

Stappenplannen over sexting

Voor jongeren met een licht
verstandelijke beperking
en/of autisme

Inhoud

Inleiding	3
Deel 1 - Ik heb vragen over sexting. Ik zoek hulp.	5
Deel 2 - Ik wil naaktfoto's sturen	8
Deel 3 - Ik wil een naaktfoto krijgen	14
Deel 4 - Ik wil geen naaktfoto sturen of ontvangen	19
Ga aan de slag met je eigen stappenplan	24

Redactie: Tara De Laet

Eindredactie: Eveline De Bie

Inhoudelijk advies: Tara De Laet, Karen De Wilde, Liesbet Bradt, Katelijn Gijssels

Opmaak: Vicky Heylen

V.U. Chris Lambrechts, President Building, F. Rooseveltplaats 12 bus 7, 2060 Antwerpen

Versie: januari 2024

Een uitgave van Sensoa vzw

© 2023 Sensoa

Met dank aan: Stef Van Mieghem, Siebe Debaeke en de feedbackgroep.

Toestemming is vereist voor overname van de teksten, op welke wijze ook.

SENSOA
PRAAT OVER SEKS



Vlaanderen
is zorgzaam en
gezond samenleven

Inleiding

In de seksuele ontwikkeling gaan jongeren stapsgewijs op ontdekking. Tijdens deze ontdekkingstocht zoeken ze uit wat ze fijn vinden, gaan ze relaties aan met anderen en zoeken uit wat anderen fijn – of net minder fijn vinden. Ze kunnen dit fysiek doen, maar tegenwoordig beleven jongeren een groot deel van hun seksualiteit ook online. Sexting, het maken en delen van seksueel getinte foto's of berichten, kan deel uitmaken van de leefwereld van alle jongeren.

Jongeren doen aan sexting om diverse redenen: ze vinden het opwindend, willen flirten met iemand, willen een periode zonder de partner overbruggen, ... Het gebeurt vaak in een relationele context met wederzijds vertrouwen. Soms gaat sexting over de grens. We spreken van grensoverschrijdende sexting wanneer:

- Iemand een naaktfoto zonder toestemming verder stuurt of aan anderen laat zien.
- Iemand een ander onder druk zet om naaktfoto's te sturen.

Het is belangrijk om jongeren te informeren hoe ze op een veilige en fijne manier aan sexting kunnen doen. Jongeren met een verstandelijke beperking hebben hierbij mogelijk extra ondersteuning nodig, in de vorm van concrete en visuele informatie. Deze 'Stappenplannen over sexting' willen professionals helpen om op een laagdrempelige manier het gesprek rond sexting aan te gaan met jongeren.

In deze stappenplannen leren we jongeren:

- Hoe ze moeten omgaan met het sturen van naaktfoto's.
- Hoe ze moeten omgaan met het ontvangen van naaktfoto's.
- Wat ze moeten doen als er sprake is van grensoverschrijdende sexting.
- Bij wie ze terecht kunnen met vragen over sexting.

Voor wie is dit lesmateriaal?

Dit lesmateriaal richt zich in de eerste plaats op jongeren met een (licht) verstandelijke beperking en/of autisme. Het materiaal kan ook bruikbaar zijn voor andere doelgroepen die nood hebben aan extra visuele ondersteuning en/of concrete stappen bij sexting.

Hoe gebruik je dit lesmateriaal?

Je kan dit lesmateriaal inzetten op basis van de noden van de jongere(n). Het kan ingezet worden tijdens individuele gesprekken met een jongere. Het lesmateriaal kan ook ondersteunend werken als je het in groep hebt over het thema sexting.

Dit lesmateriaal bevat allerlei stappenplannen. Je kiest het stappenplan dat past bij de nood van de jongere(n) met wie je werkt. Overloop de stappenplannen samen en zorg dat de jongere elke stap goed begrijpt. Elk stappenplan werd geschreven vanuit een mogelijke sociale situatie waarin de jongere zich kan bevinden. Het geeft vervolgens aan welke reacties gepast zouden zijn in deze situatie.

