

# Samen voor Jongeren

A M S T E R D A M



Combiwel, DOCK, Dynamo, perMens, Swazoom en The Mall  
werken Samen voor Jongeren in Amsterdam



## Themakaart Online gokken & Crypto

# Online weerbaarheid Gokken & Crypto

Jongeren brengen veel tijd door op sociale media en zien daar ook hoe anderen hun leven leiden. Of beter gezegd: wat ze daarvan graag aan anderen willen laten zien. Vooral de succesvolle verhalen van mensen die ogenschijnlijk snel en moeiteloos veel geld verdienen, hebben op sommige jongeren een magische uitwerking.

Daar spelen beleggers in cryptocurrency en aanbieders van goksites op in. De verleiding van crypto is vaak gebaseerd op een belofte, een illusie. Als je als jongere graag verleid wordt, dan is de cryptowereld een wereld waarin je makkelijk verzeild zou kunnen raken. Jongeren die bijvoorbeeld verslavingsgevoelig zijn voor online gamen en gokken hebben een vergrote kans om zich ook hierin te verliezen.

## Wat is crypto?

Cryptocurrency (kortweg 'crypto') is te omschrijven als digitaal geld. In tegenstelling tot 'gewoon' geld, wordt cryptocurrency niet uitgegeven door één centrale bank. De munt wordt gecreëerd door gebruikers ingewikkelde computercodes te laten ontcijferen op een systeem waarop iedereen is aangesloten: de blockchain.

De bekendste en eerste cryptovaluta is de bitcoin. Andere populaire cryptovaluta zijn Ethereum, XRP, Cardano en Dogecoin. Gebruikers zien als grootste voordeel dat crypto's zonder tussenkomst van banken kunnen worden gebruikt. Een nadeel is dat crypto's een erg onstabiele waarde hebben. Cryptocurrency kan snel in waarde toe- en afnemen. Er is geen wettelijke minimumleeftijd voor het gebruiken van crypto. Er zijn wel aanbieders die een minimumleeftijd van 18 jaar eisen voor het verhandelen.



## Waarom online weerbaarheid?

De cryptowereld is een wereld waarin anderen laten zien hoe rijk ze zijn geworden en hoe ze soms duizenden euro's op een dag hebben verdiend. Eenmaal in de ban van dit verhaal, krijg je op sociale media door algoritmes ongevraagd advies over crypto. Nagenoeg al deze ongevraagde informatie gaat over rijk worden en winst maken. Het algoritme zorgt ervoor dat de jongeren zo steeds geïnteresseerder raken in crypto. Onwetende kopers worden beïnvloed om een bepaalde munt te kopen.

Eigenlijk teert de cryptomarkt op mensen die er niet handig in zijn. Het lijkt op gokken: jongeren die snel 'geld willen maken' ervaren vaak een instant behoeftebevrediging, terwijl je voor het handelen in crypto's juist veel geduld en kennis nodig hebt. Er zijn veel aasgieren actief om minder ervaren handelaars/kopers geld afhandig te maken. Op het moment dat je denkt dat je de maatschappij te slim af bent, voel je je slimmer dan de rest. Dat kan een fijn gevoel zijn. Verleiders haken hier op in en dat heeft zijn uitwerking op jongeren die online minder weerbaar zijn. Onzekerheid, onwetendheid en goedgegelovigheid kunnen leiden tot het nemen van grote (financiële) risico's, met alle gevolgen van dien.

## Wat kunnen jongeren leren?

Online weerbaarheid kan voorkomen dat een jongere zonder kennis of ervaring financiële risico's neemt, op basis van beloftes en illusies die hij ziet op sociale media. Als jongerenwerker of straathoekwerker kun je met jongeren in gesprek gaan over (cyber)geld en hoe geloofwaardig de verhalen zijn. Door te signaleren en met jongeren in gesprek te gaan, kun je weerbaarheid helpen vergroten.

### Weet waar je aan begint

Het kost heel veel tijd, inzicht en geduld om met crypto geld te verdienen. Veel jongeren willen snel veel winst maken. Maar alleen als je veel inzicht in de markt en in jezelf hebt, en kennis van zaken, kun je winst maken. Als je met jongeren bespreekt dat je veel tijd aan onderzoek moet besteden, wees dan helder over wat dat inhoudt. Soms vinden jongeren twee uur onderzoek al veel. Professionele cryptohandelaars zijn hier minstens acht uur per dag mee bezig.



