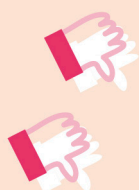


Stop cyberpesten



ALS DELEN KWETSEN WORDT :
begrijpen, herkennen en
aanpakken van cyberpesten

Lespakket



Tweede editie

Auteur : Marie Delaere

Leescomité : Nadège Bastiaenen, Tessa Lantonnois,
Stéphanie Leyn, Nel Broothaerts, Muriel Michiels.

Opmaak en illustraties : Judith Dessy

Vertaling : Home Office

Met financiële steun van het Connecting Europe Facility
Programma van de Europese Unie

The contents of this publication are the sole responsibility
of Child Focus and do not necessarily reflect the opinion of
the European Union

Child Focus

Houba de Strooperlaan 292
1020 Brussel
België

September 2022

OVERZICHT

INLEIDING / 4

Child Focus en veilig internetten / 5

Pedagogische doelstellingen / 6

Inhoud van het dossier / 7

DE ANATOMIE VAN CYBERPESTEN / 8

Wat? Definitie van cyberpesten / 10

- Ongelijke relatie / 10
- Intentionaliteit en cockpiteffect / 11
- Lachen als wapen / 12
- Gebrek aan verweer / 12
- Onzichtbaarheid / 13
- Megafooneffect / 13

Waar? Over cybergrenzen heen / 14

Wanneer? Cyberpestseizoenen op school / 15

Wie? Betrokken actoren / 17

Waarom? Wat beweegt jongeren ertoe om in te grijpen, te zwijgen of te beginnen met cyberpesten? / 18

Hoe? Welke gedragingen zijn waarneembaar? / 19

Psychologische, maar ook sociale gevolgen / 20

Acties die je kan ondernemen / 21

- Preventief werken / 21
- Ingrijpen / 24

CONCLUSIE / 26

INLEIDING

Snapchat, TikTok, Twitter, Instagram... er bestaan ontelbare apps die jongeren interesseren en fascineren. En terecht, want ze bieden talloze mogelijkheden: contact houden met vrienden, zelf dingen creëren en publiceren, de posts van anderen liken en erop reageren, influencers volgen... Sociale media zijn fantastische instrumenten om te communiceren en te ontspannen. Toch kan hun gebruik soms ook snel ontsporen. Dan hebben we het onder andere over cyberpesten.

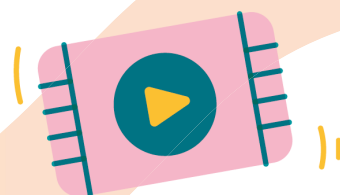
Voor alle betrokken partijen is dit fenomeen een hachelijke evenwichtsoefening. Vaak durven slachtoffers of getuigen van cyberpesten niets te zeggen omdat ze bang zijn voor onbegrip. Ouders hebben moeite om gelijke tred te houden met al die nieuwe technologie en ook scholen hebben niet altijd een pasklare aanpak voor het probleem. Hoe moet je immers omspringen met een fenomeen dat zich (gedeeltelijk) buiten de schoolmuren afspeelt, maar ook doordringt tot op de speelplaats?

Scholen zijn zich almaar bewuster van de rol die ze moeten spelen om cyberpesten te voorkomen en aan te pakken. Maar het is niet altijd vanzelfsprekend om deze rol in de dagelijkse praktijk op te nemen.

Daarom ontwikkelde Child Focus dit pedagogisch dossier. Het is bestemd voor scholen en voor iedereen die bij onderwijs betrokken is en deze problematiek bij jongeren wil aankaarten.

Het pedagogisch dossier bestaat uit twee grote delen. Het eerste deel reikt concrete informatie aan over het fenomeen en haar componenten. Deze informatie verschaft je inzicht in de onderliggende dynamiek van cyberpesten en helpt je beter te begrijpen welke actoren hoofdzakelijk een rol spelen. In het tweede deel bieden we je zes kant-en-klare methodieken aan om het thema cyberpesten te bespreken met jouw leerlingen vanaf 9 jaar. Dit pedagogisch dossier is gebaseerd op dialoog en vertrouwen. Het wil leerlingen doen nadenken over de gevolgen van hun daden en hen aanmoedigen om sociale media te gebruiken op een verantwoorde manier, met respect voor iedereen.

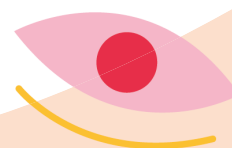
Vlieg erin en vooral... veel plezier!



CHILD FOCUS EN VEILIG INTERNETTEN

Al ruim 20 jaar ontwikkelt Child Focus, de Stichting voor Vermiste en Seksueel Uitgebuide Kinderen, preventieprojecten inzake online veiligheid en dit in samenwerking met heel wat nationale en internationale partners. We stellen alles in het werk om van het internet en sociale media een verrijkende wereld te maken voor alle kinderen. De Europese Commissie heeft Child Focus overigens erkend als «Belgisch Centrum voor Veilig Internetten». Wij zijn ervan overtuigd dat het van cruciaal belang is om **volwassenen die kinderen en jongeren omringen goed te informeren over deze fenomenen** en hen sterker te maken met onder andere concreet materiaal om met kinderen en jongeren aan de slag te gaan.

De website clicksafe.be van Child Focus biedt flink wat tips om het veilig gebruik van het internet en andere online technologieën door kinderen en jongeren te bevorderen. [Clicksafe.be](https://clicksafe.be) vertrekt vanuit een positieve en realistische kijk op de online interacties tussen jongeren. We kijken breed naar dit fenomeen, met daarbij een extra specifieke focus op de seksuele integriteit van jongeren. Child Focus volgt op de voet welke apps en toepassingen populair zijn bij jongeren en leert hen om die op een veilige en verantwoorde manier te gebruiken. We kijken daarbij naar de verschillende rollen van alle betrokken partijen: ouders, leerkrachten, kinderen en jongeren hebben allemaal hun eigen mogelijkheden en verantwoordelijkheden op dit gebied.



PEDAGOGISCHE DOELSTELLINGEN

Dit pedagogisch dossier past idealiter in een globale, preventieve aanpak rond cyberpesten en online risico's. De activiteiten in dit dossier situeren zich op drie preventieniveaus die telkens horen bij concrete pedagogische doelstellingen:

1

BEGRIJPEN :
cyberpesten
omschrijven,
toelichten en
verduidelijken

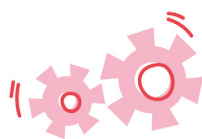
Deze eerste doelstelling stelt je in staat om de kennis van jongeren over cyberpesten in kaart te brengen. Jongeren kennen de definitie van cyberpesten en onderzoeken welke gedragingen als cyberpesten beschouwd kunnen worden. Wat is cyberpesten? Komt het vaak voor? Gebeurt het in onze klas? Wat vinden we ervan? ... Al deze vragen behandelen we in deze eerste doelstelling.



2

VOORKOMEN :
de verschillende actoren
benoemen, reflectie
en kritisch denken
aanmoedigen en de
dynamiek van cyber-
pesten begrijpen

Deze tweede doelstelling moet duidelijk maken welke actoren er bij cyberpesten betrokken zijn. Die actoren handelen volgens een dynamiek die eigen is aan cyberpesten en vormen zo een systeem dat we samen met jou gaan deconstrueren in dit dossier. Wie zijn de jongeren die gepest worden? Wie zijn de getuigen? Wie zijn de pesters? Hoe zit cyberpesten in elkaar? We werken rond elke actor die betrokken is bij cyberpesten, met behulp van ludieke en dynamische methodieken.



3

INGRIJPEN :
ingrijpen bij
cyberpesten en de
betrokken actoren
een stem geven

Deze laatste doelstelling draait om concrete pestsituaties en helpt leerlingen (en het onderwijsteam) om van gedachten te wisselen en met elkaar in dialoog te gaan. Het doel bestaat erin om met jongeren te bespreken welke acties ervoor zorgen dat cyberpesten opgemerkt, gehoord en aangepakt wordt door de klas. Wat te doen als een leerling gepest wordt op sociale media? Met wie erover praten? Wat moet je als leerling doen? Wat moet je als leerkracht doen?



INHOUD VAN HET DOSSIER

Dit dossier bestaat uit twee grote delen. In het eerste deel vind je **concrete, nuttige informatie over cyberpesten, hoe cyberpesten verloopt en welke dynamiek erachter zit**. Deze theoretische informatie geeft je inzicht in het proces dat zich voltrekt en maakt het mogelijk om gericht in te grijpen. Op die manier kan je vroegtijdig in actie komen en vermijd je het oncontroleerbare sneeuwbaaleffect van cyberpesten.

Het tweede deel van het dossier omvat **activiteiten die je met jongeren kunt doen rond het thema cyberpesten**. Deze methodieken zijn opgedeeld volgens de drie preventieniveaus en kunnen doelgericht toegepast worden naargelang de noden in jouw groep. Het is dus niet nodig om ze in chronologische volgorde uit te voeren.

Met de activiteiten in dit dossier hopen we je een aantal pistes aan te reiken die **je helpen om cyberpesten te voorkomen en erop te reageren**. Maar we willen ook jouw leerlingen ertoe aanzetten om hier zelf over na te denken. Voor kinderen en jongeren is het vaak moeilijk om over cyberpesten te praten. Net zoals bij offline pesten rust er ook een taboe op cyberpesten. Dit pedagogisch dossier biedt je een reeks **dynamische methodieken** om één of meer lessen aan dit thema te wijden. Het accent ligt op de actieve rol van jongeren bij cyberpesten. Zij moeten de keuze maken om zich niet in te laten met daden die anderen kunnen kwetsen. Als ze getuige zijn van cyberpesten kunnen zij ervoor kiezen om het slachtoffer te steunen en hem/haar te helpen om het probleem op te lossen. Wie het slachtoffer is van cyberpesten moet weten dat hem/haar geen schuld treft en dat hij/zij zich tot aanspreekpersonen kan wenden voor hulp. Bovendien kan je met behulp van dit pedagogisch dossier een positieve groepsdynamiek creëren die de groepsdruk – vaak de oorzaak van (het zwijgen rond) cyberpesten – ombuigt en kinderen en jongeren motiveert om anderen te helpen.

Je zal merken dat iedere methodiek vooral berust op **dialogoog en uitwisseling van ideeën**. Door samen te werken en samen na te denken, delen jongeren hun ervaringen en bekijken ze de problematiek vanuit nieuwe invalshoeken. Als leerkracht heb je vooral een **ondersteunende rol**: je biedt leerlingen de ruimte om samen na te denken, stelt thema's en denkpistes voor en moedigt hen aan om de juiste vragen te stellen.

DE ANATOMIE VAN CYBERPESTEN

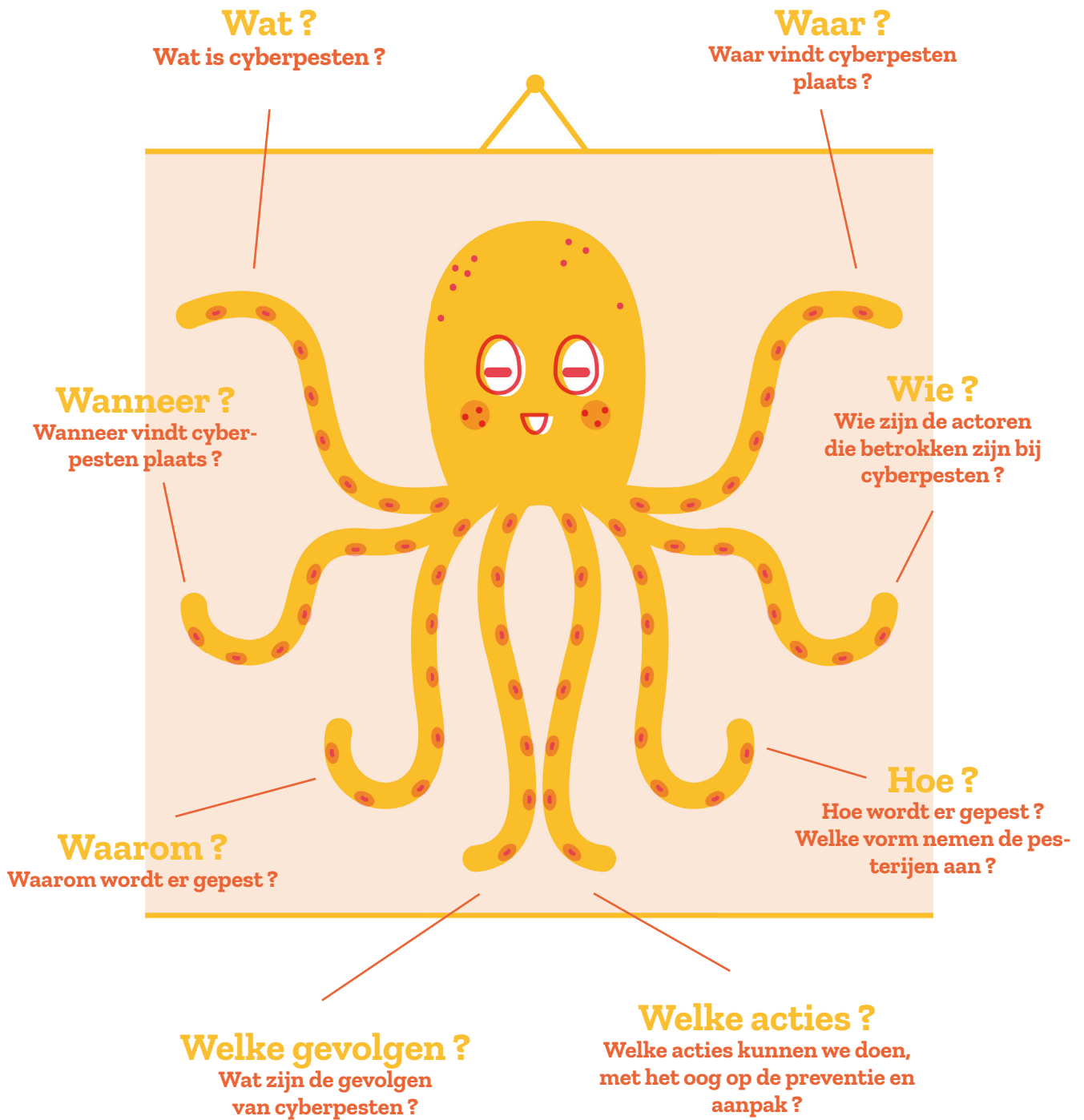
Dit eerste deel beschrijft welke processen in werking treden bij cyberpesten, wat hun gevolgen zijn en met welke middelen we cyberpesten een halt kunnen toeroepen.

Cyberpesten kan je zien als een octopus. De octopus is niet alleen een uitermate intelligent dier, maar het staat er ook bekend om wat schuw te zijn. Zijn tentakels zijn als de typische mechanismen van cyberpesten. Alle tentakels kunnen autonoom bewegen volgens hun eigen dynamiek.

Hoewel alle armen onafhankelijk zijn, interageren ze en komen ze bij het hoofd samen om zo een complex, onderling afhankelijk geheel te vormen. Als professionals hebben we vaak vooral oog voor het hoofd. Maar dit hoofd is in zekere zin slechts het topje van de ijsberg. Om doeltreffend in te grijpen tegen cyberpesten is het belangrijk om de tentakels van onze octopus onder de loep te nemen. Op die manier willen we je in dit eerste deel de vaardigheden aanreiken om cyberpesten te herkennen, maar ook handvaten om er tegenin te gaan.

Dit doen we aan de hand van onze octopus **Octavie**. Octavie heeft net als haar soortgenoten acht tentakels. Elke tentakel staat voor een sleutelvraag. Zo laat Octavie ons kennismaken met de anatomie van cyberpesten van A tot Z:

- 1 **Wat is cyberpesten ?**
- 2 **Waar vindt cyberpesten plaats ?**
- 3 **Wanneer vindt cyberpesten plaats ?**
- 4 **Wie zijn de actoren die betrokken zijn bij cyberpesten ?**
- 5 **Waarom wordt er gepest ?**
- 6 **Hoe wordt er gepest ? Welke vorm nemen de pesterijen aan ?**
- 7 **Wat zijn de gevolgen van cyberpesten ?**
- 8 **Welke acties kunnen we doen, met het oog op de preventie en aanpak ?**

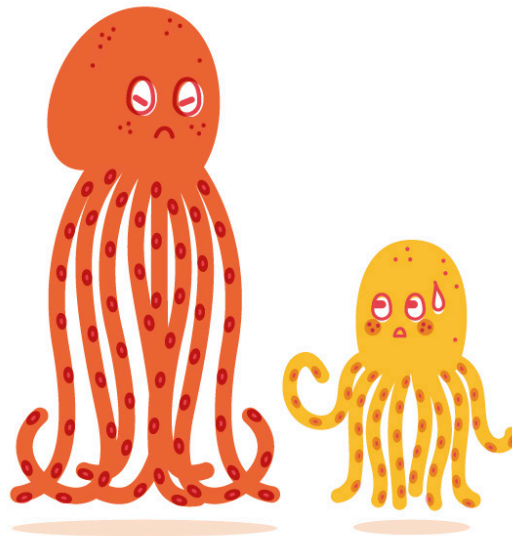


1. WAT? DEFINITIE VAN CYBERPESTEN

Cyberpesten is in de eerste plaats een vorm van cybergeweld. Het gaat altijd om een asymmetrische relatie en de intentie om iemand herhaaldelijk pijn te doen. Bij dit laatste aspect moeten we wel een kanttekening plaatsen. Het effect van een enkele actie online kan immers bijzonder groot zijn en heel snel escaleren. Er hoeft dus niet noodzakelijk sprake te zijn van een herhaling in de acties om gedrag als cyberpesten te beschouwen. Het hoofdkenmerk en de doorslaggevende factor om te spreken van cyberpesten, en van pesten in al haar vormen, is het lijden van het slachtoffer.

Cyberpesten kan dus op allerlei manieren gedefinieerd worden. Sommigen spreken over cyberintimidatie, anderen over cybervernedering of ook cyberagressie (om er maar een paar te noemen).

Uit verschillende definities in studies over dit thema kunnen we zes essentiële kenmerken van cyberpesten definiëren: de ongelijke relatie, de intentionaliteit en het cockpiteffect, lachen als wapen, het gebrek aan verweer, de onzichtbaarheid en het megafooneffect.



ONGELIJKE RELATIE

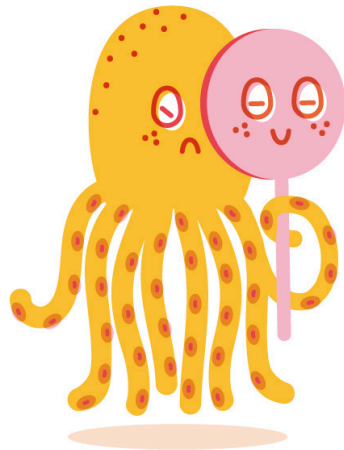
Cyberpesten gaat gepaard met **een ongelijke relatie tussen pesters, getuigen en slachtoffers**, en dat is geen verrassing. Pesters maken immers gebruik van hun «kracht» (fysiek, psychologisch, invloed, overmacht, steun van getuigen...) om slachtoffers te isoleren. De relaties tussen de verschillende actoren worden dus beheerst door asymmetrische machtsverhoudingen.



INTENTIONALITEIT EN COCKPITEFFECT

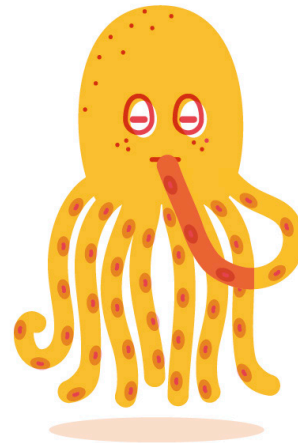
Als we naar pesten in het algemeen kijken, is intentionaliteit cruciaal. Jongeren die pestgedrag vertonen, hebben immers de **intentie om gevoelens als verdriet, schaamte of ontredning uit te lokken bij de persoon die ze pesten**. Daders pesten niet alleen om schade aan te richten, maar ook om hun macht te doen gelden over slachtoffers of om hun sociale status te verwerven / behouden (bijvoorbeeld de populairste persoon blijven op school).

Nieuwe technologieën geven soms een andere invulling aan deze intentionaliteit. Bij interacties via smartphones en laptops zie je niet direct de gezichten en emoties van degenen die 'tegenover ons zitten'. Als er gepest wordt op de speelplaats zien jongeren die zich met dit soort gedrag inlaten onmiddellijk dat een klasgenootje het niet op prijs stelt wanneer ze hem/haar «dikkerd» noemen. Non-verbale signalen zijn onlosmakelijk verbonden met intentionaliteit. Omdat deze signalen online vervagen zijn jongeren die cyberpesten zich er soms niet (volledig) van bewust welke impact hun woorden op anderen hebben. Dit fenomeen heet **het cockpiteffect: het scherm creëert een afstand tussen het slachtoffer en de pester**, die niet in rechtstreeks contact staat met het doelwit, net zoals in de cockpit van een bommenwerper.



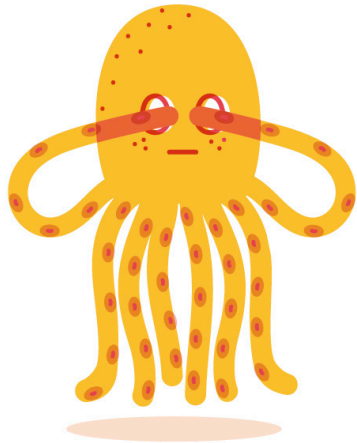
LACHEN ALS WAPEN

Er ligt een erg dunne lijn tussen cyberpesten en cyberplagen. Humor en spot kunnen als onschuldig gedrag beschouwd worden wanneer je ze los van elkaar bekijkt. Maar met spot en grappen kunnen pesters ook **hun ware intenties en de gevolgen van hun daden minimaliseren en verborgen houden**. Zo hoor je vaak zeggen: «het was maar om te lachen».



GEBREK AAN VERWEER

Een kenmerk dat niet zo vaak aan bod komt, maar één van de belangrijkste karakteristieken van cyberpesten blijft, is het gebrek aan verweer. Gepeste jongeren beschikken vaak niet over de nodige handvaten om een einde aan de situatie te maken. Soms zijn ze zo **geïsoleerd** dat ze niemand hebben om mee te praten, soms **durven ze er gewoon niet over praten** (uit schaamte, uit angst om niet ernstig genomen te worden ...). Vanzelfsprekend spelen getuigen een belangrijke rol in dit proces omdat ze vaak wel de macht hebben om in te grijpen en verweer te bieden. **Zonder getuigen geen cyberpesten.**



ONZICHTBAARHEID

In getuigenissen van ouders horen we vaak « ik heb het niet zien aankomen. » **Heel vaak vindt cyberpesten plaats in minder zichtbare omgevingen**, zoals online privégesprekken (via platforms als Snapchat bijvoorbeeld) of in online gespreksgroepen met meerdere jongeren, die evenwel niet toegankelijk zijn voor de meeste andere personen en volwassenen. Als de online pesterijen doorsijpelen tot op school, zetten ze zich vaak verder op de speelplaats, in de kleedkamers van de turnzaal, aan de schoolpoort...

Het fenomeen blijft bovendien vaak onzichtbaar omdat **jongeren die gepest worden erover zwijgen of omdat getuigen negeren wat er gebeurt.**



MEGAFOONEFFECT

Het internet en de snelle verspreiding van dingen die gepost en gedeeld worden, maken cyberpesten indringender en genadelozer. Een grap op de speelplaats wordt een publieke Instagrampost. De reacties vermenigvuldigen zich, de likes stromen binnen en de commentaren ook. Kortom, wat een grap tussen twee jongeren of een groep jongeren moest zijn, wordt een publieke vernedering. Het internet en sociale media werken als een digitale megafoon voor online pestgedrag.

2. WAAR? OVER CYBERGRENZEN HEEN

Hoewel dit pedagogisch dossier over cyberpesten gaat, moeten we er ons van bewust zijn dat dit fenomeen zich **niet beperkt tot de digitale grenzen**. Pesten is een subtiele, veranderlijke vorm van geweld die een impact heeft op interpersoonlijke relaties. Het fenomeen wortelt vaak in andere omgevingen zoals de school of de sportclub. We moeten er ons bewust van zijn dat technologie, met name de komst van smartphones en mobiel internet, de grenzen van 'gewone' pesterijen verlegt en doet vervagen.

In sommige gevallen ligt cyberpesten **in het verlengde van pesterijen op school**, waarbij er gepest wordt op de speelplaats en dat dit zich doortrekt tot in de familiale en persoonlijke levenssfeer. 80% van de pesters gaat naar dezelfde school als hun slachtoffers en 70% zit in dezelfde klas¹. Pesterijen houden tegenwoordig niet meer op wanneer de gepeste persoon thuiskomt, maar dringen binnenskamers door.

Online pesten is indringend en ingrijpend voor jongeren die er het slachtoffer van zijn, des te meer wanneer ze ook nog eens offline gepest worden, bijvoorbeeld op school.

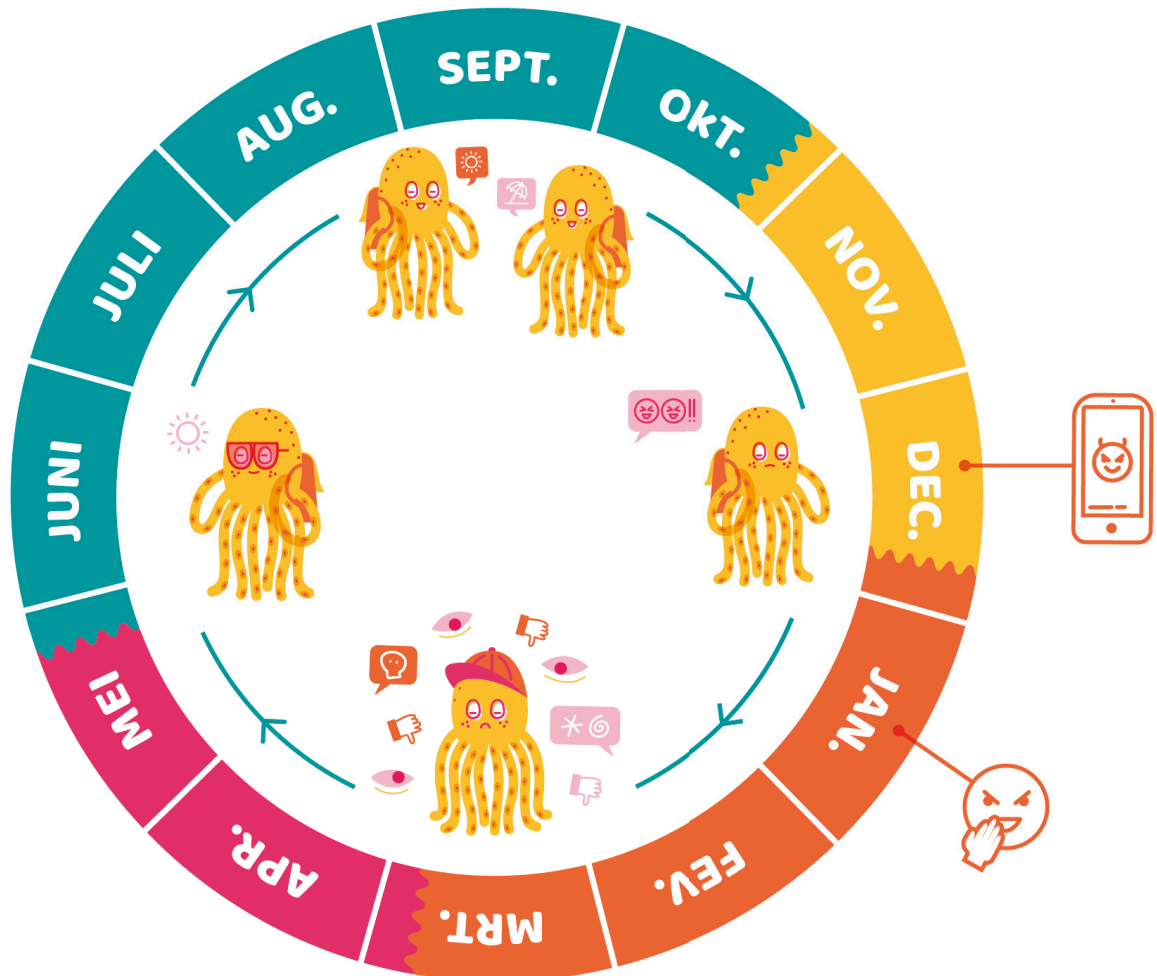
Het is daarom belangrijk om de informatie in dit dossier te beschouwen als een flexibel hulpmiddel dat je zowel kunt hanteren voor pesten op school als voor cyberpesten buiten de schooluren. **Inzicht verwerven in offline pestmechanismen helpt om situaties van cyberpesten te doorgronden en aan te pakken.**



1. Volgens Bruno Humbeek geciteerd in Wartel et al. (2016, p.32)

3. WANNEER? CYBERPESTSEIZOENEN OP SCHOOL

Cyberpesten is een terugkerend fenomeen dat zich in sommige periodes van het schooljaar nadrukkelijker manifesteert. Net zoals er vier seizoenen bestaan, kan cyberpesten vaker voorkomen in bepaalde periodes van het schooljaar.



