Dit document is gedownload door () op October 25, 2026.
Mag alleen gekopieerd worden voor gebruik binnen de school van 'gebruiker'. Zie ook de abonnementsvoorwaarden van Leapo.

Face to feed - Van zelfbeeld tot e-beeld

In deze les ervaren leerlingen hoe zij online zichtbaar zijn en hoe dit online beeld zich verhoudt tot hoe zij zichzelf zien. Zij starten met het verkennen van hun online identiteit door te onderzoeken wat er online over henzelf te vinden is en het maken van een e-beeld. Vervolgens vergelijken zij dit online beeld met hun zelfbeeld en ontdekken zij wat klopt, wat niet klopt, wat eventueel verouderd is en wat ontbreekt. Zo krijgen leerlingen inzicht in hun online identiteit en digitale sporen. Ook leren ze hoe online beelden op grote schaal invloed kunnen hebben op beeldvorming en hoe digitale media de samenleving beïnvloeden. Totale duur: 65 minuten.

LESOPBOUW

- Introductie: leerlingen maken kennis met het thema online identiteit en denken na over wat een zelfbeeld is en hoe dit online kan verschillen. (10 min.)
- Doen: leerlingen onderzoeken hun e-beeld door te kijken wat er online over henzelf te vinden is. Vervolgens vergelijken zij dit e-beeld met hun zelfbeeld en bekijken wat klopt, wat niet klopt, wat eventueel verouderd is en wat ontbreekt (30 min.).
- Verdieping: leerlingen reflecteren klassikaal op wat er mis kan gaan bij online identiteit en bespreken hoe online beelden vertekend kunnen zijn en welke invloed digitale media daarmee hebben op beeldvorming in de samenleving (15 min.).
- Afronding: leerlingen delen hun inzichten over zelfbeeld en e-beeld en reflecteren op hoe online beelden ontstaan, wat ze doen met mensen en hoe mensen digitale media beïnvloeden (10 min.).

VOORBEREIDING & BENODIGDHEDEN

Van tevoren kun je een aantal dingen doen:

- Lees de handleiding en DIY-opdracht.
- Zorg voor een digibord met internetverbinding en klik alvast een keer door de slides.
- Zorg per leerling voor een device met internetverbinding.

BURGERSCHAP

In deze les staat het domein **democratische oefenplaats** en **samenleven in een democratische rechtsstaat** centraal, waarbij de focus ligt op *het stimuleren van sociale vaardigheden en kritische denkvaardigheden* en *het verkennen van de eigen identiteit ten aanzien van aspecten van diversiteit* (kerndoelen 19b en 21b, definitieve concept-kerndoelen burgerschap). Tijdens de les gaan leerlingen kritisch nadenken over online beelden en hoe digitale media selectief werken, ook onderzoeken zij hun eigen e-beeld (digitale voetafdruk) en reflecteren zij op hun online identiteit in relatie tot hun zelfbeeld.

Het onderdeel Burgerschap in de Digi-doener is gebaseerd op de conceptkerndoelen Burgerschap zoals in 2025 door SLO gepubliceerd. SLO maakt een onderscheid tussen drie domeinen van burgerschapsonderwijs: democratische oefenplaats, samenleven in een democratische rechtsstaat en vormgeven aan democratische en maatschappelijke betrokkenheid. Meer informatie over de conceptkerndoelen vind je hier.

ETHIEK

In deze les staat het volgende ethische vraagstuk centraal: *Wie bepaalt hoe jij online wordt gezien: jijzelf of digitale media?*

Stichting FutureNL ontwikkelt onafhankelijk lesmateriaal. © 2026 Iedereen mag deze les downloaden, delen en uitprinten (alleen niet als je er geld mee wilt verdienen). Doen! Creative Commons licence: CC BY-NC-ND 4.0. Deze les is gemaakt door Karlijn Ballemans.

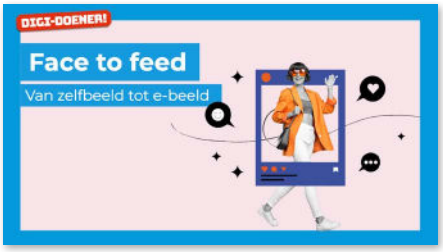
Dit document is gedownload door () op October 25, 2026.
Mag alleen gekopieerd worden voor gebruik binnen de school van 'gebruiker'. Zie ook de abonnementsvoorwaarden van Leapo.