### Wat jongeren over het handelen zouden moeten leren/weten:

- Investeer geen geld dat je niet kunt missen of niet hebt.
- Investeer niet in iets waar je geen verstand van hebt.
- Nieuwsberichten over cryptokoersen hebben altijd een doel om koersen positief of negatief te beïnvloeden
- Zonder kennis en een strategie is de kans op succes heel klein en de kans op stress heel groot.
- Als je het doet, stel voor jezelf grenzen en regels waar je je aan houdt.
- Maak een schema, zodat je er alleen op bepaalde tijden mee bezig bent en niet elke minuut op je telefoon naar de koersschommelingen kijkt.
- Wees waakzaam op stressproblemen of andere problemen die veroorzaakt worden door je gedrag. Praat erover met mensen die je vertrouwt of met een professional.
- Zoek naar afwisseling in je leven. Zorg dat je ook sport doet, ga naar buiten en zorg dat je tijd maakt voor je familie en vrienden.

### Wat jongeren over zichzelf zouden moeten weten/leren:

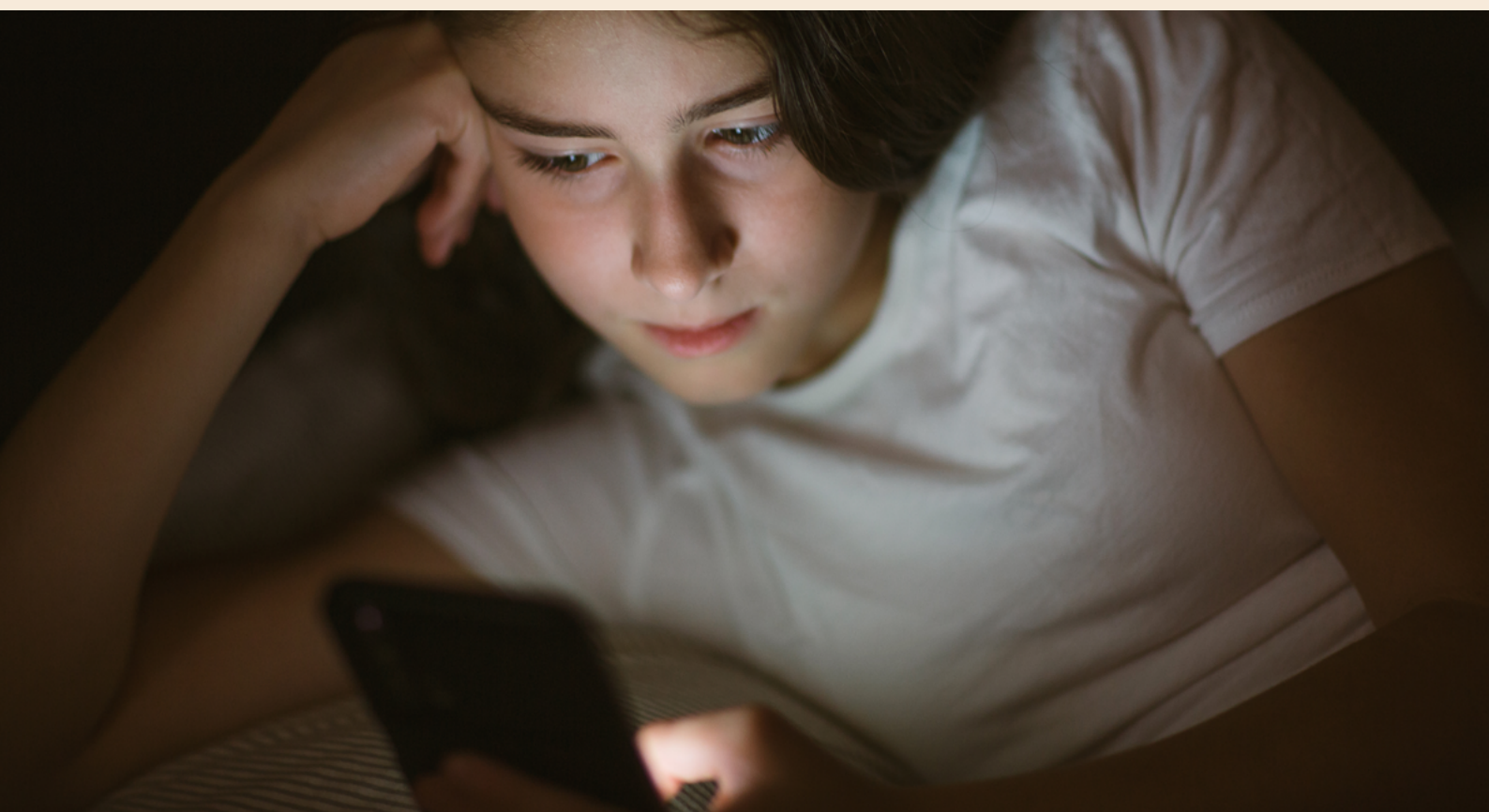
- ▶ Waarin ben ik beïnvloedbaar?
- ▶ Hoe zorg ik dat ik niet misleid word?
- ▶ Durf ik hulp te vragen?
- ▶ Ben ik leerbaar?
- ▶ Heb ik echt geld over dat ik kan investeren?
- ▶ Ben ik verslavingsgevoelig?
- ▶ Gaat mijn crypto-interesse gepaard met middelengebruik?
- ▶ Kan ik met een open mind luisteren naar argumenten om niet in crypto te investeren?
- ▶ Blijf ik in contact met familie en vrienden als ik een interesse heb?
- ▶ Heb ik een (normaal) dag/nacht ritme (zoals andere mensen dat hebben)?
- ▶ Heb ik nog andere interesses/activiteiten?