Cyberpesten



Pesterijen op school



Zomer en Schoolstart (mei tot medio oktober) : laagseizoen



Herfst (medio oktober tot december) : tussenseizoen



Winter (december tot maart) : hoogseizoen



Lente (maart tot mei) : piekseizoen



● **Schoolstart (september tot medio oktober) : laagseizoen**

Het begin van het schooljaar gaat vaak gepaard met een periode van **gezamenlijke euforie**. Het onderwijsteam en de jongeren zijn blij om elkaar terug te zien, iedereen vertelt over zijn vakantie en pronkt met vakantiefoto's, kortom, het leven is mooi op school. Deze periode wordt als laagseizoen beschouwd omdat collectieve opgetogenheid nieuwe online conflicten in de weg staat. Als online en offline pesten echter niet aangepakt worden voor een schooljaar eindigt, is de kans echter wel groot dat ze opnieuw de kop opsteken zodra de schoolpoort weer opengaat.

● **Herfst (medio oktober tot december) : tussenseizoen**

Eens de euforie eenmaal voorbij is, **vallen de initieel gevormde groepen wat uit elkaar en worden sommige jongeren aan de kant geschoven**. In deze periode zien we bijvoorbeeld de eerste bijnamen en gevallen van uitsluiting opduiken. Deze eerste emotionele klappen blijven vaak onopgemerkt omdat ze achter humor verscholen gaan («het was maar om te lachen»). Ook een klap op de schouder en een duw in de rij worden dikwijls geïnterpreteerd als vluchtig gekibbel en vaak herhalen ze zich voorlopig onvoldoende om ze als pesten te bestempelen.

● **Winter (december tot maart) : hoogseizoen** ● **en lente (maart tot mei) : piekseizoen**

Het geweld dat voordien wat onder de radar bleef, **neemt nu toe en wordt almaar doelgericht**. Bij cyberpesten zien we dit vaak vanaf december, waar zich dit bij offline pesten eerder vanaf januari manifesteert. Er hebben zich inmiddels zichtbare, duidelijk afgebakende groepen gevormd die hun sociale status gaan versterken ten koste van hun medeleerlingen. De slachtoffers van dit gedrag blijken vaak de jongeren te zijn tegenover wie de eerste pesterijen en afwijzingen, op het eerste gezicht van weinig betekenis, ook al gericht waren. In deze periode, in het bijzonder van maart tot mei, slaat het (cyber-) geweld het hardst toe.

● **Zomer (mei tot september) : laagseizoen**

De eindejaarsexamens naderen en jongeren staan onder druk. **Pesterijen hebben de neiging om te gaan liggen**, vaak echter maar tijdelijk als er niet ingegrepen wordt vóór de zomervakantie.

Deze cyberpestcyclus toont aan hoe belangrijk het is dat schoolteams en scholen cyberpesten aanpakken zodra het fenomeen opduikt of er vermoedens bestaan. Heel vaak gaat dit geweld verder in een volgende schooljaar of zelfs op een nieuwe school. Met de methodieken in dit dossier kan je de dialoog over online pesten op gang brengen, ongeacht of dit fenomeen zich voordoet, onzichtbaar of onbekend is in jouw klas en school. We moeten allemaal in actie komen, onafhankelijk van de situatie of het «seizoen».

4. WIE? BETROKKEN ACTOREN

Terug naar Octavie en haar tentakels over de actoren die bij cyberpesten betrokken zijn: **pesters, gepeste personen en getuigen**. Als we efficiënt en doelgericht willen werken rond cyberpesten, moeten we hun impact en rol goed begrijpen. In dit deeltje analyseren we samen met jou wie de betrokken actoren zijn: wie zijn deze jonge pesters, getuigen en slachtoffers? Hoe herken je ze? Waarop moet je letten? Wat zijn de signalen?

Hieronder schetsen we ruwweg de psychologische en gedragskenmerken van pesters, gepeste jongeren en getuigen. We kiezen voor deze algemene, niet-exhaustieve benadering, want we willen de verschillende actoren niet in hokjes duwen. De rollen kunnen immers omgedraaid worden wanneer gepeste jongeren op hun beurt pesters worden om wraak te nemen op hun agressors of getuige worden van andere online pesterijen.



Pesters

- Zijn vaak erg actief op sociale media.
- Delen veel persoonlijke informatie over zichzelf (intieme foto's, woonplaats, dagelijkse activiteiten ...).
- Zijn bezorgd om hun online reputatie en hechten veel belang aan likes.
- Hebben de bevestiging van anderen nodig.
- Worden minder online begeleid door hun ouders.
- Zijn in sommige gevallen het slachtoffer geweest van (offline) pesten en willen wraak nemen op hun pester(s).



Gepeste jongeren

- Hebben een negatieve kijk op de schoolomgeving.
- Zijn meestal alleen of worden afgewezen door anderen.
- Worden vaak ook offline gepest.
- Hebben moeilijkheden met hun school- of klasgenoten.
- Worden door hun medeleerlingen als anders beschouwd (kledingstijl, schoolresultaten, etnische afkomst, « slimmerik »...).



Getuigen

Drie soorten profielen:

Volgers :

- Nemen actief deel en moedigen cyberpesten aan.

Verdedigers :

- Kiezen partij voor het slachtoffer (al dan niet openlijk).

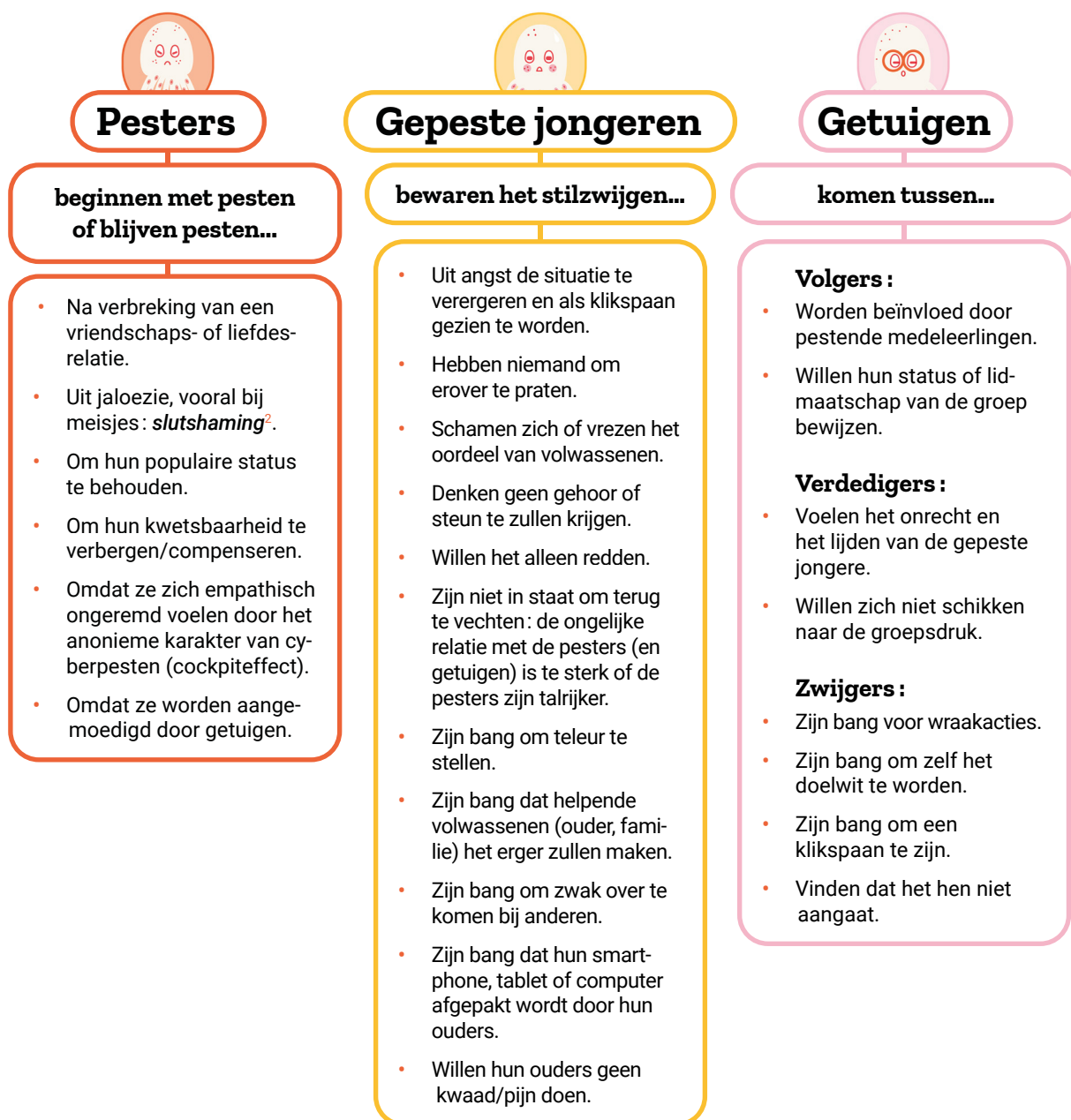
Zwijgers :

- Reageren niet op cyberpesten en werken de escalatie van het probleem passief in de hand.

5. WAAROM? WAT BEWEEGT JONGEREN ERTOE OM IN TE GRIJPEN, TE ZWIJGEN OF TE BEGINNEN MET CYBERPESTEN?

Om cyberpesten nog beter te doorgronden, is het interessant om stil te staan bij de beweegredenen die sommige jongeren tot cyberpesten aanzetten. En waarom sommige gepeste jongeren of getuigen liever het stilzwijgen bewaren. Wat zijn hun drijfveren? Waarom doen ze dit?

Ook hier is het niet onze bedoeling om een complete lijst van beweegredenen tot pesten of tot zwijgen te geven. Sommige jongeren stellen dit soort gedrag zonder dat één van de onderstaande drijfveren een rol speelt.



2.

Slutshaming is een praktijk die tot doel heeft de reputatie van gepeste personen te schaden. Vaak maken meisjes zich schuldig aan slutshaming om andere meisjes uit een jongensgroep te weren en concurrentie te vermijden.

6. HOE? WELKE GEDRAGINGEN ZIJN WAARNEEMBAAR?

Nu we meer weten over de actoren en hun drijfveren kunnen we nog dieper ingaan op de problematiek en ons afvragen welke gedragingen waarneembaar zijn bij getuigen en pesters.

De onderstaande gedragingen moeten met de nodige omzichtigheid geïnterpreteerd worden, want net zoals technologie snel evolueert, veranderen zij ook erg snel.



Pesters

- Uiten beledigingen, spot, persoonlijke grappen aan het adres van de gepeste jongere.
- Verspreiden geruchten (kleinere).
- Werken alleen of in groep.
- « Stelen » de identiteit van het slachtoffer of hacken accounts.
- Creëren een gespreksgroep tegen een andere leerling (*flaming*).
- Taggen of posten een 'slechte' foto van een jongere (en plegen dus een inbreuk tegen het recht van afbeelding van het slachtoffer).
- Verspreiden intieme en privé-informatie om het slachtoffer te intimideren. Bijv. *outing*: bekendmaking van de seksuele geaardheid; grensoverschrijdende sexting: een intieme foto delen zonder toestemming van de afgebeelde persoon.
- *Stalken* van de persoon door hem/haar soms met rust te laten, maar dan weer lange tijd foto's te liken of dubbelzinnige emoticons te gebruiken.
- Maken valse profielen aan om het slachtoffer online te verleiden en te vernederen (*catfishing*).
- Sluiten de persoon uit van online gespreksgroepen van de klas.
- Filmen de persoon in intieme situaties of tijdens een fysieke aanval en verspreiden de beelden op het internet (happy slapping, video lynching).
- Intimideren om het slachtoffer te onderwerpen door angst.



Getuigen

Drie soorten getuigen :

Volgers :

- Doen mee aan het verspreiden van geruchten.
- Lachen het slachtoffer uit.
- Liken of becommentariëren met dubbelzinnige en negatieve emoticons (bijv. « haha » op Facebook).
- Delen online haatberichten of intieme foto's van de gepeste jongere.

Verdedigers :

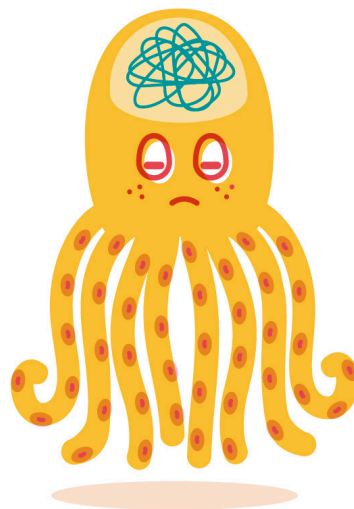
- Bieden rechtstreeks hulp en steun aan het slachtoffer (publiekelijk of privé).
- Vragen een volwassene om hulp of melden het misbruik.
- Grijpen alleen of in groep in.
- Melden haatdragende taal en intieme foto's bij het sociale media platform.

Zwijgers :

- grijpen niet in als ze getuige zijn van cyberpesten.
- Doen alsof ze niets merken.
- Nemen op passieve wijze deel aan cybergeweld.

7. PSYCHOLOGISCHE, MAAR OOK SOCIALE GEVOLGEN

Jammer genoeg heeft cyberpesten **een negatieve impact die van minder ernstig tot zeer ernstig kan gaan** voor jonge slachtoffers van cyberpesten. De impact voor het slachtoffer is vaak **psychologisch**, waardoor gepeste jongeren moeilijk kunnen functioneren, maar ook **sociaal**, waardoor hun relaties met anderen beïnvloed worden.



PSYCHOLOGISCHE GEVOLGEN

- Depressie
- Sociale angst
- Suïcidale gedachten en zelfmoordneigingen
- Schoolfobie
- Zelfverminking
- Negatieve kijk op de omgeving
- Druggebruik
- Psychosomatische klachten: hoofdpijn, buikpijn

WAARNEEMBARE SIGNALLEN

- Schooluitval
- Agressiviteit tegenover anderen
- Sociaal isolement
- Moeilijkheden om interpersoonlijke relaties aan te gaan
- Moeilijkheden om anderen te vertrouwen
- Zelfmoordpogingen

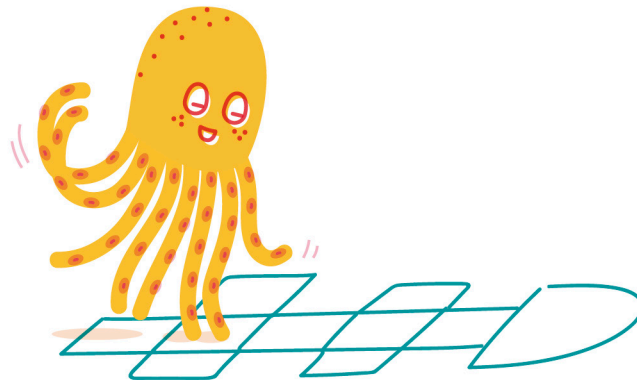
8. ACTIES DIE JE KAN ONDERNEMEN

Of cyberpesten nu voorkomt in jouw klas, of je het bestaan ervan vermoedt of weet dat er zich gevallen van online pesten voordoen tussen jouw leerlingen... als lid van het onderwijsteam **speel je in elk geval een belangrijke rol**. Met de methodieken in dit pedagogisch dossier kan je preventief optreden en reageren op cyberpesten. Maar we bieden je hier graag nog enkele aanvullende **tips om te voorkomen dat deze vorm van geweld plaatsvindt, voortduurt of zich herhaalt op jouw school**.

PREVENTIEF WERKEN

Welke maatregelen worden aanbevolen om cyberpesten op school te voorkomen? We geven enkele denkpistes mee om je te helpen:

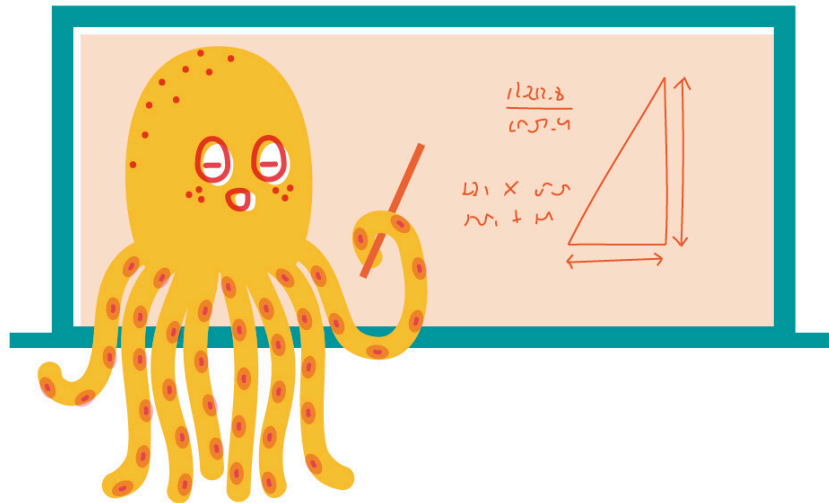
→ OP SCHOOLNIVEAU



- Zorg voor **een duidelijk beleid tegen cyberpesten** dat zowel voor de leerlingen als de ouders en het hele schoolteam gekend is. Dit beleid moet in het schoolreglement worden opgenomen. Hou hierbij rekening met:
 - **Voor iedereen gelden dezelfde regels**: ze mogen niet verschillen naargelang de leerkracht, de leerling of de stemming van de volwassene.
 - De regels moeten **voor iedereen zichtbaar en bekend** zijn: hang ze uit, herhaal ze en schrijf ze op. De kans dat regels blijven hangen, is veel groter als mensen erover lezen, horen en er uitleg bij krijgen.
 - De regels moeten **rechtvaardig zijn en in verhouding staan tot de aangerichte schade**: zeggen dat regels «nu eenmaal nageleefd moeten worden», leidt niet tot inzicht en naleving.

- De regels moeten **objectief** zijn en niet-naleving moet een gevolg kennen: dreig niet met « pas maar op, volgende keer krijg je straf », maar voeg de daad bij het woord. Straf leerlingen niet door ze de schoolreis op het einde van het jaar te ontzeggen als het pestgedrag zich manifesteert in januari. Behandel pesten onmiddellijk om te vermijden dat het opnieuw gebeurt.
- **Werk aan het welzijn** en de psychosociale vaardigheden van leerlingen.
- Stimuleer **levensvaardigheden** (empathie, verdraagzaamheid, luisteren, vriendelijkheid ...).
- Creëer **een positief schoolklimaat**, bijvoorbeeld door in het onderwijsteam aanspreekpersonen aan te wijzen tot wie jongeren en ouders zich kunnen richten bij problemen.
- **Maak leerkrachten bewust** rond het fenomeen cyberpesten. Veel leerkrachten denken dat ze er niets aan kunnen doen omdat cyberpesten vaak buiten de schooluren gebeurt. Child Focus geeft bijvoorbeeld Clicksafe vormingen om onderwijsteams bij te staan in het werken rond veilig internetten met hun leerlingen.
- **Maak ook ouders bewust** van de problematiek. Organiseer een opleiding over online veiligheid, mediawijsheid of cyberpesten en vraag hen om eventuele problemen meteen te melden. Hiervoor kun je de hulp van Child Focus inroepen. Je vindt meer informatie over dit thema op www.veiligonline.be.
- Zorg voor een **goede beveiliging van het computernetwerk** op school.
- Stel **regels en afspraken op rond het gebruik van smartphones** tijdens de schooluren.
- Ga heel bewust om met de **foto's die je op de schoolwebsite zet**. Geef zelf het goede voorbeeld en zorg ervoor dat alle toestemmingen in orde zijn.

→ OP KLASNIVEAU



- Creëer **een positieve sfeer** in de klas zodat leerlingen en ouders problemen kunnen melden in een sfeer van vertrouwen.
- **Toon belangstelling voor wat jouw leerlingen doen online.** Voer deze dialoog vanuit een positieve insteek, je zult zeker veel leren van jongeren.
- Breng leerlingen bij hoe ze **sociale media en andere ICT-instrumenten** verantwoord en veilig kunnen gebruiken. Je vindt meer informatie en materiaal op www.clicksafe.be.
- Bespreek met leerlingen de « **online do's and dont's** ». Deze bespreking kan als vertrekpunt dienen om met de klas een gedragscode op te stellen.
- Adviseer jongeren om bewust om te gaan met hun **privacy-instellingen** (privéaccount, foto's enkel zichtbaar voor vrienden ...).
- Breng leerlingen bij dat ze **zelf verantwoordelijk zijn voor hun daden**. Denk samen met hen na over de gevolgen die hun daden kunnen hebben. Hoe zouden zij reageren in uiteenlopende situaties? Help hen om de impact op slachtoffers te begrijpen. Bepaalde methodieken in dit pedagogisch dossier kunnen je hierbij helpen.
- Leg uit **welk gedrag strafbaar is**. Anonieme berichten of haatdragende sms'en versturen, je voordoen als iemand anders, iemands foto verspreiden zonder toestemming, een account hacken, racistisch taalgebruik, wachtwoorden verspreiden... al deze handelingen zijn bij wet verboden en kunnen dus gevolgen hebben voor jongeren of hun ouders.

INGRIJPEN

Welke acties moet je ondernemen als jouw klas of school geconfronteerd wordt met cyberpesten? Wat kun je als leerkracht, opvoeder, lid van het onderwijsteam doen? Hier volgen nog wat aanvullende tips:



TEGENOVER GEPESTE JONGEREN

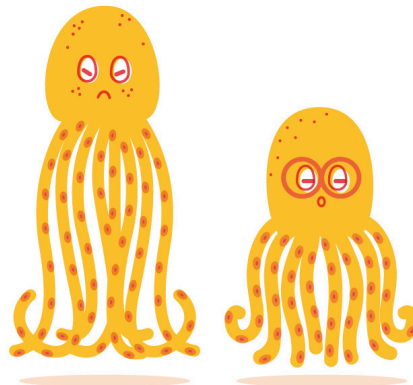


- Let op **signalen van jouw leerlingen**. Waarneembare gedragingen zijn teruggetrokkenheid, sociaal isolement, verdriet na het krijgen van een bericht, schooluitval, dalende cijfers, ... Ieder kind is echter anders en zal ook anders reageren wanneer het met cyberpesten geconfronteerd wordt.
- Breng het probleem ter sprake en **luister naar de jongere** die het slachtoffer is van online pesten. Neem hem / haar altijd ernstig.
- **Leg de schuld niet bij de jongere**. Stel hem/haar gerust dat het niet zijn/haar schuld is en dat hij/zij zich niets hoeft te verwijten.
- **Kom als volwassene tussenbeide** en verzeker de jongere dat je zult ingrijpen. Jongeren zijn vaak niet in staat om online pesterijen alleen op te lossen, het is noodzakelijk dat een volwassene tussenbeide komt.
- **Raad aan om niet te reageren op de berichten of posts van de pester(s)**. Het jonge slachtoffer kan de pester(s) wel blokkeren. Op Instagram is het bovendien mogelijk om een persoon te blokkeren en ook alle accounts die deze persoon zou aanmaken om iemand te pesten. Opgelet, vertel de jongere dat hij/zij eerst screenshots moet maken alvorens de account te blokkeren, want sommige sociale media verwijderen gesprekken zodra de gebruiker geblokkeerd is.
- **Adviseer om de privacy-instellingen op hun sociale media accounts te wijzigen**: Instagram- of TikTokaccount als privé instellen, vriendschapsverzoeken filteren, foto's goedkeuren waarop ze te zien zijn, enz.

- **Adviseer om pestberichten te melden** aan het sociale media platform en om screenshots te maken. Child Focus kan jongeren helpen met deze stappen en ervoor zorgen dat foto's sneller verwijderd worden. Daarvoor zijn we 24/7 bereikbaar op 116 000.
- Jongeren die (als ze dat willen anoniem) hun verhaal kwijt willen en hulp of steun willen zoeken bij andere jongeren of een Child Focus coach, kunnen terecht op www.cybersquad.be.
- **Waarschuw de ouders** en stel hen gerust dat de school dit probleem heel ernstig neemt en dat het absoluut onaanvaardbaar is. Verwijs naar afspraken, maatregelen en sancties die bepaald zijn in het schoolreglement.
- Wijs de ouders erop dat ze **het recht hebben om klacht in te dienen bij de politie**. Online pesten is strafbaar. Vraag hen om het bewijsmateriaal en de screenshots mee te brengen. Ook ouders kunnen altijd bij Child Focus terecht voor hulp en ondersteuning.



TEGENOVER JONGE PESTERS OF VOLGERS (GETUIGEN)



- Neem de betrokken jongeren apart en **laat duidelijk verstaan dat je dit gedrag niet duldt**. Eis van de pesters en volgers dat ze er onmiddellijk mee ophouden. Herinner hen aan de afspraken, maatregelen en sancties in het schoolreglement of het beleid tegen cyberpesten.
- Maak jongeren bewust van **de gevolgen van hun daden**. Leg uit hoe humor en online plagen kunnen ontaarden in cyberpesten, vooral wanneer een andere jongere hieronder lijdt. Gebruik de oranje of rode methodieken in dit dossier. In sommige gevallen zijn jongeren er zich niet van bewust welke impact hun daden op de gepeste persoon hebben.
- **Bestraf of behandel het gedrag onmiddellijk** in functie van de ernst van de situatie. Vestig de aandacht van pesters op hun verantwoordelijkheden en probeer hen er bewust van te maken welke gevolgen hun daden hebben. Stel hen vragen als « hoe zou jij reageren als dit jou zou overkomen? » of « zou je deze dingen ook durven zeggen als de betrokken persoon voor je stond? »
- **Informeer de ouders** als ze niet op de hoogte zijn.

Belangrijk: Aarzel niet om in geval van twijfel, vragen of problemen de hulplijn van Child Focus te contacteren via het gratis en anonieme nummer 116 000. Wij zijn 24/7 bereikbaar.

Ook jongeren zijn welkom op dit nummer. Voor hen bestaat ook de hulpsite www.cybersquad.be waar ze onderling (anoniem) steun kunnen vinden bij elkaar of met een professional chatten.

Tot slot is het cruciaal dat we jongeren leren praten over problemen die ze meemaken, zoals cyberpesten. Stimuleer hen om op zoek te gaan naar een Max, een vertrouwenspersoon in hun eigen omgeving: www.iedereeneenmax.be.

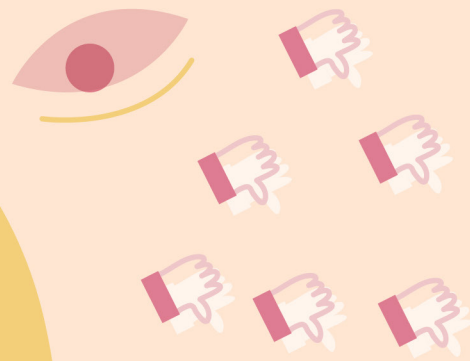


CONCLUSIE

Het internet en sociale media bieden talloze communicatie en ontspanningsmogelijkheden en zijn een verrijking in het leven van kinderen en jongeren. Dat moet altijd ons uitgangspunt zijn. Pesten is geen nieuw fenomeen, het evolueert alleen mee met de mogelijkheden waarover jongeren vandaag beschikken. Maar als we dit probleem integreren in een breder beleid tegen (cyber)pesten en als we jongeren tegelijkertijd leren hoe ze het internet veilig en correct kunnen gebruiken, zetten we al een grote stap vooruit.

Er bestaat immers geen technische oplossing of toverspreuk om cyberpesten aan te pakken. Je hoeft evenmin een expert in al deze toepassingen en technologieën te zijn om erover te praten en dit probleem aan te kaarten bij jongeren. **Alles draait om samenleven, verdraagzaamheid, respect en geweldloze communicatie.** Iedereen kan het. Jij dus ook!

