



Werkplaatsen
Sociaal Domein



Down the rabbit hole

Lesmodule Polarisation en sociale media in het sociaal werk

Stef Dingemans (Fontys)
Carolien Terhorst (HAN)
David ter Avest (Hogeschool Inholland)

Colofon

Tekst: Stef Dingemans (Fontys), Carolien Terhorst (HAN) en David ter Avest (Hogeschool Inholland)

Vormgeving: David ter Avest (Hogeschool Inholland)
Afbeeldingen: Pexels, Unsplash en DALL-E (GenAI)

Het lesmateriaal is te downloaden via www.werkplaatsensociaaldomein.nl

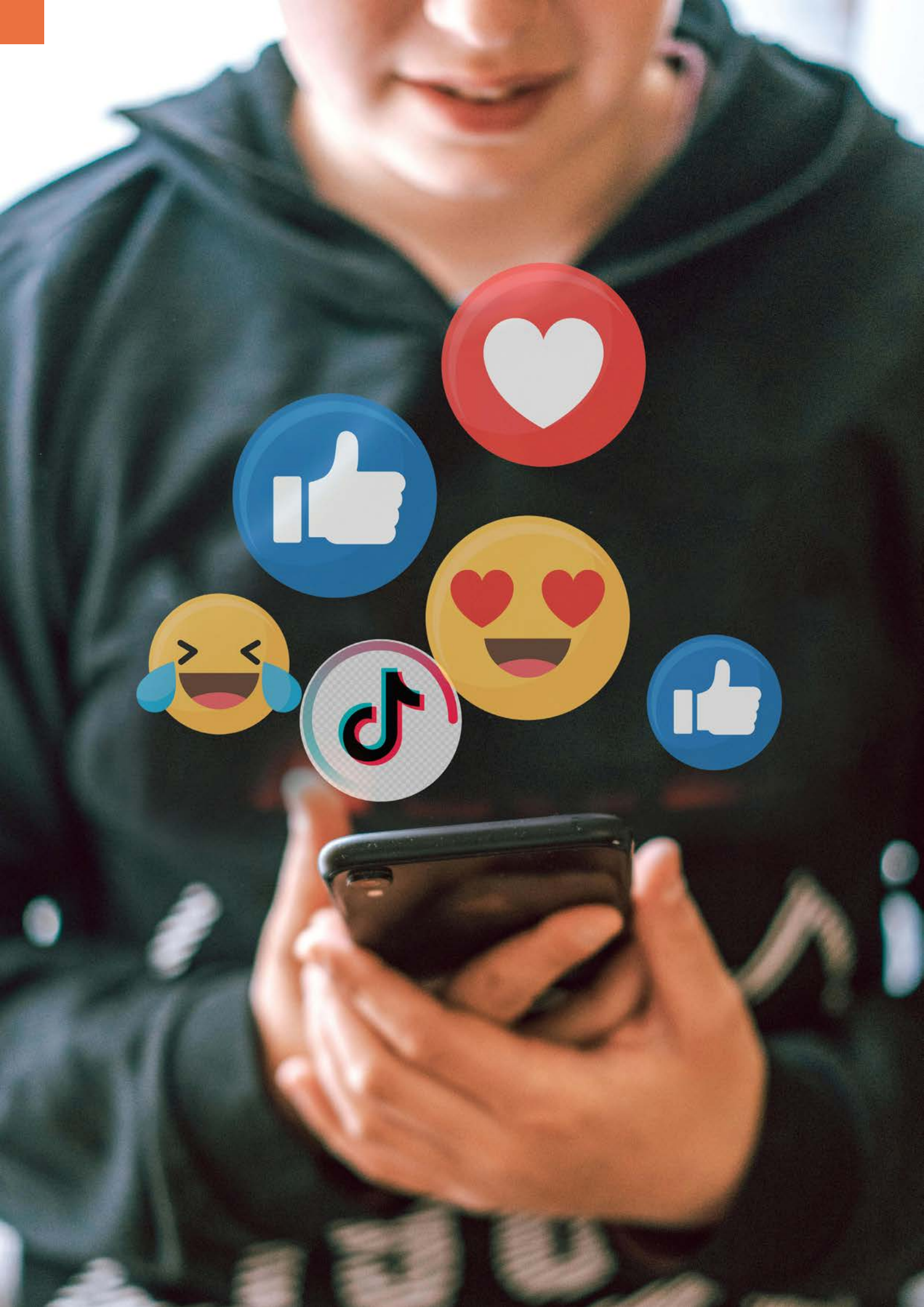
© 2026

Alles uit deze uitgave mag, mits met bronvermelding, worden vermenigvuldigd en openbaargemaakt.



