- Sommige groepen slachtoffers worden nog te weinig bereikt. Het gaat met name om jongens en mannen, mannen uit de gayscene, en slachtoffers van expose groepen.
- Het ontbreekt aan financiële ondersteuning voor (de inzet van) ervaringsdeskundige hulpverlening.

- Cultuursensitief hulpverleners is heel belangrijk, maar gaat nog lang niet overal goed.
- Laagdrempelige chathulpverlening is een op zich staande expertise. Binnen chathulpverlening moet er aandacht voor de context van gezin en cultuur.
- Meer outreachende hulpverlening nodig, waardoor je ook mensen bereikt die zichzelf geen slachtoffer noemen, maar wel in situatie van seksueel grensoverschrijdend gedrag of sextortion zitten.

Politie

De politie kan een belangrijke rol spelen in het herstel van een gevoel van gerechtigheid. Een integere attitude van de politie is daarom van groot belang, ook als het niet tot een aangifte komt maar blijft bij informatieverstrekking en melding maken. Uit de verhalen van slachtoffers blijkt dat in de tijd waarop zij contact zochten met de politie, niet altijd goed is gereageerd op hun vragen. Er werd te snel gezegd dat iets verjaard was, of het belang van een online foto werd gebagatelliseerd.

Scholen moeten ook meer zorg aanbieden

Omdat veel slachtoffers van online seksueel geweld onder de 18 zijn, zitten ze vaak op een middelbare school. Dit maakt dat de school niet alleen veel kan betekenen op vlak van preventie, maar ook in de eerste opvang en het begeleiden van processen als ook de plegers op school zitten. Juist ook omdat victim blaming en slutshaming op scholen het leven van een slachtoffer kan vergallen, is het heel belangrijk dat er goed gereageerd wordt op een situatie. En wellicht is hier van overheidswege steun bij nodig, zoals Luca stelt:

Dat daar misschien vanuit het ministerie een budget voor komt dat er juist meer zorg komt die op scholen aansluit. Dus niet dat leraren zich helemaal moeten educaten hierover, want dat lijkt me nogal een zware job als ze ook al met honderdduizend andere dingen bezig zijn, maar wellicht dat er gewoon meer vertrouwenspersonen komen of meer gastdocenten die zich bij school aansluiten met een budget van bovenaf, zeg maar. Dus dat niet de druk op per se de school hoger wordt, maar dat de school gewoon hulp kan krijgen van mentale zorg, bijvoorbeeld.