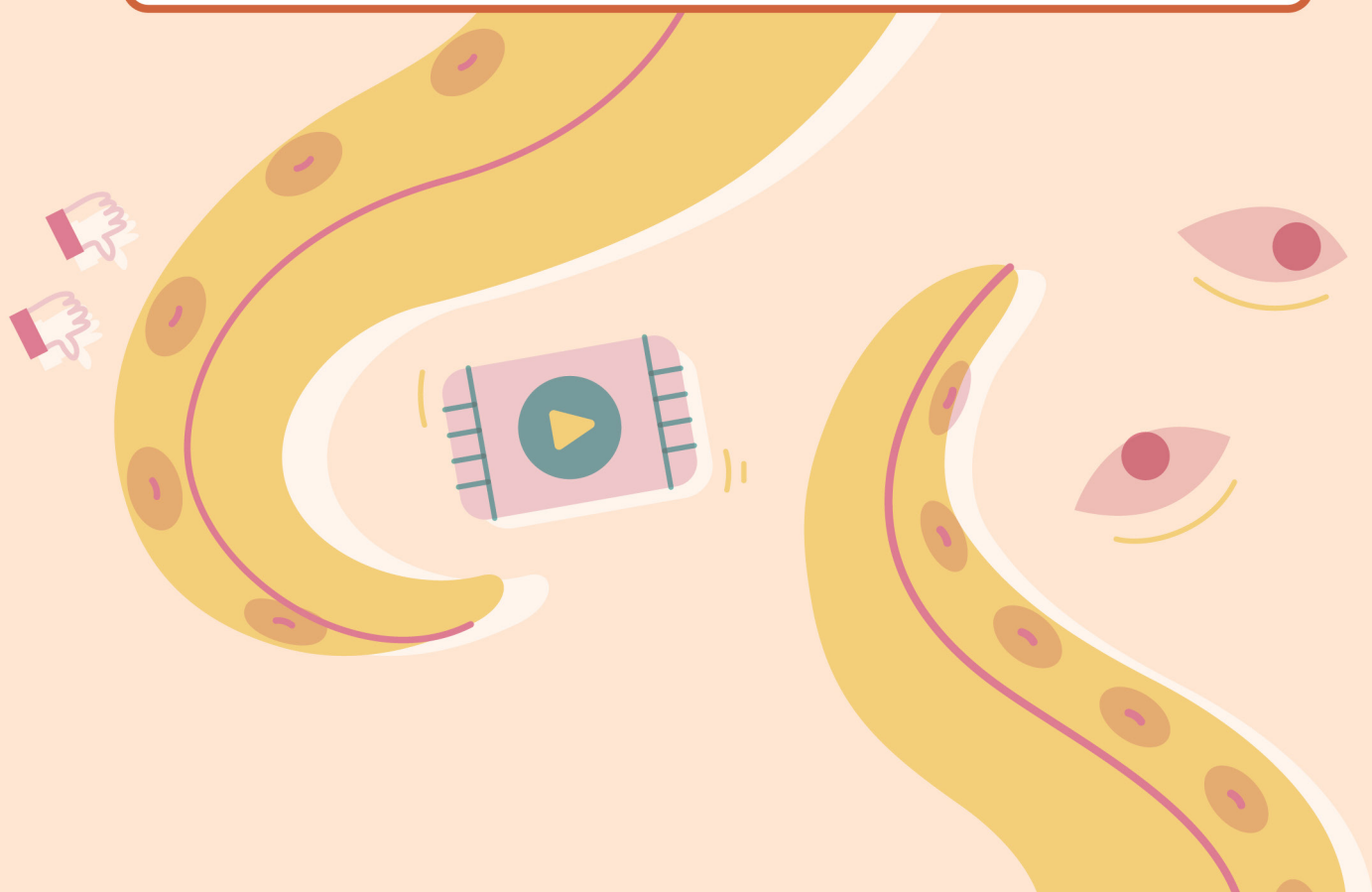




o o x

ALS DELEN KWETSEN WORDT

Methodieken



OVERZICHT

METHODIEKEN / 29

Doe de test / 30

Resultaat / 31

TURQUOISE METHODIEKEN / 33

Methodiek 1: Ganzenspel / 34

Methodiek 2: De enquête / 41

GELE METHODIEKEN / 44

Methodiek 3: Ik ben getuige van cyberpesten / 45

Methodiek 4: Erg of niet erg? / 50

RODE METHODIEKEN / 54

Methodiek 5: Wie is het? / 55

Methodiek 6: Gereguleerde praatruimte / 59

BRONNEN / 63

METHODIEKEN

Met hetgeen volgt kan je concreet aan de slag als je wil werken rond cyberpesten. Wil je hier geheel preventief over praten, heb je een vermoeden dat cyberpesten de kop opsteekt of is er melding gemaakt van online conflicten, in al deze situaties kunnen de methodieken in dit dossier je helpen om op een eenvoudige manier met je leerlingen **in dialoog te gaan** over het fenomeen cyberpesten. De verschillende methodieken zijn afgestemd op de ernst van de situatie waarmee je geconfronteerd wordt.

CYBERPESTTHERMOMETER

De activiteiten zijn ingedeeld volgens de cyberpestthermometer. **Aan de hand van de thermometer kun je de noden van jouw groep inschatten en de meest geschikte methodiek(en) kiezen.** Alle methodieken zetten in op bewustmaking rond cyberpesten en houden rekening met de belangrijke rol die alle betrokken actoren spelen.

In dit pedagogische dossier stellen we **zes methodieken** voor, klaar voor gebruik in de klas. De methodieken staan los van elkaar en je kan kiezen in welke volgorde je ze gebruikt. Ze zijn wel gerangschikt in drie categorieën, gebaseerd op de impact die cyberpesten vandaag heeft op jouw jongeren: **turquoise, geel** en **rood**.

De methodieken in de turquoise categorie werken puur preventief en zetten in op kennis over het fenomeen. De gele categorie zet je in bij een vermoeden van cyberpesten en versterkt de levensvaardigheden van leerlingen. De rode categorie focust tot slot op vaardigheden op individueel en groepsniveau. Per categorie zijn er twee methodieken.

Om na te gaan welke specifieke noden jouw groep heeft, kan je eerst de korte quiz doorlopen. Zo kan je op basis van je resultaat de beste methodieken kiezen, in functie van de realiteit van jouw groep.

Deze quiz is bedoeld als leidraad en is niet verplicht. Je kan uiteraard ook zelf de methodieken kiezen die je het meeste aanspreken, zonder rekening te houden met de cyberpestthermometer en in een volgorde naar keuze.

DOE DE TEST : DE NODEN VAN JOUW GROEP ONDER DE LOEP

- Je vermoedt dat er online conflicten bestaan tussen jouw leerlingen.
- Je bent op de hoogte van een pestprobleem onder jouw leerlingen.
- Er is ogenschijnlijk geen conflict in jouw groep.
- Er hebben al intieme of weinig flatterende foto's van een jongere de ronde gedaan in de klas of binnen de school.
- Sommige jongeren hebben persoonlijke bijnamen (« dikzak », « chewbacca » ...).
- De jongeren weten precies bij wie ze terecht kunnen in geval van online problemen of conflicten. Binnen de school is een aanspreekpunt dat gekend is bij de jongeren.
- De jongeren vertellen graag over hun online activiteiten en praktijken. Ze vertellen openhartig wat ze op het internet en sociale media doen en beleven.
- De klas heeft een eigen groepje op WhatsApp of een ander sociaal mediakanaal.
- Een jongere heeft je al verteld over pest- of cyberpestsituaties in de klas.
- Er zijn je al geruchten van cyberpesten ter ore gekomen.
- Een jongere is geïsoleerd of is vaker alleen dan de rest van de groep.
- De jongeren hangen sterk aan elkaar en er bestaat geen onderlinge rivaliteit.
- Een of meerdere jongeren hebben al iemand verdedigd tegenover anderen (na een misplaatste opmerking, spot ...).
- Er bestaat rivaliteit tussen een jongere en een groepje anderen.
- Je hebt een beleid tegen pesten en dat is al nuttig gebleken.
- Sommige jongeren maken herhaaldelijk en buitensporig gebruik van humor en plagerijen tegenover een specifieke jongere (of groep jongeren).
- De ouders van een jongere hebben gesignaleerd dat hij/zij slaapproblemen heeft, vermoeid is en/of de schoolresultaten van hun kind verslechteren.
- Een leerling is herhaaldelijk afwezig.
- Jongeren stellen vragen over dingen die ze op sociale media gezien hebben (bijv. privacy-instellingen, influencers, fakenieuws ...).

RESULTAAT

Vul in de volgende tabel in hoeveel **turquoise**, **gele** en **rode** vragen je aangevinkt hebt. De meest aangevinkte kleur levert je een gepersonaliseerd antwoord op.

	●	●	●
Aantal aangevinkte vragen:			
Resultaat:	Cyberpesten is niet/ nauwelijks aanwezig in jouw klas.	Cyberpesten steekt de kop op.	Cyberpesten is vastgesteld.



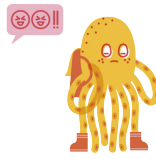
TURQUOISE : ER WORDT NIET GECYBERPEST

Als je veel turquoise antwoorden hebt, **is cyberpesten waarschijnlijk geen actieve problematiek in jouw klas**. Hoewel cyberpesten momenteel geen probleem vormt, wil je **jongeren toch bewust maken van de problematiek** en hen de nodige handvaten aanreiken, mochten er zich online conflicten voordoen in de klas.

De turquoise methodieken omvatten activiteiten om cyberpesten te voorkomen. De belangrijkste pedagogische doelstelling bestaat erin de dialoog rond het thema op gang te brengen, cyberpesten te begrijpen en te zorgen dat jongeren weten wie ze kunnen aanspreken als ze er het slachtoffer, de dader of getuige van zijn.

Je kan hiervoor de volgende methodieken gebruiken :

- [het ganzenspel](#).
- [de enquête](#).



GEEL: CYBERPESTEN STEEKT DE KOP OP

Geel betekent dat **je online conflicten vermoedt in jouw klas**, zonder dat je echt kan bevestigen dat het om cyberpesten gaat. Je merkt misschien dat een jongere geïsoleerd raakt van de rest van de groep of je hoort in de wandelgangen fluisteren over negatieve posts op sociale media. Je weet niet welke jongeren bij de situatie betrokken zijn, maar **je wil de problematiek op een relevante manier aanpakken** zonder daarom de vermeende online roddelaars of plagers / pesters publiekelijk bij naam te noemen.

Met de gele activiteiten kun je werken rond empathie en je leerlingen bewust maken van hun verantwoordelijkheid in deze problematiek. Zo gaan jongeren beseffen welke rol ze kunnen en moeten spelen bij cyberpesterijen en wat de gevolgen van hun daden zijn.

Je kan hiervoor de volgende methodieken gebruiken:

- Ik ben getuige van cyberpesten.
- Erg of niet erg?



ROOD: CYBERPESTEN IS VASTGESTELD

Het rode gedeelte van de thermometer betekent dat er **in jouw klas sprake is van cyberpesten**. Je bent op de hoogte van de situatie en je weet wie de betrokken jongeren zijn. **Je wil aan deze specifieke situatie werken samen met de leerlingen** zonder onmiddellijk veroordelend te werk te gaan.

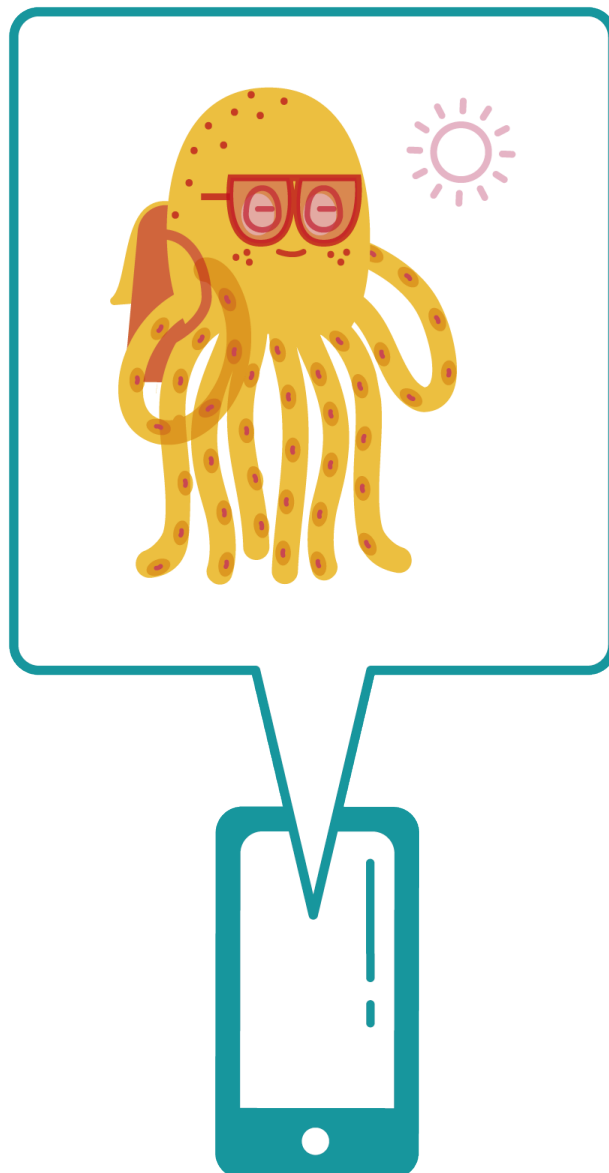
Aan de hand van de rode methodieken kun je activiteiten opzetten waarbij iedereen aan het woord kan komen zonder bang te hoeven zijn voor veroordeling, afkeuring of schaamte.

Je kan hiervoor de volgende methodieken gebruiken:

- Wie is het?
- Gereguleerde praatruimte.

TURQUOISE METHODIEKEN: CYBERPESTEN BEGRIJPEN

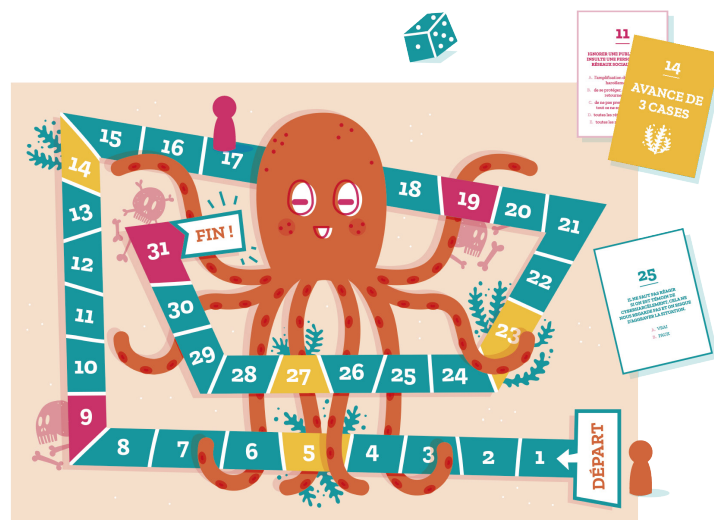
Met deze twee ludieke, dynamische activiteiten kan je cyberpesten en het online gedrag van jongeren aankaarten. Deze activiteiten dienen voor situaties waarin er zich nog geen cyberpesterijen voorgedaan hebben, maar je toch met jongeren over dit fenomeen wilt praten.





METHODIEK 1: GANZENSPEL

Deze activiteit is gebaseerd op een ganzenspel, maar dan levensgroot! De jongeren werken in groepjes samen om op het spelbord vooruit te gaan tot ze het eindvak, de mysterieuze doos, bereiken. Iedere groep gaat op zoek naar mysteriekaarten die op de speelplaats verstopt zijn. Deze kaarten stellen cyberpestsituaties voor, waarvoor de jongeren een oplossing moeten vinden. Als de jongeren het juiste antwoord geven, mogen ze de dobbelsteen opnieuw gooien en vooruitgaan. Opgelet, het spelbord bevat verborgen valstrikken waardoor spelers vertraging oplopen tijdens het parcours. De groep die als eerste het midden van het spelbord bereikt, wint de mysterieuze doos. Maar... wat zit daar nu eigenlijk in?



PRAKTISCHE INFO

- **Vorbereidingstijd:** 20 minuten
 - **Speelduur:** 30 minuten (activiteit) + 20 minuten (debat)
 - **Plaats:** een tamelijk grote ruimte zoals de speelplaats, sportzaal...
 - **Aantal deelnemers:** minimaal 6, maximaal 28 deelnemers
 - **Aantal spelbegeleiders:** 1 spelbegeleider is mogelijk, maar bij voorkeur 2
- Info:** met twee spelbegeleiders is het makkelijker om verplaatsingen op het spelbord in goede banen te leiden en om jongeren tegelijkertijd te ondersteunen als ze kaarten zoeken en onderling overleggen.



PEDAGOGISCHE DOELSTELLINGEN

Door deze methodiek leren leerlingen :

- cyberpesten omschrijven ;
- welke actoren betrokken zijn bij cyberpesten en wat hun rol is in het fenomeen ;
- wie de aanspreekpersonen in hun omgeving zijn ;
- cyberpestsituaties herkennen ;
- ingrijpen wanneer ze getuige zijn van cyberpesten ;
- samenwerken in een team ;
- een kritische geest ontwikkelen ;
- om gehoord te worden en naar anderen te luisteren.



MATERIAAL

- Een tafel
- Krijt
- Mysteriekaarten (bijlage 1)
- Antwoordblad (bijlage 1)
- Plakband
- Kladbladen
- Balpenen of stiften
- Diploma's van de Brigade tegen Cyberpesten (BCP) (bijlage 1)
- Felicitatiebrieven (bijlage 1)
- Het afgedrukte spelbord (bijlage 1)
- Decoratie voor de mysterieuze doos, om af te drukken (bijlage 1)
- Een dobbelsteen

Tip: heb je geen dobbelsteen, dan kan je stukjes papier nummeren van 1 tot 6 en ze in een doos of ondoorzichtig zakje doen. De jongeren trekken dan een nummer in plaats van met de dobbelsteen te gooien.

- Verschillende pionnen (evenveel pionnen als er teams zijn)

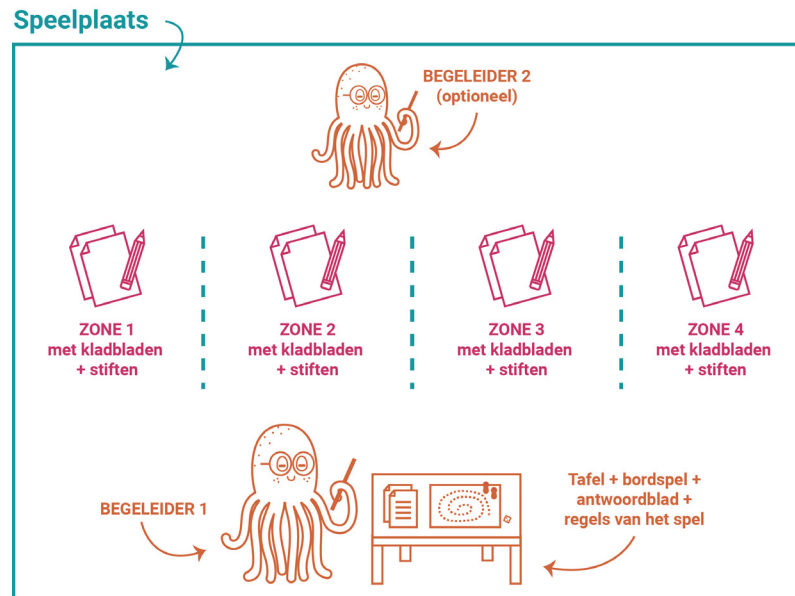
Tip: Heb je geen pionnen bij de hand, dan kan je figuurtjes, viltstifttopjes, stukjes gekleurd krijt, enz. gebruiken.

- Een schoendoos (of vergelijkbare doos)
- De afgedrukte spelregels (optioneel)
- Een praatstok (optioneel)

Je kan om het even welk herkenbaar voorwerp als praatstok gebruiken (een bal, sjaal, hoed, figuurtje, knuffeldier, enz.).



VERLOOP VAN HET SPEL



VOORBEREIDING (20 minuten)

Controleer op basis van deze checklist of alles klaarligt voordat je begint te spelen:

- Druk 3 maal de mysteriekaarten af en knip ze uit (je kunt ze plastificeren als je ze wilt hergebruiken).
- Druk het spelbord af en zet het in elkaar (je kunt het plastificeren als je het wilt hergebruiken).
- Teken met krijt 3 à 4 zones (zoveel als er teams zijn) op de grond op de speelplaats.
 - } **Info:** in deze zones kunnen jongeren samenkomen en ongestoord en zonder anderen te storen hun mysteriekaart bespreken. Zo kan de begeleider die het spelbord beheert ook zien welke groepen hun mysteriekaart opgelost hebben en wachten tot ze uitgenodigd worden om de dobbelsteen opnieuw te gooien.
 - } **Tip:** als je deze activiteit binnen organiseert, kun je de zones afbakenen met kegels.
- Leg kladbladen en viltstiften in elke zone.
 - } **Info:** zo kunnen ze hun mysteriekaarten op het blad plakken en de vragen waarop ze stuiten neerpennen om te gebruiken tijdens het debat.
- Zet de tafel in een hoek van de speelplaats en leg er het spelbord op.
 - } **Tip:** kleef het spelbord vast op de tafel zodat het niet verschuift en de pionnen niet omvallen.
- Druk het antwoordblad en de spelregels af. Hou ze bij de hand.
- Verspreid de mysteriekaarten op de speelplaats of in de ruimte en kleef ze vast met plakband.
 - } **Tip:** zorg ervoor dat je ze willekeurig neerlegt en dat de nummers elkaar niet opvolgen.

- Druk de diploma's van de Brigade tegen Cyberpesten (BCP) af.
 - Info:** druk er zoveel af als er jongeren per teams zitten. Ze worden uitgereikt aan de leden van het winnende team. De voornamen van de leerlingen van de winnende groep worden ingevuld aan het einde van het spel. Deze diploma's worden straks in de mysterieuze doos gelegd.
- Druk de felicitatiebrieven af die uitgereikt worden aan de andere jongeren.
- Druk de decoratie voor de mysterieuze doos af, kleef ze erop volgens de instructies, en steek de BCP-diploma's en felicitatiebrieven erin.



SPELVERLOOP (30 minuten)

1. Leg de spelregels uit aan de jongeren. Indien nodig kun je deze fiche afzonderlijk afdrukken en ze bij de hand houden tijdens de activiteit.
 - Tip:** om er zeker van te zijn dat iedereen alles goed begrepen heeft, kun je aan een jongere vragen om de regels nog eens in eigen woorden uit te leggen aan de rest van de groep of om een proefronddje spelen.
2. Toon de jongeren wat de grenzen van de speelruimte zijn als die niet duidelijk afgebakend zijn, zoals op de speelplaats.
3. Bepaal welke groep als eerste begint.
 - Tip:** elke groep gooit de dobbelsteen en de speelvolgorde gaat van de groep met het hoogste aantal ogen naar de groep met het laagste aantal ogen.
4. Eén voor één gaan de groepen vooruit op het spelbord en gooien ze de dobbelsteen. Ze schuiven hun pion evenveel plaatsen vooruit als ze ogen gegooid hebben.
5. Als de pion op een vak met een getal komt, moeten de jongeren op zoek naar de mysteriekaart met hetzelfde getal.
6. Als de jongeren de mysteriekaart gevonden hebben, maken ze die los en keren ze terug naar hun zone. Ze plakken de mysteriekaart op hun blad. Samen lezen, analyseren en lossen ze op wat er staat.
 - Begeleider 2 moedigt de jongeren aan om te overleggen en na te denken. Hij/zij kan de jongeren ook vragen stellen over hun antwoordkeuze en helpen in hun denkproces.
7. Zodra de jongeren het antwoord gevonden hebben, steken ze hun hand op en wachten ze tot de begeleider hen naar het spelbord roept.

8. De groep gaat naar het spelbord met de mysteriekaart, de jongeren leggen de vraag uit en stellen hun antwoord voor. De begeleider bij het spelbord controleert het antwoord met het antwoordblad.

Als de groep het juiste antwoord gegeven heeft, mogen ze opnieuw gooien met de dobbelsteen. Als de groep een fout antwoord gegeven heeft, keren de jongeren terug naar hun zone om een nieuw antwoord te formuleren. Zodra ze klaar zijn, steken ze hun hand op en wachten op het teken van de begeleider om opnieuw naar het spelbord te gaan. De groep geeft haar antwoord. Als het juist is, gooien ze de dobbelsteen. Als het fout is, keren ze terug naar hun zone.

De winnende groep is de groep die als eerste op het laatste vak van het spelbord belandt.

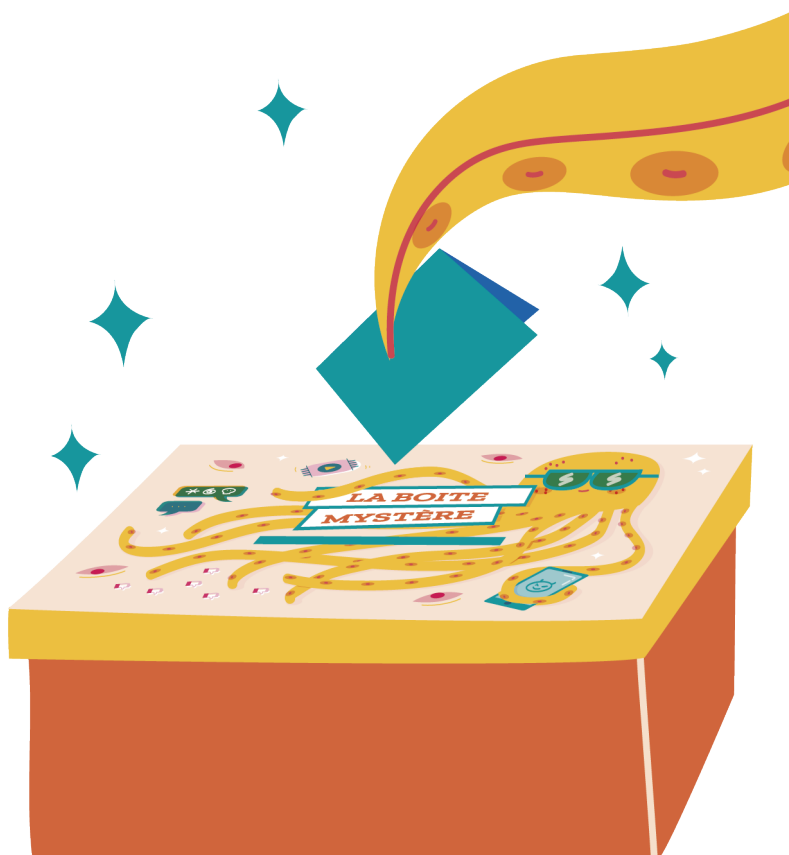
} **Info:** als het spel te lang duurt, kun je het beëindigen en dan wint de groep die het verst gekomen is.

9. Het winnende team sleept de mysterieuze doos en diploma's van de Brigade tegen Cyberpesten (BCP) in de wacht. Ze lezen de brief in de doos en delen een felicitatiebrief uit aan al hun klasgenoten.



DE DOOS TEGEN CYBERPESTEN

Als het spel gedaan is, **wordt de mysterieuze doos een brievenbus** die je in jouw klas bewaart. Voortaan kunnen jongeren uit de klas **(anonieme) berichten** in deze doos steken om probleemsituaties te melden, vragen te stellen of gespreksthema's voorstellen. **Alleen de leerkracht mag de inhoud van de doos lezen en voor opvolging zorgen** waar nodig. Wordt er via de doos een cyberpestsituatie gemeld, raden we aan om de rode methodieken van de cyberpestthermometer te raadplegen. **Jongeren kunnen ook gespreksonderwerpen voorstellen of vragen stellen.** Afhankelijk van het aantal en de frequentie van de berichten kun je één keer per maand een bespreking van de gestelde vragen organiseren. Let erop dat dit allemaal met een positieve houding gebeurt, zonder te veroordelen of te beschuldigen, en waarborg dat de betrokken personen anoniem blijven als ze dat wensen.



Daarna bespreek je situaties waarmee de jongeren werden geconfronteerd. Hoe voelden ze zich? Zouden ze op dezelfde manier hebben gereageerd? Hieronder vind je een pedagogische leidraad om het debat in goede banen te leiden. Om hier rustig de tijd voor te kunnen nemen, kan je dit eventueel in een tweede lesuur van 50 minuten doen.



NABESPREKING EN DEBAT (20 minuten)

De mysteriekaarten stemmen overeen met de anatomie van cyberpesten, zoals we die voorgesteld hebben in het inleidende deel van dit dossier. Tijdens het nabesprekingsdebat gaan we hier aan de hand van de richtvragen hieronder dieper op in. Je kan het klassikale debat meteen na de activiteit of enkele dagen later houden. We raden wel aan om niet langer dan een week te wachten, zodat alles nog fris in het geheugen van de jongeren zit.

Voor het debat nemen de jongeren er de notitiebladen bij waarop ze hun vragen en antwoorden genoteerd hebben tijdens het spel. Verdeel het schoolbord in zes vakken waarin je de zes sleutelvragen zet: wat, waar, wie, waarom, hoe, gevolgen en wat te doen? Ga op basis van de richtvragen dieper in op elk van deze vragen en noteer eventueel kernwoorden in het desbetreffende vak.