## Ga je te ver?

Als je crypto verhandelt en daar veel tijd in investeert, betekent dit niet automatisch dat je verslaafd bent. Maar soms ga je gemakkelijk een grens over. Maar wanneer ga je te ver? Je kunt daarvoor kijken naar onderstaande kenmerken van een gokverslaving. Het onderliggende gedrag dat bij handelen van crypto's komt kijken, lijkt daar namelijk veel op.

- Je geeft meer geld uit dan je je had voorgenomen, waardoor je in de financiële problemen komt.
- Je gaat meestal door als je aan het verliezen bent.
- Je kunt bijna aan niets anders meer denken en wilt het liefst zo vaak mogelijk ermee bezig zijn.
- Je omgeving vindt dat je te veel gokt.
- Je probeert het verborgen te houden voor je omgeving.
- Je besteedt meer tijd aan het gokken dan je met jezelf had afgesproken.
- Je verwaarloost andere activiteiten en komt afspraken en verplichtingen niet na.





## Wat kun je als jongerenwerker of straathoekwerker doen?

### ▶▶ Reflecteren en begeleiden

Jongeren hebben voorlichting en begeleiding nodig. Ze kunnen veel geld verliezen en hebben meer inzicht in hun impulsbeheersing nodig. Daag ze uit om na te denken over hoe je kunt vermijden om aan cryptohandel mee te gaan doen als je verslavingsgevoelig, impulsief en beïnvloedbaar bent. Vraag welke voorbeelden de jongeren zelf in hun omgeving hebben. Dat geeft extra aanknopingspunten om samen na te denken over een passende aanpak.

### ▶▶ Signaleren en doorverwijzen

Investeer in preventie, signaleren en - waar nodig - doorverwijzen. Soms lijken jongeren zich goed voorbereid en ingelezen te hebben, maar zitten ze er toch naast. Er zijn 'stop losses' op de juiste plekken ingezet, ze werken met een 'dollar cost average' en denken dat ze alles onder controle hebben. Laat je als jongerenwerker door deze termen niet misleiden of ontmoedigen. Blijf het gesprek aangaan door te vragen naar uitleg en onderbouwing. Beweeg mee op de interesse die ze hebben en vraag er bijvoorbeeld een deskundige bij die in het onderwerp thuis is.

### ▶▶ Werk aan preventie

Ga in gesprek over wat handelen in crypto inhoudt. Kijk daarbij samen ook naar wat online gokken is. Ga op zoek naar wat de overeenkomsten en verschillen zijn. Je kunt bijvoorbeeld vragen wat de strategie van de jongere is. Als er geen strategie is, wordt het gokken.

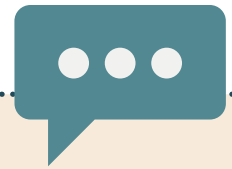




## Tips om in het gesprek jongeren mee te geven:

1. Als je echt iets wilt verdienen met crypto, kost dat veel tijd en onderzoek: je moet eerst leren/studeren.
2. Begin met een klein bedrag dat je kunt missen. Stop nooit iets in de cryptohandel wat je niet kunt missen:
  - Ook niet uit fomo (fear of missing out).
  - Ook niet als je vrienden het zeggen of een nieuwsartikel een succesvolle stijging belooft.
3. De risico's zijn enorm: het is eigenlijk beleggen. Er zijn geen garanties. Het is als gokken.
4. Van gokken kun je nooit rijk worden. De enige die er rijk van wordt is het casino of de eigenaar van het spel. Zij worden rijk van het verlies van anderen.
5. Het is belangrijk dat je de baas bent over je impulsen en emoties (wat erg moeilijk is voor veel pubers).
6. Houd een dagboek bij waarin je je eigen emoties noteert, zodat je zicht op oorzaak en gevolg krijgt.
7. Je kunt misleid worden door desinformatie, bijvoorbeeld mensen die samen een munt verzinnen of een cryptomunt groot willen maken.
8. Er bestaat geen goed gratis advies over dit onderwerp. Waarschijnlijk word je beïnvloed om een bepaalde munt te kopen, waar je geld aan gaat verliezen. Er zijn veel aasgieren actief om minder ervaren handelaars/kopers geld afhandig te maken.
9. Als iets te mooi is om waar te zijn, dan is dat het meestal ook!