Om bepaalde stappenplannen zo concreet mogelijk te maken, werden af en toe stippellijnen voorzien. Hier kan je specifieke namen of gegevens invullen die herkenbaar zijn voor de jongeren met wie je werkt.

Wil je meer lezen over het thema sexting?

- Ontdek hier allerlei lestips, leerdoelen en andere lesmaterialen rond het thema sexting: [Lesgeven over sexting - tips - lesmaterialen - leerlijn | Sensoa](#)
- Meer weten over de recentste feiten, cijfers en wetgeving over het thema sexting? Raadpleeg deze pagina: [Sexting bij jongeren: feiten en cijfers | Sensoa](#)
- Een incident van grensoverschrijdende sexting? Volg de stappen uit dit stappenplan om ermee aan de slag te gaan: [Stappenplan sexting in scholen en organisaties | Sensoa](#)
- Vraag een opleiding rond sexting aan voor jouw team: [Opleiding Seksueel grensoverschrijdend gedrag: preventie en beleid | Sensoa](#)
- Hang je graag een affiche op over sexting? Die kan je hier bestellen: [Sexting - affiche | Sensoa](#)

Deel 1

Ik heb vragen over sexting.
Ik zoek hulp.

Bij wie kan ik terecht als ik vragen heb over sexting?

Ik heb vragen over naaktfoto's.



..... helpt mij verder als ik mijn vragen stel.



Ik stel mijn vragen aan



..... geeft een antwoord op mijn vragen.



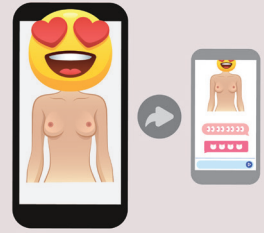
Besluit:

Ik kan bij terecht met mijn vragen.



Wat doe ik als iemand mijn naaktfoto doorstuurt naar een ander?

Iemand stuurt mijn naaktfoto door naar een ander.



Dat is niet oké, ik kan mij droevig, boos of beschaamd voelen.

Ik vraag aan wat ik kan doen.



..... zal mij verder helpen.

Besluit:

Als iemand mijn naaktfoto doorstuurt kan ik terecht bij

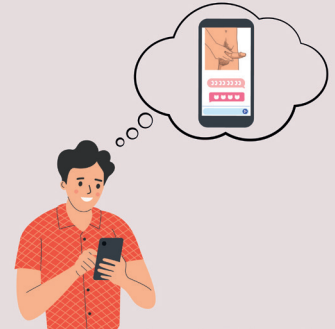


Deel 2

Ik wil een naaktfoto sturen.

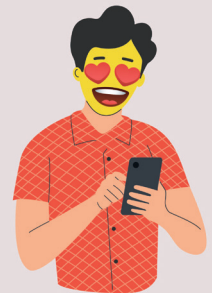
Waar moet ik op letten als ik een naaktfoto maak?

Ik wil een naaktfoto van mezelf maken.



Wat moet ik doen voor ik iemand een naaktfoto stuur?

Ik ben onherkenbaar. Mijn gezicht staat niet op de foto. Is een lichaamsdeel herkenbaar door een tatoeage of juweel? Dan toon ik dat niet.

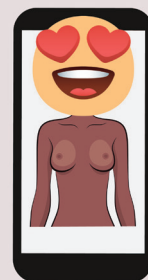


Besluit:

Als ik een naaktfoto maak doe ik dit veilig door onherkenbaar te zijn.

Wat moet ik vragen voor ik een naaktfoto stuur?

Ik wil een naaktfoto van mezelf sturen naar een ander.



Ik weet niet of de ander mijn naaktfoto wil.

Ik vraag of ik een naaktfoto van mijzelf mag sturen naar de ander: "Wil jij een naaktfoto van mij?".



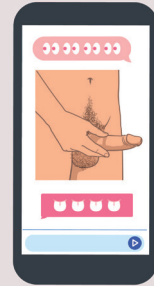
Pas als de ander dit oké vindt, weet ik dat ik een naaktfoto van mijzelf kan sturen.