WAT: Wat is cyberpesten? Omschrijf eventueel zelf cyberpesten en geef enkele voorbeelden. Vergeet niet om de volgende onderwerpen met de jongeren te bespreken: ongelijke relatie, gebrek aan verweer, onzichtbaarheid, megafooneffect en humor als wapen.

WAAR: Gebeurt cyberpesten alleen op het internet? Gaat cyberpesten soms door in het offline leven? Waar dan? Op welke soorten platforms kunnen cyberpesterijen zich voordoen?

WIE: Welke personen zijn betrokken bij cyberpesten? Wie zijn de pesters? Wie zijn de gepeste personen? Wie zijn de getuigen?

WAAROM: Waarom pesten jongeren anderen? Waarom zwijgen getuigen? Waarom mengen sommigen zich er wel in en negeren anderen het? Waarom durven gepeste personen er niet altijd over te praten?

HOE: Hoe pesten jongeren andere jongeren online? Hoe pakken ze het aan? Via privéberichten? Publieke posts? Door intieme foto's te delen? Wat is catfishing? Is dit een vorm van cyberpesten of gewoon om te lachen? Wat is het verschil tussen cyberplagen en cyberpesten? Bestaat er een verband? Gebruik de informatie die je in het inleidende deel hierover terugvindt, bijvoorbeeld in [humor als instrument](#).

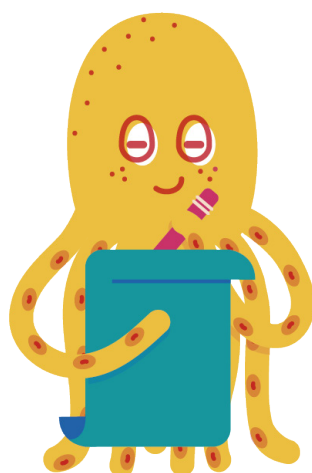
WAT TE DOEN: Bespreek wat jongeren kunnen doen als ze het slachtoffer of getuige zijn van cyberpesten. Bij wie kunnen ze terecht? Wat moeten jongeren doen als ze getuige zijn van cyberpesten? Stel de aanspreekpersonen in de school voor (zoals het CLB) en leg uit hoe de brievenbusdoos werkt. Geef ook aan dat jongeren rechtstreeks met jou kunnen komen praten zonder via de doos te gaan. Welke andere vertrouwenspersonen hebben jongeren in hun omgeving? Laat hen hier voor zichzelf over nadenken.

Info: Child Focus lanceerde een campagne rond de vertrouwenspersoon: Max. Child Focus wil dat elk kind tussen 10 en 12 jaar een vertrouwenspersoon heeft, een Max, in zijn of haar omgeving. Meer info: www.iedereeneenmax.be. Hier kunnen ze ook een filmpje aanmaken om hun Max uit te nodigen. Dit kan een heel mooie aanvulling zijn op het gebruik van deze methodiek.

o o PEDAGOGISCHE FICHE x

METHODIEK 2: DE ENQUÊTE

Deze activiteit gebeurt via een enquête op papier, gevolgd door een klasdebat. Hiervoor beantwoorden de jongeren thuis individueel de enquête-vragen als huiswerk en de volgende dag interpreteer jij samen met hen de resultaten. Heeft iedereen hetzelfde antwoord gegeven?



PRAKTISCHE INFO

- **Vorbereidingstijd:** 3 minuten
- **Duur van het debat:** 50 minuten
- **Plaats:** in de klas



PEDAGOGISCHE DOELSTELLINGEN

Door deze methodiek leren leerlingen:

- over de ervaringen van klasgenoten met cyberpesten;
- nadenken over de problematiek van cyberpesten;
- cyberpesten omschrijven, begrijpen en herkennen;
- beseffen dat cyberpesten ernstig is;
- hun mening geven en luisteren naar die van anderen;
- blijk geven van een kritische geest.



VERLOOP VAN HET SPEL

VOORBEREIDING (3 minuten)

- Druk evenveel enquêtes af als er jongeren zijn.
- Druk de spelregels af (optioneel).



SPELVERLOOP (50 minuten)

Deel 1 : de enquête

- Vraag de leerlingen om de enquête in de klas of thuis als huiswerk te beantwoorden. Je kunt hen vertellen dat de resultaten gebruikt zullen worden voor een volgende les. Het is belangrijk om te benadrukken dat de enquête helemaal anoniem is en dat de leerlingen ze eerlijk moeten beantwoorden. Wanneer je de enquêtes ontvangt, analyseer je de resultaten en respecteer je daarbij de anonimiteit. Je kunt eventueel enveloppen uitdelen waarin de leerlingen hun vragenlijst steken om ze dan in een doos te deponeren.
- Verwerk de resultaten. Maak een overzicht van de gegeven antwoorden. Je kunt bijvoorbeeld grafieken maken, de antwoordpercentages op het bord schrijven, enz.

Deel 2 : klasdebat

- Neem de antwoorden van de jongeren op de enquête door met de groep.
- Zijn deze antwoorden verrassend? Heeft iedereen op dezelfde manier geantwoord? Wat denken de jongeren hiervan?
- Vergelijk de antwoorden van de klas en bespreek ze met de jongeren.



NABESPREKING EN DEBAT

Stel vooral veel vragen als de antwoorden van de leerlingen groot zijn er of als er verschillen in perceptie tussen de leerlingen blijken. Hier vind je een aantal richtvragen voor het debat:

VRAAG 1: Is cyberpesten erger of minder erg als het om een meisje of een jongen gaat? Zijn jongens of meisjes vaker het doelwit van cyberpesten? Waarom?

VRAAG 2: Verrassen deze resultaten je? Waarom? Wat vind je ervan?

VRAAG 3: Gaat cyberpesten door in het echte leven? Kan pesten beginnen op school en doorgaan op sociale media? Wat is het ergst: online pesten of pesten in levenden lijve? Wat is het moeilijkst om mee te leven? Op welke soorten platforms kunnen cyberpesterijen zich voordoen? **Meer info:** Waar? Over cybergrenzen heen.

VRAAG 4: Hoe pesten jongeren andere jongeren online? Wat doen ze precies? Via privéberichten? Publieke posts? Door intieme foto's te delen? Wat zou jij het ergst vinden? Wat is catfishing? **Meer info:** Hoe? Welke gedragingen zijn waarneembaar?

VRAAG 5: Welke personen zijn betrokken bij cyberpesten? Wie zijn de pesters? Wie zijn de gepeste personen? Wie zijn de getuigen? Gebeurt cyberpesten altijd anoniem? Is het erger als de pester onbekend is? **Meer info:** Wie? Betrokken actoren en Intentionaliteit en cockpitteffect.

VRAAG 6: Waarom durven gepeste personen er niet over te praten? Wat kun je doen als je het slachtoffer bent van online pesterijen? Is het nodig dat een volwassene tussenkomt? Kan cyberpesten vanzelf opgelost raken?



Belangrijk: cyberpesten raakt nooit vanzelf opgelost. Om cyberpesten een halt toe te roepen is het nodig dat een volwassene ingrijpt. **Meer info:** Waarom? Wat beweegt jongeren ertoe om in te grijpen, te zwijgen of te beginnen met cyberpesten?

VRAAG 7: Om welke redenen kan iemand online gepest worden? Wat vind je ervan? **Meer info:** Waarom? Wat beweegt jongeren ertoe om in te grijpen, te zwijgen of te beginnen met cyberpesten?

VRAAG 8: Vraag de leerlingen om pestgedragingen te rangschikken in volgorde van ernst. Vraag hen om het gedrag te nummeren van minst naar meest ernstig. Waarom is bepaald gedrag ernstiger dan ander gedrag? Moedig jongeren aan om hun keuze te motiveren. **Meer info:** Hoe? Welke gedragingen zijn waarneembaar?

VRAAG 9: Waarom kun je een grap wel of niet beschouwen als cyberpesten? Waar ligt de grens tussen een grapje en pesterij? Is het nog altijd « om te lachen » als de grap de betrokkene niet aan het lachen maakt? Definieer samen met de jongeren wat online pesten precies is. **Meer info:** Wat? Definitie van cyberpesten? en Lachen als instrument.

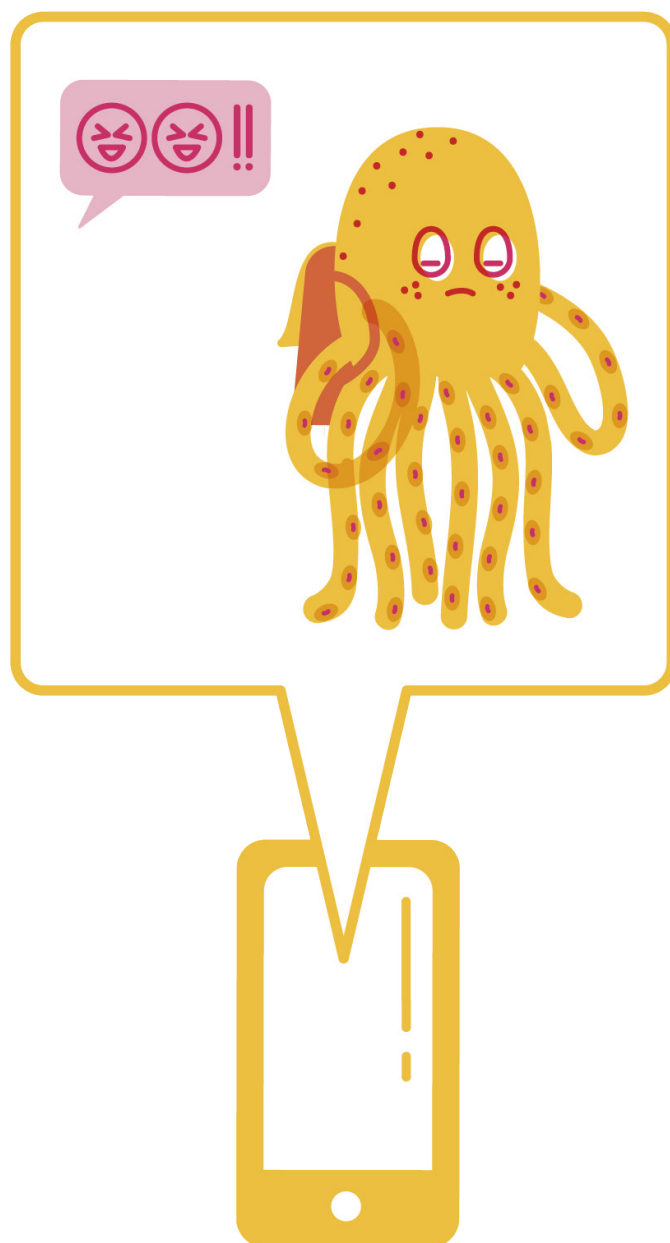
VRAAG 10: Verrassen deze resultaten je? Waarom? Wat vind je ervan?

VRAAG 11: Bespreek de rol van getuigen bij online pesterijen. Waarom zwijgen sommige jongeren wanneer ze getuige zijn van pesterijen? Waarom mengen sommigen zich er en negeren anderen het? Wat moet je doen als je getuige bent van pesterijen?

VRAAG 12: Wat te doen als je het slachtoffer of getuige bent van cyberpesten? Wie kun je aanspreken? Wat moeten jongeren doen als ze getuige zijn van cyberpesten? Hoe kunnen ze erover praten? Wat kunnen we in de klas of op school doen om er makkelijker over te kunnen praten? Benadruk hoe belangrijk het is om nooit alleen met problemen te blijven zitten en naar een volwassene vertrouwenspersoon te stappen: jouw Max! **Meer info:** www.iedereeneenmax.be en Middelen om in te zetten.

GELE METHODIEKEN: CYBERPESTEN OPSPOREN

Vermoed je dat er zich een online conflict afspeelt in jouw klas, dan kunnen de gele methodieken helpen om cyberpesterijen af te koelen door aan de dialoog gepeste-pester-getuige te werken. Deze twee activiteiten stemmen tot nadenken over empathisch zijn en emoties uitdrukken. Ze laten jongeren situaties vanuit verschillende gezichtspunten beleven.



o o PEDAGOGISCHE FICHE x

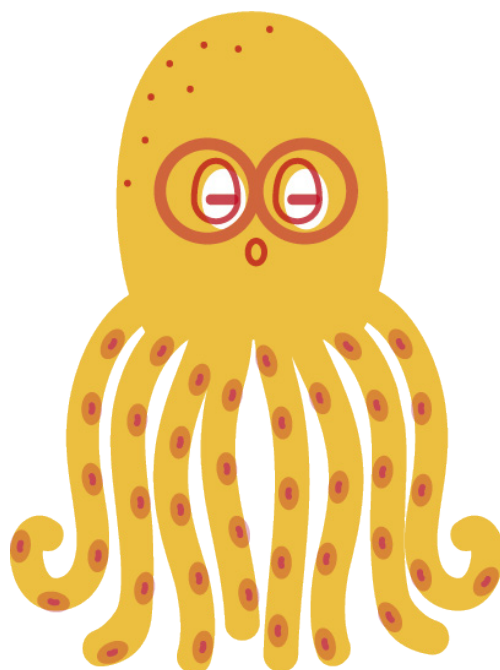
METHODIEK 3: IK BEN GETUIGE VAN CYBERPESTEN

Jongeren die getuige zijn van cyberpesterijen maken een keuze in hun reactie. We zien drie mogelijke reacties bij getuigen van cyberpesten:

- Lachen met de gepeste persoon en zo de kant van de pester kiezen (**volgers**).
- De gepeste persoon helpen. Dat kan op uiteenlopende manieren: door hem/haar te verdedigen tegenover anderen, door in een privébericht te vragen of het goed met hem/haar gaat of door een volwassene om hulp te vragen (**verdedigers**).
- Niet reageren of de situatie negeren (**zwijgers**).

In deze methodiek schotelen we jongeren een situatie voor waarvan ze getuige zijn, telkens met wat meer info over de cyberpestsituatie en de beleving van de betrokkenen. Reageren ze nog altijd op dezelfde manier? Zo neem je samen met de jongeren de verschillende rollen onder de loep en bepaal je samen welke reactie de beste is.

Meer info: [Wie? Betrokken actoren](#)





PRAKTISCHE INFO

- **Vorbereidingstijd:** 5 minuten
- **Duur van de activiteit:** 50 minuten
- **Plaats:** in de klas of op de speelplaats



PEDAGOGISCHE DOELSTELLINGEN

Door deze methodiek leren leerlingen:

- de rol van getuigen bepalen (zwijgers, volgers, verdedigers);
- beseffen dat ze een rol spelen bij cyberpesten;
- cyberpesten herkennen als getuige;
- hun eigen emoties herkennen, benoemen en erover praten;
- actie ondernemen als getuige om cyberpesterijen te melden;
- weten wie een vertrouwenspersoon in hun omgeving is (een Max bij wie ze zelf terecht kunnen);
- meer cognitieve en emotionele empathie aan de dag leggen;
- een kritische geest ontwikkelen;
- debatteren en daarbij hun standpunten motiveren en verdedigen;
- naar anderen luisteren.



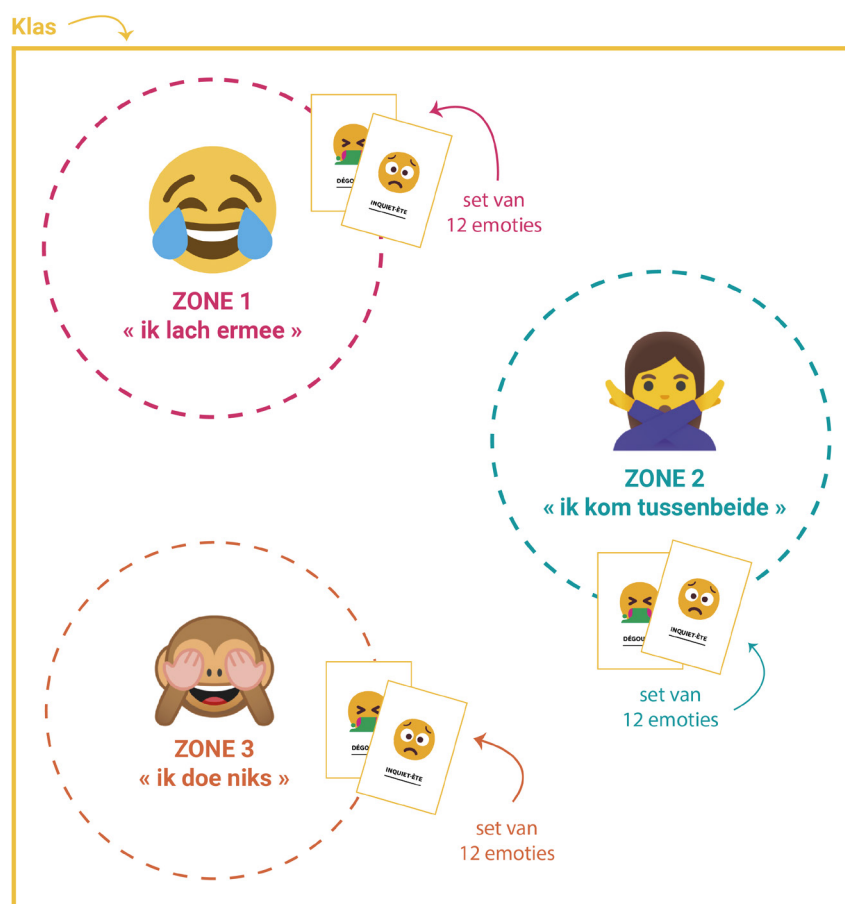
MATERIAAL

- De 3 borden (bijlage 3)
- De situaties (bijlage 3)
- De emoji's (bijlage 3)
- De afgedrukte spelregels (optioneel)
- Optioneel: een praatstok

Info: Deze activiteit draait om debatteren en discussiëren. Het is dan ook belangrijk dat sprekers elkaar respecteren en naar elkaar luisteren. Als je dat nodig vindt, kun je de praatstok invoeren. Zoek hiervoor een symbolisch voorwerp dat aangeeft wie er aan het woord is. Alleen wie de praatstok heeft, mag het woord voeren. De anderen moeten luisteren en hun hand opsteken als ze aan het woord willen komen. Pas wanneer ze de praatstok hebben, mogen ze spreken.



VERLOOP VAN HET SPEL



VOORBEREIDING

- Zorg voor een ruimte die groot genoeg is, zet de tafels in de klas tegen de muur of ga naar de speelplaats.
- Druk de nodige documenten af voor de activiteit: emoji's, situaties en borden (bijlage 3).
- De praatstok (optioneel)
- Richt de ruimte zo in dat je over drie aparte zones beschikt. Zorg ervoor dat er voldoende plek is, want de jongeren moeten tussen deze drie zones circuleren.
- Geef elke zone aan met de borden « ik lach ermee », « ik doe niks », « ik kom tussenbeide ». Zorg dat de borden goed zichtbaar zijn.



SPELVERLOOP

1. Leg de spelregels uit aan de jongeren.
2. Ga zelf in het midden van de ruimte staan en lees de eerste situatie voor. Bevestig ze vervolgens op het bord zodat iedereen ze kan (her)lezen indien nodig.
 - De jongeren gaan naar de zone van hun keuze, die overeenstemt met hun reactie in de opgegeven situatie.
 - Eenmaal in de zone kiezen ze de emoji die hun emoties over de situatie illustreert. Meerdere jongeren kunnen voor dezelfde emotie kiezen.
 - Sommige jongeren kunnen moeite hebben om hun emoties te verwoorden. Vraag hen welke emoji's ze gebruikt zouden hebben als de cyberpesterijen de vorm van een Snap of post op Instagram hadden en ze commentaar konden geven.
 - Laat de jongeren per zone onderling bespreken waarom ze deze reactie gekozen hebben.
 - Laat elke zone voor de hele groep vertellen waarom ze lachen/helpen/niks doen. Vanaf dat moment zullen jongeren waarschijnlijk willen reageren op wat er gezegd is. Het debat begint en jij bent de moderator.
 - Let erop dat iedereen zijn mening kan geven en dat alle jongeren en zones evenveel aan het woord komen.
3. Er wordt een eerste keer extra informatie toegevoegd aan de situatie. Lees deze extra informatie voor en maak ze vast op het bord. Reageert iedereen op dezelfde manier? Vraag de jongeren om over hun antwoord na te denken en van zone te veranderen als ze denken dat ze anders zouden reageren. Breng het debat weer op gang. Waarom veranderen ze (niet) van zone? Wat vinden ze ervan?
4. Er wordt een tweede keer extra informatie toegevoegd aan de vorige informatie. Lees opnieuw voor en maak ze vast op het bord. Wat denken de jongeren hiervan? Wie is van zone veranderd? Reageren ze nog altijd op dezelfde manier als ze getuige van de situatie zijn? Waarom? Moedig hen aan om argumenten voor hun keuze te geven.
5. Als het debat wat uitdooft rond deze situatie kan je even recapituleren en de conclusie / ideeën van de jongeren herhalen.
6. Herhaal deze werkwijze met een nieuwe situatie.



NABESPREKING EN DEBAT

Elke situatie draait om een ander specifiek aspect van cyberpesten. De situaties gaan in het bijzonder over de handelingen en het gedrag die pesters vertonen tegenover slachtoffers en die opgemerkt worden door getuigen. Meer info: «Hoe? Welke gedragingen zijn waarneembaar?»

Enkele voorbeelden:

- **Situatie 1** gaat over het recht op afbeelding en de onvoorwaardelijke plicht om toestemming te vragen.
- **Situatie 2** gaat in op niet-consensuele sexting. Intimiteit, respect voor jouw eigen toestemming en die van anderen staan opnieuw centraal in het debat.
- **Situatie 3** belicht persoonlijke beledigingen, spot en grappen tegenover een gepeste jongere.
- **Situatie 4** gaat over de grens tussen humor en pesten, met name door humor als wapen te gebruiken.
- **Situatie 5** kijkt naar de problematiek van kwaadspreken door geruchten te verspreiden.

Ga nadat je de verschillende situaties besproken hebt eventueel nog in op de algemene inzichten na deze methodiek. Daarvoor kan je de volgende richtvragen gebruiken.

- Wat vind je van deze situatie? Waarom grijp je in, help je of negeer je de situatie? Is iedereen het daarmee eens?
- Welke verschillende rollen kunnen getuigen van pesterijen spelen?
- Welke emoties wekt deze situatie bij jullie op?
- Wat vinden jullie van de volgers? Wat vinden jullie van de zwijgers? Wat vinden jullie van de verdedigers? Waarom handelen ze op deze manier?
- Wat moet je in de toekomst doen als je getuige van cyberpesten bent?

Geheugensteuntje: zonder getuigen geen pesten. Maak jongeren bewust van de impact die ze kunnen hebben als ze getuige zijn van pesterijen. Getuigen spelen een cruciale rol.



METHODIEK 4: ERG OF NIET ERG?

Iedere jongere krijgt een online of offline pestsituatie voorgelegd. Om de beurt gaan de jongeren hun situatie analyseren, begrijpen en interpreteren. Ze drukken uit wat ze voelen door op een denkbeeldige lijn van « dit is zeer ernstig » tot « dit is helemaal niet ernstig » te gaan staan. De jongeren vergelijken zo hun situatie met die van anderen, debatteren en motiveren hun keuze.





PRAKTISCHE INFO

- **Vorbereidingstijd:** 5 minuten
- **Duur van de activiteit:** 50 minuten
- **Plaats:** in de klas of op de speelplaats



PEDAGOGISCHE DOELSTELLINGEN

Door deze methodiek leren leerlingen:

- cyberpesten herkennen;
- de ernst van online pestsituaties inschatten;
- hun eigen emoties herkennen, benoemen en erover praten;
- hun meningen vergelijken;
- hun keuze motiveren;
- meer cognitieve en emotionele empathie aan de dag leggen;
- een kritische geest ontwikkelen;
- debatteren en daarbij hun standpunt motiveren en verdedigen;
- naar anderen luisteren.



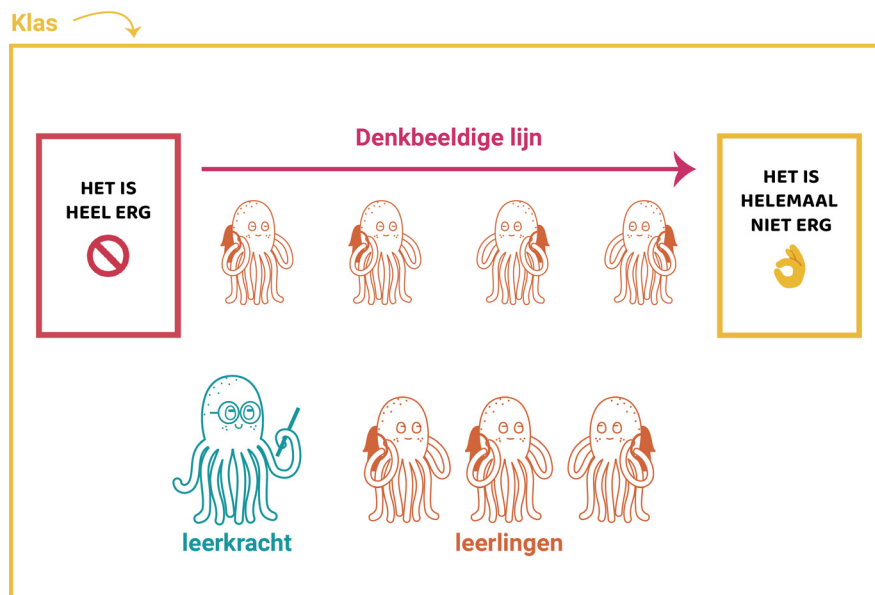
MATERIAAL

- De 21 situaties ([bijlage 4](#))
- De 2 borden ([bijlage 4](#))
- De afgedrukte spelregels (optioneel)
- Optioneel: een praatstok

Info: Deze activiteit draait om debatteren en discussiëren. Het is dan ook belangrijk dat sprekers elkaar respecteren en naar elkaar luisteren. Als je dat nodig vindt, kun je de praatstok invoeren. Zoek hiervoor een symbolisch voorwerp dat aangeeft wie er aan het woord is. Alleen wie de praatstok heeft, mag het woord voeren. De anderen moeten luisteren en hun hand opsteken als ze aan het woord willen komen.



VERLOOP VAN HET SPEL



VOORBEREIDING

- Zorg voor een ruimte die groot genoeg is, zet de tafels in de klas tegen de muur of ga naar de speelplaats.
- Druk de nodige documenten af voor de activiteit: situaties en borden (bijlage 4).
- De praatstok (optioneel)



SPELVERLOOP

1. Maak de ruimte vrij zodat de jongeren zich in een rechte lijn kunnen opstellen.
2. Verdeel de situaties onder de jongeren. Er zijn 22 situaties, als de jongeren met meer zijn, kun je ze per twee een situatie geven.
3. Leg de spelregels uit aan de jongeren.
4. De leerlingen bekijken hun situatie en denken hier individueel over na.

Opmerking: de leerlingen mogen hun situatie interpreteren vanuit een standpunt naar keuze: het standpunt van de dader, het slachtoffer of de getuige. Het is interessant jongeren te vragen hoe zij de situatie interpreteren en om daarover vragen te stellen. Is deze situatie ernstiger vanuit het standpunt van het slachtoffer, de dader of de getuige? Of is ze net minder ernstig? Ze kunnen de situatie ook op een feitelijke manier interpreteren, zonder een precies standpunt in te nemen.

5. Duid een leerling aan: hij/zij leest de situatie luidop voor en gaat op de denkbeeldige lijn staan naargelang hoe ernstig hij/zij de situatie inschat. Hij/zij geeft uitleg bij de keuze.
6. De rest van de klas mag reageren. Vraag de leerlingen of ze het al dan niet eens zijn met dit standpunt en waarom. De rest van de klas mag proberen om de leerling te overtuigen om van plaats te veranderen op de lijn. De leerling kan van mening veranderen of niet, in functie van de argumenten die hij/zij te horen krijgt. Sluit de discussie af en ga naar de volgende leerling.
7. Een tweede leerling legt zijn/haar situatie voor aan de anderen en kiest een plaats op de lijn. Is de situatie ernstiger of minder ernstig? De jongere gaat links of rechts van de eerste leerling staan en motiveert zijn/haar keuze.
8. De rest van de klas mag opnieuw reageren. Zouden ze dezelfde keuze gemaakt hebben? Waarom wel? Waarom niet? De leerling kan van mening veranderen of niet, in functie van de argumenten die hij/zij te horen krijgt. Sluit de discussie af en ga naar de volgende leerling.
9. Herhaal deze werkwijze tot alle jongeren op de denkbeeldige lijn staan.

