

Compendium van Methoden & Technieken (103)

Docenten en belanghebbenden

De steun van de Europese Commissie voor de productie van dit document houdt geen goedkeuring in van de inhoud, die uitsluitend de standpunten van de auteurs weergeeft, en de Commissie kan niet verantwoordelijk worden gehouden voor het gebruik van de informatie die het bevat.

Als onderdeel van het “TABASCO project – een gerichte aanpak tegen pesten op scholen door middel van campagnes en andere hulpmiddelen” is er een methodologie ontwikkeld. Het project wordt uitgevoerd in het kader van het ERASMUS+ -programma, kernactiviteit 2 - samenwerking op het gebied van innovatie en uitwisseling van goede praktijken, KA226 - partnerschappen ter voorbereiding op digitaal onderwijs.

De methodologie van het TABASCO project is bedoeld voor de docenten, ongeacht welk vak zij geven, maar ook voor begeleiders, ondersteunend personeel, jongerenwerkers en mentoren die dagelijkse de leerlingen ondersteunen. Het algemene doel is om de capaciteiten van de docenten te vergroten door hen nieuwe professionele vaardigheden en kennis bij te brengen. Hierdoor kunnen ze hun kwalificaties verbeteren met betrekking tot het uitvoeren van activiteiten over pesten/cyberpesten samen met hun leerlingen. Deze uitgebreide en geïntegreerde leermethode richt zich op de basisprincipes en professionele vereisten die nodig zijn op het gebied van (cyber)pesten, terwijl er tegelijkertijd rekening wordt gehouden met de nationale prioriteiten van elk partnerland en het persoonlijke perspectief van de voogd.

Sommige methoden zijn getest tijdens de experimenteerfase van het project, andere niet; echter, ze zijn allemaal geselecteerd door de partnerorganisaties en ontwikkeld door deskundigen en leerkrachten op het gebied van formele en niet-formele educatie.

INHOUDSOPGAVE

Inleiding	3
Over het project	3
De TABASCO-methode	4
<u>De "hele gemeenschap" als aanpak tegen pesten</u>	5
1. Een aanpak voor de hele school en de hele gemeenschap om pesten en geweld door leeftijdsgenoten te voorkomen	5
2. De sociale representatie van pesten	6
3. De gemeenschap	7
4. Tussen cognitie en houding	7
5. De rol van de gemeenschap en gedragsverandering	8
6. De rol van de schoolgemeenschap	8
<u>Uitgebreide beschrijving van de aanpak van alle landen</u>	10
1. Inleiding	10
2. Transversale benaderingen in alle landen	10
3. Methoden en instrumenten	13
<u>Op het niveau van de landencontext</u>	14
(A) Kennis / (B) Preventie	14
(C) Steun en aanpak	18
<u>Hulpmiddelen</u>	26
Zak vol trucs	26
WebQuests over pesten	29
Verwijzingen naar aanvullende materiaalbronnen	30
<u>Tips voor wie initiatieven neemt tegen pesten</u>	36
Extra tips voor leerkrachten/scholen	37
<u>Richtlijnen tegen pesten</u>	40
<u>Verklarende woordenlijst</u>	83
<u>CONCLUSIE</u>	86

Inleiding

Over het project

1. Inleiding

Door de ontwikkeling van nieuwe technologieën en sociale netwerken, is er een nieuw platform ontstaan waar online gedrag zich kan uiten in cyberpesten. Dit kan emotionele gevolgen hebben voor de ontwikkeling en het psychologisch evenwicht van jongeren. Hoewel dit schadelijke gedrag niet altijd onder schooltijd plaatsvindt, is de schoolcontext een bevoorrechte ruimte voor het voorkomen en bestrijden van alle vormen van geweld. De school moet worden gezien als een ruimte van veiligheid en bescherming.

Het onderwijs vereist dat er met iedereen rekening wordt gehouden om zo een inclusieve omgeving te creëren. Er wordt rekening gehouden met diversiteit en complexiteit, waarbij elke leerling gezien en gehoord wordt. Om schadelijk gedrag te voorkomen en aan te pakken, zowel individueel als collectief, moeten er interventietechnieken toegepast worden. In schoolomgevingen zijn deze principes en technieken gebaseerd op een holistische en systematische aanpak. Hierbij wordt ervan uitgegaan dat cyberpesten een complex web van relaties omvat. Het gaat hierbij om het slachtoffer en de agressor als hoofdrolspelers, maar ook andere betrokkenen, zoals de getuigen/omstanders, spelen een relevante rol in het voorkomen of versterken van dit type geweld.

2. Doelen

De belangrijkste doelen van het TABASCO-project zijn:

- Leraren en schoolbesturen laten zien hoe ze online misbruik kunnen opsporen en hoe ze de jonge slachtoffers kunnen ondersteunen;
- Ouders en voogden bewuster maken van hoe ze kinderen en jongeren kunnen observeren in hun online gedrag en gewoonten, zodat ze hun kinderen en jongeren kunnen helpen cyberpesten te voorkomen, evenals steun bieden in het geval dat hun kind slachtoffer is geworden van online misbruik;
- Leerlingen en anderen in de onderwijsgemeenschap bewust maken van de specifieke maatregelen en hulpmiddelen die het TABASCO-project aanbiedt, als effectieve tool in de strijd tegen cyberpesten;
- Het aanmoedigen van jongeren om een anti-geweldebeweging te starten en uit te voeren die de hele gemeenschap ten goede komt.

De TABASCO-methode

De methodologie die we hier presenteren biedt anti-pesttechnieken die gericht zijn op leerlingen van 9 tot 19 jaar. Deze methoden kunnen worden toegepast door leerkrachten en pedagogen, ongeacht het vak dat ze onderwijzen.

Het eerste deel van het document bevat nuttige tips, adviezen en details voor degenen die initiatieven nemen tegen pesten. In het tweede deel presenteren we een compendium van verschillende activiteiten met stapsgewijze instructies over hoe ze kunnen worden toegepast. Aangezien de referentiegroep een belangrijk onderdeel is van de context waarin pesten plaatsvindt, stellen we alleen activiteiten voor die in groepsverband uitgevoerd kunnen worden. De activiteiten in deze methodiek hebben een verschillende duur. Dit betekent dat de leerkracht vooraf in zijn of haar werkplan moet vastleggen welke activiteiten gedurende het schooljaar zullen worden uitgevoerd.

Als voorbeeld van activiteiten die kunnen worden uitgevoerd om het bewustzijn over pesten te vergroten, presenteren we hier alvast een lijst met enkele activiteiten die in grote lijnen kunnen plaatsvinden:

- Advertentiecampagne
- Portaal gericht op leerlingen voor het melden van pesten en cyberpesten
- Anti-pestprogramma voor leerlingen, dat het hele jaar door wordt uitgevoerd door de verantwoordelijke docenten
- Docentenopleiding, gericht op het opleiden van de docenten die verantwoordelijk zijn voor de uitvoering van het antipestprogramma
- Training van mentoren
- Training voor ouders en voogden
- Training voor schoolpersoneel

De "hele gemeenschap" als aanpak tegen pesten

1 - Een aanpak voor de hele school en de hele gemeenschap om pesten en geweld door leeftijdsgenoten te voorkomen

SAFER-model - Beschrijving

Elk kind op elke school verdient het om veilig en betrokken te zijn, met de juiste ondersteuning. Dat is de focus van het Whole School, Whole Community, Whole Child (WSCC) model. In een actieonderzoek (SAFER) is een model ontwikkeld in samenwerking met belangrijke partners uit verschillende Europese landen op het gebied van onderwijs en psychologie. Het WSCC-model versterkt een uniforme en gezamenlijke aanpak om het leren en de gezondheid op de scholen in de EU te verbeteren. WSCC is een allesomvattende aanpak die gericht is op de gehele school, waarbij middelen en invloeden uit de hele gemeenschap worden verzameld om zo een tegemoetkoming te creëren waarbij aan alle behoeften van de gemeenschap worden voldaan. Het WSCC-model stelt het kind centraal en staat voor het idee dat kinderen het middelpunt van de besluitvorming moeten zijn; dus alle beleidsmaatregelen, praktijken en programma's moeten een gezond, veilig, betrokken, en uitgedaagd kind ondersteunen. Het SAFER WSCC is gericht op het bevorderen van elke actie (op school en daarbuiten) om pesten en cyberpesten te voorkomen. Het WSCC-kader richt zijn aandacht voornamelijk op de relatie tussen de bredere context van een school/gemeenschap en het niveau van pestgedrag:

- het verkrijgen van sociale competenties onder de burgers, zoals begrip, respect, sociale verantwoordelijkheid, conflictoplossing en burgerschap. Deze eigenschappen zijn niet alleen de hoekstenen van mensenrechten, maar vormen ook de basis voor een samenhangende, productieve en vreedzame klas, school en samenleving;
- de bevordering van gemeenschappelijke positieve en democratische waarden die worden beschouwd als een ethisch-ideologisch-politiek-psychosociale basis waarop strategieën kunnen worden ontworpen om aandacht te vragen voor pesten en pesten te voorkomen;
- de kennis, het bezit en de uitoefening van de grondrechten (bijv. participatie, inclusie, vrijheid van meningsuiting, enz.) waardoor leerlingen in staat worden gesteld om van hun rechten te genieten en de rechten van anderen te respecteren;
- het creëren van een ondersteunende omgeving waar jongeren worden aangemoedigd om hun persoonlijke potentieel te ontplooiën, waar ze bloeien, leren en zich emotioneel ontwikkelen, ondersteund door docenten;

- de directe betrokkenheid, naast de leerkrachten, leerlingen, schoolpersoneel en andere professionals die met de school werken, van de ouders en de bredere gemeenschap die de school omringt.

Waar te beginnen: De methode begint met de analyse van de innerlijke, persoonlijke dimensie van de leerlingen (persoonlijk niveau). Deze analyse bestaat uit een biografische vragenlijst. Het is belangrijk dat deze analyse in gedachten gehouden wordt tijdens de andere drie dimensies (klas-school-gemeenschap). Volgens het WSCC-model is het belangrijk om de volledige betrokkenheid en empowerment van de leerlingen als hoofdspelers te waarborgen, dus "het bevorderen van de zinvolle participatie van kinderen in de inspanningen om schoolgeweld en pesten te voorkomen".

Alles bij elkaar genomen, de WSCC-aanpak:

- Betreft de leerkrachten, de leerlingen en al het schoolpersoneel erbij;
- bevordert pro-sociaal gedrag en pakt pesten aan;
- maakt gebruik van veelzijdige strategieën en leerzame hulpmiddelen die op verschillende lagen in de school- en gemeenschapssystemen werken;
- maakt het mogelijk om activiteiten te selecteren die passen bij de context en doelstellingen van elke school en die kunnen worden aangepast aan de behoeften van elke school en de beoogde leeftijd van de leerlingen.

2 - De sociale representatie van pesten

Het concept pesten ontstond in de jaren 70 en 80 van de vorige eeuw om het geweld in de schoolomgeving te categoriseren dat een bepaald slachtoffer opzettelijk en herhaaldelijk te verduren krijgt van een agressor of een groep agressors. Dit geweld openbaart een ongelijke machtsverhouding en veroorzaakt fysiek of psychisch lijden en sociaal isolement van het slachtoffer.