Besluit: Ik vraag of de ander mijn naaktfoto wil. Ik stuur de foto enkel als de ander dit oké vindt en er goede afspraken zijn.



Wanneer mag ik geen naaktfoto sturen?

Ik wil een naaktfoto van mezelf sturen naar een ander.



Ik weet niet of de ander mijn naaktfoto wil ontvangen.

Ik vraag of ik een naaktfoto van mijzelf mag sturen.

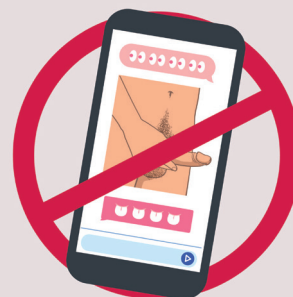


Als de ander nee zegt, mag ik geen naaktfoto sturen.



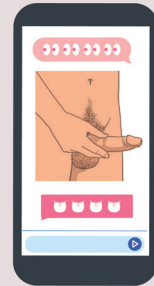
Als de ander twijfelt, mag ik geen naaktfoto sturen.

Besluit: Ik stuur geen naaktfoto als de ander nee zegt of twijfelt.



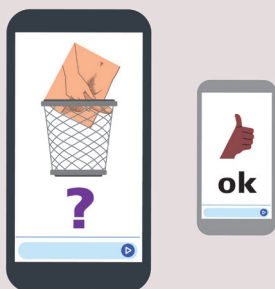
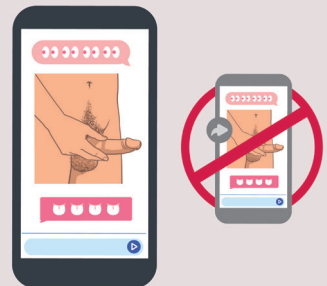
Hoe kan ik goede afspraken maken als ik een naaktfoto stuur?

Ik wil een naaktfoto van mezelf sturen naar een ander. De ander wil een naaktfoto van mij ontvangen.



Het is belangrijk om samen goede afspraken te maken. Wat willen we wel? Wat willen we niet?

Ik spreek af dat de naaktfoto alleen voor de ander is. De ander mag mijn naaktfoto niet doorsturen.



Ik maak de afspraak dat de ander mijn foto na het bekijken verwijdert.

Besluit: Als ik een naaktfoto van mijzelf wil sturen naar een ander, maak ik eerst afspraken.

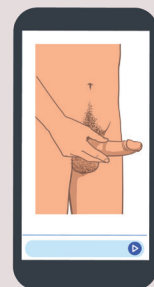


Deel 3

Ik wil een naaktfoto krijgen.

Wat als ik een naaktfoto van iemand wil ontvangen?

Ik wil een naaktfoto van iemand ontvangen.



Ik weet niet of de ander een naaktfoto van zichzelf naar mij wil sturen.

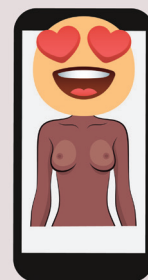
Ik vraag: "Mag ik een naaktfoto van jou?"



Besluit: Als ik een naaktfoto van iemand wil ontvangen, vraag ik dit eerst aan de persoon zelf.

Wat als iemand geen naaktfoto wil sturen nadat ik het gevraagd heb?

Ik wil een naaktfoto van iemand ontvangen.



Ik weet niet of de ander een naaktfoto wil sturen.

Ik vraag of de ander een naaktfoto van zichzelf naar mij wil sturen.



Als de ander dit niet wil zegt die 'neen'.



Als de ander niet zeker is of die een naaktfoto wilt sturen, kan die twifelen.



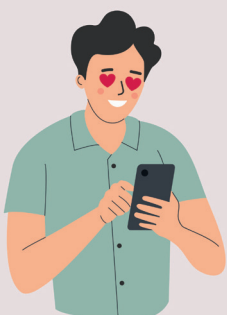
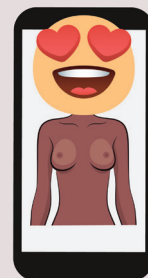
Als de ander twijfelt of neen zegt, vraag ik niet opnieuw naar een naaktfoto. Ik praat verder over andere dingen.