DOEL VAN DE LES

Conceptkerndoelen digitale geletterdheid 2025	Leerdoelen digitale geletterdheid	Kerndoel vak	21st century skills
24B Digitale technologie, jezelf en de ander De leerling maakt weloverwogen keuzes bij het gebruik van digitale technologie en digitale media.	**1 Mediawijsheid** 3.3 Ik kan uitleggen wat mijn online identiteit is (het totaal van gegevens, afbeeldingen, registraties en andere digitale sporen) en onderzoeken welke informatie over mij online te vinden is en waar die vandaan komt.	**1 Oriëntatie op jezelf en de wereld** De leerlingen leren zorg te dragen voor de lichamelijke en psychische gezondheid van henzelf en anderen.	**1 Zelfregulering**
24C Digitale technologie, jezelf en de wereld De leerling verkent hoe digitale technologie, digitale media en de samenleving elkaar wederzijds beïnvloeden.	**2 Mediawijsheid** 3.2 Ik kan voorbeelden geven van hoe digitale media invloed hebben op de samenleving en hoe mensen invloed hebben op de ontwikkeling van digitale media.	**2 Oriëntatie op jezelf en de wereld** De leerlingen leren zich te gedragen vanuit respect voor algemeen aanvaarde waarden en normen.	**2 Kritisch denken**
22C Data Beantwoorden van een vraag met behulp van een dataset.			

INTRODUCTIE

Openingsslide



Slide 1, Praten met de klas

Open de les met de vraag wie weleens zijn of haar eigen naam heeft opgezocht op het internet. Vraag daarna door met vragen als:

- Wat kwam je tegen?
- Vond je veel of juist weinig informatie?
- Herken je jezelf in wat je online zag?
- Was er iets wat je verraste?

Houd het gesprek algemeen en benadruk dat leerlingen niets hoeven te delen wat ze niet willen.

Slide 2, Praten met de klas

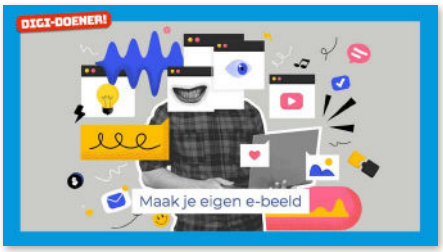
Leg uit dat alles wat online over iemand te vinden is samen zijn/haar **online identiteit** vormt. Dit online beeld ontstaat op basis van digitale sporen: informatie die je zelf deelt, maar ook informatie die automatisch wordt vastgelegd of door anderen wordt geplaatst. Benoem dat dit online beeld kan verschillen van hoe iemand zichzelf ziet: het **zelfbeeld**.

Stichting FutureNL ontwikkelt onafhankelijk lesmateriaal. © 2026 Iedereen mag deze les downloaden, delen en uitprinten (alleen niet als je er geld mee wilt verdienen). Doen! Creative Commons licence: CC BY-NC-ND 4.0. Deze les is gemaakt door Karlijn Ballemans.

Dit document is gedownload door () op October 25, 2026.
Mag alleen gekopieerd worden voor gebruik binnen de school van 'gebruiker'. Zie ook de abonnementsvoorwaarden van Leapo.

DOEN

Slide 3, Doen

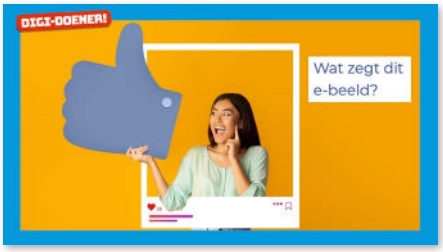


Laat leerlingen een e-beeld van zichzelf maken door een zoektocht op internet naar zichzelf te doen. Leerlingen gebruiken het werkblad om vast te leggen welke informatie zij online over zichzelf vinden, zoals namen, foto's, accounts, oude berichten of vermeldingen. Benadruk dat het doel is te ontdekken hoe hun online identiteit eruitziet, niet om persoonlijke of gevoelige informatie te delen.

Geen devices beschikbaar
Als leerlingen geen eigen device hebben, kan de les ook klassikaal of op papier worden uitgevoerd. Bespreek samen welke informatie vaak online over mensen te vinden is (bijvoorbeeld namen, foto's, accounts, oude berichten) en laat leerlingen op basis daarvan bedenken hoe een e-beeld eruit zou kunnen zien. Leerlingen vullen het werkblad dan in vanuit hun verwachting: *Wat zou iemand van mij kunnen zien als diegene mij online opzoekt?*

Weinig of niets online te vinden
Wanneer leerlingen weinig of niets over zichzelf online kunnen vinden, kun je dit juist als uitgangspunt voor reflectie gebruiken. Bespreek met leerlingen wat het betekent als iemand nauwelijks online zichtbaar is en hoe er dan toch een beeld kan ontstaan. Laat leerlingen nadenken over vragen als: *Wat zou iemand dan over mij denken? Welke informatie ontbreekt?*

Slide 4, Praten met de klas



Bespreek vervolgens klassikaal wat leerlingen zijn tegengekomen bij het onderzoeken van hun e-beeld. Begin met algemene ervaringen en benadruk dat leerlingen alleen delen wat zij zelf willen. Het doel van deze nabespreking is niet om persoonlijke informatie te bespreken, maar om inzicht te krijgen in hoe online beelden ontstaan.