"We hebben dus te maken met een vorm van een destructieve sociale relatie die sterk beïnvloed wordt door de sociale dynamiek die onder andere gedictieerd wordt door de referentiegroep, de systemen en procedures van de schoolorganisatie, ethiek en gewoonten van de omringende gemeenschap zelf."

1

¹ José Ilídio Alves de Sá. 2012. Bullying in school: Prevention and Intervention. VS, Aveiro

Als de vormen van opzettelijke agressie/geweld door leeftijdsgenoten een bevestiging van macht onder kinderen of jongeren betekent, en daardoor zelfs goed te praten gedrag is, krijgt het pesten speciale aandacht vanwege het leed dat het veroorzaakt bij de slachtoffer, dat vaak onopgemerkt blijft.

Sinds de eerste studies en theorieën van Dan Olweus in de jaren zeventig van de vorige eeuw wordt het belang van de gemeenschap om het probleem aan te pakken of de kop in te drukken erkend als een centraal punt.

3 - De gemeenschap

De gemeenschap is een centraal element in de ontwikkeling van de individualiteit en persoonlijkheid van ieder van ons, het beïnvloedt ons referentiekader, bundelt praktijken en bepaalt de grenzen van ons gedrag.

De handelingen, motivaties en gevolgen van pesten die individueel worden ervaren, hebben indirecte motiverende krachten in de gemeenschap, voornamelijk vanuit het gezin², en weerslag op de dynamiek van de groepen en hun welzijn.

Maar als pesten elementen van legitimiteit heeft in de gemeenschap, dan heeft het ook elementen van delegitimatie. Daarom speelt eenheid een centrale rol in de strijd tegen pesten.

4 - Tussen cognitie en houding.

De ontwikkelde activiteiten zijn gebaseerd op constructivistische en cognitieve sociaal-constructieve principes, zonder de rol te vergeten van de emotionele en psychosociale dimensie in de dynamiek waarin pesten plaatsvindt.

Dus als er aan de ene kant adviezen zijn voor activiteiten gericht op cognitie, zoals lezingen en activiteiten die individuele reflectie bevorderen, worden er aan de andere kant groepsdynamische activiteiten gepresenteerd om concepten, ideeën en standpunten te bespreken.

Deze activiteiten hebben zowel een (re)constructieve dimensie als een affectieve dimensie in hoe kinderen pesten begrijpen of representeren.

De activiteiten zijn gericht op kinderen en jongeren.

² Olweus, D. (2005). *Bullying in school: What we know and what we can do*. Oxford: Blackwell Publishing, p.59.
Gomes de Arede, J.A.. (2016). *Bullying em contexto escolar: estudo de caso*. UA Aveiro
<https://ria.ua.pt/bitstream/10773/18410/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o.pdf>

5 - De rol van de gemeenschap en gedragsverandering

Mentale representatie en affectieve componenten zijn twee van de drie elementen van houding, en gedrag is het derde element. De aanpak omvat dus het veranderen van gedrag, het veranderen van ideeën en gevoelens. Deze zijn gemakkelijker te veranderen als de gemeenschap de ernst van pesten inziet en het voorstelt als negatief gedrag.

Het is dus belangrijk om activiteiten te ontwikkelen waarbij belanghebbende betrokken zijn, in het geval van de school zijn dat vooral mensen uit de directe omgeving (leerkrachten, schoolpersoneel, ouders, voogden), maar ook mensen die verder van de directe ervaring afstaan maar wel een betekenis hebben in de vorming van ideeën en gedragsuitingen (politieagenten, politieke agenten, artsen, psychologen en anderen).

6 - De rol van de schoolgemeenschap

De **leerkracht** heeft een belangrijke rol in het voorkomen en signaleren van pestgedrag en in het ontwikkelen van sociale en emotionele vaardigheden in de klascontext.

Te ontwikkelen thema's: training over pesten en cyberpesten en meer aandacht/betrokkenheid bij de klas.

Het ontwerpen van een programma voor het bevorderen van deze vaardigheden:

- Beoordeel aan de hand van een vragenlijst wat de klas denkt en weet over pesten;
- Presentatie van de resultaten, discussie en kadering van het project;
- Ijsbreker activiteit;
- Zelfkennis en interpersoonlijke relaties;
- Informatief deel over pesten / discussie;
- Communicatie;
- Beheersing van emoties;
- Vaardigheden op het gebied van relaties en interactie met leeftijdsgenoten.

Lotgenootschap programma's zijn gebaseerd op de veronderstelling dat een groep studenten steun biedt aan hun medestudenten en daarvan leert. Het zijn verantwoordelijke studenten, die de studentenpopulatie vertegenwoordigen, die een verschil willen maken.

Onderwerpen die ontwikkeld moeten worden: informatie over pesten en cyberpesten, communicatie en actief luisteren, inzicht in de problemen die onder leeftijdsgenoten bestaan met betrekking tot pesten.

Ouders en voogden spelen een belangrijke rol bij het vormen van het gedrag van hun kinderen en bij het ondersteunen van kinderen en jongeren die slachtoffer of agressor zijn. De training voor ouders en opvoeders is bedoeld om informatie en suggesties te geven over pesten en cyberpesten, en voorstellen te doen voor activiteiten die ouders met hun kinderen kunnen doen om hun sociale en emotionele vaardigheden te ontwikkelen.

Te ontwikkelen onderwerpen: Informatie over pesten en cyberpesten, waarschuwingssignalen (merken dat je kind mogelijk slachtoffer is van pesten of bezig is met pestgedrag) en strategieën om hem/haar te helpen veilig op internet te surfen.

Het **schoolpersoneel**, dat actief deelneemt aan toezicht- en ondersteuningsactiviteiten buiten schooltijd, is een waarnemer van het gedrag van leerlingen en is vaak degene die luistert en helpt bij conflictbeheersing met leeftijdsgenoten.

Het schoolpersoneel werkt mee aan activiteiten die gericht zijn op de veiligheid van kinderen en jongeren op school en draagt bij aan een goede schoolomgeving.

Te ontwikkelen onderwerpen: waarschuwingssignalen (opmerken dat de leerling mogelijk slachtoffer is van pesten of bezig is met pestgedrag), communicatie en actief luisteren, en strategieën om conflicten op te lossen.

Om antipestpraktijken te selecteren en te implementeren, stellen we voor dat elk land/instelling begint met het identificeren van de "eerstelijns persoon", dat wil zeggen de persoon die nauw samenwerkt met de jongeren en die een belangrijke referentie kan zijn om te informeren en bewust te maken over pesten en verantwoordelijk gebruik van internet.

Vervolgens is het belangrijk zijn om professionals of instellingen in de gemeenschap te identificeren die betrokken kunnen worden om de impact van de activiteiten te vergroten, zoals politie, leraren en psychologen.

De volgende stap die we voorstellen is om te kiezen tussen de activiteiten die in dit compendium worden genoemd, op basis van de kenmerken van de groep (leeftijd van de jongeren, grootte van de groep, etc.), specifieke doelen en de context waarin ze plaatsvinden.

Uitgebreide beschrijving van de aanpak in alle landen

1 - Inleiding

Pesten, cyberpesten en andere vormen van geweld zijn verschijnselen die zorgwekkend vaak voorkomen in het leven van kinderen en jongeren en die verwoestend kunnen zijn voor de slachtoffers en een negatieve invloed kunnen hebben op verschillende niveaus van het individuele en sociale leven. De complexiteit van het probleem van pesten en cyberpesten heeft ertoe geleid dat de Europese Unie en het overheidsbeleid van de verschillende landen wetgevende initiatieven en algemene programma's hebben ontwikkeld die gericht zijn op bewustwording, training, preventie en interventie, en die een wereldwijde aanpak van het probleem mogelijk maken en bevorderen.

Experts raden interventie op gemeenschapsniveau aan en de betrokkenheid van de verschillende sectoren van de samenleving, evenals de betrekking van de individuen voor wie de programma's bedoeld zijn.

2 - Transversale benaderingen in alle landen

Het voorkomen en bestrijden van geweld in de schoolcontext, in het bijzonder pesten en cyberpesten, lijkt essentieel te zijn voor het behalen van de Duurzame Ontwikkelingsdoelen 2016-2030, die gericht zijn op het waarborgen van kwalitatief goed, inclusief en rechtvaardig onderwijs en het bevorderen van mogelijkheden voor een leven lang leren voor iedereen, waarbij vreedzame en inclusieve samenlevingen worden ontwikkeld.

Uit een UNICEF-onderzoek in 30 landen blijkt dat één op de drie jongeren zegt slachtoffer te zijn geweest van cyberpesten; één op de vijf zegt van school te zijn gegaan vanwege cyberpesten en geweld - <https://youtu.be/HBuqPf68VMw> en <https://cybervengers.club/pt-pt/>.

Het onderzoek van UNESCO "Behind the numbers: ending school violence and bullying" - <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000366483> - dat in 2019 is uitgevoerd en waarbij 144 landen betrokken waren, benadrukt dat 1 op de 3 kinderen in de afgelopen maand is gepest, wat wijst op de noodzaak:

- a) om uitvoerbaar beleid te ontwikkelen om geweld en pesten op school te voorkomen en aan te pakken;
- b) leerkrachten op te leiden en te ondersteunen bij het voorkomen van geweld en pesten op school;
- c) een aanpak te bevorderen die de hele gemeenschap omvat, met inbegrip van studenten, docenten, technici, ondersteunend personeel, ouders/voogden en lokale autoriteiten;

d) informatie en ondersteuning bieden aan kinderen, jongeren en hun families.

In 2020 organiseerden UNESCO en het Franse ministerie van Onderwijs, Jeugd en Sport een internationale conferentie over pesten - <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374794>. Het wetenschappelijk comité stelde voor om pesten effectief aan te pakken met een allesomvattende onderwijsaanpak, waarbij de band tussen de school en de gemeenschap als geheel wordt erkend, met inbegrip van het onderwijssysteem, het sociale systeem en het technologische systeem. De algemene aanpak ter voorkoming en bestrijding van pesten bestaat uit 9 onderdelen: een vastberaden en duidelijk beleid; leerkrachten in staat stellen pesten aan te pakken; studie- en leerplannen die een zorgomgeving bevorderen; een veilige omgeving; meldings- en ondersteuningsmechanismen voor slachtoffers; participatie van alle actoren in de schoolgemeenschap; empowerment en participatie van leerlingen; samenwerking tussen de onderwijssector en andere sectoren van de samenleving; toezicht op en evaluatie van maatregelen.

Twee leidende principes zijn opmerkelijk:

- Vermijd geïsoleerde maatregelen, want die zijn niet effectief;
- kinderen en jongeren moeten worden betrokken bij het ontwerp, de implementatie en de evaluatie van de onderdelen.