Inhoud

Inleiding	5
Polarisatie en sociale media in het sociaal werk	6
Lesmodule	9
Les 1 Polarisatie en sociale media	10
Les 2 De rol van sociaal werk	11
Les 3 Depolariseren	12
Observatieschema	14
Kennisclip en sheets	15
Referenties	16
Podcast	17



Inleiding

TikTok, Instagram, Snapchat. Sociale media zijn niet meer weg te denken. Over het gebruik van sociale media en de mogelijk risico's is veel bekend, maar wat vraagt dit van het sociaal werk? Een speciale lesmodule staat stil bij deze vraag en brengt sociaal werk, sociale media en polarisatie op interactieve wijze samen.

Sociale media spelen een steeds grotere rol in ieders leven en bieden én versterken uiteenlopende perspectieven en ideeën. Ondanks de grote rol die sociale media spelen in onze samenleving, is dit thema onderbelicht binnen het sociaal werk. Het besef groeit dat de online leefwereld een integraal onderdeel vormt van het sociaal werk. De online en offline leefwerelden zijn in toenemende mate verweven met elkaar, met name voor jongeren. Hoewel sociale media vaak geportretteerd worden als een gevaar, zijn ze ook dé manier om in aanraking te komen met alternatieve kennis, ervaringen en perspectieven. Een plek waar sociaal werkers een actievere rol dienen in te nemen om inzichten te verkrijgen en om te verbinden.

De aandacht voor sociale media binnen het onderwijs is er, maar nog relatief beperkt in scope. Huidige lesmodules over sociale media richten zich veelal op mediawijsheid en veilig intergebruik. De processen achter sociale media en de bredere maatschappelijke gevolgen van algoritmes blijven vaak onderbelicht, maar zijn essentieel om je kritisch tegen te verhouden (De Groot et al., 2023). Recent onderzoek onder jongeren laat zien dat zij bekend zijn met de invloed van algoritmes, maar dat zij onvoldoende begrip hebben van hoe dat precies werkt en hoe je hier grip op kunt krijgen (De Groot et al., 2023).

Binnen het landelijk opleidingsprofiel van de bachelor Social work wordt social media één keer genoemd, waarbij de focus ligt op “middelen, vaardigheden of ondersteuning om mee te kunnen doen in een steeds digitalere wereld” en het belang van kennis om technologie in te zetten (LOO, 2025). Het kritisch verhouden tegenover sociale media en het actief gebruikmaken van de online leefwereld blijven onderbelicht. Daarnaast blijkt uit recent onderzoek dat studenten Social work ook zelf hun online mogelijkheden onderschatten (Terhorst et al., 2024).

Deze lesmodule is ontwikkeld vanuit de overtuiging dat de online leefwereld een onderdeel is van ons dagelijks leven en dat sociaal werkers hierin een proactieve rol dienen aan te nemen.

Polarisatie en sociale media in het sociaal werk

Sociaal werk en de online leefwereld

Binnen een rechtvaardige en gezonde democratie is het van belang dat verschillende standpunten en perspectieven (h)erkend worden. Voor het sociaal werk ligt de uitdaging om hier invulling aan te geven. Juist op plaatsen en bij (kwetsbare) groepen waar vormen van ongelijkheid en onrechtvaardigheid zichtbaar worden, maar ook wanneer standpunten en perspectieven leiden tot ongewenste, negatieve effecten. Sociaal werkers bezitten een sleutelpositie om deze verschillende kennis, ervaringen en perspectieven de ruimte te geven én om te zorgen dat deze ruimte ook blijft bestaan. Ook online.