Tip: je kunt ook een standpunt opleggen en de oefening bijvoorbeeld alleen doen vanuit het gezichtspunt van de dader. Dit wil zeggen dat alle leerlingen in de huid van de dader van hun situatie kruipen en op de denkbeeldige lijn gaan staan. Daarna doe je hetzelfde met de andere gezichtspunten: slachtoffer en getuige.



NABESPREKING EN DEBAT

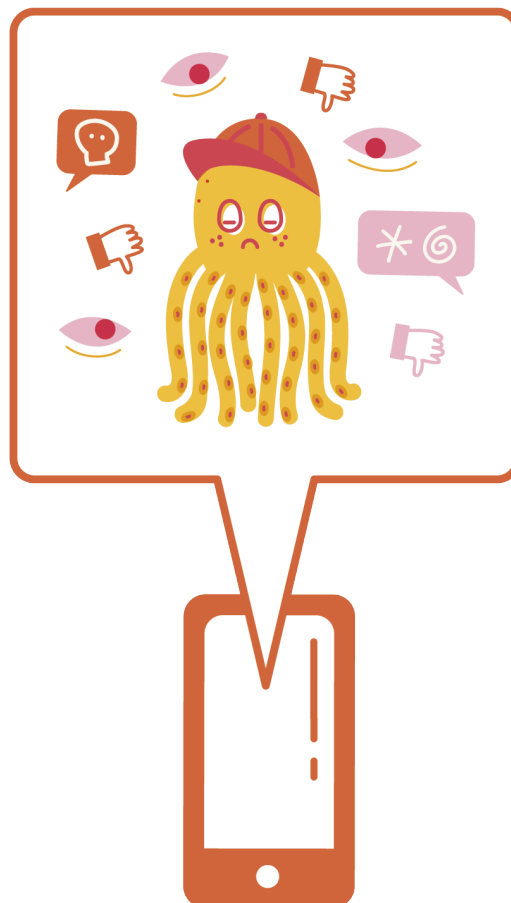
- Er zijn geen goede of slechte antwoorden.
- Waar het om draait, is dat jongeren hun introspectieve vaardigheden, kritische geest en empathie ontwikkelen.
- Moedig de jongeren aan om in de huid van de gepeste jongere te kruipen. Wat als deze jongere iemand was die ze goed kennen? Hun beste vriend(in), broer of zus? Zouden ze op dezelfde manier reageren?
- Moedig de jongeren aan om hun keuze te motiveren. Waarom vinden ze deze situatie erger dan een andere?
- Aarzel niet om jongeren te confronteren met hun daden als blijkt dat ze zich al eens schuldig gemaakt hebben aan één van deze situaties. Vergelijk eventueel met een offline voorbeeld. Wat als de jongere, in plaats van iemand publiekelijk op Instagram te bespotten, dat in het gezicht van het slachtoffer zou doen? Zou hij/zij dat durven? Waarom (niet)?

Opmerking: je zult nooit twee keer dezelfde resultaten krijgen op deze lijn. Elke groep jongeren zal deze oefening anders ervaren, maar de basis van het debat blijft dezelfde.

RODE METHODIEKEN: INGRIJPEN BIJ CYBERPESTEN

De rode methodieken zijn bestemd voor situaties waarin online pesten duidelijk aanwezig is in de klas. Deze twee activiteiten zorgen niet voor een oplossing of bespreking van het concrete probleem, maar stellen je in staat om een dialoog te openen tussen alle betrokken partijen, met het oog op bewustmaking en herstel. Het hoofddoel van deze methodieken bestaat erin om te stimuleren dat jongeren zich wenden tot een vertrouwenspersoon als ze geconfronteerd worden met cyberpesterijen.

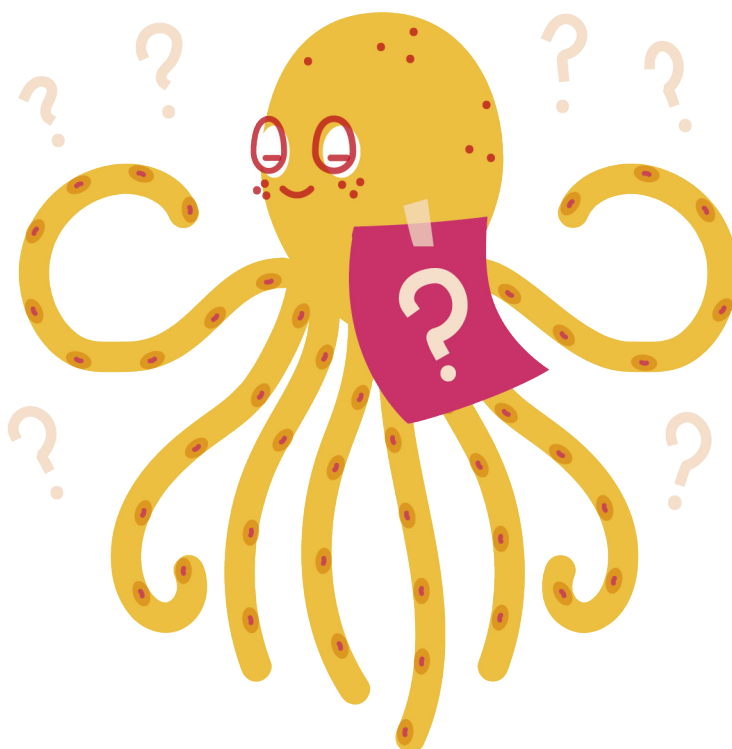
Een neutrale en bemiddelende aanpak tegenover dader(s) en getuige(n) is van essentieel belang. Een al te directe, gezamenlijke confrontatie zonder aangepast kader, sluit de deur naar dialoog en vernietigt het vertrouwen dat essentieel is voor bewustmaking en herstel. Daarom moedigen deze twee rode methodieken jongeren aan om te luisteren en te communiceren op een niet-gewelddadige manier, met respect voor iedereen. Zo wordt een kader gecreëerd waarbinnen de concrete problemen daarna makkelijker besproken kunnen worden.



o o PEDAGOGISCHE FICHE x

METHODIEK 5: WIE IS HET?

De leerlingen krijgen een mogelijke vertrouwenspersoon (een Max) op hun rug geplakt. Ze weten niet wie de persoon op hun rug is en moeten dit te weten komen. Daarna moeten ze op zoek naar hun partner: een medeleerling die dezelfde Max op de rug heeft. De jongeren verplaatsen zich in de ruimte, op zoek naar hun partner en stellen elkaar vragen om de identiteit van hun vertrouwenspersoon en hun partner te vinden. Ze maken ook kennis met de site www.iedereeneenmax.be.





PRAKTISCHE INFO

- **Vorbereidingstijd:** 5 minuten
- **Duur van de activiteit:** 50 minuten
- **Plaats:** in de klas of op de speelplaats



PEDAGOGISCHE DOELSTELLINGEN

Door deze methodiek leren leerlingen:

- wie de vertrouwenspersonen in hun omgeving zijn in geval van online problemen;
- tot welke betrouwbare organisaties ze zich kunnen wenden in geval van (online) problemen;
- een goede volwassen vertrouwenspersoon herkennen (jouw Max);
- wat hen te doen staat wanneer ze het slachtoffer zijn van online cyberpesten;
- meer cognitieve en emotionele empathie aan de dag leggen;
- een kritische geest ontwikkelen;
- debatteren en daarbij hun standpunten motiveren en verdedigen;
- naar anderen luisteren.



MATERIAAL

- De etiketten met vertrouwenspersonen
- De afgedrukte spelregels (optioneel)
- Plakband
- Optioneel: een praatstok

Info: Deze activiteit draait om debatteren en discussiëren. Het is dan ook belangrijk dat sprekers elkaar respecteren en naar elkaar luisteren. Als je dat nodig vindt, kun je de praatstok invoeren. Zoek hiervoor een symbolisch voorwerp dat aangeeft wie er aan het woord is. Alleen wie de praatstok heeft, mag het woord voeren. De anderen moeten luisteren en hun hand opsteken als ze aan het woord willen komen. Pas wanneer ze de praatstok hebben, mogen ze spreken.

- Computers, smartphones of tablets of een smartboard



VERLOOP VAN HET SPEL

VOORBEREIDING

- Zorg voor een ruimte die groot genoeg is, zet de tafels in de klas tegen de muur of ga naar de speelplaats.
- Druk de nodige documenten af voor de activiteit: etiketten (bijlage 5).
- De praatstok (optioneel)



SPELVERLOOP

1. Richt de ruimte zo in dat de jongeren zich makkelijk kunnen verplaatsen. Schuif de tafels en stoelen tegen de muren of ga naar de speelplaats.
2. Bevestig een etiket op de rug van iedere leerling. Van elk etiket zijn er twee. Per twee vormen de jongeren een duo.
3. Leg de spelregels uit aan de jongeren.
4. De jongeren verplaatsen zich in de ruimte om uit te zoeken wie de vertrouwenspersoon of hulporganisatie op hun rug is.
5. De jongeren zoeken dus eerst uit welke vertrouwenspersoon of hulporganisatie op hun rug vastgemaakt is.
6. Wanneer jongeren elkaar kruisen, stellen ze elkaar wederzijds een vraag om de identiteit van hun vertrouwenspersoon of hulporganisatie te ontdekken. Ze mogen enkel ja-nee vragen stellen: « Is het een vrouw ? », « Werkt de persoon op school ? », « Is het een organisatie ? », « Is het een fysieke persoon ? », « Is mijn vertrouwenspersoon de sportleerkracht ? », enz.
7. De jongeren stellen elkaar een vraag en beantwoorden die, waarna ze voortwandelen door de klas of op de speelplaats.
8. Zodra ze een andere jongere kruisen, stellen ze elkaar een nieuwe gesloten vraag. Enzovoort...
9. Een jongere die de vertrouwenspersoon of hulporganisatie vindt, gaat aan de kant staan en wacht tot zijn/haar partner zijn/haar vertrouwenspersoon ook gevonden heeft.
10. Wie het eerste duo samenstelt, wint het spel.
11. Als alle duo's gevormd zijn, is het spel afgelopen. Vraag de jongeren om hun etiketten op het bord te hangen.
12. Bespreek met de jongeren welke rol de vertrouwenspersoon of hulporganisatie speelt. Wat kan je doen als je het slachtoffer bent van online pesten (of een andere problematiek) ?
13. Laat de jongeren surfen naar www.iedereeneenmax.be om meer te weten te komen over het idee en het belang van het hebben van een vertrouwenspersoon.
14. Per duo moeten de jongeren drie vragen beantwoorden. De antwoorden staan op de site.
 - Hoe vind je een vertrouwenspersoon ?
 - Wat zijn de kwaliteiten van een vertrouwenspersoon ?
 - Waarom is het interessant om meerdere vertrouwenspersonen te hebben ?

15. Stel Max voor, de volwassen vertrouwenspersoon, en vraag de jongeren om na te denken wie hun Max zou kunnen zijn in hun omgeving. Geef hen een minuut de tijd om na te denken en hun volwassen vertrouwenspersoon te vinden. De jongeren die dat willen, kunnen een blik op het bord werpen en de etiketten van de mogelijke vertrouwenspersonen bekijken.

Als sommige jongeren geen Max gevonden hebben, zeg hen dan dat Child Focus een organisatie is die hen altijd kan helpen in geval van problemen.

16. Vertel de jongeren dat ze de vertrouwensrelatie tussen henzelf en hun zelfgekozen Max officieel kunnen maken via: www.iedereeneenmax.be

Opmerking: bij cyberpesten is het noodzakelijk dat een volwassen vertrouwenspersoon tussenbeide komt. Jongeren kunnen pestproblemen niet zelf oplossen.



NABESPREKING EN DEBAT

- Vraag elk duo om de vertrouwenspersoon of hulporganisatie die aan hen toegewezen is voor te stellen. Wat vinden ze ervan? Zouden ze deze persoon makkelijk aanspreken bij een online probleem? Waarom (niet)?
- Tot welke andere personen kunnen ze zich wenden in geval van problemen?



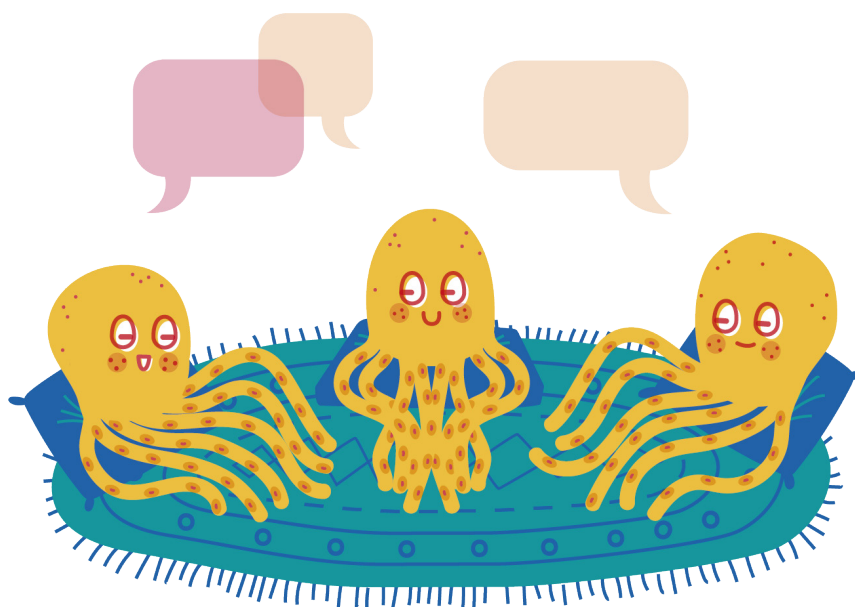
Opgelet: leg het accent op volwassen aanspreekpersonen. Een jongere is immers niet in staat om op eigen kracht een einde te maken aan cyberpesten waarvan hij/zij het slachtoffer is. Hoe dan ook is het nodig dat een volwassene, zoals een ouder of leerkracht, tussenbeide komt.

- Wat zijn de gevolgen voor slachtoffers van cyberpesten die geen vertrouwenspersoon in hun omgeving hebben?
- Wat te doen wanneer je het slachtoffer bent van cyberpesten?
- Stel de hulplijn van Child Focus voor: 116 000. We staan 24/7 klaar voor jongeren (en ouders of professionals).
- Vertel jongeren dat ze er niet alleen voor staan en dat er een forum is waar ze terecht kunnen als ze vragen hebben of hulp nodig hebben: www.cybersquad.be. Daar kunnen ze ook anderen helpen die problemen ervaren.



METHODIEK 6: GEREGULEERDE PRAATRUIMTE

Deze activiteit is gebaseerd op bemiddeling en een 'no blame'-aanpak. Ze brengt jongeren die betrokken zijn bij cyberpesten – gepeste jongere(n), pester(s) en getuige(n) – bij elkaar zonder de bedoeling om te confronteren. Deze activiteit opent via geweldloze communicatie de dialoog over conflictsituaties zonder een oordeel te vellen. De leerlingen vinden onder begeleiding van de leerkracht samen oplossingen voor online conflicten.



PRAKTISCHE INFO

- **Duur van de activiteit:** 50 minuten
- **Plaats:** in de klas

Opmerking: een geregleerde praatriimte is geen activiteit die ad hoc, zonder opvolging en op willekeurige tijdstippen plaatsvindt. Deze methodiek is alleen doeltreffend als de sessies geregeld plaatsvinden en er telkens een volgende sessie gepland wordt. De bemiddeling wordt pas stopgezet als geen enkele leerling nog melding maakt van online conflicten.



PEDAGOGISCHE DOELSTELLINGEN

Door deze methodiek leren leerlingen :

- hun moeilijkheden verwoorden ;
- de situatie van online pesten begrijpen ;
- conflicten waarbij ze betrokken zijn geweldloos aanpakken ;
- hun noden, grenzen en emoties onderkennen en ze onder woorden brengen ;
- hun emotionele intelligentie ontwikkelen ;
- empathie aan de dag leggen ;
- passende oplossingen zoeken om het probleem op te lossen ;
- oplossingen bedenken om vergelijkbare situaties te voorkomen ;
- zich uitdrukken op een geweldloze manier ;
- naar anderen luisteren.



MATERIAAL

- De emoji's
- De afgedrukte instructies (optioneel)
- De praatstok

Info : Deze activiteit draait om debatteren en discussiëren. Het is dan ook belangrijk dat sprekers elkaar respecteren en naar elkaar luisteren. Als je dat nodig vindt, kun je de praatstok invoeren. Zoek hiervoor een symbolisch voorwerp dat aangeeft wie er aan het woord is. Alleen wie de praatstok heeft, mag het woord voeren. De anderen moeten luisteren en hun hand opsteken als ze aan het woord willen komen. Pas wanneer ze de praatstok hebben, mogen ze spreken.



VERLOOP VAN HET SPEL

VOORBEREIDING

- Zorg voor een ruimte die groot genoeg is, zet de tafels in de klas tegen de muur of ga naar de speelplaats.
- Druk de nodige documenten af : emoji's (bijlage 6).
- De praatstok.



SPELVERLOOP

1. Richt de ruimte zo in dat de jongeren in een cirkel zitten, zodat je iedereen kunt observeren. Probeer op de grond te gaan zitten, want dit creëert een dynamiek van nabijheid en verandering. We zetten de schoolstoelen opzij en gaan zitten op hetzelfde niveau.
2. Leg alles klaar en leg de regels uit aan de leerlingen¹:
 - **Iedere emotie mag geuit worden en mag niet betwist worden.**

De spreker mag niet tegengesproken worden. Iedereen is vrij om zijn/haar emoties te uiten zonder bang te zijn voor afkeuring.
 - **De leerkracht geeft het woord en zorgt ervoor dat anderen de jongere laten uitspreken, zonder dat hij/zij onderbroken wordt.**

Wie aan het woord is, mag niet onderbroken worden. De volwassene geeft een praatstok aan het kind dat het woord krijgt, wat betekent dat alleen hij/zij mag praten en dat de anderen luisteren.
 - **Niemand benoemen, niemand aanwijzen, niemand beschuldigen.**

Wie aan het woord is, mag over niemand anders dan zichzelf praten en gebruikt daarom altijd de ik-vorm.
 - **De leerkracht roept de hulp van de groep in om een oplossing te vinden.**

De leerkracht vraagt aan de groep « wat kunnen we doen zodat X niet langer verdrietig of boos is ? »

De groep werkt samen (onder toezicht van de leerkracht) om een oplossing voor de situatie te vinden.
 - **Wat in de klas gezegd is, blijft in de klas.**

De leerkracht ziet erop toe dat wat in de praatriimte wordt gezegd, vertrouwelijk blijft. Er wordt dus niet meer over gesproken en er wordt nergens over geroddeld.
3. Elke jongere kiest een emotie die uitdrukt hoe hij/zij zich op dat moment voelt. Ook de leerkracht kan zijn/haar emoties uitdrukken door een kaart te kiezen.
4. Vraag wie wil vertellen waarom hij/zij die emoji gekozen heeft. Geef de praatstok aan die persoon. Nodig desnoods een specifieke leerling uit om het woord te nemen. Als de jongeren niet willen praten, mag je hen echter niet dwingen.
5. Indien nodig kom je tussenbeide om de discussie weer op gang te brengen, de regels te herhalen of door open vragen te stellen. Laat de jongeren zoveel mogelijk zelf aan het woord.

1. Le Centre de Recherche en Inclusion Sociale (CeRIS) & Service de sciences de la famille. (s. d.). Science de la Famille. Prévention du harcèlement et de la violence scolaire. Axe 2: Harcèlement et médiation scolaire. Université de Mons (UMons). Consulté le 11 février 2022, à l'adresse <https://www.sciencesdelafamille.be/pr%C3%A9vention-et-prise-en-charge-du-harc%C3%A8lement-du-cyber-harc%C3%A8lement-des-discriminations-en-milieu-scolaire/2-les-espaces-de-parole-r%C3%A9gul%C3%A9s/>

6. Laat de jongeren zich uitdrukken op hun eigen manier, spel hen bij een scheldwoord niet telkens de les, want dat kan averechts werken en hen afremmen om te praten.



NABESPREKING EN DEBAT

Deze vragen kunnen je helpen om jongeren aan het denken te zetten :

- Wat kun je doen zodat de gepeste persoon zich beter voelt ?
- Wat onthoud je van dit gesprek, om nieuwe online conflicten in de toekomst te vermijden ?
- Wat moet je doen wanneer iemand getuige of slachtoffer is van cyberpesten ?
- Welke maatregelen kunnen we in de klas of op school nemen om nieuwe conflicten in de toekomst goed aan te pakken ?
- Tot wie kunnen leerlingen zich wenden in geval van online en offline problemen ?

Vraag jongeren om hun emoties te delen : « wat voel je ? », « wat vind jij hiervan ? », « wat doet dit met jou ? ».

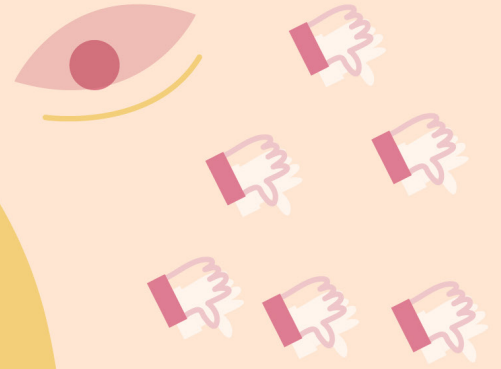


Opgelet : gereguleerde praatruimtes zijn geen momenten om te debatteren. Dit is niet de plek waar mensen voor hun eigen mening pleiten, maar waar ze voorstellen doen. Het is de belangrijk dat de discussie neutraal is, niet stigmatiseert en veilig is voor alle deelnemers.

Als leerkracht ben jij verantwoordelijk voor het kader. Tijdens deze gesprekken is het mogelijk dat er familiale of privéproblemen aan het licht komen. **Blijf bij het gespreksonderwerp** en vertel jongeren die deze informatie met je delen dat ze erover kunnen komen praten met jou aan het einde van de sessie.

BRONNEN

- **Blaya, C. (2018).** Le cyberharcèlement chez les jeunes. *Enfance*, 3, 421-439. <https://doi.org/10.3917/enf2.183.0421>
- **Humbeeck, B., Lahaye, W., & Berger, M. (2016).** Prévention du harcèlement et des violences scolaires. De Boeck.
- **Macilotti, G. (2019).** Violence et humiliation à l'ère numérique: une étude en milieu scolaire. *Déviance et Société*, 43, 299-328. <https://doi.org/10.3917/ds.433.0299>
- **Van Honsté, C. (2014).** Le cyberharcèlement: Quand le harcèlement scolaire se poursuit en dehors de l'école - analyse FAPEO. Fédération des Associations de Parents de l'Enseignement Officiel – ASBL. Retrieved from <http://www.fapeo.be/wp-content/uploads/2014/05/1-15-2014-Cyberharcèlement.pdf>
- **Minotte, P., & Antoin, A. (2016).** (Cyber)harcèlement et ressources mobilisées par les adolescents (partie 1) (1). Centre de Référence en Santé Mentale (CRéSAM). Retrieved from http://www.cresam.be/wp-content/uploads/2017/11/observatoire_vies_numeriques_1-1.pdf
- **Wartel, N., Marhraoui, O., & de Stalle, C. (2016).** Le cyber harcèlement des enfants et des adolescents. Centre Jean Gol (CJG). Retrieved from <https://www.cjg.be/les-etudes-du-cjg-le-cyber-harcelement-des-enfants-et-des-adolescents/>



o o x

ALS DELEN KWETSEN WORDT

Bijlagen



OVERZICHT

Bijlage 1 : Ganzenspel / 66

De mysteriekaarten / 67

Het antwoordblad / 75

De versiering voor de mysterieuze doos / 79

Het spelbord / 80

De diploma's van de Brigade tegen Cyberpesten (BCP) / 84

De felicitatiebrieven / 85

Bijlage 2 : De enquête / 86

Vragenlijst / 87

Bijlage 3 : Ik ben getuige van cyberpesterijen / 90

De situaties / 91

De borden / 106

De emoji's / 109

Bijlage 4 : Erg of niet erg ? / 115

De 22 situaties / 116

De 2 borden / 138

Bijlage 5 : Wie is het ? / 140

De etiketten met vertrouwenspersonen / 141

Bijlage 6 : Gereguleerde praatruimte / 169

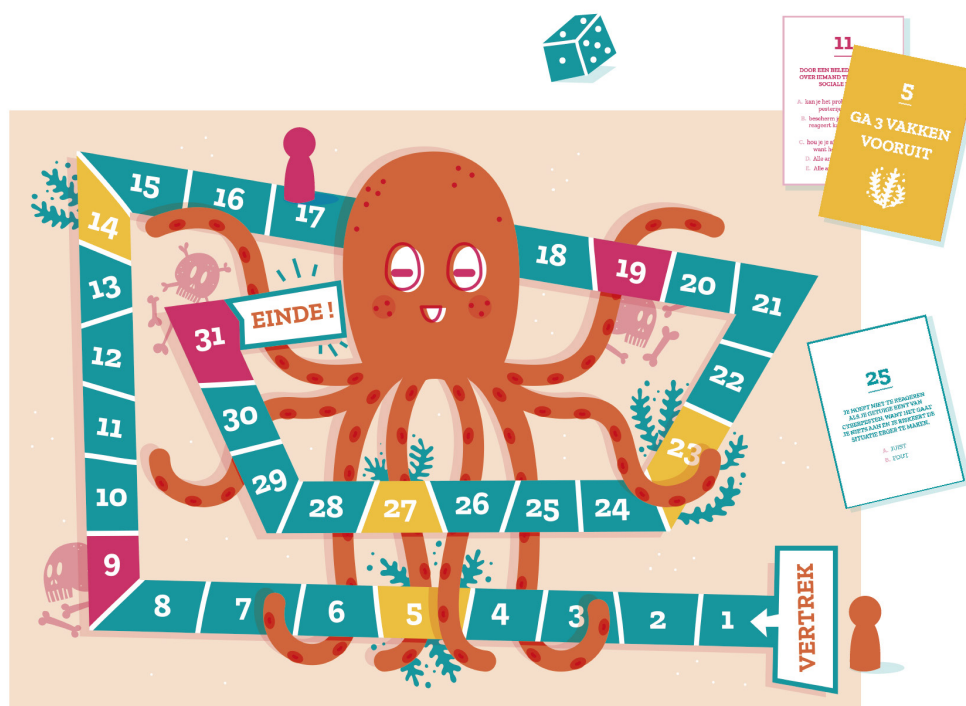
De emoji's / 170

BIJLAGE 1

METHODIEK 1: GANZENSPEL

Je vindt hier het volgende materiaal:

- De 31 mysteriekaarten om af te drukken en uit te knippen. Ze bestaan uit:
 - 26 vraagkaarten
 - 4 bonuskaarten
 - 3 maluskaarten
- Het antwoordblad
- Het spelbord
- De versiering voor de mysterieuze doos
- De diploma's van de Brigade tegen Cyberpesten (BCP)
- De felicitatiebrieven



1
—

**HET IS MOEILIJKER OM TE
LEVEN MET CYBERPESTERIJEN
DAN MET OFFLINE PESTERIJEN.**

- A. JUIST**
- B. FOUT**

2
—

**IN ELKE ZWEMLES GRAPJES
MAKEN OVER EEN KLASGENOOT
MET EEN TE KLEINE
ZWEMBROEK IS OKÉ...**

- A.** zolang het maar om te lachen is.
- B.** als dat alleen in het zwembad gebeurt.
- C.** als de betrokken persoon het ook grappig vindt.
- D.** alle antwoorden zijn juist.
- E.** alle antwoorden zijn fout.

3
—

**CYBERPESTEN IS ALTIJD
ZICHTBAAR VOOR ANDEREN.**

- A. JUIST**
- B. FOUT**

4
—

**WAARIN VERSCHILLEN
PESTEN ONLINE
EN OFFLINE ?**

- A.** het doel: iemand pijn doen of vernederen, iemand belachelijk maken.
- B.** de ernst : online pesterijen zijn erger erger dan offline pesterijen.
- C.** de emoties : de gezichten van anderen en hun emoties zijn niet zichtbaar op het internet.

5
—

**GA 3 VAKKEN
VOORUIT**



6
—

**PESTERIJEN OP SCHOOL
HOUDEN OP AAN DE
SCHOOLPOORT, WANT ZE
GEBEUREN ENKEL OP SCHOOL.**

- A. JUIST
- B. FOUT

7
—

**HET IS MOEILIJKER OM MET
PESTERIJEN TE LEVEN ALS...**

- A. ze alleen op het internet gebeuren.
- B. ze alleen op school gebeuren.
- C. ze op school beginnen en voortgaan op het internet (of omgekeerd).