RAAD EUROPA. PARLEMENT EN EUROPESE COMMISSIE

De Raad van Europa heeft een strategie ontwikkeld met betrekking tot de rechten van het kind³, waarin het "een leven zonder geweld voor alle kinderen" als prioriteitsgebied heeft aangemerkt. Zodoende heeft de raad het probleem van geweld op scholen aangepakt, namelijk binnen het kader van het Handvest van de Raad van Europa over Onderwijs voor Burgerschap en Onderwijs voor Mensenrechten. Door een transversale aanpak te volgen, steunde de Raad van Europa de "versterking van de rol van het onderwijs bij het voorkomen van specifieke vormen van geweld, zoals pesten op school, homohaat, cyberpesten en aan radicalisering gerelateerd geweld"⁴.

Deze strategie is ontwikkeld op basis van de huidige strategie van de Raad van Europa voor de rechten van het kind 2022-2027.⁵

Het oordeel van het Europees Parlement van 12 april 2016 over leren over de EU op school verzoekt dat " de Commissie de uitwisseling van goede praktijken tussen de lidstaten (...) met betrekking tot (...)

³<https://www.cnpdpj.gov.pt/documents/10182/14731/Estrat%C3%A9gia+do+Conselho+da+Europa+sobre+os+Direitos+da+Crian%C3%A7a/5f2d0055-ee83-46fe-976f-fe40e76df7ba>

⁴ Estratégia do Conselho da Europa sobre os Direitos da Criança (2016-2021), blz. 19 In <https://www.cnpdpj.gov.pt/documents/10182/14731/Estrat%C3%A9gia+do+Conselho+da+Europa+sobre+os+Direitos+da+Crian%C3%A7a/5f2d0055-ee83-46fe-976f-fe40e76df7ba>

⁵ [Pesten - Kinderrechten \(coe.int\)](https://www.coe.int/t/t09/Defining+and+measuring+the+right+to+a+good+education/Defining+and+measuring+the+right+to+a+good+education+in+practice+and+policy+implications+for+the+EU+Member+States+and+the+UK.pdf)

de bestrijding van discriminatie en vooroordelen in onderwijsinstellingen te vergemakkelijken, met inbegrip van de evaluatie van lesmateriaal en beleidsmaatregelen ter bestrijding van pesten en discriminatie;"

De door de Raad voorgestelde aanbeveling 2022/2026 stelt dat het welzijn van leerlingen op school "afneemt en dat intimidatie/pesten op school wijdverbreid is en toeneemt. Uit onderzoek blijkt dat pesten op school desastreuze gevolgen heeft voor het welzijn en de schoolprestaties van leerlingen en het risico op voortijdig schoolverlaten vergroot. (...) Daarom wordt de lidstaten verzocht om "de activiteiten van de deskundigengroep voor de ondersteuning van leeromgevingen voor groepen die het risico lopen op schooluitval en voor de ondersteuning van het welzijn op school op te zetten en te bevorderen, die verder zal werken aan de identificatie van goede praktijken (...) en de preventie van intimidatie en geweld op school (...)". In één van de leidende beginselen van het actieplan voor digitaal onderwijs 2021-2027 benadrukt de Europese Commissie dat "kwalitatief hoogwaardig en inclusief digitaal onderwijs dat de bescherming van persoonsgegevens en de ethiek respecteert, een strategische doelstelling moet zijn van alle organen en agentschappen die actief zijn op het gebied van onderwijs en opleiding [...]". De noodzaak om rekening te houden met het welzijn van leerlingen, leraren en niet-leraren, evenals ouders, wordt ook erkend, en hiervoor is het essentieel om, onder anderen, mediageletterdheid, kritisch denken, de strijd tegen desinformatie en haat zaaien, respect voor intellectuele eigendomsrechten, te bevorderen.

3 - Methoden en instrumenten

De aanpak van het fenomeen pesten, waarnaar met succes wordt verwezen, verloopt via 3 dimensies: kennis (bewustwording, informatie en training), preventie en ondersteuning en aanpak.

Op kennisniveau (A) zijn er tal van activiteiten op het gebied van bewustwording, voorlichting en training over het fenomeen pesten en cyberpesten, zowel wat betreft gedrag als effecten. Op preventieniveau (B) zijn er verschillende typologieën, waarbij de betrokkenheid van de gemeenschap het vermelden waard is. Op het niveau van ondersteuning en aanpak (C) worden teams gevormd die het fenomeen op een geïntegreerde manier aanpakken en ook ondersteunings- en aanklachtmechanismen ontwikkelen.

(A) Kennisactiviteiten:

(A1) Lezingen en webinars

- i) Lezingen en informatieve webinars;
- ii) Ervaringen delen.

(A2) Trainingen voor professionals, voogden en collega's.

(A3) Groepsdynamica; identificatie van gedragingen; verkenning van motieven; exploitatie van gevolgen:

- i) Spel maken;
- ii) Het maken van informatiefolders;
- iii) Creëren van ruimtes voor reflectie;
- iv) Video's maken.

(B) Preventie - De gemeenschap erbij betrekken

- i) Wedstrijden met homogene of heterogene groepen;
- ii) Gezamenlijke bouw aan informatieborden voor het delen van emoties en gedachten;
- iii) Gezamenlijke bouw aan kunstzinnige objecten;
- iv) Lezingen voor het grote publiek;
- v) Activering van spellen en ontmoetingsruimtes.

(C) Ondersteuning en aanpak - Het trainen van teams met deze verantwoordelijkheden:

- i) Het verzamelen van informatie over geïdentificeerde gevallen van pesten;
- ii) Analyse van contexten, omgevingen en situaties van pesten;
- iii) Oplossingen promoten.

Op landniveau

(A) KENNIS / B) PREVENTIE

PORTUGAL - Kennis/Preventie

In Portugal wordt bij de aanpak van het fenomeen pesten momenteel prioriteit gegeven aan het schooluniversum. In 2021 is de Monitoringcommissie voor de bestrijding van pesten en cyberpesten op school opgericht, die de taak heeft om ervoor te zorgen dat de school een inclusieve, veilige en gezonde omgeving is. De commissie heeft de volgende functies: het ontwerpen van bewustmakingsstrategieën, het voorkomen en bestrijden van pesten en cyberpesten; bevorderen en bewaken van de opleiding van onderwijzend en niet-onderwijzend personeel op het gebied van de ontwikkeling van sociale en emotionele vaardigheden; bevorderen en bewaken van het Plan ter voorkoming en bestrijding van pesten en cyberpesten; bewaken van het bestaan van situaties van geweld in een schoolcontext.

NEDERLAND - Kennis/Preventie

In Nederland moeten scholen zorgen voor een veilige sociale omgeving en pesten tegengaan (bron: <https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/veilig-leren-en-werken-in-het-onderwijs/vraag-en-antwoord/aanpak-pesten-school>). Hoe ze dit doen, mogen scholen zelf bepalen. Echter, ze moeten zich wel houden aan de Wet Veiligheid op School. Basisscholen en middelbare scholen zijn verplicht om een veiligheidsplan op te stellen. Een pestprotocol kan deel uitmaken van dit plan, maar is niet verplicht. De school moet vermelden: (1) hoe de school pestgedrag signaleert; (2) welke afspraken er zijn om pesten te voorkomen en aan te pakken; (3) wie de vertrouwenspersoon is; (4) wie de contactpersoon voor pesten is; (5) hoe de klachtenprocedure werkt; (6) waar de onafhankelijke klachtencommissie te vinden is. Ouders kunnen deze informatie vinden in de schoolgids en/of op de website van de school. Natuurlijk kunnen ouders dit ook opvragen bij de schooldirectie.

POLEN - Kennis/Preventie

Er bestaat geen definitie van cyberpesten in de Poolse wet. De bepalingen van het strafrecht en het Burgerlijk Wetboek worden toegepast. Sommige daden van online agressie zijn in strijd met de huidige wetgeving (worden beschouwd als een misdaad of misdrijf) en kunnen worden aangegeven bij de politie, het parket of de rechtbank. Hierbij denken we aan: laster of belediging, imagoschending, stalking, nabootsing van identiteit, nabootsing van identiteit, bedreigingen, inbraak. Voor deze

misdaden/misdrijven volgt de vervolging van de dader van cyberpesten nadat het slachtoffer een verzoekschrift heeft ingediend.

Land	KENNIS/PREVENTIE
Portugal	<p>Nationaal Observatorium voor Pesten, sinds 2020</p> <p>https://www.associacaoplanoi.org/observatorio-nacional-do-bullying/</p> <p>https://www.sembullyingsemviolencia.edu.gov.pt/</p> <p>Informatie en bewustwording op schoolniveau op het gebied van burgerschap en ontwikkeling en informatie- en communicatietechnologieën.</p> <p>Programma Veilige School - https://www.psp.pt/Pages/atividades/programa-escola-segura.aspx</p> <p>Acties gericht op kinderen en jongeren tussen 6 en 18 jaar oud:</p> <p>de actie "Pesten is voor zwakkeren" - https://www.facebook.com/PSPPortugal/videos/bullying-%C3%A9-para-os-fracos/388418665751137/;</p> <p>"Internetgevaaren - https://www.psp.pt/Pages/atividades/ComunicarSeguranca.aspx - voor jongeren van 12/13 jaar;</p> <p>'Dating violence' - https://www.psp.pt/Pages/atividades/programa-violencia-domestica.aspx - voor jongeren van 14/15 jaar.</p> <p>Campagne "School zonder pesten / School zonder geweld" - https://www.sembullyingsemviolencia.edu.gov.pt/</p> <p>Programma voor gezondheidsvoorlichting (PES) - "Geestelijke gezondheid en geweldspreventie" - https://www.dge.mec.pt/saude-mental-e-prevencao-da-violencia</p> <p>https://www.seguranet.pt</p> <p>https://www.seguranet.pt/pt/lideres-digitais-seguranet/</p> <p>Cybersecurity in schools - https://www.internetsegura.pt/noticias/ciberseguranca-nas-escolas presenteert specifieke activiteiten met https://www.seguranet.pt/mes-ciberseguranca-2022/, en diverse en gevarieerde bronnen - Recursos de Apoio Cibersegurança nas Escolas (seguranet.pt).</p> <p>(11-14 jaar) - UNICEF-programma, met bronnen die online beschikbaar zijn - https://escolas.unicef.pt/,</p> <p>Amnesty Nederland - https://www.amnistia.pt/projeto-stop-bullying</p> <p>Het Cuida-te+ programma is gericht op het bevorderen van de gezondheid en een gezonde levensstijl van jongeren - https://ipdj.gov.pt/o-programa/</p> <p>https://cybervengers.club/pt-pt/</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=ZxEeKWfKpVl&t=1s/ - Pintarolas.</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=2uP2znfCIVl&t=5s/ - H&S.</p>