De online leefwereld vormt tegenwoordig een belangrijk onderdeel van onze samenleving, en daarmee ook van het sociaal werk. Toch zijn veel sociaal werkers online nog beperkt zichtbaar. Terwijl de online leefwereld een integraal onderdeel van het sociaal werk zou moeten vormen (Sieckelinck, 2025). De huidige digitale aandacht richt zich binnen het sociaal werk veelal op mediawijdsheid, weerbaarheid, sociale technologie en digitale technologie (Movisie, 2025). Voor sociale media zijn geen duidelijke richtlijnen of specifieke handvatten ontwikkeld. Sociale media biedt het sociaal werk bij uitstek inzicht in wat speelt in samenleving, maar hier worden ook verschillen versterkt en ligt polarisatie op de loer.

Polarisatie en sociale media

Polarisatie komt in verschillende vormen en niveaus, waarbij sprake is van een bepaalde tegenstelling (Dingemans, 2022). Voor de samenleving kan polarisatie ertoe leiden dat verschillen tussen groepen steeds scherper worden, met wantrouwen, uitsluiting en conflict tot gevolg (Van Wonderen & Van den Berg, 2019; Hartevelde & Rekker., 2021). Mensen gaan denken in tegenstellingen, zoals in 'wij' en 'zij'. Hoewel de feitelijke polarisatie in ons land afneemt, neemt de ervaren polarisatie wel toe (Muis, 2024). Het probleem is niet dat mensen anders denken, maar dat er minder ruimte komt voor nuance en gesprek.

Door sociale media zijn de mogelijkheden gegroeid om polarisatie te voeden en om het wij-zij denken te versterken en te versnellen (Van Wonderen & Van den Berg, 2019; NJI, z.d.). Hierbij bepalen algoritmes in grote mate wat je te zien krijgt. Ze laten vooral content zien die aansluit bij jouw eerdere keuzes. Zo ontstaat een filterbubbel, waardoor je vervolgens in een sociale mediafuij kan belanden. In een sociale mediafuij wordt dit effect sterker: de content wordt eenzijdiger van aard en je ziet steeds dezelfde soort standpunten en perspectieven. Hierdoor kan je wereldbeeld eenzijdig worden, wat polarisatie kan versterken zonder dat je je daar bewust van bent.

Emoties

Daarnaast geven sociale media platformen, zoals TikTok, voorrang aan content die sterke emoties oproepen, zoals boosheid, angst of verontwaardiging. Berichten die emotioneel geladen zijn, worden sneller gedeeld en krijgen daardoor meer zichtbaarheid. Met als gevolg dat feiten en nuance daardoor minder aandacht krijgen. Dit verschijnsel wordt ook wel de nerveuze samenleving (Davies, 2020) of zelfs de hypernerveuze samenleving (RVS, 2025) genoemd. We staan constant 'aan' en worden op ieder moment geconfronteerd met meldingen, berichten, memes, filmpjes en andere prikkels en emoties.

Depolariseren

Voor sociaal werkers is het enerzijds belangrijk om te begrijpen hoe deze emotionele dynamiek online het denken en gedrag van mensen beïnvloedt. Deze processen hebben invloed op hoe mensen zichzelf en anderen zien. Anderzijds kunnen sociaal werkers sociale media gebruiken om beter zicht te krijgen op wat leeft in de samenleving. Juist met gebruik van filterbubbels en sociale mediafinken kan je contact leggen met al die verschillende kennis, ervaringen en perspectieven die online bestaan. De volgende stap is om als sociaal werker hierin een actieve rol te nemen, nu de online en offline leefwerelden niet langer meer los van elkaar gezien kunnen worden.

Het van sociaal werk is enig depolariserend vermogen te verwachten. Depolariseren betekent niet dat iedereen hetzelfde moet denken, maar verdere verharding wordt voorkomen. Depolariseren zorgt ervoor dat er ruimte is en blijft bestaan voor gesprek, twijfel en contact – juist ook wanneer kennis, ervaringen en perspectieven sterk uiteenlopen. En dit begint door zelf onderdeel te zijn van de online wereld.



