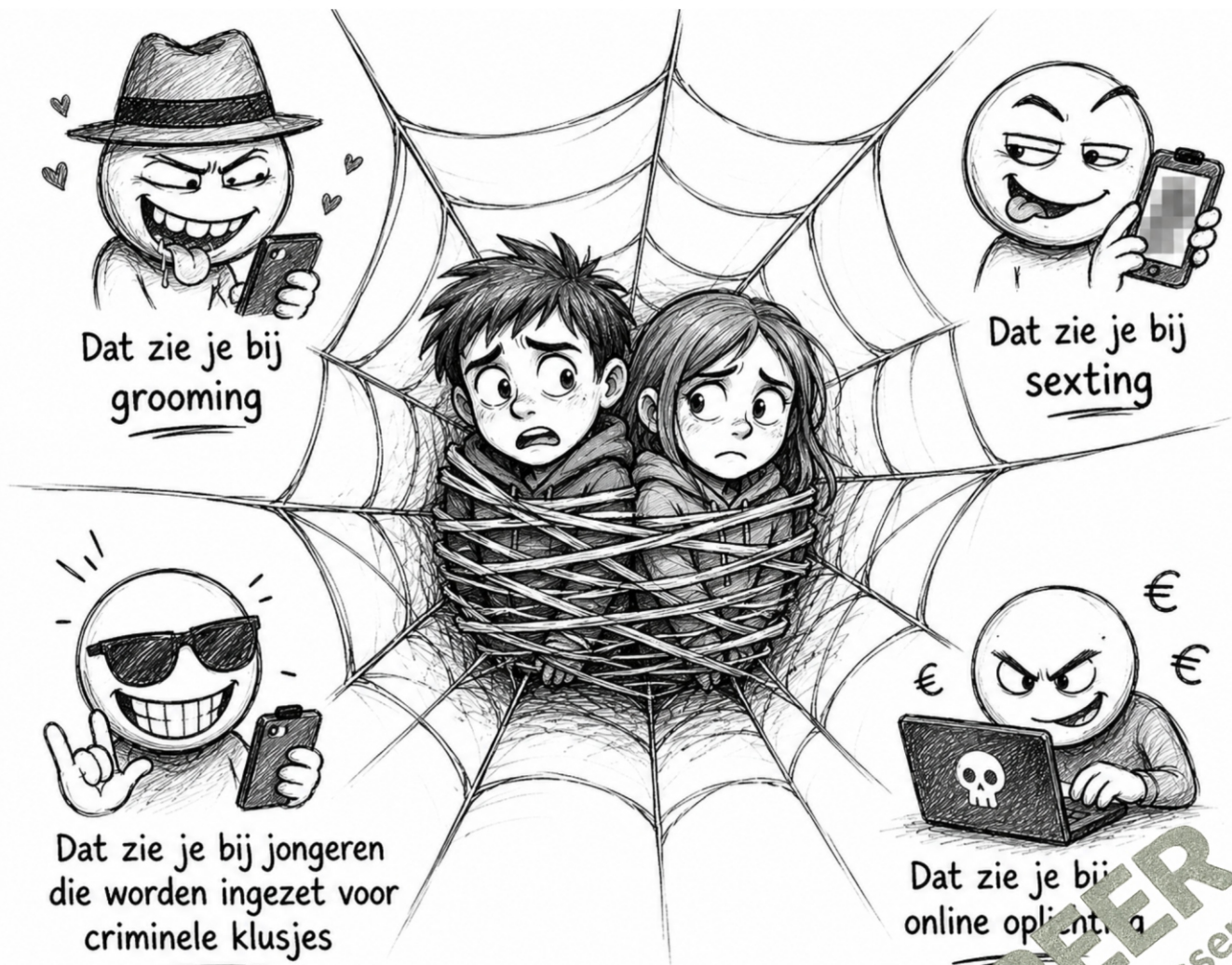


RAAK **JIJ** VERSTRIKT?



1. IETS KLEINS → HET LIJKT **ONSchuldig**
2. VERTROUWEN WINNEN → ZE DOEN **Hardig**
3. STEEDS MEER VRAGEN → DE GRENS **SchuiFT op**
4. ONDER DRUK → NEE ZEGGEN **WORDT MOEILijk**
5. GEVANGEN → JE BENT **NIET MEER VRIJ**

IK FILTEREER

Raak jij verstrikt?

Veel problemen beginnen niet groot. Ze beginnen klein. Met een vriendelijk berichtje, een compliment of een verzoek dat onschuldig lijkt.

Mensen die anderen willen gebruiken, laten meestal niet meteen hun echte bedoelingen zien. Eerst winnen ze vertrouwen. Daarna vragen ze steeds meer. Langzaam schuiven grenzen op en wordt nee zeggen moeilijker.

Dat zie je bij grooming, sexting, online oplichting en jongeren die worden ingezet voor criminele klusjes. De situaties verschillen, maar het patroon lijkt vaak hetzelfde.

Het lijkt op een spinnenweb. Je loopt er niet in één keer middenin. Je raakt steeds een draadje verder verstrikt.

Daarom is het belangrijk om op tijd te luisteren naar dat stemmetje dat zegt: dit voelt niet goed. Een klein nee vandaag kan een groot probleem morgen voorkomen.

de vijf stappen van verstrikt raken

1. iets kleins

Het begint met een klein verzoek. Iets dat onschuldig lijkt en weinig risico lijkt te hebben.

2. vertrouwen winnen

Iemand doet aardig, geeft complimenten of laat je voelen dat je er bij hoort.

3. steeds meer vragen

De verzoeken worden groter. De grenzen schuiven langzaam op.

4. onder druk

Er ontstaat druk. Je voelt dat stoppen moeilijker wordt. Er worden geheimen, schuldgevoel of angst gebruikt.

5. gevangen

Je hebt het gevoel dat je niet meer vrij kunt kiezen. Iemand anders bepaalt steeds meer wat jij doet.

Daarom **IKFILTEREER** ik voordat ik deel.

waar? Klopt dit verhaal eigenlijk wel?

zinvol? Waarom vraagt iemand dit aan mij?

nodig? Moet ik dit echt doen?

aardig? Word ik met respect behandeld?

veilig? Voelt dit goed, of raak ik langzaam verstrikt?

Twijfel je bij één van de vijf? Stop dan op tijd.



WAAR • ZINVOL • NODIG • AARDIG • VEILIG

Welke filter past volgens jou het beste bij deze les?

Kijk naar de mini-poster. Wat zie jij? Wat denk jij dat ermee bedoeld wordt?

Waarom zou iemand anders daar anders over kunnen denken?

Praat er samen over. Stel vragen aan elkaar en luister naar de antwoorden.

Je hoeft het niet altijd met elkaar eens te zijn. Juist door verschillende meningen en ervaringen te horen, leer je anders kijken naar situaties, keuzes en gevolgen.

Ontdek wat jij ervan vindt.