	<p>Op sportief niveau is er het programma Violência Zero (violenciazero.gov.pt). Bandeira da Ética - IPDJ http://www.desportosembullying.pt/</p>
<p>Bulgarije</p>	<p>Bulgaars Centrum voor Veilig Internet: https://www.safenet.bg/: biedt bronnen aan voor leraren, ouders en leerlingen om hen te helpen risico's op het internet te vermijden.</p> <p>https://teacher.bg/: biedt hulpmiddelen en cursussen voor leerkrachten, waarvan sommige gericht zijn op het voorkomen van online geweld en pesten</p> <p>http://www.daskalo.com/effectivecommunication/files/2018/05/%D0%B0%D0%B3%D1%80%D0%B5%D1%81%D0%B8%D1%8F%D1%82%D0%B0-ilovepdf-compressed.pdf Biedt informatie die gericht is op bewustwording van cyberpesten en preventie van cyberpesten</p> <p>https://nmd.bg/: Het National Network for Children is een vereniging van maatschappelijke organisaties en supporters die werken met en voor kinderen en families in het hele land.</p> <p>https://childhub.org/bg/: Het Kinderbeschermingsportaal is opgezet door een groep individuen en organisaties uit 10 landen in Zuidoost-Europa en de hele Europese regio. Het streeft naar een veiligere, ondersteunende en inclusieve omgeving voor alle kinderen.</p> <p>https://safer.bg/: educatief programma speciaal ontwikkeld voor kinderen, maar ook voor hun ouders en betrokken volwassenen.</p> <p>https://detetovinternet.bg/: De sociale campagne "Keep Your Child Safe on the Internet" werd eind 2021 gelanceerd om kinderen bescherming te bieden en hun vaardigheden voor veilig internetgebruik op te bouwen. Het platform biedt een aantal educatieve middelen voor leerkrachten en ouders.</p>
<p>Polen</p>	<p>NASK is een staatsonderzoeksinstituut dat onder toezicht staat van de kanselarij van de premier.</p> <p>Dyżurnet.pl is een team van experts van het Research and Academic Computer Network dat fungeert als contactpunt voor het melden van illegale inhoud op internet, vooral met betrekking tot seksueel misbruik van kinderen.</p> <p>Op grond van de Wet Nationaal Cyber Security Systeem is NASK-PIB aangewezen als één van de Computer Emergency Response Teams, het zogenaamde CSIRT.</p> <p>Hulplijn. De telefoon is gratis en geopend van maandag tot en met vrijdag van 20.15 tot 20.00 uur (gratis bellen). Als u daar 's nachts belt en informatie over uzelf en uw nummer achterlaat, bellen de adviseurs u terug.</p> <p>800 12 12 12 (telefoonnummer)</p> <p>De kindhulplijn wordt het vaakst gecontacteerd over geweld, emotionele problemen, problemen met leeftijdsgenoten, school en gezin, en problemen die voortvloeien uit de adolescentie. Het Child Helpline-team geeft ook voorlichting over kinderrechten door middel van bijeenkomsten en educatieve activiteiten.</p> <p>Hulplijn voor kinderen en jongeren: Tel 116 111 Een gratis en anonieme telefoonlijn voor kinderen en jongeren sinds 2008 door de stichting Dajemy Dzieciom się (Stichting Giving Kids</p>

	<p>Strenght). Alle kinderen die crises meemaken (verschillende, waaronder cyberpesten) krijgen hulp.</p> <p>Telefoon voor ouders en leerkrachten over de veiligheid van kinderen</p> <p>Dit is een gratis en anonieme telefonische en online hulplijn voor ouders en leerkrachten die ondersteuning en informatie nodig hebben over hoe ze kinderen kunnen voorkomen en helpen die problemen en moeilijkheden ervaren die voortkomen uit problemen en risicovol gedrag, zoals: agressie en geweld op school, cyberpesten en de gevaren van nieuwe technologieën, seksueel misbruik, contact met psychoactieve stoffen, verslavingen, depressie, zelfmoordgedachten, eetstoornissen</p>
<p>Nederland</p>	<p>Pestweb biedt informatie over pesten voor kinderen en jongeren van 8 tot 18 jaar: https://www.pestweb.nl/</p> <p>De Stichting 'Stop Pesten Nu' zet zich in voor bewustwording en preventie van pesten en online pesten. Ze richten zich op een breed publiek, waaronder leerlingen, ouders, scholen, sportverenigingen, werknemers, werkgevers en woonzorgcentra. Stichting Stop Pesten Nu heeft één dringende boodschap: Pesten moet stoppen, niet morgen, maar NU! https://www.stoppestennu.nl/</p> <p>https://www.mediawijsheid.nl/onlinepesten/: Deze website is een initiatief van het Netwerk Mediawijsheid en is bedoeld voor een breed publiek van jongeren, volwassenen, senioren, voogden, zorg- en welzijnsondersteuners, docenten en mensen werkzaam bij (semi-)overheid, pers en bedrijfsleven. Het doel van de website is om (1) het Nederlandse publiek te voorzien van informatie over mediawijsheid; (2) de weg te wijzen naar organisaties, bedrijven en instellingen voor meer informatie; (3) een overzicht te geven van relevant nieuws en ontwikkelingen. Kinderen vanaf 10 jaar kunnen terecht op https://www.HoeZoMediawijs.nl, de jongerenwebsite voor leuk, veilig en slim gebruik van (sociale) media.</p> <p>https://www.vraaghetdepolitie.nl/pesten-en-online/online-pesten: Website van de Nederlandse politie met een uitgebreide Q&A over (cyber)pesten, gericht op kinderen en jongeren.</p> <p>https://www.allesoverpesten.be/: Website met informatie over pesten. Het biedt informatie voor kinderen/jongeren, leerkrachten, begeleiders, ouders en iedereen die met kinderen en jongeren omgaat.</p> <p>https://saferinternetcentre.nl/ : Het Safer Internet Centre Nederland probeert in samenwerking met de Nederlandse overheid, bedrijven en maatschappelijke instellingen materialen en activiteiten te ontwikkelen die jongeren en hun sociale omgeving, waaronder ouders, docenten en hulpverleners, handvatten te geven om zich te ontwikkelen tot digitaal vaardige burgers.</p>
<p>Roemenië</p>	<p>Ministerie van Onderwijs - Regels voor de toepassing van de wetgeving tegen psychisch geweld - pesten - https://www.edu.ro/normele-metodologice-de-aplicare-legii-%C3%AEmpotriva-violen%C8%9Bei-psihologice-bullying-au-fost-publicate-%C3%AE</p> <p>Save the Children Roemenië en NEPI Rockcastle voerden het project "Verantwoordelijke ouder in het digitale tijdperk" uit - 2021, 10 conferenties voor ouders, leerkrachten en kinderen in de vorm van 5 webinars en 5 workshops - https://www.salvaticopiii.ro/sci-</p>

[ro/media/Documente/Comunicat-de-presa_Parinte-responsabil-in-era-digitala_SALVATI-COPIII_NEPI_6-APRILIE-2021.pdf](https://www.ro/media/Documente/Comunicat-de-presa_Parinte-responsabil-in-era-digitala_SALVATI-COPIII_NEPI_6-APRILIE-2021.pdf)

Oprichting van antipest-actiegroepen in 130 partnerscholen - België

<http://www.scolifarabullying.ro/>

"Scholen met NUL tolerantie voor geweld" - Conferentie 25 augustus, Boekarest

<https://www.youtube.com/watch?v=2byjrf82to0>

EDUPEDU.RO - Campagne ter voorkoming van cyberpesten

<https://www.edupedu.ro/sfaturi-impotriva-agresiunilor-din-mediul-online-pentru-copii-si-tineri-de-la-centrul-de-asistenta-educationala-iasi/>

De Smart Parents Association en de Vodafone Romania Foundation lanceren "Onderwijs zonder pesten", de enige app die helpt bij het voorkomen en bestrijden van pesten in Roemenië

<https://asociatiaparintiloristeti.ro/proiecte/s-a-lansat-educatie-fara-bullying-aplicatia-gratuita-de-prevenire-si-combatere-a-bullying-ul-in-randul-copiilor-din-romania/>

Over "cyberpesten" en de rechten van kinderen in de online omgeving

<https://next.juridice.ro/1250/despre-cyberbullying-si-drepturile-copiilor-in-mediul-online/>

Redactionele bijdragen, artikelen waarin specialisten informatie geven over het fenomeen cyberpesten - <https://www.juridice.ro/550662/cyberbullyingul-provocari-legislative-tu-stiice-mai-face-copilul-tau.html>

Interactief platform voor de veiligheid van kinderen, waar je informatie, ideeën en tips voor ouders, suggesties voor het omgaan met cyberpesten, een lijst met websites voor kinderen - kunt vinden. <https://kids.kaspersky.com/cyberbullying-facts/>

ORANGE- Campagne ter voorkoming van cyberpesten:

<https://responsabilitate-sociala.orange.ro/revista-de-responsabilitate/cyberbullying/>

Campagne tegen cyberpesten radiopodcasts

<http://www.itsybitsy.ro/tag/cyberbullying/?ref=responsabilitate-sociala.orange.ro>

Cyberpesten - de veiligheid van kinderen op internet

<https://mihaelaolarublog.ro/cyberbullying-siguranta-copiilor-pe-internet/>

https://www.youtube.com/watch?v=D8n4hmNb2ko&ab_channel=a7tv

UNICEF - <https://www.unicef.org>

Informatie over cyberpesten en interventieoplossingen

<https://www.unicef.org/romania/ro/povești/cyberbullying-ce-este-si-cum-fi-punem-capăt>

Preventieprogramma's, informatieve artikelen, antwoorden op vragen over pesten en cyberpesten

Het Kinderpedia platform - <https://www.kinderpedia.co/ro/bullying-cyberbullying.html>

	<p>Save the Children Roemenië - https://www.salvaticopiii.ro</p> <p>Het platform https://www.salvaticopiii.ro/ce-facem/protectie/protectie-impotriva-violentei/prevenirea-violentei-in-scoala/prevenirea-bullying-ului-in-scoli-si-gradinite</p> <p>Onderzoek studies, campagnes ontwikkeld in samenwerking met verschillende bedrijven (Kaufland Roemenië), actiegroepen, preventieactiviteiten / onderwijs / gezondheid / kinderrechten - https://www.salvaticopiii.ro/ce-facem/protectie/protectie-impotriva-violentei/prevenirea-violentei-in-scoala -</p> <p>Oprichting van actiegroepen tegen pesten in 130 partnerscholen - http://www.scolifabullying.ro/</p> <p>Ministerie van Onderwijs - 2020 - Normen voor rechtshandhaving tegen psychisch geweld - https://www.edu.ro/norme-metodologice-de-aplicare-legii-%C3%AEmpotriviolen%C8%9Bei-psiologice-bullying-au-fost-publicate-%C3%AEn</p> <p>Onderwijswet, art 5- https://lege5.ro/gratuit/gm3timzrgi4q/art-5-prevenirea-bullyingului-si-a-cyberbullyingului-in-unitatile-de-invatare-preuniversitar-norma-metodologica?dp=gmytonbygiztgy</p> <p>OMEC Besluit nr. 4343 / 2020 - https://www.edu.ro/sites/default/files/fisiere/Legislatie/2020/OMEC_4343_2020_norme%20antibullying.pdf</p> <p>Roemeense politie Campagne ter voorkoming van cyberpesten - https://www.juridice.ro/695878/politia-romana-a-demarat-campania-pentru-prevenirea-cyberbullyingului.html</p>
--	---

C) Steun en aanpak

In de afgelopen jaren zijn er hulpmiddelen ontwikkeld om pesten en cyberpesten tegen te gaan: training van de meest direct betrokkenen (ouders, leerkrachten en andere opvoedkundigen), het aanbieden van hulpmiddelen om slachtoffers te ondersteunen (het creëren van communicatiekanalen en aanklachten) en bredere bestrijdingsmechanismen met de betrokkenheid van gemeenschappen, zoals campagnes van verschillende formaten en met behulp van verschillende middelen. In de volgende tabel staan enkele van deze middelen en kanalen voor ondersteuning en aanpak.

