

ER IS HOOP VOOR JONGEREN DIE SLACHTOFFER ZIJN VAN SEXTING

Er is wel degelijk hoop voor jongeren die slachtoffer zijn van sexting

Steeds vaker verschijnen in de media berichten over de beschadigende gevolgen van sexting voor jongeren. Wanneer naaktbeelden door een hele school worden bekeken, of gebruikt worden om seksueel contact af te dwingen, heeft dat grote impact op slachtoffers. Bovendien krijgen zij in de hardnekkige cultuur van *victim blaming* vaak ook nog eens de schuld in de schoenen geschoven.

Naar de negatieve gevolgen van sexting is nog maar weinig wetenschappelijk onderzoek verricht. Onderzoek richt zich vooral op de vraag hoe vaak sexting voorkomt en het profiel van 'sexters'. Uit onderzoek dat de Universiteit van Amsterdam in opdracht van KlikSAFE uitvoerde, blijkt dat 7,1% van de meisjes en 5,5% van de jongens tussen twaalf en zeventien jaar weleens een naaktfoto of foto in ondergoed naar iemand heeft gestuurd. Verder is bekend dat jongeren die aan sexting doen ook vaak ander risicogedrag vertonen, zoals onveilig vrijen, en relatief vroeg en vaak aan seks doen.

Naast de plezierige en opwindende kant van sexting, is er ook een

schaduwkant: de relatie met (online) seksueel geweld. Vooral wanneer de naaktbeelden worden doorgestuurd aan onbekenden, kunnen jongeren worden afgeperst, gechanteerd, of gedwongen tot verregaande seksuele handelingen, bij zichzelf of anderen. In de spreekkamer van de Jeugd-GGZ wordt steeds vaker duidelijk dat het online goed mis kan gaan. Behandelaren signaleren dat slachtoffers van online seksueel geweld zich vaak melden met angst- en depressieklachten. Jongeren van wie ongewild seksueel beeldmateriaal is verspreid, zijn voortdurend bezig de sociale media te monitoren om te controleren of er nieuw beeldmateriaal van hen online komt. Ze raken hyperalert en krijgen problemen met slapen en concentratie. Uit schaamte en angst vermijden zij plekken waar zij (denken) geconfronteerd te kunnen worden met mensen die het beeldmateriaal mogelijk hebben gezien. De jongeren hebben last van intrusieve beelden over wat hen is overkomen en van gefantaseerde rampscenario's over wat zich mogelijk nog gaat voltrekken. Hetzelfde kan gelden voor hun ouders en andere direct betrokkenen. In die zin vertonen slachtoffers symptomen van een post-traumatische stressstoornis, terwijl de gebeurtenis strikt genomen volgens de DSM V niet voldoet aan de criteria van een trauma.

Wat in de berichtgeving over sex-

ting ontbreekt, is een hoopgevende boodschap over mogelijkheden om de aangerichte schade te herstellen. Niet alleen het technisch verwijderen van naaktbeelden van digitale media, ook het verwerken van herinneringen door de jongere en diens ouders is van belang. De ervaringen uit de behandelkamer stemmen optimistisch, maar moeten nog nader onderzocht worden. Voorsnog lijkt het erop dat jongeren met psychische klachten door sexting goed reageren op behandelingen die ook voor het verwerken van trauma's worden ingezet, zoals EMDR en cognitieve gedragstherapie. Dergelijke behandelingen lijken er in de eerste plaats voor te zorgen dat herinneringen verwerkt worden, waardoor gevoelens van schaamte en angst verminderen of verdwijnen. De angst om weer naar school te gaan, neemt bijvoorbeeld af en er kan ruimte ontstaan voor *peer-support* en communicatie met ouders. Jongeren van wie zonder toestemming naaktbeelden online verschijnen of die daarmee worden bedreigd of afgeperst, verdienen het om te worden beschermd en geholpen. Ook omdat herhaling anders op de loer ligt.

Dr. Iva Bicanic, klinisch psycholoog en dr. Eva Alisic, onderzoeker, Landelijk Psychotraumacentrum Universitair Medisch Centrum Utrecht; Rik Knipschild, GZ-psycholoog, Karakter