Bijlage 1 Referenties

- Albury, K., & Crawford, K. (2012). Sexting, consent and young people's ethics: Beyond Megan's Story. *Continuum*, 26(3), 463-473.
- Albury, K. (2015). Selfies| selfies, sexts and sneaky hats: Young people's understandings of gendered practices of self-representation. *International Journal of Communication*, 9, 12. (16-17 jarigen)
- Bakker, H., el Moussaoui, S., & van de Sande, W. (2021) *Praten over shame sexting*. Handvatten voor professionals en vrijwilligers: hoe bespreek je shame sexting met ouders met een migratieachtergrond, en hoe kunnen zij dit met hun kind bespreken? Utrecht: KIS / Movisie.
- Bates, S. (2017). "Revenge Porn and Mental Health." *Feminist Criminology* 12 (1): 22–42.
- Bronfenbrenner, U. (2005). "Ecological systems theory (1992)". In U. Bronfenbrenner (Ed.), *Making human beings human: Bioecological perspectives on human development* (pp. 106-173). Thousand Oaks, CA, : Sage Publications Ltd.
- Burkett, M. (2015). Sex(t) talk: A qualitative analysis of young adults' negotiations of the pleasures and perils of sexting. *Sexuality & Culture*, 19, 835-863. doi: 10.1007/s12119-015-9295-0
- CBS (2016). *ICT gebruik van personen naar persoonskenmerken*. Den Haag: CBS.
- CBS (2020) *Prevelantiemonitor Huiselijk Geweld en Seksueel Geweld*. Den Haag: CBS.
- Citron, D. K., & Franks, M. A. (2014). Criminalizing revenge porn. *Wake Forest L. Rev.*, 49, 345.
- Dobson, A. S., & Ringrose, J. (2016). Sext education: pedagogies of sex, gender and shame in the schoolyards of Tagged and Exposed. *Sex Education*, 16(1), 8-21.
- Draper, N. R. A. (2012). Is your teen at risk? Discourses of adolescent sexting in United States television news. *Journal of Children and Media*, 6(2), 221-236.
- Du Mont, J., Miller, K.-L., & Myhr, T. (2003). The role of "real rape" and "real victim" stereotypes in the police reporting practices of sexually assaulted women. *Violence Against Women*, 9, 4, 466-486.
- Dunn, H. K., Gjelsvik, A., Pearlman, D. N., & Clark, M. A. (2014). Association between sexual behaviors, bullying victimization and suicidal ideation in a national sample of high school students: Implications of a sexual double standard. *Women's health issues*, 24(5), 567-574.
- Eaton, A., Jacobs, H., & Ruvalcaba, Y. (2017). 2017 Nationwide Online Study of Nonconsensual Porn Victimization and Perpetration.
- EenVandaag (2017). Onderzoek sexting: kwart jongeren heeft naaktfoto's. Geraadpleegd op 18 november 2021, van: [Lange levertijden en wachtlijsten door krapte op de arbeidsmarkt? Wen er maar aan: 'We moeten de komende jaren inleveren' - EenVandaag \(avrotros.nl\)](https://www.eenvandaag.nl/nieuws/2017/11/18/lange-levertijden-en-wachlijsten-door-krapte-op-de-arbeidsmarkt-wen-er-maar-aan-we-moeten-de-komende-jaren-inleveren-eenvandaag-avrotros.nl)
- EOKM (2021). Eigen schuld, dikke bult: een verkennend onderzoek naar financiële afpsering met naaktbeelden onder jongens. Amsterdam: Expertisebureau Online Kindermisbruik.

- Europol. (2017a). Online sexual coercion and extortion as a form of crime affecting children: Law enforcement perspective. The Hague: European Union Agency for Law Enforcement Cooperation. Retrieved from https://www.europol.europa.eu/sites/default/files/documents/online_sexual_coercion_and_extortion_as_a_form_of_crime_affecting_children.pdf.
- Europol. (2017b). *Serious and organised crime threat assessment: Crime in the age of technology*. The Hague: European Police Office. Retrieved from <https://www.europol.europa.eu/activities-services/main-reports/european-union-seriousand-organised-crime-threat-assessment-201>
- Fullagar, S. (2003). Wasted lives: The social dynamics of shame and youth suicide. *Journal of sociology*, 39(3), 291-307.
- Gorissen, M., El Akehal, J., Weerman, F., van de Weijer, S., Bijleveld, C. (2019) *Het fenomeen online seksueel geweld. Een literatuuronderzoek naar de kennis over omvang, aard en aanpak*, NSCR.
- Graaf, H. de, Nikkelen, S., van den Borne, M., Twisk, D. & Meijer, S. (2017). *Seks Onder je 25e. Seksuele Gezondheid van Jongeren in Nederland Anno 2017*. Delft: Eburon.
- De Graaf, H., & Vermey, K. (2015). Seksuele communicatie en aan seksualiteit gerelateerd internetgebruik onder homo-en biseksuele jongeren. *Pedagogiek*, 35(2), 146-166.
- Harder, S. K. (2021). The emotional bystander—sexting and image-based sexual abuse among young adults. *Journal of Youth Studies*, 24(5), 655-669.
- Hasinoff, A. A. (2013). Sexting as media production: Rethinking social media and sexuality. *New media & society*, 15(4), 449-465.
- Henry, N., Flynn, A., & Powell, A. (2019). Image-based sexual abuse: Victims and perpetrators. *Trends and Issues in Crime and Criminal Justice*, (572), 1-19.
- Henry, N., & Powell, A. (2015). Beyond the 'sext': Technology-facilitated sexual violence and harassment against adult women. *Australian & New Zealand Journal of Criminology*, 48(1), 104-118.
- Henry, N., & Powell, A. (2015). Embodied harms: Gender, shame, and technology-facilitated sexual violence. *Violence Against Women*, 21(6), 758-779. doi: 10.1177/1077801215576581
- Henry, N., & Flynn, A. (2019). Image-based sexual abuse: Online distribution channels and illicit communities of support. *Violence Against Women*, 25(16), 1932-1955. doi: 10.1177/1077801219863881
- Humelnicu, I. V., & Humelnicu, I. V. (2016). Sextortion—The newest online threat. *AGORA International Journal of Administration Sciences*, 1(1), 7-13.
- Hunehäll Berndtsson, K., & Odenbring, Y. (2021). They don't even think about what the girl might think about it': students' views on sexting, gender inequalities and power relations in school. *Journal of Gender Studies*, 30(1), 91-101.
- Hunehäll Berndtsson, K. (2021). "Something You Just Don't Talk About": An Analysis of Teenage Boys' Experiences of Non-Consensual Sexting in Lower Secondary School. *The Journal of Men's Studies*, 10608265211042794.
- Keats Citron, D. (2014). *Hate crimes in cyberspace*. Harvard University Press.
- Kierkegaard, S. (2008). Cybering, online grooming and ageplay. *Computer Law & Security Review*, 24(1), 41-55.
- Krieger, M. A. (2020). *Image-based sexual violence: Victim experiences and bystander responses*. University of Windsor. Electronic Theses and Dissertations. 8335. <https://scholar.uwindsor.ca/etd/8335>