Land	Training	Ondersteuning/Aanpak
Portugal	"Pesten en cyberpesten: Preventing & Acting" - https://www.nau.edu.pt/pt/curso/bullying-e-ciberbullying-prevenir-agir/ - Training gericht op het opleiden van	APAV Safe Internet Line - Ondersteuningslijn +351 800 219 090 https://www.internetsegura.pt/lis/sobre-a-lis

	<p>professionals die functies vervullen in onderwijscontexten.</p> <p>Cursussen en trainingen gepromoot door de Portugese Vereniging voor slachtofferhulp.</p> <p>https://formacaoapav.pt/en gericht op professionals die direct of indirect te maken hebben met slachtoffers van pesten.</p> <p>De Digitale Academie voor Ouders - https://www.e-redes.pt/pt-pt/sustentabilidade/nos-e-as-comunidades/investimento-social/academia-digital-para-pais - is een initiatief van E-REDES in samenwerking met het Directoraat-generaal Onderwijs (DGE), dat is gebaseerd op de overtuiging dat digitale geletterdheid een voorwaarde is voor sociale inclusie.</p> <p>Curso Pesten en geweld op school - Cognos . - bevordert trainingen voor opvoeders.</p> <p>Op sociaal gebied zijn er programma's zoals "Buurten ZONDER Pesten" - https://www.associacao plano i.org/bairros-sem-bullying/ - dat veilige contexten en geestelijke gezondheid bevordert, door pesten en interpersoonlijk geweld te voorkomen, via een geïntegreerde actie van de gemeenschap.</p>	<p>SOS Criança - 116 111 - van het Instituut voor Kinderhulp - https://iacrianca.pt/intervencao/sos-crianca .</p> <p>Cybercrime Office - https://cibercrime.ministeriopublico.pt/</p> <p>Klachtenlijn Kind in gevaar https://www.cnpdpj.gov.pt/comunicar-situacao-de-perigo (+351 96 123 11 11);</p> <p>Nationaal Observatorium Pesten: https://www.associacao plano i.org/observatorio-nacional-do-bullying/</p> <p>School Zonder Pesten-zegel - https://www.sembullyingsemviolencia.edu.gov.pt/?page_id=24890 .</p> <p>Gezonde school zegel (PES) - https://escolasaudavelmente.pt/escola-saudavelmente/selo-saude-psicologica-escolar/regulamento-de-candidatura .</p> <p>Beschermingszegel - rechten van het kind - https://www.cnpdpj.gov.pt/selo-protetor .</p> <p>Uitdagingen voor Seguranet - https://www.seguranet.pt/desafios</p>
<p>Bulgarije</p>	<p>http://openedubg.com/images/sample_data/BG/project/lesons/25.pdf: training over het onderwerp "Cyberpesten confronteren - aan welke factoren herken ik cyberpesten en online geweld en wat kan ik doen om ze te verminderen?".</p> <p>http://openedubg.com/images/sample_data/BG/project/lesons/34.pdf: training over het onderwerp "Cyberpesten confronteren - welke factoren versterken cyberpesten en</p>	<p>Nationale hulplijn: https://endviolence.nmd.bg/ De hulplijn is bedoeld om kinderen, ouders en professionals te ondersteunen bij problemen die te maken hebben met de online veiligheid van kinderen. De adviseurs van de hulplijn werken aan het voorkomen van online misbruik en grijpen in bij misbruiksituaties zoals online pesten, kinderlokkerij (een kind klaarstomen voor seksueel misbruik), sexting (flirten via foto's online), misbruik van persoonlijke gegevens, profielen en identiteiten online, enz. Counseling is anoniem beschikbaar door te bellen naar 124 123 landelijk en via de website van het centrum www.safenet.bg .</p>

	<p>online geweld en wat kunnen we doen om dit te verminderen?".</p> <p>https://eurocirilic.com/bg/courses/%D0%B1%D0%BE%D1%80%D0%B1%D0%B0-%D1%81-%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%BE%D0%B7%D0%B0-%D0%B8-%D0%BA%D0%B8%D0%B1%D0%B5%D1%80%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%BC%D0%BE%D0%B7%D0%B0-%D0%BF%D1%8A%D1%82%D1%8F%D1%82-%D0%BA/ : training over het onderwerp "Pesten en cyberpesten aanpakken: de weg naar een betere co-existentie binnen en buiten de klas".</p> <p>https://cyber360.bg/courses/kibersigurnost-za-roditeli-chast-1/: training om ouders te helpen cyberbeveiligingsconcepten beter te begrijpen en hoe ze hun kinderen kunnen beschermen tegen de bedreigingen die online op de loer liggen.</p> <p>https://www.institute-hr.com/%d0%ba%d0%b8%d0%b1%d0%b5%d1%80%d1%82%d0%be%d1%80%d0%bc%d0%be%d0%b7-%d1%81%d1%80%d0%b5%d0%b4-%d0%bf%d0%be%d0%b4%d1%80%d0%b0%d1%81%d1%82%d0%b2%d0%b0%d1%89%d0%b8%d1%82%d0%b5/ : Cyberpesten onder adolescenten - een programma om opvoeders op te leiden over cyberrisico's en het beheer ervan in verschillende leeftijdsgroepen</p>	<p>https://www.cybercrime.bg/index.html : bedoeld om aangifte te doen bij het Cybercrime Directorate van het General Directorate for Combating Cybercrime van het Ministry of Interior als je slachtoffer of getuige bent van een cybermisdrijf.</p> <p>https://116111.bg/ : De Nationale Kindertelefoon 116 111 wordt beheerd en bestuurd door het Staatsbureau voor kinderbescherming. Het agentschap is het enige gespecialiseerde orgaan van de ministerraad voor begeleiding, coördinatie en controle van de uitvoering van het overheidsbeleid voor kinderbescherming in de Republiek Bulgarije. Vanaf het begin is de hulplijn ontworpen om alle kinderen en hun families te ondersteunen. De medewerkers die de oproepen beantwoorden zijn getrainde psychologen die klaar staan om te luisteren, te ondersteunen, te adviseren en te begeleiden bij al hun zorgen, 24 uur per dag, 7 dagen per week, anoniem en gratis.</p> <p>http://web112.net/ : Hotline veilig internet</p>
<p>Polen</p>	<p>https://cyberprofilaktyka.pl/baza-wiedzy/publikacje.html</p> <p>NASK's Cyberprophylaxis houdt zich bezig met educatieve activiteiten over het veilige gebruik van nieuwe technologieën, waardoor het bewustzijn over cyberpesten wordt vergroot. De overkoepelende missie is om van internet een vriendelijke</p>	<p>Informatie Centrum</p> <p>Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę (stichting Giving Kids Strength)</p> <p>Bescherm al 30 jaar kinderen tegen geweld en seksueel misbruik. Biedt kinderen en hun verzorgers ondersteuning, professionele psychologische en juridische bijstand. Leert volwassenen hoe zij verstandig en effectief kunnen reageren op geweld tegen kinderen</p>

	<p>plek voor iedereen te maken. NASK werkt voortdurend samen met experts en de wetenschappelijke gemeenschap bij het voorbereiden van educatieve acties voor jongeren, leraren en opvoeders.</p> <p>De online gemeenschap: https://dbamomozasieg.pl/soc/, een DIGITAAL VERANTWOORDELIJKE SCHOOL is een gemeenschap van studenten, ouders en leraren voor wie de waarde is om de balans vorm te geven tussen het gebruik van nieuwe technologieën en het bewust creëren van echte relaties buiten de Internetruimte. Door voor dit evenwicht te zorgen, beïnvloeden we het psychologische, fysieke en sociale welzijn van de hele schoolgemeenschap positief. Voordelen van deelname aan het landelijke netwerk van Digitally Responsible Schools: 1) Toegang tot het innovatieve Digitally Responsible School-programma en voortdurende ondersteuning 2) Voortdurende ondersteuning bij de implementatie ervan; 3) Deelname aan een onderzoek naar schoolrelaties – dat al in september 2021 van start gaat 4) gratis toegang tot doorlopende schooldiagnostiek en een reeks educatief materiaal over e-verslaving, digitale hygiëne en het belang van persoonlijke relaties 5) de mogelijkheid om deel te nemen aan speciale webinars en thematische conferenties geïmplementeerd voor het netwerk van digitaal verantwoorde scholen 6) Ondersteuning bij het beheer van</p>	<p>en wat zij moeten doen als zij vermoeden dat een kind wordt misbruikt. Ondersteunt en betreft ouders om hun kinderen met liefde en respect op te voeden. Heeft invloed op de Poolse wet hoe de belangen van kinderen moeten worden beschermd.</p> <p>Het Poolse Safer Internet Program Center (PCPSI) (Polskie Centrum Programu Veiliger internet) werd in 2005 opgericht als onderdeel van het Safer Internet-programma van de Europese Commissie en opereert momenteel onder de Connecting Europe Facility. Het bestaat uit het nationale onderzoeksinstituut NASK (PCPSI-coördinator) en de Dajemy Dzieciom Siłę Foundation (Giving Kids Strength Foundation). Het Centrum onderneemt een aantal complexe activiteiten voor de veiligheid van kinderen en jongeren met behulp van internet en nieuwe technologieën.</p>
--	---	---

