



CYBERPESTEN

Cyberpesten is actueler dan ooit. Hoewel sociale media heel wat mogelijkheden biedt voor het creëren en onderhouden van positieve contacten, zijn er tegelijkertijd ook risico's aan verbonden. Op sociale media staat de deur ook open voor beledigingen, haat en boosheid. Bovendien vindt cyberpesten vaak haar oorsprong in de school en de gevolgen zijn daar ook merkbaar. Dit fiche biedt enkele handvaten om daadkrachtig en efficiënt te reageren op cyberpesten in de klas.

Wat je zeker moet weten over cyberpesten

- 1. Wanneer is er sprake van cyberpesten?** Cyberpesten is pesten via computers, gsm's of andere toestellen die mensen toelaten om te communiceren. Via internet kan je eenvoudig op elk moment van de dag (anoniem) pesten, zonder daarvoor in dezelfde ruimte te hoeven zijn. Toch kunnen niet alle negatieve gedragingen die jongeren online stellen zomaar als cyberpesten worden beschouwd. Cyberpesten wordt onderscheiden van online ruzie maken op basis van drie criteria:
 - a. Iemand willen kwetsen:** de dader moet de intentie hebben om het slachtoffer te kwetsen of schade toe te brengen. Dat kan zowel moreel, als materieel.
 - b. Meer dan een eenmalige handeling:** er is enkel sprake van pesten als het herhaaldelijk gebeurt. De dader doet of zegt dus meerdere keren kwetsende dingen.
 - c. Machtsonevenwicht:** de dader heeft een sociale relatie met het slachtoffer, waarbij er sprake is van een machtsverschil (bv. groter, sterker of populairder zijn). Het behoud of de versterking van populariteit en sociale macht vormt één van de belangrijkste motivaties voor een jongere om te (blijven) cyberpesten.
- 2. Cyberpesten in vier vormen.** Cyberpesten kan vier vormen van gedrag aannemen.
 - a. Woorden:** uitschelden, bedreigen, beledigen, belachelijk maken, kwetsen, ...
 - b. Beelden:** kwetsende of vertrouwelijke beelden publiek maken, verspreiden, delen, ...
 - c. Uitsluiting:** iemand opzettelijk niet betrekken in een online groep of negeren, ...
 - d. Misbruik:** persoonlijk informatie stelen, doorgeven, openbaar maken, ...
- 3. Anonieme apps = pestapps?** Anonieme apps zijn niets nieuws, maar winnen vandaag de dag opnieuw aan populariteit. Je kan er eerlijk je gevoelens mee uiten als je er (nog) niet graag openlijk voor uitkomt. Steeds meer kinderen grijpen dan ook naar apps als F3 en Sayat.me, die anderen toelaten anoniem hun mening te geven over wie je bent en hoe je eruitziet. Je raadt het al: een plek waar cyberpesters zich al snel thuisvoelen. Daders voelen zich er veilig, want er wacht hen geen straf zolang niemand weet wie ze zijn.

Een groot deel van de cyberpesterijen vindt haar oorsprong in de school. Zelf als pesterijen buiten de school plaatsvinden, dan wegen ze op de leerkansen en de toekomst van wie pest of gepest wordt en verkillen ze de klas-en schoolsfeer.



Tips voor jou als leerkracht

Kies voor een duurzame, integrale schoolaanpak. Zet in op een 'Whole School Approach' waarbij er aandacht is voor een mix aan initiatieven die zich richten tot alle schoolactoren (leerlingen, leerkrachten, ouders, nabije schoolomgeving) en alle dimensies van het schoolgebeuren. Integreer alle afspraken in een positief sociale media- en antipestprotocol.

Bespreek de gevolgen van cyberpestgedrag op de slachtoffers en hun omgeving. Verduidelijk het streven van de cyberpestkoppen en de erg bepalende rol van de omstaanders. Daders krijgen namelijk bevestiging in de vorm van likes en opmerkingen van omstaanders. Ook door niet te reageren, geven omstaanders aan de daders de indruk dat ze zijn of haar gedrag goedkeuren.

Toon betrokkenheid. Ga in dialoog. Verlies de gevoelens van de kinderen niet uit het oog. Zeker als het fout loopt, kunnen kinderen advies en steun gebruiken. Ga samen met de leerlingen op zoek naar gepaste, veilige en effectieve strategieën om afstand te nemen van cyberpesten.

Blijf op de hoogte van wat kinderen online doen. Toon interesse in het mediagebruik en de nieuwe sociale omgangs- en communicatievormen van je leerlingen. Creëer gespreksmomenten en nodig hen uit tot reflectie en debat. Zo blijf je voeling hebben met hun leefwereld en zullen ze je ook sneller aanspreken als er zich ooit een probleem voordoet.

Aan de slag

⚡ VlinderNET

www.zinloosgeweld.net/VlinderNET.php

Een informatief spel gerealiseerd door de vzw Zinloos Geweld

⚡ KiVa

www.kivaschool.be

Een wetenschappelijk onderbouwd antipestprogramma gefocust op positieve groepsvorming en het versterken van de sociale veiligheid op school.

⚡ Lespakket: Cybersense

www.pimento.be/cybersense

Lespakket van Pimento bestaande uit 11 lessen en een reeks filmpjes rond veilig en weerbaar online en cyberpesten

⚡ Affiche: Hoe reageren op sociale media

www.mediawijs.be/tools/affiche-hoe-reageer-je-beste-sociale-media

Een stappenplan om na te gaan hoe je moet reageren op een bericht op sociale media.

⚡ Infociche cyberpesten

www.mediawijs.be/tools/fiches-mediawijs-online

Een bundeling van tips en adviezen voor ouders, leerkrachten en jongerenbegeleiders.

Leesvoer

⚡ Website - Tegen Cyberpesten

www.tegencyberpesten.be

⚡ Website - Kies Kleur Tegen Pesten

www.kieskleurtegenpesten.be

⚡ Website - Tumult

www.tumult.be

⚡ Website - Pimento

www.pimento.be

⚡ Thema - 'Cyberpesten' op MediaNest

www.medianest.be/thema/cyberpesten

⚡ Boek - (W)onderwijze media:

www.mediawijs.be/wonderwijzemedi