Lesmodule

Met deze module ervaren studenten eerstehands hoe dergelijke sociale media fuiken werken, welke informatie hierbij zichtbaar is (en welke niet), hoe online actoren zich gedragen en welke subgroepen en werelden hierbij actief zijn. Daarnaast worden bewustwording en handelingsbekwaamheid bij sociaal werkers gestimuleerd.

Studenten gaan zelf aan de slag met de vraag hoe om te gaan met dergelijke online polariserende dynamieken waarin cliënten zich (kunnen) bevinden. Deze module zorgt voor studenten voor een diepgaande leerervaring, waarbij vragen langskomen als: Wat zie ik online voorbij komen? Waar moet ik op letten en welke waarde geef ik hieraan? Welke betekenissen en analyses kan ik maken op basis van observaties, kennis en ervaringen? En hoe kan ik verkregen inzichten inzetten als sociaal werker?

Opzet

De module bestaat uit drie lessen. De eerste les kent een theoretisch en verkennend karakter, de tweede les een reflectief karakter en de derde les een ontwerpend karakter:

- Les 1 Polarisation en sociale media
- Les 2 De rol van sociaal werk
- Les 3 Depolariseren

Doelstelling

Met deze lesmodule verkennen en bevragen studenten hun eigen rol en positie als sociaal werker ten opzichte van polarisation in de online wereld. Deze lesmodule maakt studenten Social work, als toekomstige sociaal werkers, bewust van de polariserende online werkelijkheid waarin cliënten zich een groot deel van de dag begeven.

Toepassing in het onderwijs

De lesmodule is ontwikkeld voor de sociaal werk opleidingen op zowel Hbo- als MBO-niveau. De lesmodule is breed toepasbaar in verschillende vakken zoals professionele ontwikkeling, methodisch handelen en onderzoek doen. Voor vakken waar het thema al (deels) voorkomt biedt deze module een verdiepingsslag.

De lesmodule is voor docenten kant-en-klaar en direct te gebruiken. Voor de lesmodule zijn lesplannen beschikbaar, lessheets, een kennisclip, podcastafleveringen en lees- en kijktips. De module kent een korte variant (lessen 1 en 2) en een complete variant (lessen 1, 2 en 3).

Ontwikkeling

Deze lesmodule is ontwikkeld door drie docentonderzoekers van drie verschillende hogescholen, binnen de werkgroep Polarisation en vertrouwen van de landelijke Werkplaatsen Sociaal Domein. Deze lesmodule is ontwikkeld op basis van literatuurstudie en een casestudyonderzoek naar drie sociale media fuiken. De inzichten uit de casestudies en de opzet met van de lesmodule zijn op verschillende momenten, in Almere, Eindhoven, Nijmegen en Rotterdam, van input en feedback voorzien. Daarnaast zijn de afzonderlijke lessen op verschillende momenten proefgedraaid op Fontys Hogeschool.

Les 1 Polarisation en sociale media

In de eerste les wordt het begrip polarisatie geïntroduceerd en gekoppeld aan sociale media en sociaal werk. De les bevat theoretische achtergrond en duiding over polarisatie. De les bevat een introductieopdracht, een toepassingsopdracht en wordt afgesloten met een huiswerkopdracht ten behoeve van les 2.

Lesplan

Beschrijving	Introductie op het begrip polarisatie in relatie tot sociale media en sociaal werk
Type les	Werkcollege met twee opdrachten
Duur	90 min
Lesdoelen	De student maakt kennis met polarisatie en filterbubbels. De student heeft inzicht in de rol van sociale media binnen polarisatie. De student is in een staat een sociale media fuik te onderzoeken.
00-10	Introductieopdracht
10-20	Bespreking introductieopdracht
20-35	Polarisatie
35-45	Polarisatie en sociale media
45-75	Toepassingsopdracht
75-80	Plenaire terugkoppeling
80-90	Afsluiting en huiswerkopdracht