- Korenis, P., & Billick, S. B. (2014). Forensic implications: Adolescent sexting and cyberbullying. *Psychiatric quarterly*, 85(1), 97-101.
- Lenhart, A., Smith, A., & Anderson, M. (2015, October). *Teens, technology and romantic relationships*. Washington, DC: Pew Research Center.
- Lippman, J. R., & Campbell, S. W. (2014). Damned if you do, damned if you don't...if you're a girl: Relational and normative contexts of adolescent sexting in the United States. *Journal of Children and Media*, 8(4), 371-386. doi: 10.1080/17482798.2014.923009
- Mulder, E. (2021). The normality of rape? Observer reactions to stories of female and male sexual assault. Proefschrift. Universiteit Tilburg.
- Naezer, M. & Oosterhout, L. van (2019). *Sharing is caring? Jongeren, sexting en de ongewenste verspreiding van sexy beeldmateriaal*. Radbouduniversiteit en Jong & Je wilt wat.
- Naezer, M. M. (2018). Sexting: Een beter verhaal.
- Nilsson, M. G., Pepelasi, K. T., Ioannou, M., & Lester, D. (2019). Understanding the link between Sextortion and Suicide. *International journal of cyber criminology*, 13(1), 55-69.
- Penhollow, T. M., Young, M., & Nnaka, T. (2017). Alcohol use, hooking-up, condom use: Is there a sexual double standard?. *American journal of health behavior*, 41(1), 92-103.
- Powell, A., & Henry, N. (2014). Blurred lines? Responding to 'sexting' and gender-based violence among young people. *Children Australia*, 39(2), 119-124
- Powell, A., & Henry, N. (2017). *Sexual violence in a digital age*. Springer.
- Powell, A., Henry, N., Flynn, A., & Scott, A. J. (2019). Image-based sexual abuse: The extent, nature, and predictors of perpetration in a community sample of Australian residents. *Computers in Human Behavior*, 92, 393-402.
- Renold, E., & Ringrose, J. (2011). Schizoid subjectivities? Re-theorizing teen girls' sexual cultures in an era of 'sexualization'. *Journal of sociology*, 47(4), 389-409.
- Ringrose, J., Harvey, L., Gill, R., & Livingstone, S. (2013). Teen girls, sexual double standards and 'sexting': Gendered value in digital image exchange. *Feminist Theory*, 14, 305-323. doi: 10.1177/1464700113499853
- Ruvalcaba, Y., & Eaton, A. A. (2020). Nonconsensual pornography among US adults: a sexual scripts framework on victimization, perpetration, and health correlates for women and men. *Psychology of violence*, 10(1), 68.
- Salter, M. (2016). Privates in the online public: Sex(ting) and reputation on social media. *new media & society*, 18(1), 2723-2739. doi: 10.1177/1461444815604133
- Scheff, T. (2014). The ubiquity of hidden shame in modernity. *Cultural Sociology*, 8(2), 129-141.
- Scheff, T. (2015). Toward defining basic emotions. *Qualitative Inquiry*, 21(2), 111-121.
- Scheff, T. J., & Retzinger, S. M. (1997). Shame, anger and the social bond: A theory of sexual offenders and treatment. *Electronic Journal of Sociology*, 3(1).
- Schram, K., de Jong, M. & Eysink Smeets, M. (2020). Exposed exposed. De gevolgen van online slutshaming voor jonge vrouwen met een migratieachtergrond in het hoger beroepsonderwijs. Lectoraat Publiek Vertrouwen in Veiligheid en Lectoraat Diversiteitsvraagstukken.
- Strohmaier, H., Murphy, M., & DeMatteo, D. (2014). Youth sexting: Prevalence rates, driving motivations, and the deterrent effect of legal consequences. *Sexuality Research and Social Policy*, 11(3), 245-255.