8
—

**PESTERIJEN KUNNEN OP
SCHOOL BEGINNEN EN
DOORGAAN OP HET INTERNET.**

- A. JUIST
- B. FOUT

9

**GA TERUG
NAAR HET
STARTVAK**



10

**SLACHTOFFERS VAN
CYBERPESTERIJEN ZWIJGEN
OMDAT...**

- A. ze niemand hebben om erover te praten.
- B. ze bang zijn om de situatie erger te maken.
- C. ze het probleem alleen willen oplossen.
- D. alle antwoorden zijn juist.
- E. alle antwoorden zijn fout.

11

**DOOR EEN BELEDIGENDE POST
OVER IEMAND TE NEGEREN OP
SOCIALE MEDIA...**

- A. kan je het probleem en de online pesterijen verergeren.
- B. bescherm je jezelf, want als je reageert kan dat zich tegen jou keren.
- C. hou je je afzijdig en dat is goed, want het gaat je niets aan.

12

**JE KUNT IEMAND ONLINE
PESTEN ZONDER HET ZELF TE
BESEFFEN.**

- A. JUIST
- B. FOUT

13

**SOMMIGE JONGEREN PESTEN
ONLINE OMDAT...**

- A. ze anoniem kunnen blijven.
- B. ze willen tonen dat ze sterk zijn.
- C. ze jaloers zijn.
- D. alle antwoorden zijn juist.
- E. alle antwoorden zijn fout.

14

**GA 3
VAKKEN
VOORUIT**



15

Geruchten en roddels verspreiden
op Instagram is cyberpesten.

- A. JUIST
- B. FOUT

16

**ALS JE EEN SEXY OF NAAKTFOTO
DIE JE VAN EEN KLASGENOOT
GEKREGEN HEBT, VERDER
VERSPREIDT, IS DIT...**

- A. gewoon de fout van de persoon die op de foto staat.
- B. een vorm van cyberpesten.
- C. oké als het niet met de bedoeling is om je klasgenoot te kwetsen.
- D. alle antwoorden zijn juist.
- E. alle antwoorden zijn fout.

17

EEN HAATDRAGENDE POST LIKEN, DELEN OF BECOMMENTARIËREN IS GEEN CYBERPESTEN, WANT HET IS DE SCHULD VAN DE PERSOON DIE DE POST GESCHREVEN HEEFT.

- A. JUIST
- B. FOUT

18

EEN GRAPPIGE FOTO VAN JEZELF EN EEN VRIEND(IN) POSTEN IS...

- A. grappig als mijn vriend(in) het ook grappig vindt.
- B. oké als mijn vriend(in) toestemming gegeven heeft om de foto te nemen.
- C. oké als mijn vriend(in) toestemming gegeven heeft om de foto te verspreiden op het internet.
- D. alle antwoorden zijn juist.
- E. alle antwoorden zijn fout.

19

**GA 5
VAKKEN
TERUG**



20

ZONDER GETUIGEN GEEN CYBERPESTEN.

- A. JUIST
- B. FOUT



21

**MENSEN DIE ONLINE GEPEST
WORDEN, ZIJN...**

- A. anders
- B. alleen
- C. zwak
- D. alle antwoorden zijn juist.
- E. alle antwoorden zijn fout.

22

**GETUIGEN VAN
CYBERPESTERIJEN ZIJN
OOK SCHULDIG ALS ZE HET
PROBLEEM NIET MELDEN.**

- A. JUIST
- B. FOUT

23

**GA 1 VAK
VOORUIT**



24

**ALS IK GETUIGE BEN VAN
CYBERPESTEN KAN IK HET
SLACHTOFFER HELPEN DOOR...**

- A. een privébericht te sturen om te zeggen dat hij/zij niet alleen staat.
- B. hem/haar te verdedigen tegenover anderen.
- C. de situatie te melden bij mijn leerkracht.
- D. alle antwoorden zijn mogelijk.
- E. alle antwoorden zijn fout.



25

JE HOEFT NIET TE REAGEREN
ALS JE GETUIGE BENT VAN
CYBERPESTEN, WANT HET GAAT
JE NIETS AAN EN JE RISKEERT DE
SITUATIE ERGER TE MAKEN.

- A. JUIST
- B. FOUT

26

ALS IK GETUIGE BEN VAN
(CYBER) PESTEN KAN IK EROVER
PRATEN MET...

- A. mijn ouders.
- B. mijn leerkracht.
- C. het CLB.
- D. alle antwoorden zijn juist.
- E. alle antwoorden zijn fout.

27

**GA 3
VAKKEN
VOORUIT**



28

ALS IK HET SLACHTOFFER
WORD VAN CYBERPESTEN
MOET IK EROVER PRATEN
MET MIJN LEERKRACHT OF
EEN ANDERE VOLWASSEN
VERTROUWENSPERSOON.

- A. JUIST
- B. FOUT

29

**ALS IK HET SLACHTOFFER BEN
VAN CYBERPESTEN KAN IK...**

- A.** mijn privacy-instellingen veranderen (mijn publieke profiel op privé zetten).
- B.** de pesters blokkeren.
- C.** klacht indienen bij de politie.
- D.** alle antwoorden zijn juist.
- E.** alle antwoorden zijn fout.

30

**ALS IK HET SLACHTOFFER BEN
VAN CYBERPESTEN KAN IK
CHILD FOCUS BELLEN OP HET
NUMMER 116 000 (GRATIS EN
24/7 BESCHIKBAAR).**

- A.** JUIST
- B.** FOUT

31

**GA 2
VAKKEN
TERUG**



ANTWOORDBLAD

De vragen 1 tot 4 gaan over de definitie van cyberpesten. Maak gebruik van de informatie in het inleidende deel over de anatomie van cyberpesten, meer specifiek de vraag «**Wat?**».

- V1. | JUIST**
Cyberpesterijen zijn indringender omdat ze snel een grote omvang aannemen. **Meer info:** «Megafooneffect».
- V2. | E**
Lachen en humor worden vaak gebruikt om pesterijen te verbloemen. Een grap is alleen grappig als alle betrokkenen erom kunnen lachen, ook de jongere over wie de grappen gemaakt worden, maar soms kan lachen een gemene opmerking verstoppen. **Meer info:** «Humor als wapen».
- V3. | FOUT**
Online pesterijen beginnen soms of gaan soms door in besloten gespreksgroepen die niet zichtbaar zijn voor volwassenen en soms zelfs niet voor de gepeste jongere. **Meer info:** «Onzichtbaarheid».
- V4. | C**
Voor offline pesterijen en cyberpesten gelden dezelfde regels. Het belangrijkste verschil tussen deze twee begrippen is dat bij cyberpesterijen de impact op de ander en zijn/haar emoties niet onmiddellijk zichtbaar zijn. **Meer info:** «Intentionaliteit en cockpiteffect».

De vragen 6 tot 8 hebben betrekking op de grenzen van cyberpesten. Maak gebruik van de informatie in het inleidende deel over de anatomie van cyberpesten, meer specifiek de vraag «**Waar?**».

- V6. | FOUT**
Als pesterijen op de speelplaats beginnen, gaan ze heel vaak online verder. Pesterijen die online beginnen gaan daarentegen niet altijd in levenden lijve voort, zeker wanneer de betrokken jongeren elkaar niet offline kennen. **Meer info:** «Waar? Over cybergrenzen heen».
- V7. | D**
Als online pesterijen gepaard gaan met pesterijen in levenden lijve (zoals op school bijvoorbeeld) zijn de gevolgen moeilijker te dragen voor het slachtoffer. **Meer info:** «Waar? Over cybergrenzen heen».
- V8. | JUIST**
Online pesterijen zijn indringender omdat het gepest doorgaat in de privésfeer. Pesterijen die online en offline plaatsvinden, zijn dan ook uitermate verstikkend, kwetsend en soms zelfs onleefbaar omdat het slachtoffer geen enkel moment van rust meer heeft. **Meer info:** «Waar? Over cybergrenzen heen».

De vragen 10 tot 13 gaan over de drijfveren om te cyberpesten. Maak gebruik van de informatie in het inleidende deel over de anatomie van cyberpesten, meer specifiek de vraag «**Waarom?**».

V10. D
Een jongere die het slachtoffer is van pesterijen kan zwijgen om allerlei redenen. Het is belangrijk om met jongeren deze redenen bespreken en alternatieven zoeken. **Meer info:** «Gebrek aan verweer» en «Waarom? Wat beweegt jongeren ertoe om in te grijpen, te zwijgen of te beginnen met cyberpesten?».

V11. A
We moeten jongeren bewustmaken van de verschillende rollen die getuigen kunnen spelen in pestsituaties, met vooral een focus op de rol van zwijgers. Niet meedoen met cyberpesten is goed, het slachtoffer steunen is beter. Vraag jongeren waarom ze zwijgen, ingrijpen of niets doen wanneer ze getuige zijn van cyberpesten. **Meer info:** «Waarom? Wat beweegt jongeren ertoe om in te grijpen, te zwijgen of te beginnen met cyberpesten?».

V12. JUIST
Het is onmogelijk om een duidelijk antwoord te geven op deze bewering. Als jongeren cyberpesten, zijn ze zich niet altijd bewust van de impact van hun woorden op de andere persoon. Wanneer de pesterijen zich herhalen of voortgaan op school, kunnen we er al meer van uitgaan dat de pesterijen intentioneel gebeuren. **Meer info:** «Intentionaliteit en cockpiteffect».

V13. D
Jonge pesters willen niet alleen macht over het slachtoffer uitoefenen, maar kunnen dit soort gedrag ook vertonen om diverse andere redenen zoals jaloezie of omdat ze online anoniem kunnen blijven. **Meer info:** «Waarom? Wat beweegt jongeren ertoe om in te grijpen/te zwijgen/te beginnen met cyberpesten?»

De vragen 15 tot 18 gaan over de manier waarop cyberpesten vorm aanneemt. Maak gebruik van de informatie in het inleidende deel over de anatomie van cyberpesten, meer specifiek de vraag «**Hoe?**».

V15. JUIST
Geruchten worden nooit verspreid om iemand een goed gevoel te geven. Vaak worden ze verspreid met de intentie om iemand te schaden of te kwetsen. Als de intentie om te schaden of te kwetsen duidelijk is, moet dit gedrag zelfs niet herhaald te worden om het als cyberpesten te bestempelen. **Meer info:** «Intentionaliteit en cockpiteffect»

V16. B
Bespreek het probleem van victimblaming met de jongeren. Een intieme foto van iemand delen of overmaken zonder zijn/haar toestemming is onaanvaardbaar en heet grensoverschrijdende sexting. Het is nooit de fout van degene die de foto in vertrouwen deelde dat deze verder verspreid werd. Grensoverschrijdende sexting kan snel ontwaarden in online pesten of pesten in levenden lijve. Bespreek ook intentionaliteit. **Meer info** over sexting [hier](#).

V17. FOUT

Het is onaanvaardbaar dat mensen haatdragende posts schrijven met de bedoeling om een andere jongere opzettelijk te schaden. Mensen die zo'n post liken en becommentariëren, dragen echter ook een deel van de verantwoordelijkheid, want ze maken de situatie erger. Bespreek samen met de jongeren de rol van getuigen. **Meer info:** «Wie? Betrokken actoren».

V18. D

Een foto nemen zonder de toestemming van de persoon op de foto is onaanvaardbaar. Iemand taggen op een weinig flatterende foto is evenmin hoffelijk. Dit kan snel uit de hand lopen. Bespreek online beleefdheid en aanvaardbaar online gedrag. **Meer info:** «Hoe? Welke gedragingen zijn waarneembaar?».

De vragen 20 tot 22 gaan over de actoren bij cyberpesten. Maak gebruik van de informatie in het inleidende deel over de anatomie van cyberpesten, meer specifiek de vraag «Wie?».

V20. JUIST

Zonder getuigen geen cyberpesten. Online pesterijen dijen uit en winnen aan kracht via mensen die er getuige van zijn, of ze nu reageren of niet. Commentaren en foto's worden op sociale media gepubliceerd om negatieve of positieve reacties te oogsten. Hoe meer mensen op online pesterijen reageren door haatdragende posts te liken of te becommentariëren, hoe moeilijker het is om dit te boven te komen voor gepeste jongeren.

V21. E

Iedereen kan op een dag gepest worden, ongeacht zijn/haar etniciteit, huidskleur, haarkleur... Het is de perceptie van verschillen die tot pesterijen leidt en niet zozeer de verschillen op zich. Deze perceptie is voor elke persoon anders. Voor sommigen betekent anders zijn sproeten hebben, voor anderen betekent dit enig kind zijn en voor nog anderen betekent dit twee mama's of twee papa's hebben. **Meer info:** «Wie? Betrokken actoren».

V22. JUIST

Als jongeren getuige zijn van een peestsituatie, spelen zij een belangrijke rol om de pesterijen te melden. Jongeren die niet reageren, zijn stille getuigen. Bespreek met de jongeren de twee andere rollen die ze kunnen spelen: de verdedigersrol en de volgersrol. **Meer info:** «Wie? Betrokken actoren».

De vragen 24 tot 26 gaan over wat jongeren kunnen doen als ze getuige zijn van cyberpesterijen. Maak gebruik van de informatie in het inleidende deel over de anatomie van cyberpesten, meer specifiek « **Middelen om in te zetten ten aanzien van getuigen** ».

- V24.** | **D**
Getuigen kunnen een jongere die het slachtoffer is van cyberpesten, al dan niet publiekelijk, helpen. Alleen al door te tonen dat ze aanwezig zijn, betuigen ze hun steun aan het jonge slachtoffer.
- V25.** | **FOUT**
Jongeren durven soms niet ingrijpen of de pestsituatie melden. Dit is normaal, want ze zijn bang om het etiket van klikspaan te krijgen. Maak jongeren ervan bewust dat cyberpesten melden niet klikken is, maar een slachtoffer helpen.
- V26.** | **D**
Moedig jongeren aan om in te grijpen wanneer ze getuige zijn van cyberpestsituaties. Ze kunnen erover praten met een volwassen vertrouwenspersoon zoals iemand van het onderwijsteam, het CLB, een ouder, Child Focus (gratis, 24/7 op het nummer 116 000) of met hun Max. Meer info op www.iedereeneenmax.be.

De vragen 28 tot 30 gaan over wat jongeren kunnen doen als ze het slachtoffer zijn van cyberpesten. Maak gebruik van de informatie in het inleidende deel over de anatomie van cyberpesten, meer specifiek « **Middelen om in te zetten ten aanzien van slachtoffers** ».

- V28.** | **JUIST**
Een pestsituatie zal nooit vanzelf opgelost raken en jongeren kunnen zelden zelf een einde maken aan de situatie. Alleen door de tussenkomst van een volwassene kunnen pestsituaties aangepakt worden. Benadruk hoe belangrijk een vertrouwenspersoon is en vooral dat het om een volwassene moet gaan. Dat kan een leerkracht, ouder, opvoeder, enz. zijn. Bespreek dit met de jongeren en bepaal samen met hen wie voor hen een volwassen vertrouwenspersoon in hun omgeving kan zijn. Ieder kind zou zo'n Max moeten hebben. **Meer info** op www.iedereeneenmax.be.
- V29.** | **D**
Als jongeren het slachtoffer zijn van cyberpesten is het belangrijk om naar hen te luisteren en hen te doen inzien dat ze hier zelf geen schuld aan hebben. Ze kunnen ook stappen ondernemen tegen de pesters. Hier vind je enkele pistes die je hierbij kunnen helpen: « **Ten aanzien van de gepeste jongere** ».
- V30.** | **JUIST**
Child Focus helpt jongeren, ouders en scholen wanneer ze met problemen op het internet kampen. Wij zijn 24/7 gratis bereikbaar op het nummer 116 000. Meer info voor jongeren op www.cybersquad.be waar ze terecht kunnen met hun problemen maar ook anderen kunnen helpen.



**DE MYSTERIEUZE
DOOS**



VERTREK

1

2

3

4

24

25

26

23





15

16

17

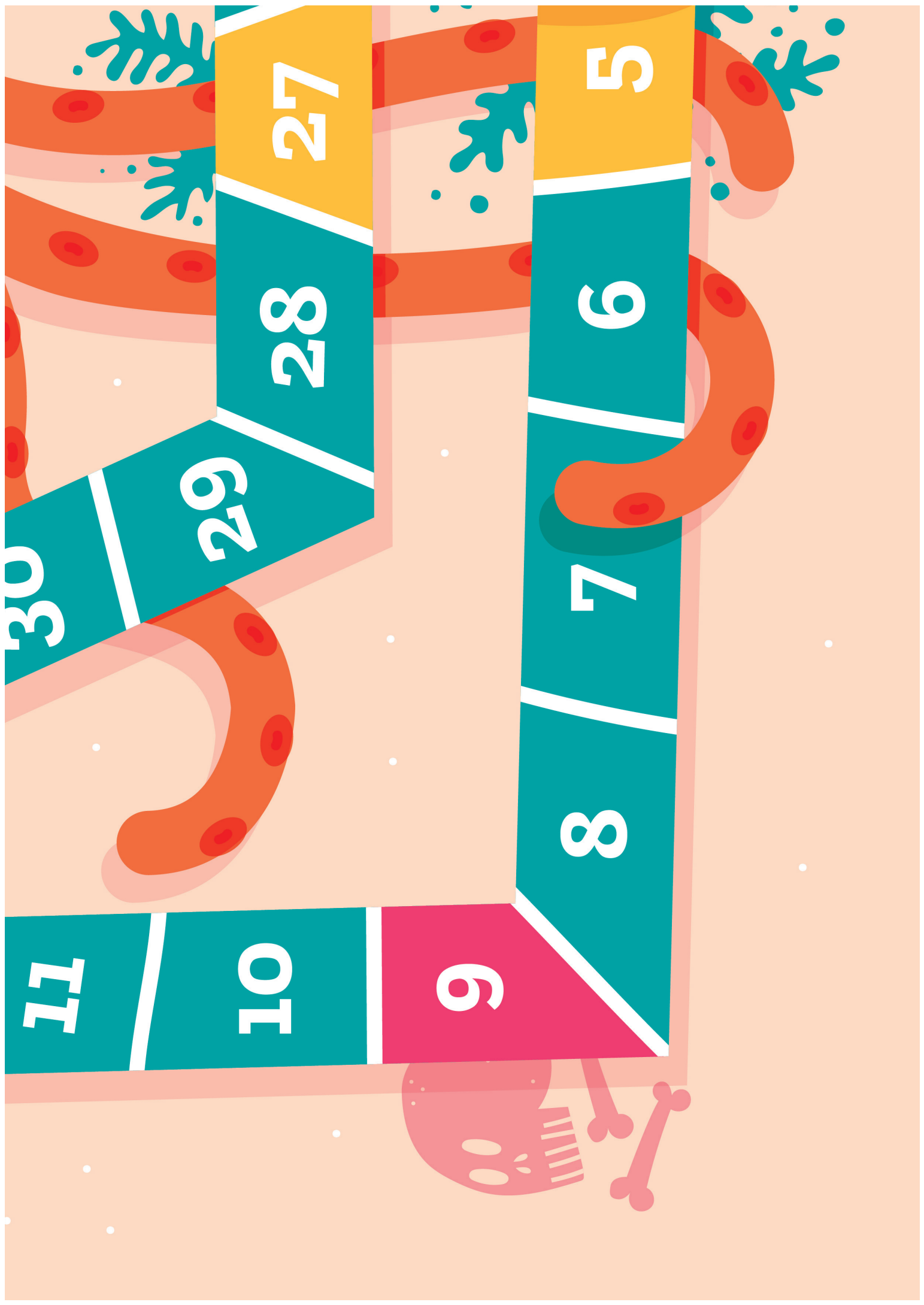
14

13

12

31

EINDE!



5

6

7

8

9

10

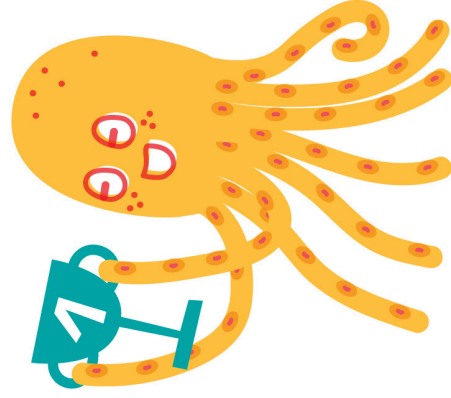
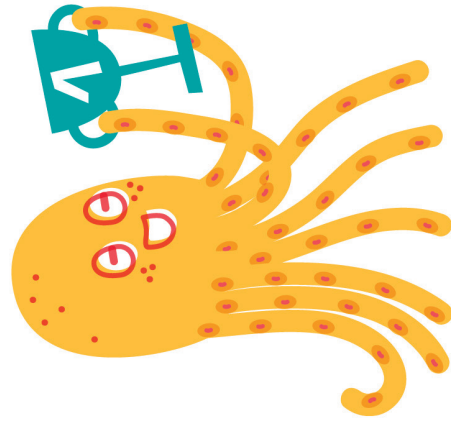
11

27

28

29

30



DIPLOMA

Brigade Tegen Cyberpesten (BCP)



Samen zeggen we STOP tegen cyberpesten !

Proficiat Je hebt het supergoed gedaan !

Jij en je groep hebben goede antwoorden gegeven op alle vragen en situaties over cyberpesten.
Jij kan duidelijk deze situaties herkennen en je kan ingrijpen als je getuige bent van cyberpesten.

Jij weet hoe je cyberpesten een halt kan toeroepen.

Plaats :

Datum :





Naam :

Datum :

Plaats :



Object : Felicitatiebrief « Brigade tegen Cyberpesten »

Bedankt om actief deel te nemen aan dit preventiespel tegen cyberpesten. Je hebt alle proeven met brio doorstaan! Je kan online cyberpesten omschrijven, herkennen en ingrijpen als je er getuige van bent.

Cyberpesten is onaanvaardbaar en dankzij jouw hulp kunnen we er een streep onder trekken.

Heb je nog vragen ? Ben je getuige van een online situatie die niet goed aanvoelt ? Surf dan naar **www.cybersquad.be**, spreek erover met je Max of bel Child Focus via **116 000**.

Dankjewel,

Met vriendelijke groeten,

Child Focus

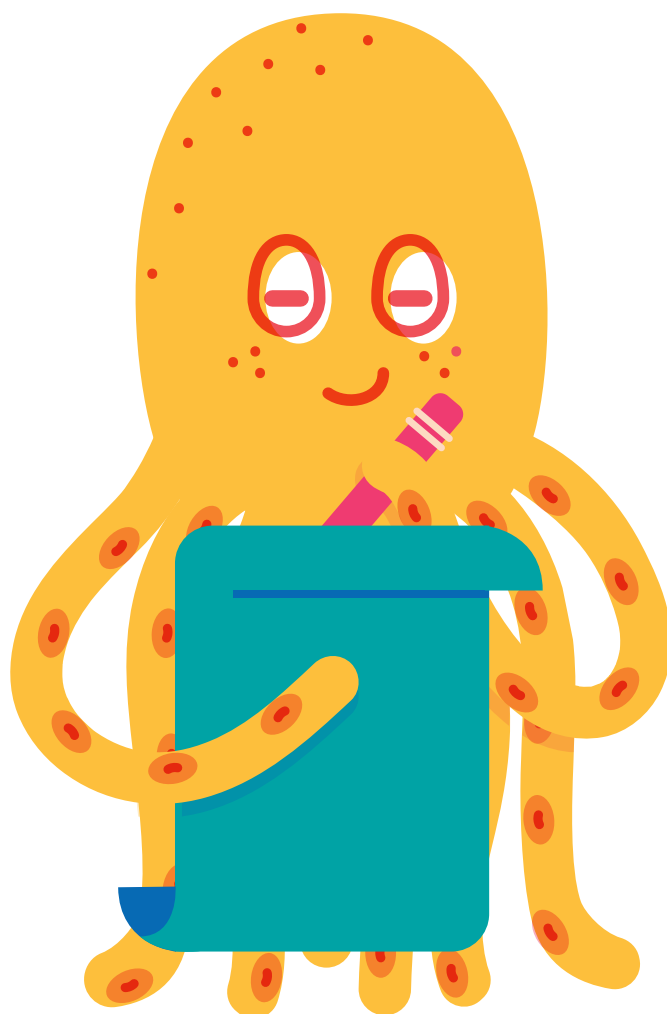


BIJLAGE 2

METHODIEK 2 : DE ENQUÊTE

Je vindt hier in deze bijlage :

- de vragenlijst (evenveel exemplaren afdrukken als er jongeren meedoen met deze methodiek)



VRAGENLIJST

1. Ik ben :

- Een meisje
- Een jongen
- Ik antwoord liever niet

2. Hoeveel mensen in onze klas zijn volgens jou al online gepest ?

- Tussen 0 en 2
- Tussen 3 en 5
- Tussen 6 en 10
- Meer dan 10

3. Ben jij al online of op school gepest ?

- Ja
- Nee
- Nog nooit, maar ik ken wel iemand

4. Op welke manier ben jij online gepest ? Je kan meerdere antwoorden aanduiden.

- Iemand heeft me in een privébericht beledigd.
- Er werd een groep opgericht om me uit te lachen.
- Er zijn intieme/naaktfoto's van me online gedeeld.
- Ik ben uit online gespreksgroepen van de klas gezet.
- Er zijn foto's van mij genomen zonder mijn medeweten en die zijn gepubliceerd/verzonden.
- Ik ben getagd in een publieke post om me te beledigen.
- Er zijn geruchten over mij verspreid.
- Mijn identiteit is gestolen (iemand heeft zich voor mij uitgegeven) of mijn gegevens zijn online gehackt.
- Ik ben fysiek aangevallen op de speelplaats of aan de schoolpoort.
- Andere :

5. Door wie ben je gepest ? Je kunt meerdere antwoorden aanduiden.

- Mensen uit de klas
- Mensen van school
- Door jongeren van mijn sportclub, muziekschool, toneelclub,...
- Door jongeren die ik online ken
- Ik ken hen niet
- Andere :

6. Hoe reageerde je op deze cyberpesterijen ? Je kunt meerdere antwoorden aanduiden.

- Ik heb de haatdragende post of foto die zonder mijn medeweten gepubliceerd is gemeld bij het sociale netwerk (op Insta, Snapchat, Facebook,...).
- Ik heb de personen die de post geschreven of mijn foto's gedeeld hebben gevraagd om die te verwijderen.
- Ik heb niets gedaan.
- Ik heb erover gepraat met mijn vriend(inn)en.
- Ik heb hulp gevraagd aan mijn ouders.
- Ik heb het verteld aan een andere volwassen vertrouwenspersoon (leerkracht, opvoeder...).
- Ik heb de pesters geblokkeerd.
- Ik heb de pesters teruggepest.
- Andere :

7. Heb jij zelf al eens iemand op het internet of op school gepest ?

- Ja
- Nee

8. Hoe heb je hem/haar gepest ? Je kunt meerdere antwoorden aanduiden.

- Ik heb iemand beledigd in een privébericht.
- Ik heb een groep opgericht om iemand uit te lachen.
- Ik heb intieme/naaktfoto's van iemand online gedeeld.
- Ik heb iemand uit een online gespreksgroep (vb op Whatsapp of Snapchat) gezet.
- Ik heb iemand zonder zijn/haar medeweten gefotografeerd en de foto's gepubliceerd of naar anderen verzonden.
- Ik heb iemand in een publieke post getagd om hem/haar te beledigen of schade te berokkenen.

- Ik heb geruchten over iemand verspreid.
- Ik heb iemands identiteit gestolen of zijn/haar online gegevens gehackt.
- Ik heb iemand fysiek aangevallen aan de schoolpoort.
- Andere :

9. Denk je dat plagerijen, grappen en humor ook als pesten kunnen worden beschouwd ?

- Ja
- Nee

10. Ben je al getuige geweest van cyberpesten ?

- Ja
- Nee

11. Je ziet op Snapchat dat één van je beste vriend(inn)en een foto van een klasgenoot gefotoshopt heeft, waarop diens hoofd vervangen is door een varkenskop. Wat doe je ? Je kunt meerdere antwoorden aanduiden.

- Ik like de foto, want dit is echt te grappig.
- Ik antwoord met een varkensmeme, het is toch maar om te lachen.
- Ik negeer het, het is kinderachtig.
- Ik zeg het tegen de persoon op de bewerkte foto.
- Ik meld de post bij Snapchat.
- Ik verstuur een bericht naar mijn beste vriend(in) en vraag om de post te verwijderen, want dit is echt niet grappig.
- Ik praat erover met een volwassen vertrouwenspersoon (mijn leerkracht, opvoeder, ouders, grote broer ...).
- Andere :

12. Wat moet er volgens jou gedaan worden bij online pesterijen in de klas ?

.....

.....

.....