Start het gesprek met vragen als:
- Wat viel je op bij het zoeken naar jezelf online?
- Vond je veel of juist weinig informatie?
- Kwam je dingen tegen die je verrasten, of die niet (helemaal) over jou gingen?
- Denk je dat jouw e-beeld een goed beeld van jou geeft, waarom wel of niet?

Sta vervolgens stil bij het verschil tussen het **zelfbeeld** en het **e-beeld**. Bespreek dat het e-beeld vaak bestaat uit losse stukjes informatie en daardoor onvolledig, verwarrend of zelfs onjuist kan zijn. Benoem dat dit beeld niet alleen ontstaat door wat iemand zelf deelt, maar ook door wat anderen plaatsen of door informatie die automatisch online verschijnt.

Stichting FutureNL ontwikkelt onafhankelijk lesmateriaal. © 2026 Iedereen mag deze les downloaden, delen en uitprinten (alleen niet als je er geld mee wilt verdienen). Doen! Creative Commons licence: CC BY-NC-ND 4.0. Deze les is gemaakt door Karlijn Ballemans.

Dit document is gedownload door () op October 25, 2026.
Mag alleen gekopieerd worden voor gebruik binnen de school van 'gebruiker'. Zie ook de abonnementsvoorwaarden van Leapo.

VERDIEPING

Slide 5, Praten met de klas

Bespreek klassikaal wat er mis kan gaan bij online identiteit met vragen als:

- Wat kan iemand verkeerd begrijpen als diegene alleen een online beeld ziet?
- Wat gebeurt er als een online beeld onvolledig is of niet helemaal klopt?
- Kun je bedenken wat daarvan de gevolgen kunnen zijn voor iemand?

Omgaan met gevoelige onderwerpen

Deze opdracht kan gevoelige ervaringen oproepen, zoals online haat, kwetsende opmerkingen of het delen van persoonlijke beelden. Houd het gesprek daarom altijd algemeen en laat leerlingen alleen delen wat zij zelf willen. Merk je dat er meer speelt in de klas en wil je hier verder op ingaan, dan kun je gebruikmaken van de lessenreeks Mijn Cyberrijbewijs. Deze lessenreeks helpt om op een veilige manier in gesprek te gaan over thema's als online hate speech, online fraude, doxing, hacking en sexting.

Slide 6, Praten met de klas

Ga met de klas verder in gesprek over de rol van digitale media door vragen te stellen als:

- Welke soorten beelden zie je online vaak terug?
- Waarom zijn dat meestal de mooie, leuke of succesvolle kanten van mensen?
- Wie of wat zie je juist minder snel online?

Leg vervolgens de nadruk op de selectiviteit van digitale media. Benoem dat online vooral beelden zichtbaar worden die opvallen, goed scoren of aantrekkelijk zijn. Hierdoor bepalen digitale media mede welke beelden, mensen en verhalen zichtbaar worden, terwijl andere kanten en verhalen minder snel in beeld komen.

Slide 7, Praten met de klas

Maak daarna expliciet de stap naar de samenleving door te bespreken dat deze selectieve manier van zichtbaar maken invloed heeft op hoe we denken over mensen, succes en beroemdheid:

- Wat doet het met je beeld van de wereld als je vooral perfecte of populaire mensen ziet?
- Wie bepaalt wat wij normaal, belangrijk of bijzonder vinden? Jijzelf, of wat je online ziet?

Stichting FutureNL ontwikkelt onafhankelijk lesmateriaal. © 2026 Iedereen mag deze les downloaden, delen en uitprinten (alleen niet als je er geld mee wilt verdienen). Doen! Creative Commons licence: CC BY-NC-ND 4.0. Deze les is gemaakt door Karlijn Ballemans.

Dit document is gedownload door () op October 25, 2026.
Mag alleen gekopieerd worden voor gebruik binnen de school van 'gebruiker'. Zie ook de abonnementsvoorwaarden van Leapo.

AFRONDING

Slide 8, Praten met de klas

Laat leerlingen reflecteren op wat zij hebben geleerd over online identiteit en de invloed van digitale media op de samenleving. Sluit daarna af met de gezamenlijke conclusie dat digitale media niet alles laten zien en invloed hebben op welke beelden en verhalen zichtbaar zijn, en daarmee op hoe we naar mensen en de samenleving kijken.

Stichting FutureNL ontwikkelt onafhankelijk lesmateriaal. © 2026 Iedereen mag deze les downloaden, delen en uitprinten (alleen niet als je er geld mee wilt verdienen). Doen! Creative Commons licence: CC BY-NC-ND 4.0. Deze les is gemaakt door Karlijn Ballemans.