Toelichting

00-10	Opening met een introductieopdracht Deze opdracht maakt studenten bewust van de mogelijke bubbels waarin ze zitten.
10-20	Bespreken van de introductieopdracht, in groepen of klassikaal. Centraal staan bewustzijn en herkennen van bubbels en diens eigen invloed hierop.
20-35	Deze introductie maakt staat allereerst uitgebreid stil bij het begrip polarisatie. Hierbij is aandacht voor wat polarisatie is (definitie(s) en theorie), binnen sociale media (digitalisering) en de koppeling met sociaal werk (rol en vraagstukken).
35-45	Na de introductie over polarisatie worden de koppeling en rol van sociale media gemaakt. Dit start met eigen ervaringen en opinie. Vervolgens wordt ingezoomd op de rol van filterbubbels, fuiken en echokamers. Ten slotte wordt benoemd dat sociale media inspelen op het oproepen van emoties en wordt de koppeling gemaakt met het sociaal werk.
45-75	Toepassingsopdracht waarbij de student individueel één publieke social media-pagina of filmpje kiest die (sterk) opiniërend is. De student observeert en noteert hierbij type en vorm van informatie en interactie en van beeld en geluid. Vervolgens wordt in duo's een aantal vragen besproken, naar aanleiding van de gedane observaties.
75-80	Plenaire terugkoppeling waarbij klassikaal wordt gevraagd of een aantal studenten hun bevindingen en gevoerde reflectie willen pitchen
80-90	Afsluiting en huiswerkopdracht. De huiswerkopdracht geldt tot aan de volgende les, waarbij studenten een eigen sociale media kanaal en onderwerp kiezen. Vervolgens onderdompelen ze zich in deze sociale media fuik en observeren ze, met behulp van het observatieformulier, wat ze hier tegenkomen. Sta eveneens stil bij ethische overwegingen, zoals het openen van een nieuw en anoniem account voor deze specifieke huiswerkopdracht.

Les 2 De rol van sociaal werk

In de tweede les staat reflecteren op de gemaakte huiswerkopdracht centraal. Tijdens de reflectie wordt de koppeling gemaakt met de theorie over polarisatie en de rol van een sociaal werker. De les wordt afgesloten met een ontwerpmatige huiswerkopdracht ten behoeve van les 3.

Lesplan

Beschrijving	Reflectie op ervaringen en gevoelens bij het observeren van polariserende content vanuit een sociaal werk perspectief
Type les	Werkcollege met een opdracht en stellingen
Duur	90 min
Lesdoelen	De student reflecteert op eigen observaties De student koppelt de bevindingen aan de theorie De student reflecteert op de rol van sociale media binnen het sociaal werk
00-10	Check-in en reactie huiswerkopdracht
10-40	Terugkoppeling rabbit holes
40-50	Plenaire terugkoppeling
50-60	Klassikaal gesprek over polarisatie en rabbit holes.
60-80	Bespreken rol van sociale media en sociaal werk
80-90	Afsluiting, depolariseren en huiswerkopdracht

Toelichting

00-10	Check-in en start tweede les. Korte, plenaire terugblik op de huiswerkopdracht. Vragen of er vragen of opmerkingen zijn naar aanleiding van de eerste les.
10-40	Reflectie op de ervaren rabbit holes, in groepen. De pitches aan elkaar zijn aan de hand van het observatieschema en één post. Vervolgens wordt gezamenlijk enkele reflectieve vragen besproken.
40-50	Plenaire terugkoppeling waarbij de belangrijkste inzichten worden gedeeld.
50-60	Klassikaal gesprek over polarisatie en rabbit holes.
60-80	Bespreken van de rol van sociale media en sociaal werk. Klassikaal gesprek aan de hand van vijf stellingen.
80-90	Afsluiting van de les die start met een korte toelichting op depolariseren. Vervolgens wordt de huiswerkopdracht geïntroduceerd. De huiswerkopdracht is een ontwerpopdracht, waarbij studenten in groepen als influencers online een depolariserende interventie ontwikkelen en uitvoeren. De interventie wordt in de 3e en laatste les gepresenteerd en besproken.

