

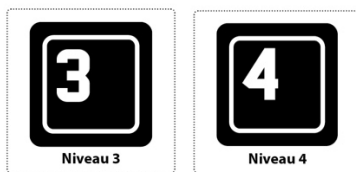
# Digitale footprint deel 1



## Thema: Omgaan met media

In deze les leren studenten meer over het begrip digitale zelfverminking of digitale zelfbeschadiging. In het Engels wordt dit ook wel self cyberbullying genoemd. Zij leren dit fenomeen herkennen en hier met elkaar over in gesprek gaan.

## Werkproces 3



### Vakkennis en vaardigheden

- Legt mediatoepassingen en effecten daarvan uit aan collega's, patiënten en cliënten.
- Deelt expertise met andere professionals
- Ondersteunt collega's, patiënten en cliënten bij het gebruiken van nieuwe mediatoepassingen.
- Stimuleert het gebruik van media en reflectie daarop bij collega's, patiënten en cliënten.
- Legt de voordelen en eventuele risico's van mediagebruik uit aan collega's, patiënten en cliënten.
- Houdt rekening met ethische aspecten en de belangen van collega's, patiënten en cliënten bij het gebruik van (nieuwe) mediatoepassingen.

#### Benodigheden

- [Canva](#)

### Leerdoelen

- De student kan omschrijven wat digitale zelfverminking inhoudt en hier een voorbeeld van geven.
- De student kan digitale zelfverminking herkennen en hier met een leeftijdsgenoot over in gesprek gaan.

## Kennisblok

De studenten zijn nog niet bekend met het begrip digitale zelfverminking. Het is een begrip waar nog weinig over bekend is.

Leg uit wat het gedrag [digitale zelfverminking](#) inhoudt. Jongens en meisjes hebben verschillende redenen om dit te doen. Op [internetmatters.org](#) wordt het begrip omschreven als zelfbeschadigingen die een persoon uitvoert die zich in een staat van grote emotionele nood bevindt en innerlijke onrust ervaart. Deze zelfbeschadiging gebeurt online. Vaak "nodigen zij anderen uit" om hen online pijn te doen.

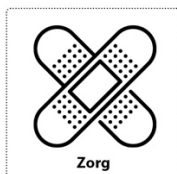
Jongens omschrijven dit gedrag bij henzelf meer als een grap of een manier om aandacht te krijgen. Meisjes geven aan dit vaker te doen omdat zij zich depressief voelen of psychisch in de knoei zaten. In de berichten die de meeste meisjes posten, waarin zij zichzelf kwetsen en negatieve dingen over zichzelf neerzetten, hopen zij anderen tegen henzelf op te zetten. Het doel is reactie uitlokken bij de ander; positief of negatief.

### Bronnen:

- Wat ouders moeten weten over digitale zelfbeschadiging. Internetmatters.org, 2017. Geraadpleegd via: <https://www.internetmatters.org/nl/blog/2017/03/01/what-parents-need-to-know-about-digital-self-harm/>
- Digitaal zelfbeschadiging – is het een roep om hulp? Internetmatters.org. Geraadpleegd via: <https://www.internetmatters.org/nl/blog/question/digital-self-harm-is-it-a-cry-for-help/>

## Opdrachten

### Opdracht 1



1. Zoek een voorbeeld van digitale zelfbeschadiging op.
2. Bespreek in tweetallen wat je hebt gevonden.
3. Wat zou je een jongere die jouw patiënt of cliënt is aanraden om te doen, en waarom?

## Opdracht 2



In het artikel van [Vice](#), waarin digitale zelfverminking wordt uitgelegd, worden ook kort wat voorbeelden genoemd. Digitale zelfverminking is nog niet heel bekend onder mensen. Daarom ga je een poster maken over dit onderwerp. De strekking van de poster is dat je jongeren uit jouw doelgroep stimuleert dit niet te doen.

Voordat je begint, bepaal je concreet wie jouw doelgroep gaat zijn. Dit maakt het makkelijker om de poster vorm te geven en aan te laten sluiten op een doelgroep.

De poster moet de volgende informatie bevatten:

- Definitie van digitale zelfverminking.
- 2 voorbeeldsituaties waarin digitale zelfverminking aan bod komt.
- Oorzaak van digitale zelfverminking (probeert antwoord te geven op de vraag waarom iemand dit zichzelf aan zou doen?)
- Tips voor iemand die hieraan wil beginnen.

De poster mag digitaal gemaakt worden met [Canva](#).

### Stage

Digitale zelfverminking is voor veel mensen een onbekend onderwerp. Het komt voor onder jongeren, en dan voornamelijk onder meisjes.

Binnen jouw stagebedrijf is het belangrijk dat jouw collega's weten wat digitale zelfverminking is, hoe zij dit kunnen signaleren bij de doelgroep en wat ze eraan kunnen doen.

Hier ga jij een voorlichting over opzetten en deze ga je geven aan een groepje collega's van je stagebedrijf.

#### Stap 1

Zoek informatie op over digitale zelfverminking. Ga op zoek naar de volgende informatie:

- Wat is digitale zelfverminking?
- Waarom doet iemand aan digitale zelfverminking?
- Wie doet aan digitale zelfverminking?
- Wat zijn kenmerken van digitale zelfverminking?

Schrijf de informatie die je vindt op.

#### Stap 2

Maak de voorlichting. Zorg dat je voorlichting de volgende onderdelen bevat:

- Doelgroepomschrijving: wie binnen de sector zou een risicogroep kunnen zijn voor digitale zelfverminking?
- Kenmerken: waaraan is digitale zelfverminking te herkennen?
- Voorbeelden: wat doet iemand die zichzelf digitaal verminkt?
- Tips: wat kun je doen om digitale zelfverminking bij de doelgroep te herkennen en voorkomen?
- Feedbackronde: wat vond je van deze voorlichting en hoe vond je dat ik het deed?

### Stap 3

Geef de voorlichting aan een groepje collega's. Sluit de voorlichting af met de vraag wat de deelnemers geleerd hebben.