## Hoe kun je een crypto- of gokverslaving herkennen?

- De jongere is alleen nog met het handelen van crypto of gokken bezig. Alle andere activiteiten, zoals werk, sporten, het sociale leven, raken steeds meer op de achtergrond.
- Als de jongere niet online kan om te spelen of de koersen te checken, leidt dat tot irritatie of paniekaanvallen.
- Om dezelfde 'high' te krijgen, moet de jongere steeds investeren. De jongere begint daardoor schulden op te bouwen en krijgt financiële problemen.
- De jongere begint te liegen tegen familieleden en vrienden over het verliezen van geld of de tijd die aan gokken of het crypto handelen besteed wordt.
- Stemningswisselingen, paniekaanvallen, depressief zijn en wanhopige gevoelens nemen steeds vaker de overhand.
- De jongere begint zo onrustig te worden, dat het zich uit in lichamelijke problemen, zoals uitbundig zweten en trillen.
- Er zijn onrealistische overtuigingen van de jongere over winnen.
- De jongere probeert activiteiten onder controle te houden, maar zonder succes.
- Er is weerstand om nieuwe of andere handelsstrategieën uit te proberen of te leren, de jongere houdt vast aan het eigen gelijk. Hij/zij zit gevangen in een eigen wereld.





Jongeren die te weinig geduld hebben om zich te verdiepen in de cryptohandel, maar die wel snel geld willen verdienen en verslavingsgevoelig zijn, kunnen ook vatbaar zijn voor online gokverslaving. Zeker nu gokreclames overal te horen en te zien zijn, is het heel verleidelijk om een gokje te wagen. Het ziet er dan ook heel gezellig en normaal uit in de reclames.

- **Als je weet dat verslaving in iemands familie voorkomt, wees dan extra alert en ga gesprekken hierover niet uit de weg.**



Handige sites met tips voor professionals en jongeren en hun naasten over gokverslaving. Met een telefoonnummer dat dag en nacht bereikbaar is:

**Jellinek**

[www.jellinek.nl/behandelingen/ben-ik-verslaafd](http://www.jellinek.nl/behandelingen/ben-ik-verslaafd)

**Loketkanspel**

[www.loketkansspel.nl/ik-wil-nu-stoppen.html](http://www.loketkansspel.nl/ik-wil-nu-stoppen.html)

**Yes We Can:**

[www.yeswecanclinics.nl/  
verslavingen-en-problematisch-middelengebruik/gokverslaving](http://www.yeswecanclinics.nl/verslavingen-en-problematisch-middelengebruik/gokverslaving)



# Colofon

## Themakaarten Online weerbaarheid

©Samen voor jongeren Amsterdam

[www.samenvoorjongerenamsterdam.nl](http://www.samenvoorjongerenamsterdam.nl)  
mei 2023

**Teksten:** Martine Borgdorff, Solange Jacobsen, Jacqueline Kleijer

**Eindredactie:** Martine Borgdorff

**Coördinatie:** Solange Jacobsen

**Vormgeving:** Somethingllse

**Beeldmateriaal:** Freepik, Envato elements

**Met dank aan:** Oussama Aakouk, Desta Deekman, Erol Esef, Laya Leysner, Carlos Lowijs, Fatiha Majdoub, Marleen Oostenbrink, Clemens Streng, Valérie Wallenburg

De themakaarten Online Weerbaarheid maken deel uit van het project Online Weerbaarheid van Samen voor jongeren Amsterdam. Dit project richt zich op het ontwikkelen en verspreiden van kennis en vaardigheden voor jongeren- en straathoekwerkers, zodat zij voor èn met kwetsbare kinderen en jongeren kunnen werken aan het vergroten van online weerbaarheid. Samen voor jongeren Amsterdam is een stedelijke samenwerking van Combiwel, DOCK, Dynamo Amsterdam, perMens, the Mall de Baarsjes en Venzo&Swazoom Welzijn.

*Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, door middel van druk, fotokopieën, geautomatiseerde gegevensbestanden of op welke andere wijze ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.*

**Samen voor  
Jongeren**  
A M S T E R D A M 

*Combiwel, DOCK, Dynamo, perMens, Swazoom en The Mall  
werken Samen voor Jongeren in Amsterdam*