Les 3 Depolariseren

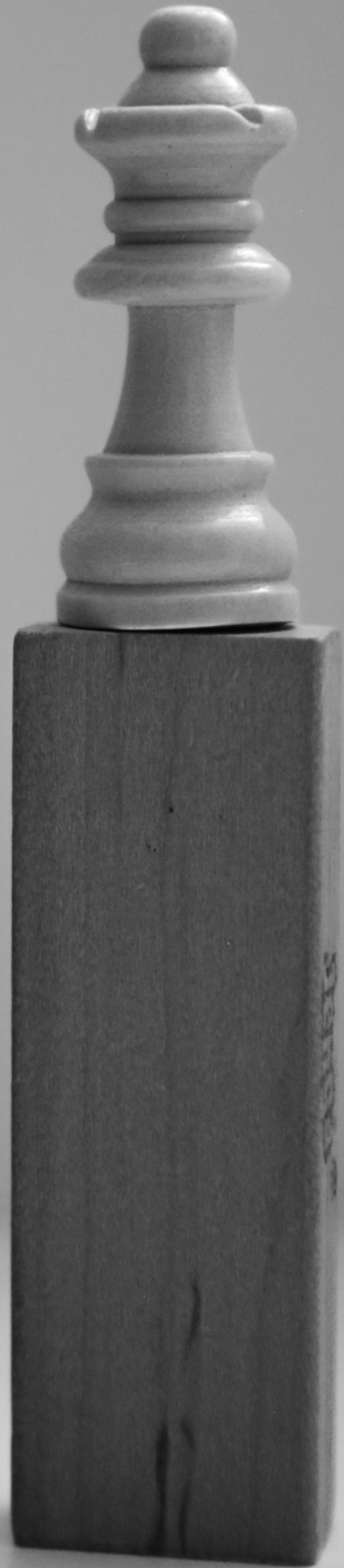
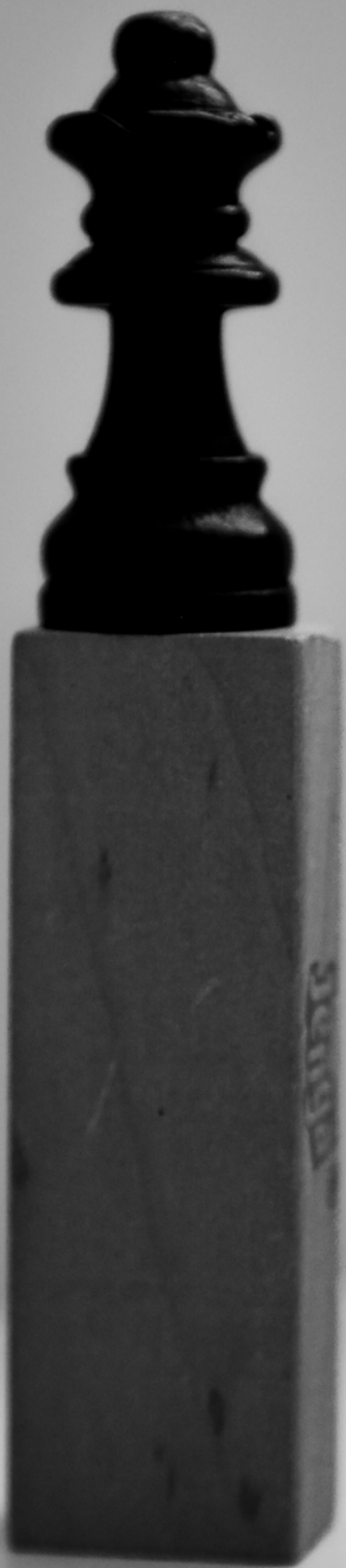
In de eerste les wordt het begrip polarisatie geïntroduceerd en gekoppeld aan sociale media en sociaal werk. De les bevat theoretische achtergrond en duiding over polarisatie. De les bevat een introductieopdracht, toepassingsopdracht en wordt afgesloten met een huiswerkopdracht ten behoeve van les 2.