Besluit: Als iemand geen naaktfoto wil sturen, dring ik niet aan.



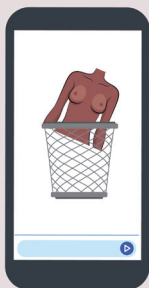
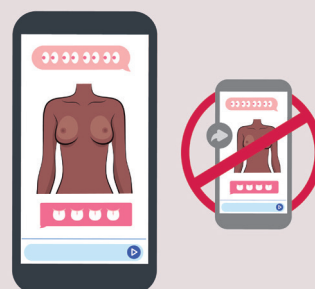
Wat doe ik als iemand een naaktfoto van zichzelf stuurt nadat ik het vroeg?

Ik vraag een naaktfoto aan iemand. De ander zegt 'ja'. De ander stuurt een naaktfoto.



De naaktfoto is enkel voor mij bedoeld.

Ik stuur de naaktfoto niet door naar anderen en laat de foto aan niemand anders zien. Het delen van naaktfoto's is verboden.



Ik verwijder de naaktfoto nadat ik die zag.

Besluit: De naaktfoto van de ander is enkel voor mij bedoeld.



Deel 4

Ik wil geen naaktfoto sturen
of ontvangen.

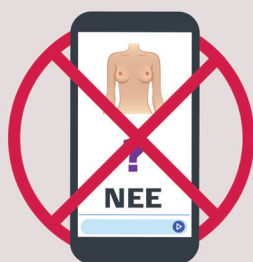
Wat als iemand een naaktfoto aan mij vraagt en ik wil dat niet?

Iemand vraagt om een naaktfoto van mezelf te sturen.



Ik wil geen naaktfoto sturen.

De ander weet niet dat ik geen naaktfoto wil sturen.



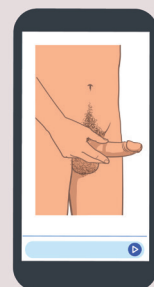
Ik antwoord dat ik geen naaktfoto wil sturen.

Besluit: Ik zeg tegen de ander dat ik geen naaktfoto wil sturen. Ik vraag om niet opnieuw een naaktfoto van mij te vragen.



Wat als iemand me dwingt om een naaktfoto te sturen en ik wil dat niet?

Iemand dwingt me om een naaktfoto van mezelf te sturen.



Ik wil geen naaktfoto sturen.

Ik antwoord dat ik geen naaktfoto wil sturen.



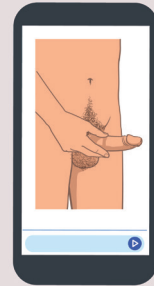
Ik vraag aan wat ik kan doen.

Besluit: Als iemand mij dwingt om een naaktfoto te sturen doe ik dat niet. Ik vraag aan om mij te helpen.



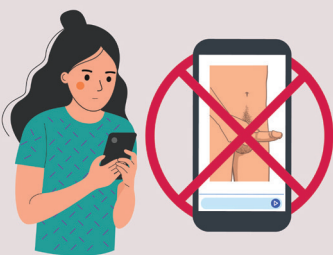
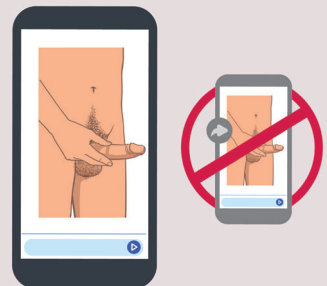
Wat doe ik als iemand een naaktfoto stuurt zonder dat ik het wil?

Iemand stuurt een naaktfoto naar mij zonder dat ik het vroeg.



Ik weet niet goed waarom de andere deze foto stuurt. Ik ben verward of geschokt.

Ik stuur de naaktfoto niet door naar anderen.



Ik zeg tegen de ander dat ik dit niet fijn vind. Ik zeg dat ik geen ongevraagde foto's meer wil ontvangen.

Ik vertel dit tegen





Besluit: helpt mij
verder als ik naaktfoto's krijg waar
ik niet om gevraagd heb.