	<p>digitale media in de schoolgemeenschap;</p> <p>7) Toegang tot een landelijke gemeenschap van digitaal verantwoorde scholen om ervaringen te delen.</p>	
<p>Nederland</p>	<p>https://www.stoppestennu.nl/cursusaa-nbod-workshops-trainingen-voorlichtingen: Stop Pesten Nu biedt een rijk scala aan interactieve werkvormen over pesten, ongepast gedrag (discriminatie, pesten, agressie en seksuele intimidatie) en cyberpesten. Van levendige rollenspellen tot inspirerende video's, van informatieve PowerPointpresentaties tot uitdagende stellingen en quizen, en van praktijkgerichte casestudies tot creatieve opdrachten.</p> <p>https://childfocus.be/nl-be/Vorming/Professionals : Child Focus biedt opleidingen aan voor iedereen wiens professionele activiteiten (in)direct verband houden met de centrale doelgroep van Child Focus: kinderen en jongeren. Child Focus informeert professionals over hoe ze moeten omgaan met problemen die verband houden met haar missies. Ze leren hoe ze het best kunnen reageren, welke reactieve en preventieve stappen ze kunnen nemen in geval van weglopen, seksuele uitbuiting of online problemen (sexting, grooming, enz.). Professionals ontvangen wetenschappelijk onderbouwde informatie en preventietips en -tools die zijn aangepast aan hun beroepssituatie. We kijken naar sociale evoluties en hoe een school/organisatie/begeleider hiermee kan omgaan. De concrete praktijk staat centraal.</p> <p>https://www.socialmediaimpact.nl/trainingen-onderwijs/training-cyberpesten/ : Training voor opvoeders (leraren, schooldecanen,</p>	<p>https://www.mindnederland.nl/ : MiND is een landelijk meldpunt waar je online discriminatie kunt melden. Discriminatie kan in Nederland strafbaar zijn. MiND onderzoekt of een melding een strafbaar feit is op basis van het Wetboek van Strafrecht en relevante jurisprudentie en stuurt verzoeken tot verwijdering naar de specifieke website.</p> <p>https://www.dekinderombudsman.nl/ : De Kinderombudsman controleert of de overheid en andere organisaties zich houden aan de wetten en wetgevingen die bedoeld zijn om kinderen te beschermen. Kinderen tot 18 jaar kunnen contact opnemen.</p> <p>https://www.politie.nl/aangifte-of-melding-doen : Bij de Nederlandse Politie kunnen mensen aangifte doen van (onder andere) (online) intimidatie, geweld, bedreiging en discriminatie.</p> <p>https://www.meldpunt-kinderporno.nl/ : Meldpunt Kinderporno is een website waar mensen (mogelijk) kinderpornomateriaal (foto's of video's) kunnen melden dat beschikbaar is op het openbare internet. Meldpunt Kinderporno controleert of het materiaal legaal is en voegt het zo ja toe aan de database van de politie, Interpol en INHOPE (de internationale organisatie van meldpunten).</p> <p>https://www.kindertelefoon.nl/ : Kinderen (8 en 18 jaar) kunnen contact opnemen met de Kindertelefoon om te praten over alles wat hen bezighoudt met vrijwilligers of met leeftijdsgenoten op het web forum.</p> <p>https://www.ikbegrijpjou.nl/ : Dit is een non-profitorganisatie die is opgezet om mensen te helpen die eenzaam zijn, niet alleen jongeren maar ook ouderen. Het belangrijkste doel is om actieve luisteraars te zijn, of je nu een probleem hebt of gewoon een praatje wilt maken. Ze werken 100% met vrijwilligers.</p>

	<p>schooldirecteuren, etc.) over cyberpesten. De volgende onderwerpen komen aan bod: (1) actualiteit en ontwikkelingen rond cyberpesten; (2) herkennen, voorkomen en aanpakken van online pesten en groepsdruk; (3) in gesprek gaan met leerlingen over online pesten en groepsdruk; (4) hoe de online weerbaarheid van leerlingen te vergroten; (5) online sociale veiligheid op school: ervaringen van andere scholen; (6) tips over lesmateriaal, nuttige hulpsites en (7) wetgeving.</p> <p>https://www.mediawijsheid.nl/lesmateriaal/#themas : Mediawijsheid biedt lespakketten en ideeën over cyberpesten en online omgangsvormen voor opvoeders.</p> <p>https://www.deconfluxers.be/files/downloads/cyberpesten-gids-deel-ii.pdf Stappenplan cyberpesten: Tools voor scholen/leerkrachten</p>	<p>https://www.helpwanted.nl/ : Specifiek ontworpen om jongeren (< 26 jaar) te adviseren over online seksueel misbruik (zoals het delen of afpersen van iemand met naakt foto's en video's).</p> <p>https://www.schoolenveiligheid.nl/ : Stichting School & Veiligheid wil informatie over landelijk beleid vertalen naar praktische hands-on informatie voor het onderwijsveld (voor basisscholen, middelbare scholen en mbo).</p>
<p>Roemenië</p>	<p>Red de kinderen</p> <p>"Net time" programma - www.oradenet.ro/resurse - stelt een reeks thematische evenementen en complexe acties voor informatie over en preventie van cyberpesten voor, biedt ondersteuning aan ouders, leerlingen en leerkrachten voor het uitvoeren van activiteiten, maakt initiatieven en behaalde resultaten populair via intuïtieve, eenvoudig toegankelijke platforms.</p> <p>"Echte leraar in een virtuele school" - cursus ontwikkeld in samenwerking met Huawei Roemenië om kennis te verrijken en de digitale vaardigheden en capaciteiten van leraren te trainen, als facilitators die zich bewust zijn van de invloed van nieuwe technologieën in het leven van kinderen.</p> <p>Het initiatief "Little Digital Explorers" biedt hulpbronnen voor ouders en kinderen, die ook bruikbaar zijn voor leerkrachten die met jongere kinderen werken, met tips en activiteiten voor</p>	<p>De organisatie "Save the Children" organiseert samen met NEPI Rockcastle - een ontwikkelingsgroep voor vastgoed - de reeks evenementen "Verantwoordelijk ouderschap in het digitale tijdperk"-.</p> <p>https://www.oradenet.ro/resurse/organizatia-salvati-copiii-alaturi-de-nepi-rockcastle-lanseaza-seria-de-evenimente-parinte-responsabil-in-era-digitala/</p> <p>Cursus "Echte leraar op een virtuele school" - Nieuwsbrieven https://www.oradenet.ro/resurse/ora-de-net-lanseaza-cursul-de-formare-profesor-real-intr-o-scoala-virtuala/</p> <p>https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/micii-exploratori-digitali-carte-colorat-web.pdf</p> <p>Een concreet voorbeeld: op scholen werden activiteiten uitgevoerd die werden gecoördineerd door het onderwijzend personeel, met de leerlingen en hun ouders, met ondersteunend materiaal dat werd geleverd door het "Online Hour"-programma en werd gecreëerd door het onderwijzend personeel dat de activiteiten ontwikkelde. De gemaakte verslagen en materialen werden geüpload naar het TEAMS-</p>

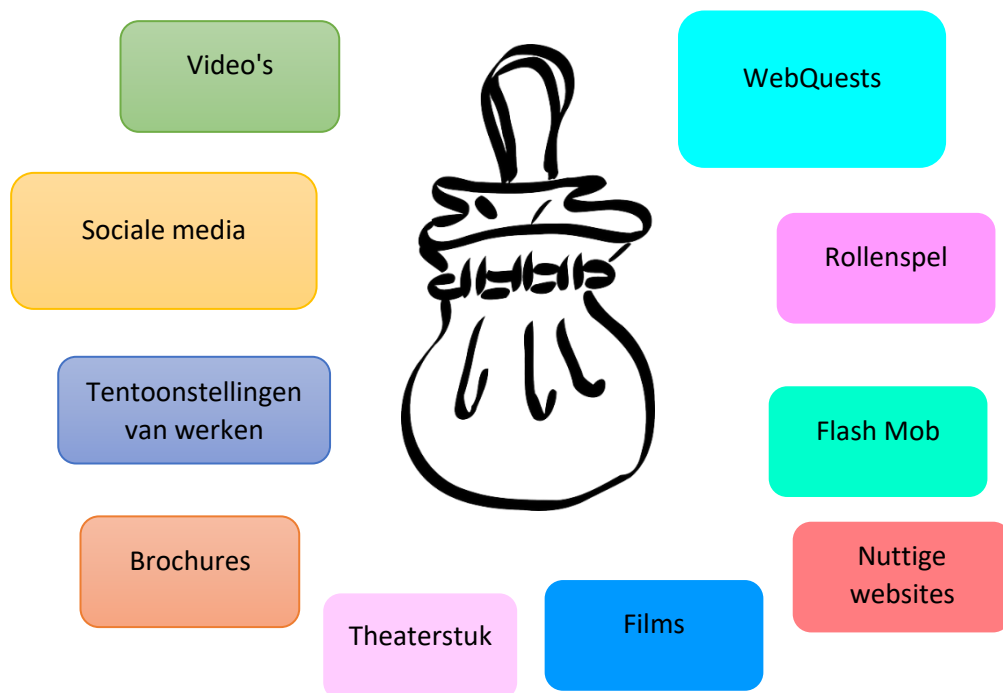
	<p>informatie over en tekenen voor een effectief gebruik van het internet.</p> <p>Het creëren van een netwerk van vrijwilligers - leerkrachten, mensen uit de artistieke wereld en influencers onder kinderen en jongeren;</p> <p>"Met de steun van 2400 vrijwilligers hebben we voorlichtingsactiviteiten georganiseerd voor:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 39484 kinderen van de basisschool, middelbare school en middelbare school, - 4900 ouders, - 1645 leraren en - 80 specialisten <p>- van 726 onderwijsinstellingen in het land."- cf</p> <p>https://www.salvaticopiii.ro/afla-mai-multe/noutati/salvati-copiii-lupta-impotriva-cyberbullyingului</p> <p>Vrijwilligersprogramma aangeboden aan leerkrachten - vrijwilligersactiviteiten ontwikkeld door leerkrachten in samenwerking met leerlingen en hun ouders</p> <p>-https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/ghid-cadre-didactice.pdf</p> <p>https://voluntapp.ro/index.php</p> <p>Voorlichtings- en preventieactiviteiten door brochures voor tieners te publiceren: "Denk na voordat je iets deelt", "De digitale wereld. Wat je moet weten als...", "Je online imago".</p> <p>Oprichting van een Facebook-pagina waar het onderwerp cyberpesten wordt behandeld en advies en oplossingen worden geboden om met situaties om te gaan.</p> <p>https://www.facebook.com/SigurPeNet</p>	<p>platform van de school en het VoluntApp-platform van Net Hour.</p> <p>Thema's die aan bod komen: "Cyberpesten (online pesten) / CTRL_Ajutor Ora de Net service"; "Het internet - de educatieve bron/ Ontwikkeling en plaatsing van persoonlijke inhoud/ Persoonlijke gegevens op het internet"; "Het internet en het gezinsleven/ Internetverslaving"; "Hoe onderscheiden we feiten van meningen in de media?"; "Hoe Cyberpesten te voorkomen?"; "Pesten op school".</p> <p>https://voluntapp.ro/raport.php?id=8467</p> <p>https://voluntapp.ro/raport.php?id=8584</p> <p>https://voluntapp.ro/raport.php?id=8704</p> <p>https://voluntapp.ro/raport.php?id=8530</p> <p>https://voluntapp.ro/raport.php?id=8538</p> <p>https://voluntapp.ro/raport.php?id=8538</p> <p>https://voluntapp.ro/raport.php?id=8531</p> <p>https://voluntapp.ro/raport.php?id=7405</p> <p>https://voluntapp.ro/raport.php?id=7404</p> <p>https://voluntapp.ro/raport.php?id=8494</p> <p>https://www.qie.ro/faptesiopinii/profil</p> <p>Opiniepeiling op het niveau van middelbare schoolklassen - geïnitieerd binnen de Global Campaign for Education, geïnitieerd door de organisatie Save the Children Roemenië; Het behandelde onderwerp: Pesten op school</p> <p>https://docs.google.com/forms</p> <p>Advieslijn aangeboden door Save the Children in samenwerking met Facebook en MediaSmarts, via de gratis telefoonlijn of sms, waar kinderen en jongeren advies krijgen over de problemen die ze tegenkomen.</p> <p>Voor informatie kunt u de volgende links raadplegen:</p> <p>NetTime oradenet.ro / ctrl_AJUTOR Hulplijn: 031 80 80 000</p> <p>MediaSmarts mediasmarts.org</p> <p>Facebook Centrum voor familieveiligheid facebook.com/veiligheid</p> <p>Tips om pesten en gepest worden te voorkomen facebook.com/veiligheid/pesten</p> <p>https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/brosura_smartphone2.pdf</p>
--	---	---

Bronnen

'Zak vol trucs'

Als onderdeel van de anti-pestgemeenschap heb je veel middelen nodig om je leerlingen/jongeren te helpen. Je middelen zullen variëren afhankelijk van de leeftijd en behoeften van je leerlingen. Het belangrijkste is dat je informatiebronnen nauwkeurig, volledig, onpartijdig en up-to-date zijn. Het is ook belangrijk dat ze relevant, interessant en begrijpelijk zijn voor degenen die ze gebruiken.