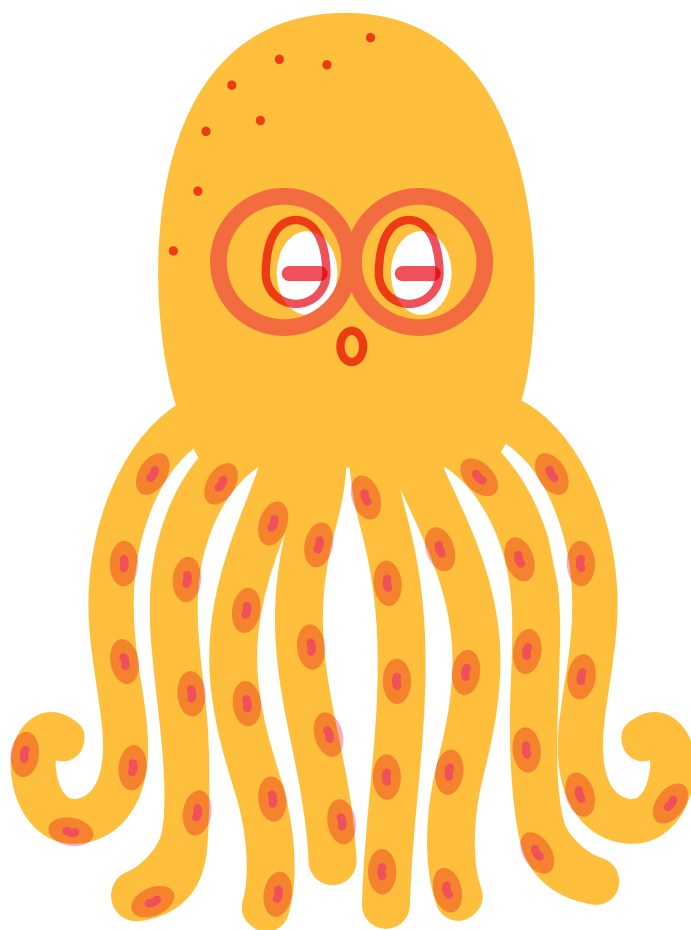
.....

BIJLAGE 3

METHODIEK 3: IK BEN GETUIGE VAN CYBERPESTEN

Je vindt in deze bijlage:

- De situaties (1x afdrukken)
- De emoji's (3x afdrukken, één set voor elke zone)
- De borden (1x afdrukken)



SITUATIE 1

**NA DE ZWEMLES NEEMT INES BOVEN HET
KLEEDHOKJE EEN FOTO VAN ALEX. ZE
VERSTUURT DE FOTO IN DE SNAPCHATGROEP
VAN DE KLAS. MEERDERE MENSEN LACHEN ALS
ZE DE FOTO ZIEN, WANT JE ZIET ER DE BILLEN
VAN ALEX OP.**

JE BENT GETUIGE VAN DE SITUATIE, WAT DOE JE?

SITUATIE 1

AANVULLENDE INFO 1

**ALEX HEEFT NIET GEREAGEERD EN
DE GROEP VERLATEN.**

JE BENT GETUIGE VAN DE SITUATIE, WAT DOE JE?

SITUATIE 1

AANVULLENDE INFO 2

INES IS JOUW BESTE VRIENDIN.

REAGEER JE NOG ALTIJD OP DEZELFDE MANIER?

SITUATIE 2

**JE KRIJGT EEN NIEUW BERICHT:
« HAHA, DIE DIKKE WALVIS AL
GEZIEN? 🐳 » MET DAARBIJ EEN
SEXY FOTO VAN MIRIAM.**

WAT DOE JE?

SITUATIE 2

AANVULLENDE INFO 1

JE VERNEEMT DAT JOSHUA, HET EX-VRIENDJE VAN MIRIAM, DE FOTO GEDEELD HEEFT OM WRAAK TE NEMEN OMDAT ZE HET MET HEM HEEFT UITGEMAAKT.

REAGEER JE NOG ALTIJD OP DEZELFDE MANIER?

SITUATIE 2

AANVULLENDE INFO 2

MIRIAM IS JOUW BESTE VRIENDIN.

REAGEER JE NOG ALTIJD OP DEZELFDE MANIER?

SITUATIE 3

**JE ZIT OP INSTAGRAM EN ZIET
EEN POST VAN JOUW VRIEND**

GAUTHIER:

« DIKKE MARGOT 🙋 »».

JE BENT GETUIGE VAN DE SITUATIE, WAT DOE JE?

SITUATIE 3
AANVULLENDE INFO 1

**AL JE VRIENDEN
BECOMMENTARIËREN DE POST
LACHEND EN MAKEN
ER GRAPJES OVER.**

JE BENT GETUIGE VAN DE SITUATIE, WAT DOE JE?

SITUATIE 3
AANVULLENDE INFO 2

**MARGOT WORDT ELKE DAG DOOR
ANDEREN GEPEST OMWILLE VAN
HAAR GEWICHT. ZE HEEFT OP EEN
DAG TEGEN JE GEZEGD DAT ZE HET
NIET MEER AANKAN.**

REAGEER JE NOG ALTIJD OP DEZELFDE MANIER?

SITUATIE 4

AKIM IS EEN JONGEN UIT DE KLAS EN HEEFT ACNE. IN HET SNAPCHATGESPREK VAN DE KLAS VERSTUURT JUSTINE EEN BEWERKTE FOTO VAN AKIM MET EEN REKENMACHINE OP DE PLAATS VAN ZIJN GEZICHT.

MENSEN LACHEN EN IEDEREEN GEEFT COMMENTAAR «».

JE BENT GETUIGE VAN DE SITUATIE, WAT DOE JE?

SITUATIE 4

AANVULLENDE INFO 1

**AKIM HEEFT DE FOTO GEOPEND
EN ANTWOORDT NIET. JUSTINE
ZEGT DAT HET EEN GRAPJE IS, EN
ALLEEN MAAR OM TE LACHEN.**

REAGEER JE NOG ALTIJD OP DEZELFDE MANIER?

SITUATIE 4

AANVULLENDE INFO 2

AKIM HEEFT WEINIG VRIENDEN EN HIJ STAAT VAAK ALLEEN TIJDENS DE SPEELTIJD.

'S ANDERENDAAGS VERTROUWT JUSTINE JE TOE DAT ZE EEN VALS PROFIEL VAN EEN MEISJE WIL AANMAKEN OM AKIM ONLINE TE VERSIEREN.

ZE ZEGT DAT DIT « GRAPPIG GAAT WORDEN ».

REAGEER JE NOG ALTIJD OP DEZELFDE MANIER?

SITUATIE 5

**JOUW BESTE VRIENDIN NOEMIE STUURT JE EEN
SCREENSHOT VAN HAAR GESPREK MET LEILA.**

**NOEMIE HEEFT LEILA HET VOLGENDE BERICHT
GESTUURD:**

**« IK HEB GEHOORD DAT JE DINGEN MET NATHAN
DOET IN DE KLEEDHOKJES VAN HET ZWEMBAD.
  ~~18~~ JE BENT ECHT EEN SLETJE LOL »**

JE BENT GETUIGE VAN DE SITUATIE, WAT DOE JE?

SITUATIE 5

AANVULLENDE INFO 1

**JE VERNEEMT DAT LEILA TIENTALLEN
BELEDIGENDE BERICHTEN GEKREGEN
HEEFT DOOR DIT VERHAAL.**

**JE KOMT LEILA TEGEN IN DE
SCHOOLGANGEN EN ZE IS
AAN HET HUILEN.**

REAGEER JE NOG ALTIJD OP DEZELFDE MANIER?

SITUATIE 5
AANVULLENDE INFO 2

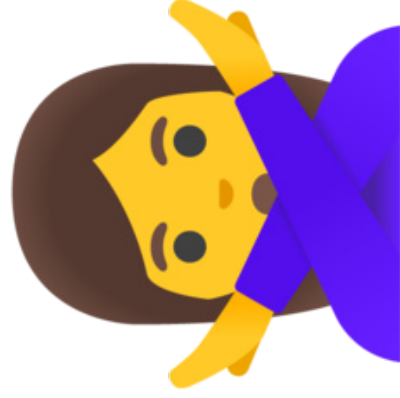
**JE VERNEEMT DAT NATHAN, EEN JONGEN UIT
JOUW KLAS, DIT GERUCHT VERSPREID HEEFT.**

**IN WERKELIJKHEID IS ER NIETS GEBEURD.
NATHAN HEEFT TEGEN IEDEEN GEZEGD
DAT LEILA DINGEN MET HEM GEDAAN HEEFT
IN DE KLEEDHOKJES OM ZICH TE WREKEN..
WANT LEILA WILDE NIET MET HEM UITGAAN.**

REAGEER JE NOG ALTIJD OP DEZELFDE MANIER?

IK KOM TUSSENBEIDE

**DIT IS HELEMAAL NIET OKÉ.
IK GA DE PERSOON HELPEN.**



IK DOE NIKS

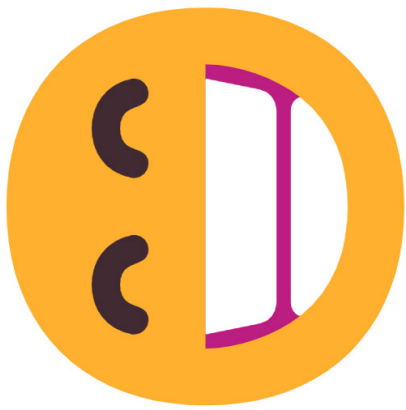
**IK NEGEER HET. HET ZIJN MIJN ZAKEN
NIET, IK DURF NIET INGRIJPEN OF IK
BEMOEI ME ER NIET MEE.**



IK LACH ERMEE

**ALS HET MAAR OM TE LACHEN IS,
MAG HET.**





GEAMUSEERD



BLIJ





ONVERSCHILLIG



SCHULDIG





ONGERUST



DROEVIG





WOEDEND



GEKWETST





VERRAST



GEËRGED





BANG



VOL AFKEER



BIJLAGE 4

METHODIEK 4: ERG OF NIET ERG?

Je vindt in deze bijlage:

- De 22 situaties
- De 2 borden



SITUATIE 1

GELD STELEN OF AFPERSEN

SITUATIE 2

**EEN FOTO PUBLICEREN WAAROP
IEMAND SLECHT AFGEBEELD
STAAT ZONDER ZIJN/HAAAR
TOESTEMMING TE VRAGEN**

SITUATIE 3

IEMAND BELEDIGEN OP DE SPEELPLAATS

SITUATIE 4

EEN SEXY FOTO VAN JOUW LIEF DELEN MET ANDEREN

SITUATIE 5

IEMAND BEDREIGEN VIA EEN NEPACACCOUNT

SITUATIE 6

DE FOTO VAN IEMAND FOTOSHOPPEN ZODAT DIE ER LELIJK UITZIET

SITUATIE 7

EEN GERUCHT LANCEREN

SITUATIE 8

EEN INSTA-POST LIKEN DIE DE SPOT DRIJFT MET EEN KLASGENOOT

SITUATIE 9

IEMAND BELEDIGEN IN EEN PRIVÉBERICHT

SITUATIE 10

IEMAND PUBLIEKELIJK BEDREIGEN OP SOCIALE MEDIA

SITUATIE 11

DE HELE KLAS WEERT EEN KLASGENOOT UIT DE SNAPCHATGROEP VAN DE KLAS

SITUATIE 12

**IEMAND IN EEN COMMENTAAR
BELEDIGEN WANT DE ANDEREN
DOEN DAT OOK**

SITUATIE 13

IEMAND FYSIEK AANVALLEN OP DE SPEELPLAATS

SITUATIE 14

EEN VALS PROFIEL AANMAKEN OM IEMAND TE VERLEIDEN

SITUATIE 15

**EEN GRAP UITHALEN
DOOR IEMAND MET ACNE
« REKENMACHINE » TE NOEMEN**

SITUATIE 16

EEN PUBLIEK INSTAGRAMACCOUNT AANMAKEN OM IEMAND TE PESTEN

SITUATIE 17

ANONIEM BELEDIGINGEN VERSTUREN

SITUATIE 18

**EEN GERUCHT DAT IEMAND
ANDERS LANCEERDE VERDER
VERSPREIDEN**

SITUATIE 19

IEMANDS ACCOUNT HACKEN

SITUATIE 20

**EEN NAAKTFOTO DIE JE VAN
IEMAND GEKREGEN HEBT NAAR JE
MATEN DOORSTUREN**

SITUATIE 21

FYSIEKE AGRESSIE FILMEN EN OP INSTAGRAM POSTEN

SITUATIE 22

IEMAND STALKEN OP SOCIALE MEDIA

**DIT IS
SUPERERG**



**DIT IS
HELEMAAL
NIET ERG**

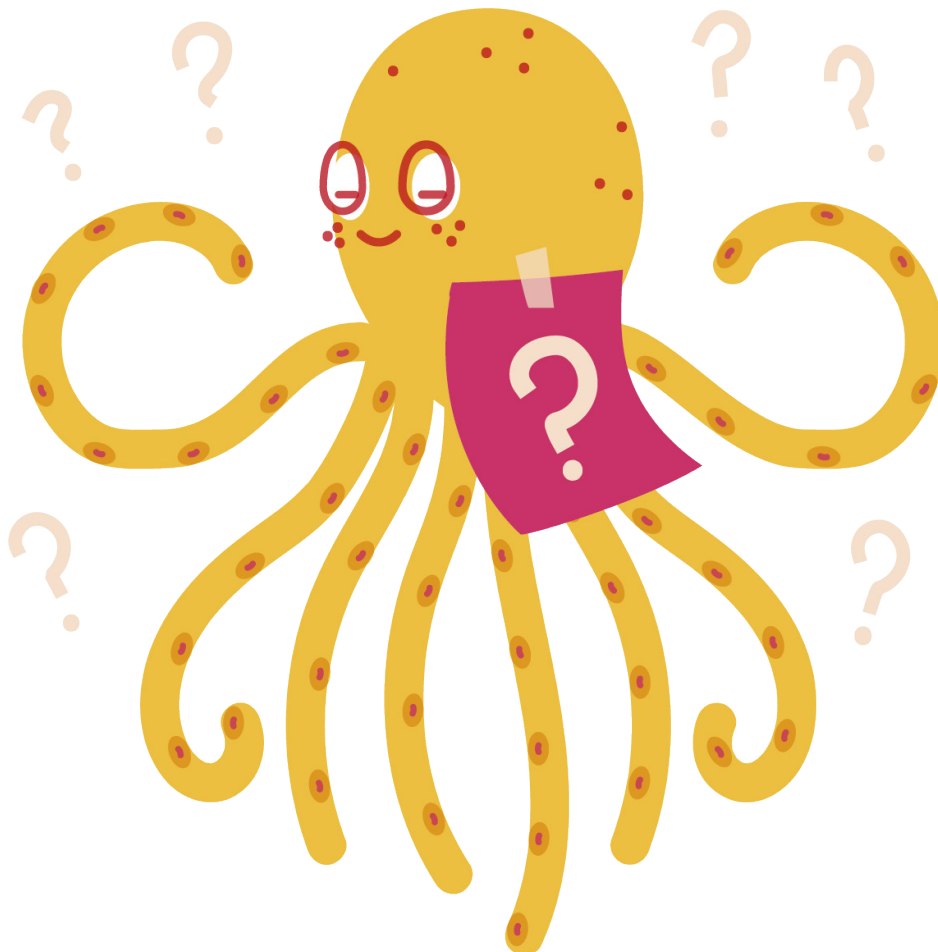


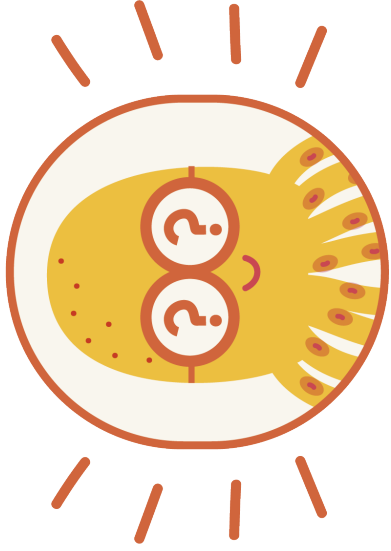
BIJLAGE 5

METHODIEK 5: WIE IS HET?

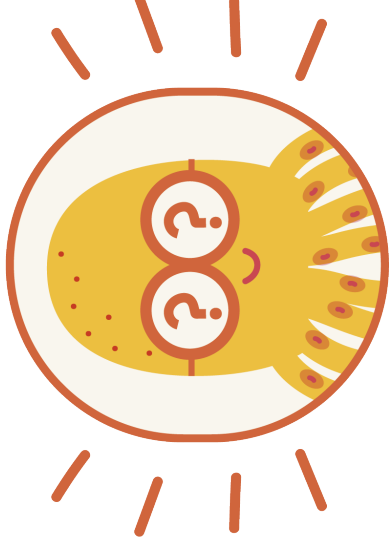
Je vindt in deze bijlage:

- 28 paar etiketten met vertrouwenspersonen

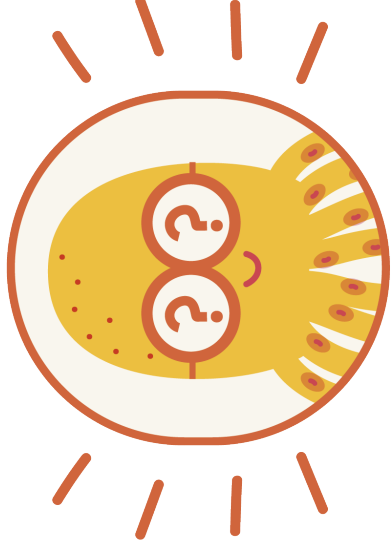




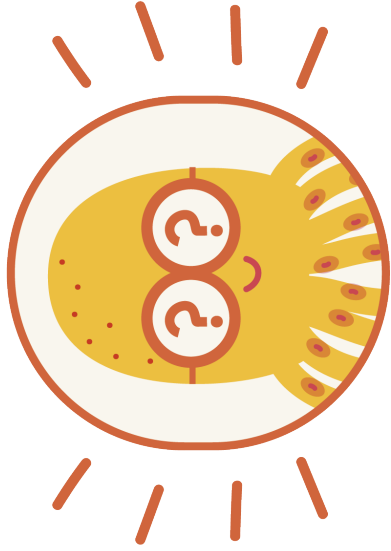
Mijn sportcoach



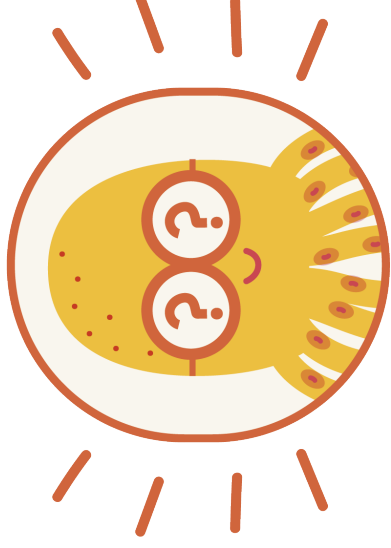
Mijn sportcoach



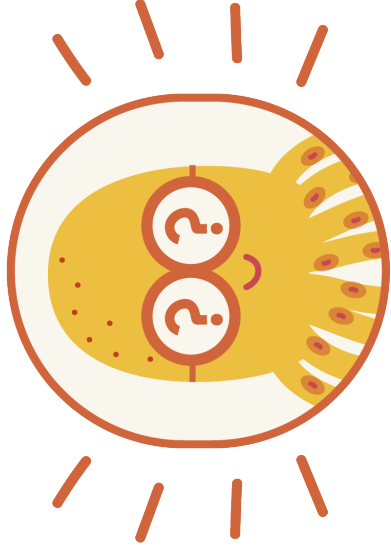
Mijn vader _____



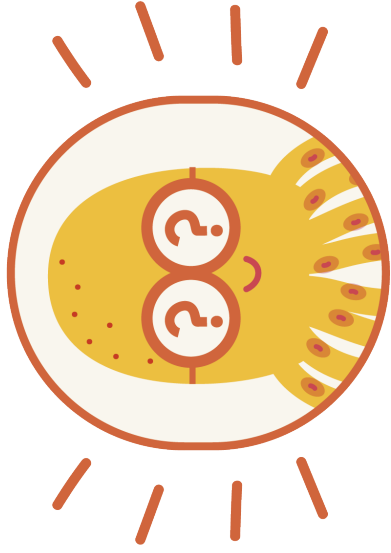
Mijn vader _____



Mijn moeder

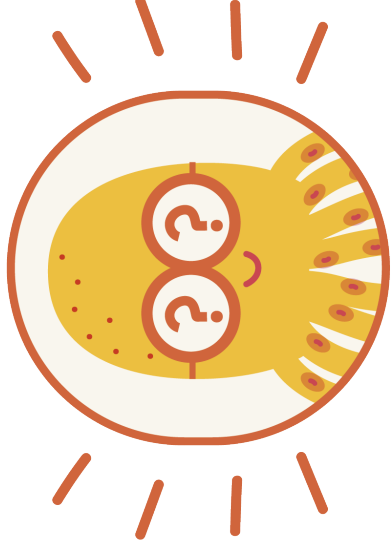


Mijn moeder



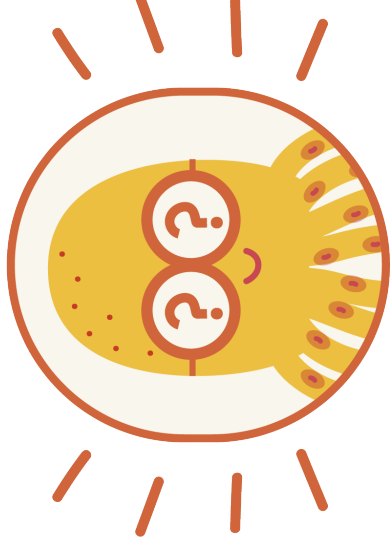
Mijn

muziekleerkracht

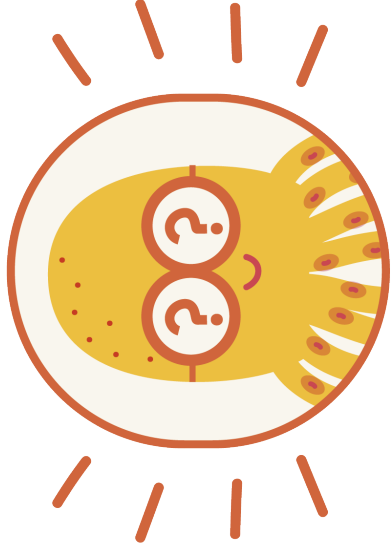


Mijn

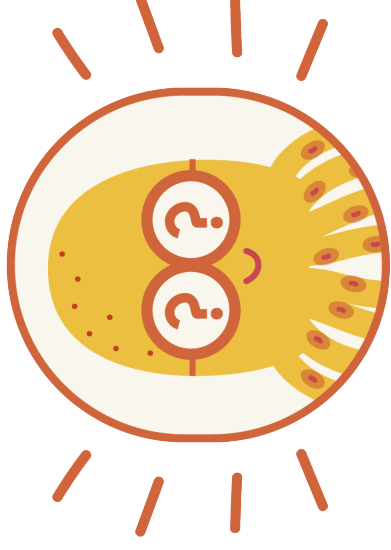
muziekleerkracht



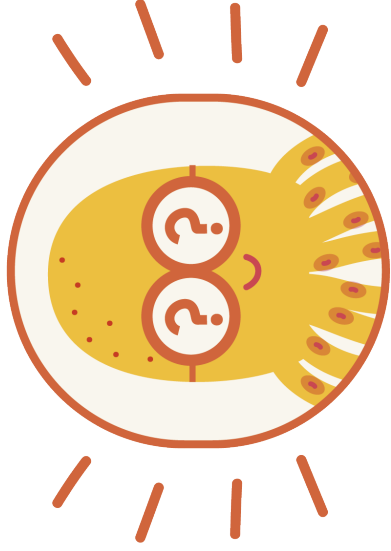
Mijn peter



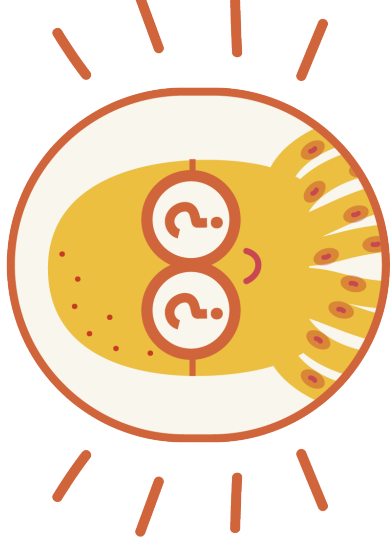
Mijn peter



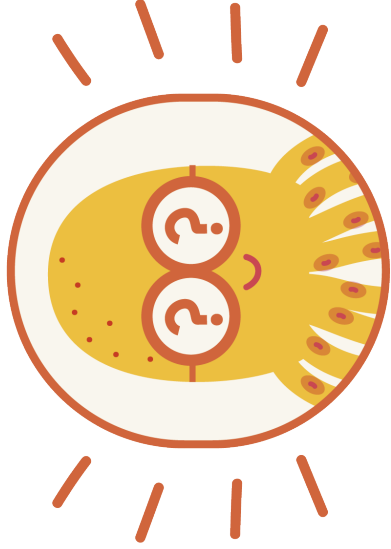
Mijn broer



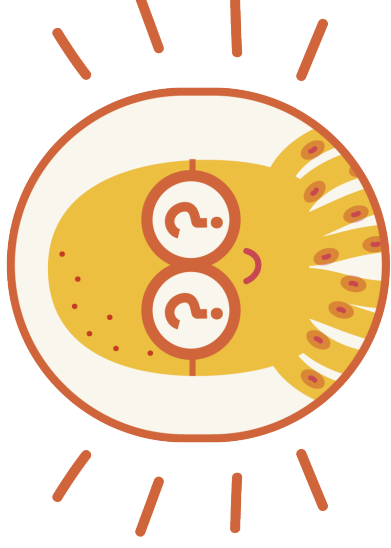
Mijn broer



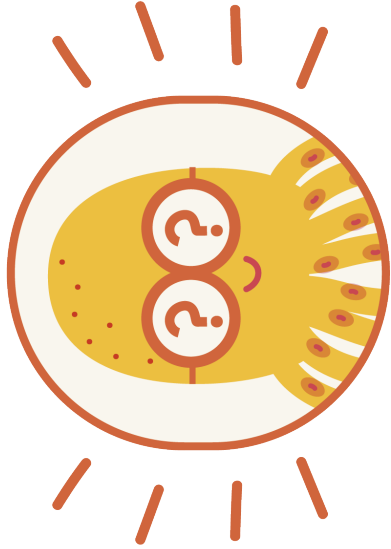
Mijn buur



Mijn buur

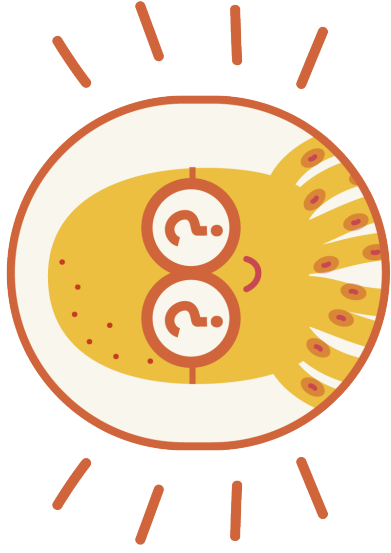


Mijn opvoeder

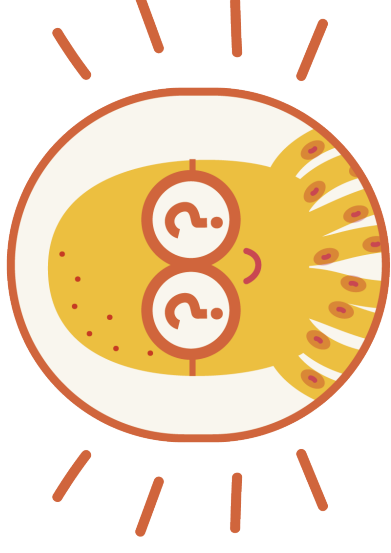


Mijn opvoeder

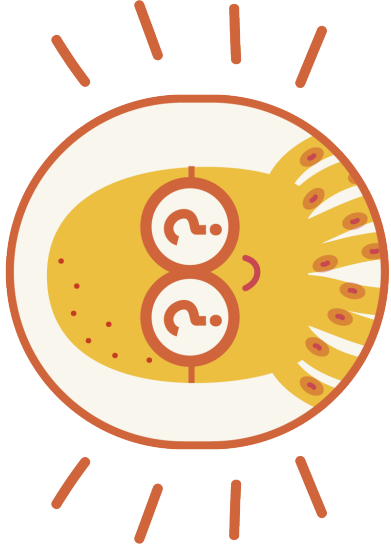




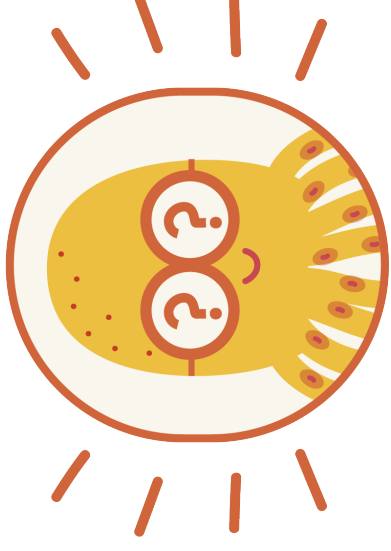
Mijn beste vriend
Mijn beste vriendin



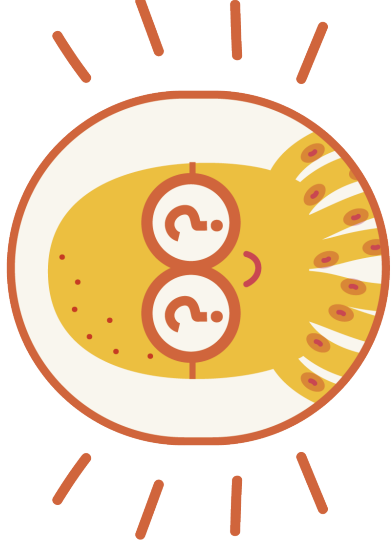
Mijn beste vriend
Mijn beste vriendin



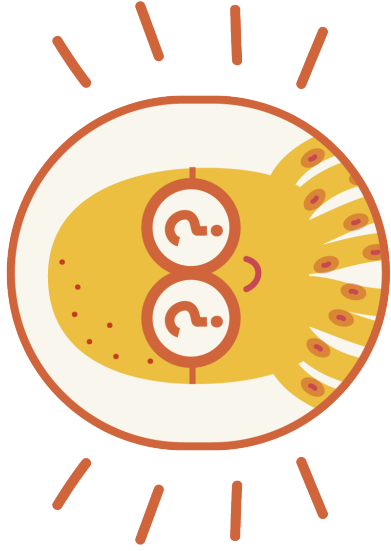
Een klasgenoot



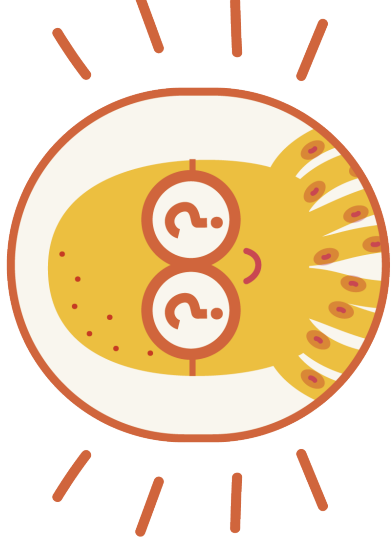
Een klasgenoot



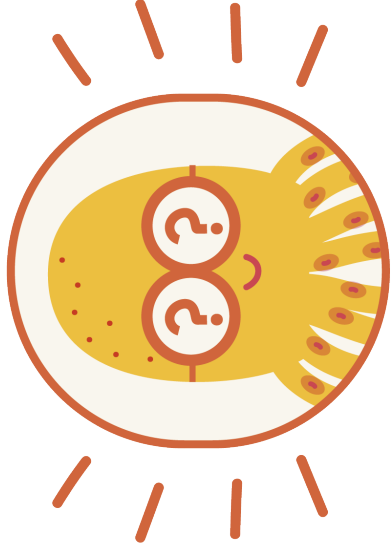
Het CLB _____



Het CLB _____

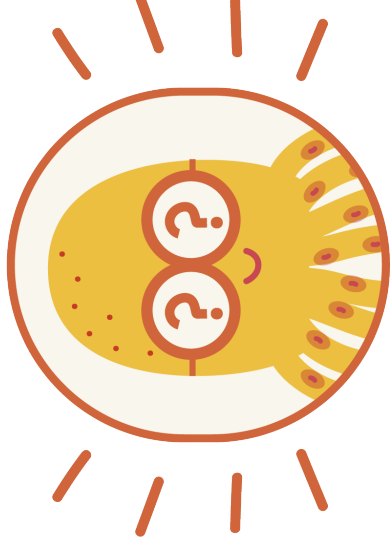


Een psycholoog

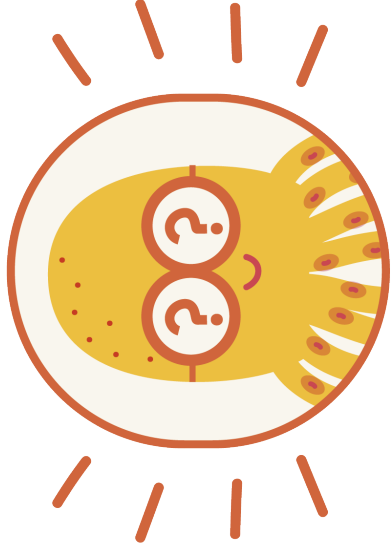


Een psycholoog

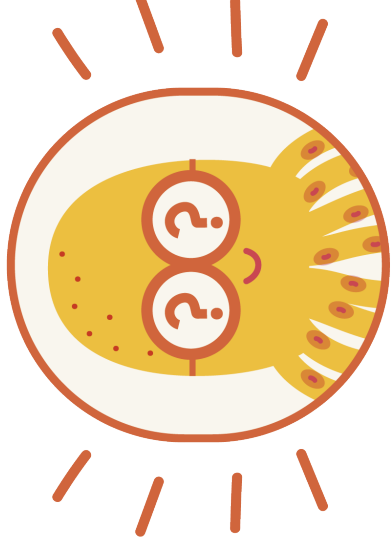




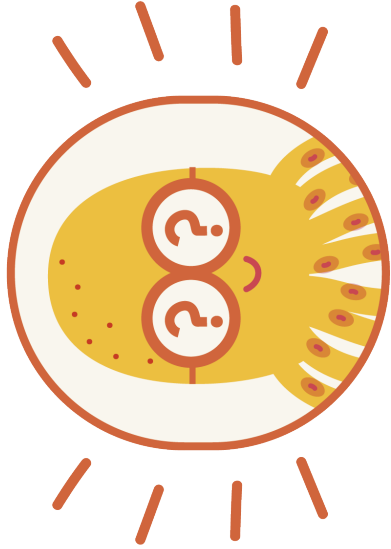
De politie _____



De politie _____

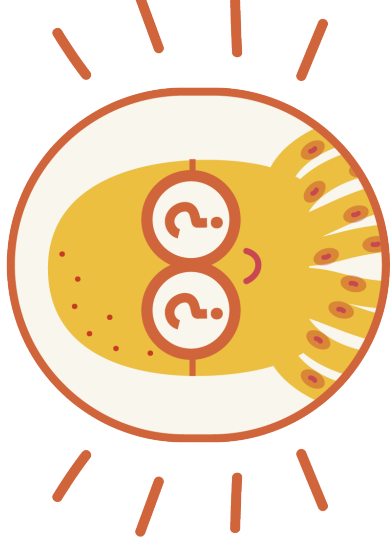


De directeur

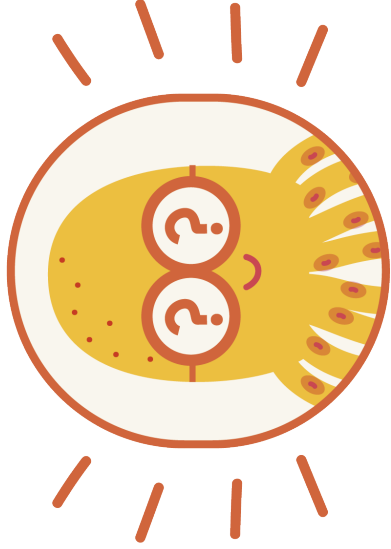


De directeur

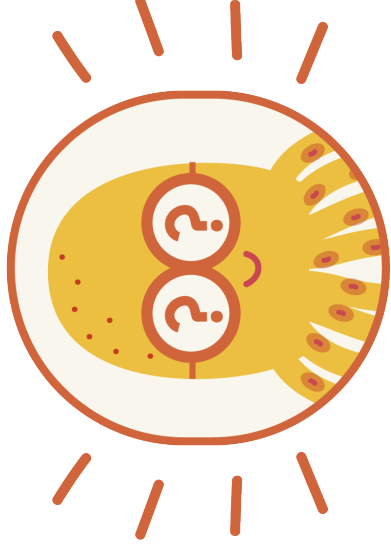




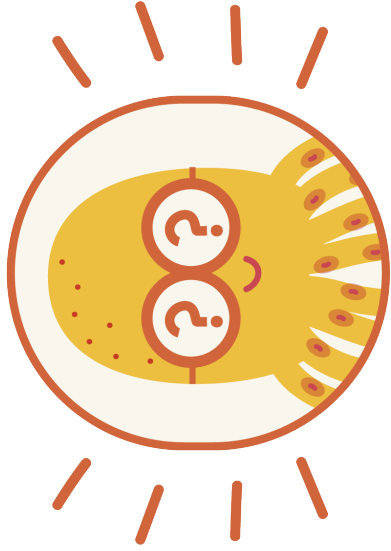
Mijn zus _____



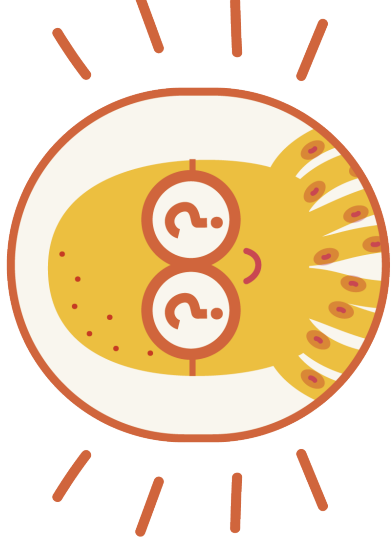
Mijn zus _____



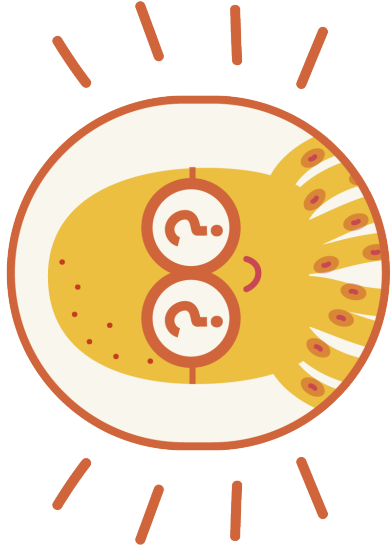
Mijn neef _____



Mijn neef _____

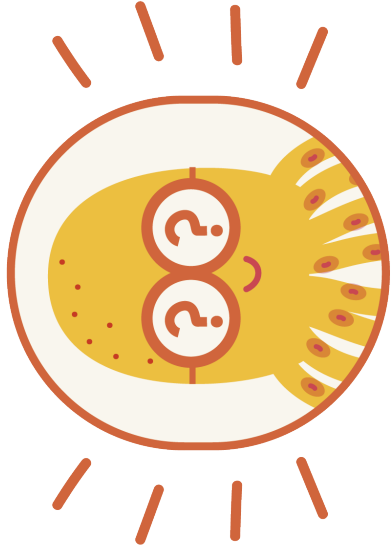


Mijn nicht

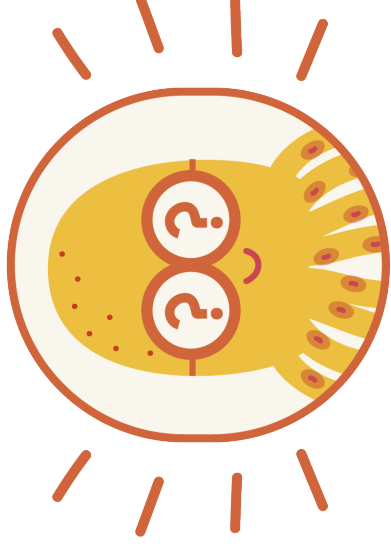


Mijn nicht

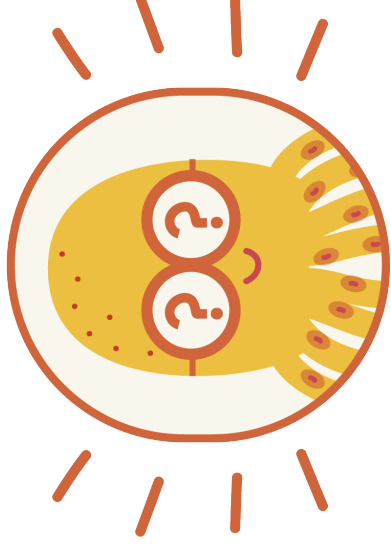




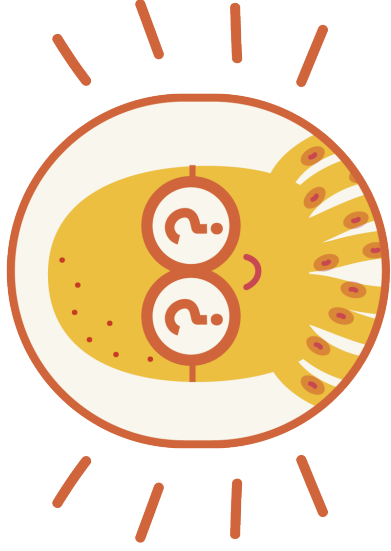
Een online onbekende



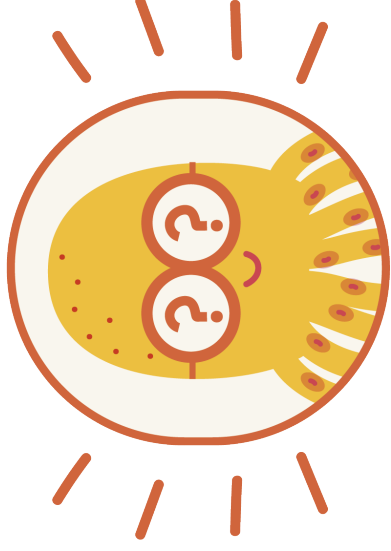
Een online onbekende



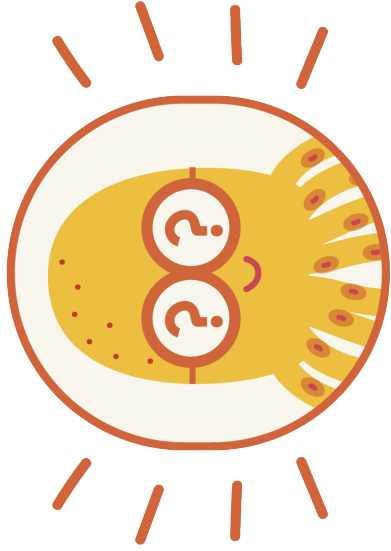
**Mijn vrienden
op het internet**



**Mijn vrienden
op het internet**

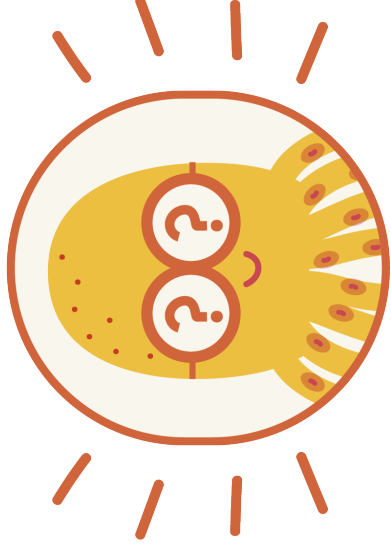


Mijn nonkel

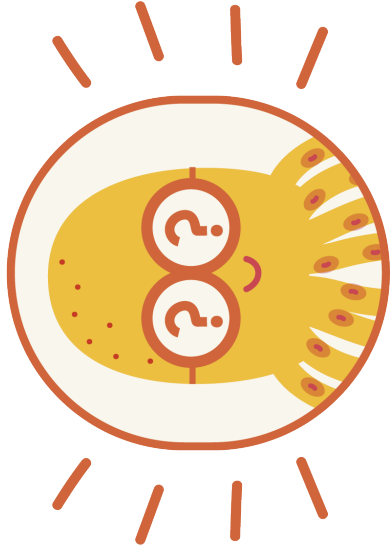


Mijn nonkel

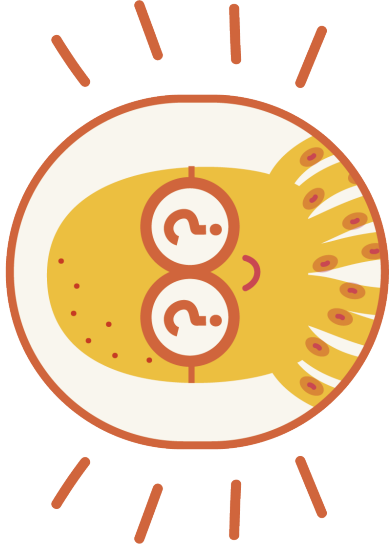




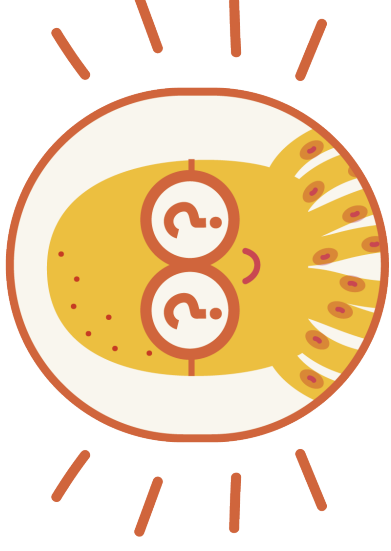
Mijn tante _____



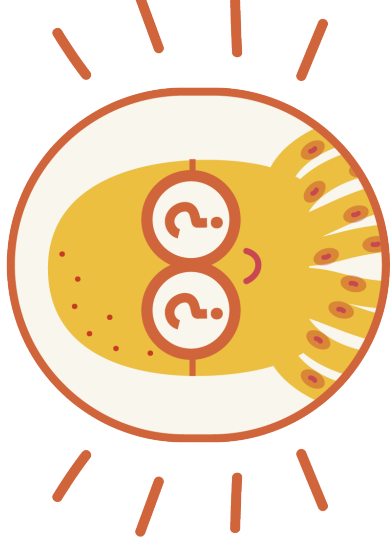
Mijn tante _____



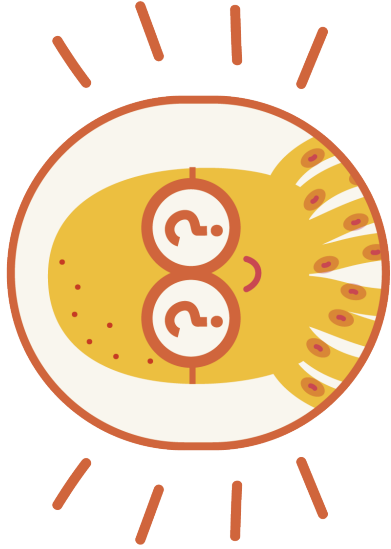
Mijn leerkracht _____



Mijn leerkracht _____

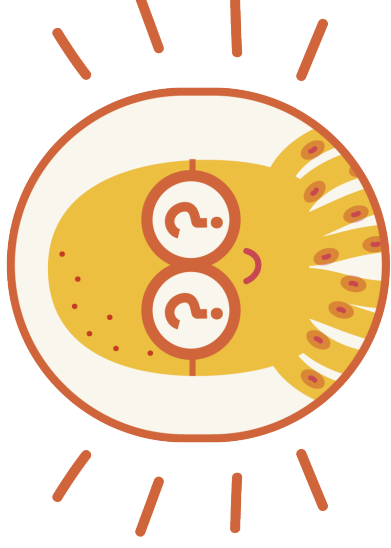


Mijn grootvader

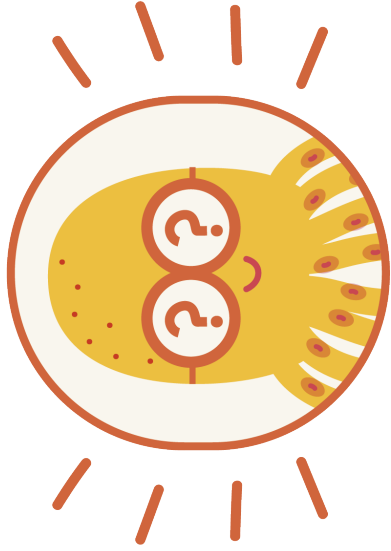


Mijn grootvader



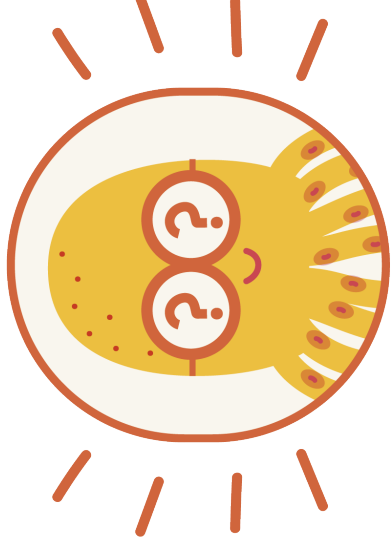


Mijn grootmoeder

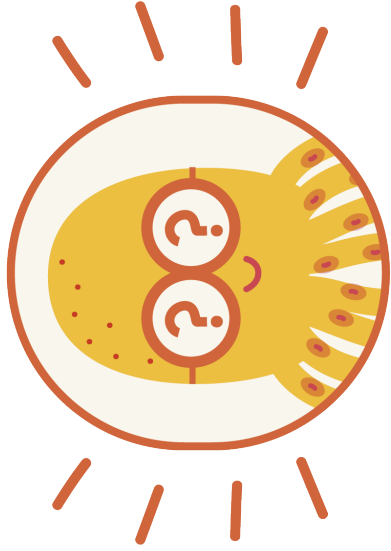


Mijn grootmoeder



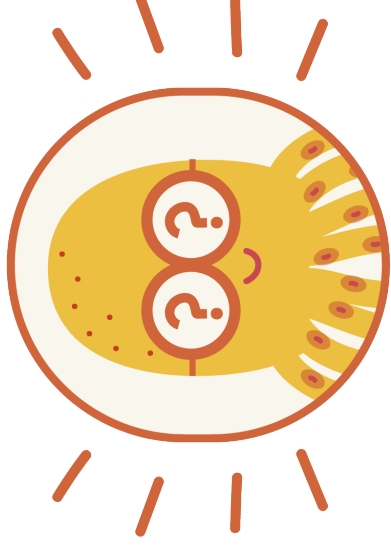


Een kennis

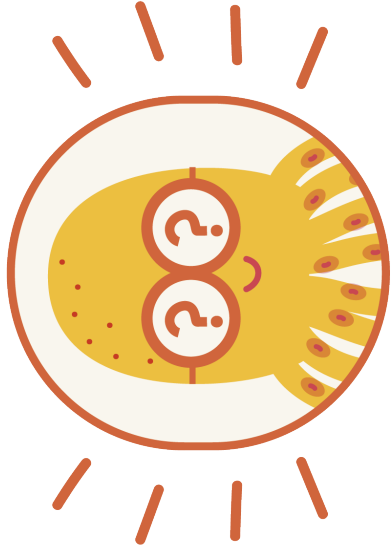


Een kennis



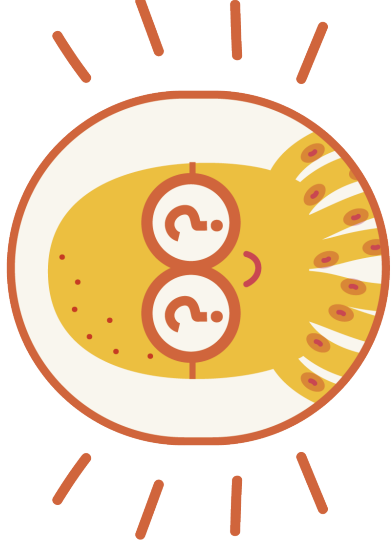


Child Focus

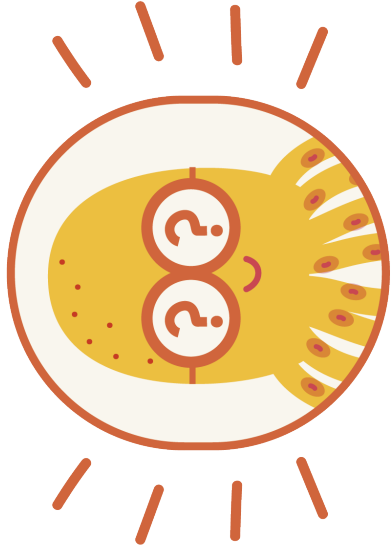


Child Focus



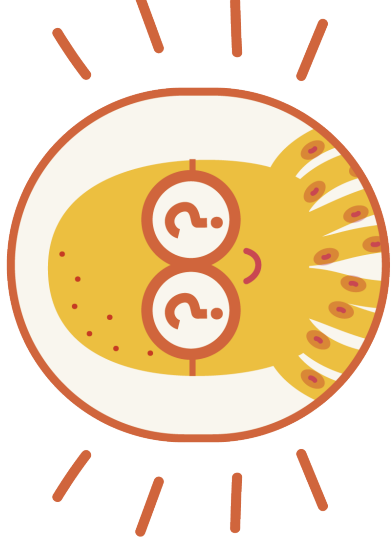


De bakker

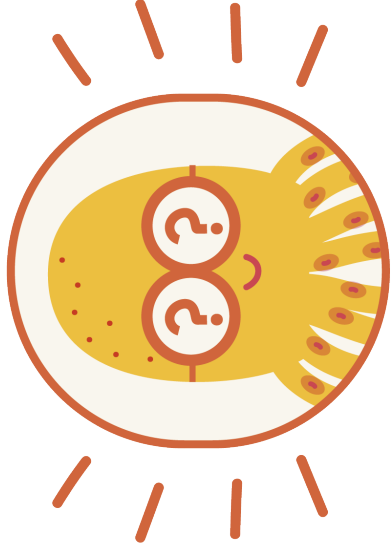


De bakker





De buschauffeur



De buschauffeur

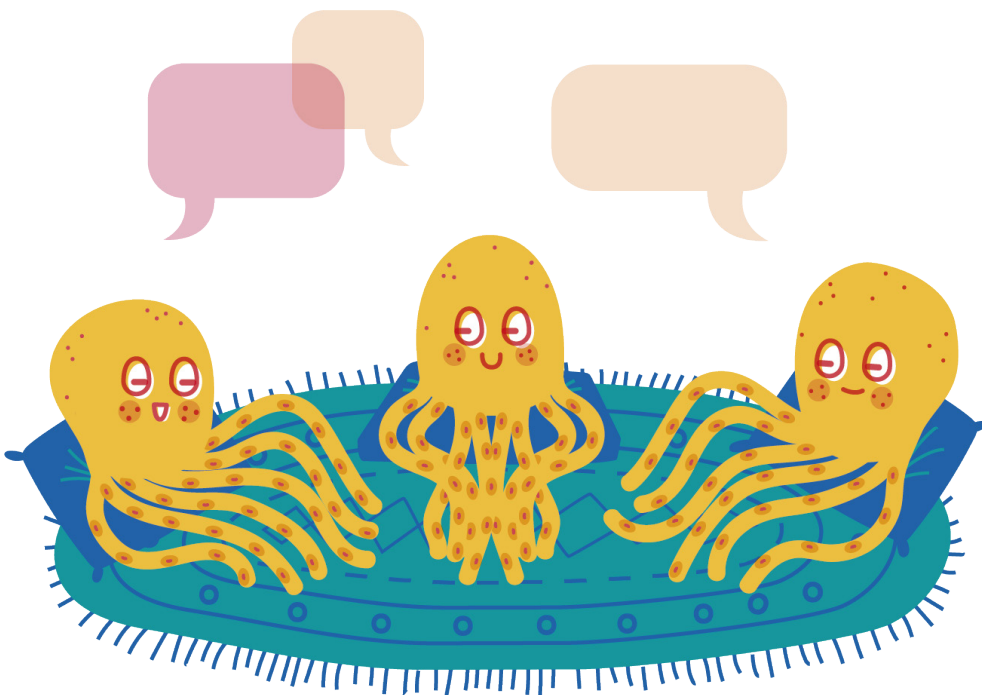


BIJLAGE 6

METHODIEK 6: GEREGULEERDE PRAATRUIMTE

Je vindt in deze bijlage:

- De emoji's





BANG



VOL AFKEER





GEAMUSEERD



BLIJ





ONVERSCHILLIG



SCHULDIG





ONGERUST



DROEVIG





WOEDEND



GEKWETST





VERRAST



GEËRGED