- Van Ouytsel, J., Walrave, M., De Marez, L., Vanhaelewyn, B., & Ponnet, K. (2021). Sexting, pressured sexting and image-based sexual abuse among a weighted-sample of heterosexual and LGB-youth. *Computers in human behavior*, 117, 106630.
- Walker, S., Sancı, L., & Temple-Smith, M. (2013). Sexting: Young women's and men's views on its nature and origins. *Journal of adolescent health*, 52(6), 697-701.
- Walker, K., & Sleath, E. (2017). A systematic review of the current knowledge regarding revenge pornography and non-consensual sharing of sexually explicit media. *Aggression and violent behavior*, 36, 9-24.
- Wittes, B., Poplin, C., Jurecic, Q., & Spera, C. (2016). Sextortion: Cybersecurity, teenagers, and remote sexual assault. *Center for Technology at Brookings*.
- Wolak, J., & Finkelhor, D. (2011). Sexting: A typology.
- Wolak, J., & Finkelhor, D. (2016). Sextortion: Findings from a survey of 1,631 victims.

Bijlage 2 Deelnemers interviews

Experts

Rik Knipschild, Karakter Kind- en Jeugdpsychiatrie

Johannes Dijkstra, Fier

Nikki Lee Jansen, Helpwanted.nl

Sara Alaoui – Dekker, Stichting Together We Rise

Slachtoffers van online seksueel geweld

Pseudonym	Gender	Soort ervaring	Leeftijd toen gebeurde	Huidige leeftijd
Anouk	V	Naaktfoto's op een website gepubliceerd, via mails onder klasgenoten verspreid	16	34
Julia	V	Sextortion met naaktfoto's die uit computer gestolen waren	26	
Vera	V	Film gemaakt door klasgenoten van zoenen en jongen die haar shirt omhoog trok, die verspreid is door hen.	15	26
Nina	V	Naaktfoto verspreid door jongen waar ze verliefd op was, in groepsapp gedeeld met telefoonnummer waardoor ze daarna ook lastig gevallen werd door allerlei jongens	13	23
Luca	V	Naaktfoto die ronde deed waarvan gezegd werd dat zij het zou zijn.	17	24
Kim	V	Onder druk gezet door jongen online om naaktfoto's te sturen, die vervolgens gedeeld zijn door hem in groepen.	10	
Sanne	V	Naaktfoto die ronde deed waarvan gezegd werd dat zij het zou zijn.	13	23
Lars	M	Online misleid om seksueel getinte handelingen te verrichten en geld te betalen.	19	21

Bijlage 3 Woordwolk codes



In deze woordwolk staan codes die meer dan vier keer genoemd zijn door deelnemers uit de onderzoeksgroep. Hoe groter het woord, hoe vaker het genoemd is.