Hulpbronnen kunnen bestaan uit papieren of audiovisuele materialen, een website, video's, enz.



Voorbeeldbronnen:

- Geen pestkop Portugal <https://nobully.pt/>
- <https://eusinto.me/saude-psicologica-na-escola/saude-psicologica-na-escola/falar-sobre-o-bullying/>
- <https://www.portalbullying.com.pt/>
- <https://www.apavparajovens.pt/pt/>
- <https://www.seguranet.pt/pt/ciberbullying-0>
- <https://www.amnistia.pt/projeto-stop-bullying/>
- <https://www.cnpdpcj.gov.pt/bullying-ciberbullying-e-seguranca-digital1>

- <https://www.sembullyingsemviolencia.edu.gov.pt/>
- <https://www.associacaoplanoi.org/observatorio-nacional-do-bullying/>
- <https://www.psp.pt/Pages/atividades/ComunicarSeguranca.aspx>
- <http://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/25819>
- https://www.dge.mec.pt/sites/default/files/Esaude/referencial_educacao_saude_vf_junho2017.pdf
- <https://www.educaciontrespuntocero.com/recursos/acoso-escolar-o-bullying/>
- <https://aepae.es/como-detectar-acoso-escolar>
- <https://www.kivaprogram.net/what-is-kiva/>
- https://www.ordemdospsicologos.pt/ficheiros/documentos/opp_vamosfalarsobrebullying_documento.pdf
- https://www.ordemdospsicologos.pt/ficheiros/documentos/opp_checklist_bullying.pdf
- https://www.ordemdospsicologos.pt/ficheiros/documentos/covid_19_cyberbullying_jovens.pdf
- <https://www.stoppestenu.nl/>
- <https://www.allesoverpesten.be/>
- <https://www.mediawijsheid.nl/>
- <https://www.mediawijs.be/nl>
- <https://www.cyberpesten.be/>
- <https://www.vpngids.nl/veilig-internet/kind-en-jeugd/cyberpesten/>
- <https://www.slachtofferzorg.be/cyberpesten>
- <https://www.politie.be/5415/vragen/criminaliteit-op-internet/cyberpesten>
- <https://www.politie.nl/informatie/wat-is-cyberpesten.html>
- <https://www.nji.nl/pesten>
- <https://didatticapersuasiva.com/bullismo-e-cyberbullismo-attivita-didattica/>
- <https://www.culthera.it/wp-content/uploads/2017/07/Prevenire-il-bullismo-a-scuola.pdf>
- <https://www.altalex.com/guide/cyberbullismo>
- <https://www.stateofmind.it/cyberbullismo/>
- <https://www.agendadigitale.eu/cultura-digitale/cyberbullismo-cose-la-normativa-il-reato-il-quadro-tra-legge-e-psicologia/>
- <https://www.unicef.it/diritti-bambini-italia/bullismo-cyberbullismo/>

Leraren:

- <https://www.seguranet.pt/pt/atividades-de-prevencao-de-bullying-e-de-ciberbullying-manual-enable>
- <https://www.dpgmediagroup.com/nl-BE/sidekicksacademy> - Video over cyberpesten, interview met Sara Pabian
- <https://www.klasse.be/thema/pesten/>
- <https://www.vrijclb.be/thema/pesten>
- <https://www.stoppestenu.nl/leraar-voor-scholen-kenniscentrum-pesten>
- https://assets.vlaanderen.be/image/upload/v1664875215/Flowchart_cyberpesten_A2_ictgc_p.pdf
- <https://www.piattaformaelisa.it/formazione-docenti/>
- <https://www.francoangeli.it/Libro/Bullismo,-bullismi.?Id=12769>
- <https://www.miur.gov.it/bullismo-e-cyberbullismo>
- <https://www.unicef.it/diritti-bambini-italia/bullismo-cyberbullismo/>
- <https://www.universoscuola.it/bullismo-cyberbullismo-scuola-ruoli-responsabilita-varie-figure-scolastiche.htm>
- <https://didatticapersuasiva.com/il-ruolo-degli-insegnanti-nel-contrasto-del-cyberbullismo/>

Ouders:

- <https://escolasaudavelmente.pt/pais/comunicar-com-os-filhos/falar-sobre-o-bullying>
- <https://escolasaudavelmente.pt/pais/comunicar-com-os-filhos/falar-sobre-o-cyberbullying>
- <https://www.medianest.be/thema/cyberpesten>
- <https://www.stoppestenu.nl/ouders-opvoeders-kenniscentrum-pesten>
- <https://onderwijs.vlaanderen.be/nl/ouders/ondersteuning-en-begeleiding/omgaan-met-grensoverschrijdend-gedrag/wat-kan-je-als-ouder-doen-bij-grensoverschrijdend-gedrag-op-school>
- <https://www.vcov.be/ouderinfotheek/vcov-infomateriaal/Pesten>
- <https://www.pestweb.nl/>
- <https://oudersenonderwijs.nl/kennisbank/pesten-en-sociale-veiligheid/>
- <https://www.dove.com/it/autostima/help-for-parents/teasing-and-bullying/help-your-child-understand-the-impact-of-being-a-bystander.html>
- <https://www.ichiesi.edu.it/wp-content/uploads/GUIDA-AL-CYBERBULLISMO-PER-GENITORI-Copia.pdf>

- <https://www.commissariatodips.it/consigli/per-i-genitori/cyberbullismo-consigli-per-i-genitori/index.html>
- <https://www.commissariatodips.it/consigli/per-i-genitori/cyberbullismo-consigli-per-i-genitori/index.html>
- <https://www.tuttoscuola.com/cyberbullismo-5-consigli-per-i-genitori/>
- https://www.fondazioneveronesi.it/magazine/articoli/pediatria/cyberbullismo-vittima-un-adolescente-su-3-amp?psafe_param=1&gclid=CjwKCAjw6eWnBhAKEiwADpnw9o3aymHoWzorLVqhDm-DgsYTpUEHYnXA-qobR Js9FT39Fd7hCYWXBoCgjUQAvD BwE
- <https://www.tecnicadellascuola.it/cyberbullismo-e-responsabilita-legali-dei-genitori-video>

WebQuests over pesten

Beschikbaar op het TABASCO-platform - <https://www.tabasco-erasmus.eu/webquests/>

- Pesten - Bewustzijn van praktijken en gevolgen
- Pesten - Wat als ik het slachtoffer was?
- Geweld onder tieners
- Online identiteit en reputatie beschermen
- Conflicten oplossen in online gemeenschappen
- Cyberpesten
- Sharenting
- Stalken
- Cyberpesten II
- Cyberpesten (hoe scholen, leerkrachten en ouders ermee om moeten gaan)
- Pesten (Stop pesten, praat erover)

Om dit platform te gebruiken, kun je de volgende video raadplegen:

<https://www.tabasco-erasmus.eu/crossmediaplatform/video-instruction-for-students-teachers-parents-and-other-stakeholders/>

Verwijzingen naar aanvullende materiaalbronnen

Link	Korte beschrijving	Beschikbare talen
Handleiding Enable.pdf (seguranet.pt)	ENABLE (European Network Against Bullying in Learning and Leisure Environments) wil bijdragen aan het welzijn van kinderen door gebruik te maken van methodes die succesvol zijn gebleken in het aanpakken van pesten om een holistische, vaardigheid	PT, NL



	ontwikkende aanpak te creëren. http://enable.eun.org/implementing_enable is ontworpen om de ontwikkeling van sociaal-emotionele vaardigheden te ondersteunen en onder leeftijdsgenoten te bevorderen. ENABLE is een door de EU medegefinancierd project dat wordt ondersteund door een adviesraad van 12 internationale deskundigen en wordt uitgevoerd door zes kernpartners in vijf landen.	
https://www.amnistia.pt/wp-content/uploads/2017/10/Mannual-Stop-Bullying-At-Portugal.pdf	Handleiding Stop Pesten Dit is een educatief hulpmiddel gebaseerd op mensenrechten om discriminatie te bestrijden	PT
https://www.gououders.be/brochure-pesten-aanpakken-wat-kunnen-ouders-doen	Brochure 'Hoe ga je om met pesten? Wat kunnen ouders doen? Deze brochure is bedoeld voor ouders van kinderen. Ze geeft informatie over wat zij kunnen doen als hun kind betrokken is bij pesten (als slachtoffer, omstander of agressor). De brochure is ontwikkeld door het Gemeenschapsonderwijs.	NL
https://www.okontreir.be/de-pest-aan-mij/	De theatergroep 'O Kontreir' heeft een theaterstuk 'De Pest! Aan mij'. Het is bedoeld voor schoolleerlingen. In het stuk komen verhalen van slachtoffers en agressors aan bod. Het toneelstuk wil het publiek motiveren om na te denken over verantwoordelijkheden wanneer men betrokken is bij pesten.	NL
https://itsuptoyou.nu/	Interactieve film over het gedrag van omstanders die getuige zijn van pesten	NL
https://www.youtube.com/watch?v=q3sOIOMTcNs	Film over pesten genaamd 'Spijt', die een prijs won voor beste jeugdfilm in Europa, en verschillende andere prijzen in diverse landen.	NL
https://didatticapersuasiva.com/bullismo-e-cyberbullismo-attivita-didattica/	Handleiding voor het juiste gebruik van de mobiele telefoon	IT
https://it.pearson.com/aree-disciplinari/storia/temi-attualita/cyberbullismo-una-proposta-laboratorio-didattico-sspg.html	Geschiedenisonderwijs en pesten	IT
https://www.donboscopadova.it/cyberbullismo-scuola-secondaria-padova-don-bosco/	Theater en cyberpesten	
https://www.safenet.bg/images/sampled/Materiali/Dirugiat_rechnik_za_Internet_small.pdf	Handleiding "Hoeveel weet ik over internet?"	BG