Lesplan

Beschrijving	Presentatie van interventies en bespreken van (on)mogelijkheden van de sociaal werker ten opzicht van depolariseren
Type les	Werkcollege met een presentaties
Duur	90 min
Lesdoelen	De student presenteert passende, depolariserende interventies De student heeft inzicht in de rol, houding en online invloedssfeer van de sociaal werker
00-10	Check-in en reactie tweede huiswerkopdracht
10-50	Presentaties van de ontwikkelde en uitgevoerde interventies
50-80	Klassikaal gesprek over de rol, houding en online invloedssfeer van de sociaal werker
80-90	Afsluiting van deze lesmodule

Toelichting

00-10	Check-in en start derde les. Vragen of er vragen of opmerkingen waren naar aanleiding van de tweede les.
10-50	Presentaties van de ontwikkelde en uitgevoerde interventies. De presentaties worden indien mogelijk online gedeeld via de hashtag #downtherabbitholesw. Na iedere presentatie is er ruimte voor reacties en vragen.
50-80	Klassikaal gesprek over de rol, houding en online invloedssfeer van de sociaal werker. Hierbij wordt een zin afgemaakt en wordt er kort stilgestaan bij bestaande interventies.
80-90	Afsluiting van deze lesmodule, waarbij ruimte is voor feedback op de lesmodule.



Observatieschema

Algemeen

Geobserveerd van: t/m
Sociale medium:
Sociale media fuik:
Blanco account of eigen account?
Eigen account? Te verwachten invloed:

Schema

Inlogmoment	Bron	Post (vorm)	Contextbeschrijving*	Notities

*Contextbeschrijving

- Beelden
- Teksten
- Geluiden
- Kleuren
- Informatie
- Interactie
- Patronen

Kennisclip en sheets

Elke les kent een eigen PowerPoint-presentatie met sheets en instructie voor docenten.



Voor Les 1 is een speciale kennisclip ontwikkeld over polarisatie.



Referenties

- Brandsma, B. (2020). *Polarisatie. Inzicht in de dynamiek van wij-zij denken*. BB in Media.
- Davies, W. (2019). *Nervous states: Democracy and the decline of reason*. WW Norton & Company.
- De Groot, T., de Haan, M., & van Dijken, M. (2023). Learning in and about a filtered universe: young people's awareness and control of algorithms in social media. *Learning, Media and Technology*, 48(4), 701-713. <https://doi.org/10.1080/17439884.2023.2253730>
- Dingemans, S. (2022). *Polarisatie. Een verkennende studie*. Fontys Hogeschool.
- Dingemans, S. (2025). "Who are those people?" Causes and Consequences of Polarization in the Schooled Society. *Journal of Social Intervention: Theory and Practice*, 34(2). <https://doi.org/10.54431/jsi.872>
- Harteveld, E. & Rekker, R. (2021). Polarisatie in Nederland. In T. Sipma, M. Lubbers, T. van der Meer, N. Spierings & K. Jacobs (Eds.), *Versplinterde vertegenwoordiging: Nationaal Kiezersonderzoek 2021* (pp. 113-124).
- Mediawijs (z.d.). *Wat is een echokamer?* <https://www.mediawijs.be/nl/artikels/wat-een-echokamer>
- Mediawijsheid (z.d.). *Filterbubbel*. <https://www.mediawijsheid.nl/filterbubbel/>
- Movisie (2021). *3 lessen om online polarisatie aan te pakken*. <https://www.movisie.nl/artikel/3-lessen-om-online-polarisatie-aan-te-pakken>
- Movisie (2025). *De kracht van sociale technologie in het sociaal werk*.
- Muis, Q. (2024). "Who are those people?": Causes and Consequences of Polarization in the Schooled Society. Open Press Tilburg University. <https://doi.org/10.56675/tsb.27333853>
- Nederlands Jeugdinstituut (z.d.). *De invloed van media op polarisatie*. <https://www.nji.nl/kennis/polarisatie/de-invloed-van-media-op-polarisatie>
- Raad voor Volksgezondheid & Samenleving (2025) *Op de rem. Voorbij de hypernerveuze samenleving*.
- Sieckelincx, S. (2025). 'Onlife' present zijn. *Vakblad Sociaal Werk*, 26(1), 5-8 <https://doi.org/10.1007/s12459-025-2047-9>
- Sociaal en Cultureel Planbureau (2022). *Driekwart van de Nederlanders denkt dat polarisatie toeneemt*. <https://www.scp.nl/actueel/nieuws/2022/12/29/ergernis-over-harde-toon-en-extreme-uitingen-in-politieke-en-publieke-debat>
- Terhorst, C., Rommes, E., van den Bogert, K., & Verharen, L. (2024). The everyday civic engagement of social work students. *Social Work Education*, 43(9), 2975-2991, <https://doi.org/10.1080/02615479.2024.2308681>
- Todorović, D., Koetsenruijter, R., Manders, W., & Sieckelincx, S. (2023). *Echt zijn in de online leefwereld: Een handreiking voor jongerenwerkers*. Hogeschool van Amsterdam.
- Van der Veer, N., Bloemert, E., & Lohuis, J. (2026). *Nationaal Social Media Onderzoek 2026*.
- Van Wonderen, R. (2019). *Van polarisatie naar verbinding in buurten*. Kennisplatform Inclusief Samenleven.
- Van Wonderen, R. & Van den Berg, G. (2019). *Jongeren en polarisatie*. Verwey-Jonker Instituut & Nederlands Jeugdinstituut.
- Verloove, J., Van Wonderen, R., & Felten, H. (2020). *Theorieën en aanpakken van polarisatie*. Kennisplatform Inclusief Samenleven.
- Willems, R., Huijnk, W., Boelhouwer, J., Broere, J., Eggink, E., Flore, P., ... & de Vos, S. (2025). *Sociale en Culturele Ontwikkelingen 2025*. Sociaal en Cultureel Planbureau.

Kijktips

- Fontys (2024). [Online college - Polarisatie: meer dan zwart-wit](#).
- Inside Polarisation (z.d.). [Animaties](#)

Podcast

Twee podcastafleveringen staan stil bij deze lesmodule en het achterliggende onderzoek.

Sociaal. Inspireert!

Aflevering 16 - Down the rabbit hole.

In deze aflevering gaat docentonderzoeker Jaap van den Bosch (Hogeschool Inholland) in gesprek met Carolien Terhorst (HAN), Stef Dingemans (Fontys) en David ter Avest (Hogeschool Inholland). De aflevering neemt je mee in de wereld van de tradities, de verschillende vormen van polarisatie, de rol van het sociaal werk en biedt een toelichting op de ontwikkelde lesmodule Down the rabbit hole.



Social Work Future Proof

Aflevering 26 - Social media, polarisatie en sociaal werk.

In deze aflevering gaat lector Mariël van Pelt (Fontys) in gesprek met docentonderzoekers Stef Dingemans (Fontys) en Caroline Terhorst (HAN), en studenten Fontys social work Twan Vermeulen en Lawik Cuma. Tijdens dit gesprek gaan ze in op polarisatie en sociale media en hoe het sociaal werk daar een rol in speelt. Ze spreken over wat dan precies polarisatie binnen sociale media is, of (en hoe) jongeren dit ervaren, wat sociale media fuiken zijn en hoe je er als sociaal werkers goed mee om zou kunnen gaan. Sociale media bieden een platform waar polarisatie gedijt, maar hoe moet je hier mee omgaan?





TikTok, Instagram, Snapchat. Sociale media zijn niet meer weg te denken. Over het gebruik van sociale media en de mogelijke risico's is veel bekend, maar wat vraagt dit van het sociaal werk? Een speciale lesmodule staat stil bij deze vraag. Juist op plekken waar polarisatie speelt en waar alternatieve kennis, perspectieven en ervaringen over onze samenleving samenkomen, is een actieve rol van sociaal werkers nodig. De lesmodule 'Down the rabbit hole' maakt studenten en sociaal werkers bewust van de polariserende online werkelijkheid en verkent en bevraagt hun eigen rol en positie als sociaal werker.

Deze lesmodule is ontwikkeld door drie docentonderzoekers van drie verschillende hogescholen, binnen de werkgroep Polariserend en vertrouwen van de landelijke Werkplaatsen Sociaal Domein. Deze lesmodule is ontwikkeld vanuit de overtuiging dat de online leefwereld een onderdeel is van ons dagelijks leven en dat sociaal werkers hierin een proactieve rol dienen aan te nemen.