https://www.youtube.com/channel/UCP0HE1CNa_eX8vSZerey0Q/videos	YouTube-kanaal gewijd aan veilig online met meer dan 60 thematische video's	BG
https://ec.europa.eu/justice/grants/results/daphne-toolkit/file/3036/download_en?token=z73gLo6O	Handleiding voor docenten ontwikkeld door het project "T.A.B.B.Y. in Internet" (Threat Assessment of Bullying Behavior in Youth).	EN, BG
http://cyberhelp.eu	Het project "Look - cybermobbing, sexting, posing, grooming in het dagelijks leven van jeugdmaatschappelijk werk". Voor alledaags sociaal werk werden ontwikkeld: -Rollenspel -Ideeënpool -Discussiegids	EN, BG
https://www.gov.pl/web/niezagubdzieckawsieci/dopoczytania https://edukacja.fdds.pl/pluginfile.php/92246/mod_resource/content/2/jak_reagowac_na_cyberprzemoc-FDDS-12042017_ksiazka.pdf https://it-szkola.edu.pl/publikacje,plik,71 https://fundacja.orange.pl/strona-wiedzy/post/netykieta	Schoolhandboek 'Hoe te reageren op cyberpesten'. Auteur: Stichting Wij geven kinderen kracht Handleiding voor ouders Handleiding voor school/leraren Hoe u zich op internet moet gedragen/voor wie dit aangaat NUTTIGE SITES: Akademia NASK www.akademia.nask.pl Polskie Centrum Programu Veiliger internet www.saferinternet.pl Kampania "Nie zagub dziecka w sieci" www.gov.pl/niezagubdzieckawsieci Dyzurnet.pl www.dyzurnet.pl CERT Polska www.cert.pl Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę www.fdds.pl Fundacja Orange www.fundacja.orange.pl Strona kampanii „Chroń dziecko w sieci” www.dzieckowsieci.pl Fundacja Dbam o Mój Z@sięg www.dbamomojzasieg.com System Klasyfikacji Gier (PEGI) www.pegi.info/pl	PL
https://rria.ici.ro/wp-content/uploads/2019/07/5_articol_Vevera_Albescu.pdf	A. V. Vevera en A. R. Albescu, "Cyberpesten" - artikel gepubliceerd in Romanian Journal of Information Technology and Automatic Control, Vol. 29, No. 2, 63-68, National Institute for Research and Development in Informatics - ICI Boekarest, 2019. Inhoud: - definitie van het begrip cyberpesten	RO



	<ul style="list-style-type: none"> - soorten en manieren van cyberpesten - kenmerken van cyberpesten en de gevolgen voor de slachtoffers 	
https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/files/f8/f851d9ad-d5a9-4ab8-a2b5-692b3a56e960.pdf	<p>Save the Children Roemenië, "Study on the impact of cyberbullying on children and adolescents Boekarest, 2023":</p> <ul style="list-style-type: none"> - statistische en verifieerbare informatie over sociale netwerken waartoe kinderen en adolescenten toegang hebben, hun gedrag op sociale media en de impact van internetgebruik op hen 	RO
https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/files/10/10551dfa-f0b2-4cb0-a103-08d811dc31a9.pdf	<p>Save the Children Roemenië, "Geweld van welke aard dan ook tast de fysieke en emotionele gezondheid van kinderen aan. Pesten onder kinderen" - sociologisch onderzoek op nationaal niveau, 2016</p> <p>Inhoud:</p> <ul style="list-style-type: none"> - de beleving van pesten - kwalitatief onderzoek op basis van de focusgroep methode - familierelaties en opvattingen over de opvoeding van het kind - vriendengroep en invloeden op het gedrag van het kind - misbruik en bestraffend gedrag - conceptualisering, effecten - kwantitatief onderzoek naar pesten - gedragingen, typische situaties en specifieke situaties van pesten, meningen van ouders 	RO
https://cinetic.arts.ro/wp-content/uploads/2020/01/Bullying_Daiana-Marinescu.pdf	<p>Assoc. Prof. Dr. C. Popa (coord), D. C. Marinescu, "Theatrale spelen in de strijd tegen pesten", UNATC / Faculteit Theater, 2020</p> <p>Inhoud:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pesten en cyberpesten - Kunst als therapievorm - Casestudy - voorstel voor activiteiten 	RO
https://www.isjialomita.ro/red/download/Educatia_nonformala_-_ghid_pentru_cadrede_didactice.pdf	<p>T. Vild, A. Dumitru, "Niet-formeel onderwijs. Gids voor leerkrachten"; Inhoud:</p> <ul style="list-style-type: none"> - niet-formele educatie: methoden, kenmerken van de facilitator, spelletjes, forumtheater 	RO
http://listen.animusassociation.org/wp-content/uploads/2016/09/manual-rom-web.pdf	<p>T. A. Netzelmann, E. Steffan, M. Angelova, "Strategies for a bullying-free classroom" - Handboek voor leerkrachten en schoolpersoneel, Save the Children, 2016 - publicatie geproduceerd binnen het Project "INTRODUCING PARTICIPATORY AND CHILD-CENTERED APPROACH FOR EARLY IDENTIFICATION AND PREVENTION OF BULLYING IN SCHOOL SETTING IN 7 EU COUNTRIES" JUST/2013/DAP/AG/5372 Met de financiële steun van de Europese Commissie - DAPHNE III Programma.</p> <p>De inhoud van deze publicatie is uitsluitend de verantwoordelijkheid van de Animus Association en haar projectpartners en geeft niet het officiële standpunt van de Europese Commissie weer.</p> <p>Over de inhoud:</p>	RO

	- pesten, methoden en activiteiten om pesten te voorkomen, hulpmiddelen om pesten vroegtijdig te herkennen en adequaat op te treden in pestsituaties	
--	--	--

Webquests	<p>WebQuest Cyberpesten - https://www.slideshare.net/bfraley3/webquest-on-cyber-bullying</p> <p>WebQuest: Cyberpesten voor de voogd- https://www.slideshare.net/JDianetti/cyber-bullying-webquest</p> <p>WeQquest: Cyberpesten - https://www.slideshare.net/BethanyMitchell/webquest-master-1</p> <p>WebQuest: Cyberpesten - https://zunal.com/webquest.php?w=167676</p> <p>WebQuest: cyberpesten: https://prezi.com/00qvuy3_0fk/cyber-bullying-web-quest/</p> <p>Cyberpesten: https://sites.google.com/a/godfrey-lee.org/internet-safety-webquest/process/cyberbullying</p>
Rollenspel	<p>" Anti-pesten - Rollenspellen" - Nieuwsbrieven https://www.youtube.com/watch?v=67kpysU0e6U</p> <p>" Laten we het hebben over cyberpesten" - voorstel voor rollenspel: https://www.youtube.com/watch?v=ItYz9ad12n8</p>
Flash Mob	<p>Flash Mob "Stop Pesten, Stop Geweld; Laten we van de wereld een betere plek maken!" https://youtu.be/zTDeFAK3MJE</p> <p>Flash Mob project Erasmus+ TABASCO / Middelbare school "Mihai Drăgan" Bacău -... https://youtu.be/OC5hoSMKyb8</p> <p>"Flash Mob tegen pesten - België https://youtu.be/6rH9woP5qu4?si=XCyttB1SVdXO_N</p>

<p>Het gebruik van websites</p>	<p>Gevolgen van Cyberpesten / Social Media Victims Law Center - https://socialmediavictims.org</p> <p>Pesthulplijnen in Roemenië - België https://findahelpline.com</p> <p>UNICEF - https://www.unicef.org</p> <p>Red de kinderen Roemenië- https://salvaticopiii.ro</p> <p>"De impact van cyberpesten op de gezondheid van mannen" - News-Mmedical.net - België https://www.news-medical.net</p>
<p>Film</p>	<p>Films - "Anti Pesten Animatie" https://www.youtube.com/watch?v=YyDJafzuUK4</p> <p>Films - "New Boy Oscar® Genomineerde Korte Film" https://www.youtube.com/watch?v=FdeioVndUhs</p> <p>Films - "Discriminatie" https://www.youtube.com/watch?v=Tk4DNEldPLQ</p> <p>Wonder (2017 Movie) Official Trailer- https://youtu.be/ngiK1gQKgK8?si=GWYSHwWmyjnE9Gmq</p>
<p>Toneelspel</p>	<p>UNATC, "Theatrale spelletjes in de strijd tegen pesten" - door Daiana Cristin Marinescu - https://cinetic.arts.ro/wp-content/uploads/2020/01/Bullying_Daiana-Marinescu.pdf</p>
<p>Boekje</p>	<p>Red de kinderen Roemenië</p> <p>"Kies ervoor om tegen pesten te zijn!" - Brochure voor leerkrachten https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/media/Documente/Brosura-bullying-profesori-ianuarie-2022-03.pdf</p> <p>"Kies ervoor om tegen pesten te zijn!" - Brochure voor ouders https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/media/Documente/Brosura-bullying-parinti-ianuarie-2022-02.pdf</p> <p>"Kies ervoor om tegen pesten te zijn!" - Brochure voor kinderen https://www.salvaticopiii.ro/sci-ro/media/Documente/Brosura-bullying-copii-ianuarie-2022-01.pdf</p> <p>" De digitale wereld. Wat je moet weten als ..." - twee brochures ter informatie van tieners https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/brosura-adolescenti-1.pdf en https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/brosura-adolescenti-2.pdf</p> <p>"Denk na voordat je iets deelt" - informatie- en preventiebrochure uitgegeven door Save the Children in samenwerking met Facebook en MediaSmarts https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/sfaturi_de_la_facebook.pdf</p> <p>" Uw imago online"- smartphone brochure https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/brosura_smartphone2.pdf</p> <p>Pesten en internetpesten / korte verhalen - boekje https://demetrius.ro/wp-content/uploads/2022/01/IO1-Bullying-si-hartuire-pe-internet-Povestiri-pentru-elevi RO.pdf</p>
<p>Tentoonstelling van werken</p>	<p>Save the Children - Net Hour Programma - tentoonstelling over desinformatie, verkeerde informatie en complottheorieën - Red de kinderen! https://oradenet.ro/wp-content/uploads/2023/08/gr_misinformation_poster_rom.pdf</p>

<p>Sociale media</p>	<p>DEMO - TOEPASSING "ONDERWIJS ZONDER PESTEN" - DE TOEPASSING KAN GRATIS WORDEN GEDOWNLOAD VAN GOOGLE PLAY OF DE APP STORE EN IS GEMAAKT DOOR DE ASOCIATIA PARINTILIL ISTEȚI MET FINANCIERING VAN DE VODAFONE ROMANIA FOUNDATION VIA HET FONDS VOOR GOEDE DADEN. HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=EO9KJTYJUQ8</p> <p>" Stop pesten - Interactief speelgoed" https://wordwall.net/ro-ro/community/stop-bullying</p>
<p>Video</p>	<p>Save the Children Roemenië - "Wat is pesten?" https://youtu.be/l3lBSnOJ5IM https://www.youtube.com/watch?v=EhuK0gMH-Co " Kies ervoor om pesten te weerstaan"-. https://www.youtube.com/watch?v=lJbhmDpj8wk " Offline daten. Nieuwsgierigheid en gevaren" https://www.youtube.com/watch?v=MFqWg6FF0Xs " Gevaren een klik verwijderd. Hoe kun je veilig zijn op het internet?" https://coresibrasov.ro/pericole-la-un-click-distanta-cum-sa-fii-in-siguranta-pe-internet/ THERAPEUTISCH VERHAAL - "MICUL RAUTĂCIOS - PESTEN" - EDUCATIEVE VERHALEN VOOR KINDEREN HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/WATCH?V=ASIF3WV3CGO</p> <p>Preventie van cyberpesten en bewustwording van de risico's die gepaard gaan met de schending van de persoonlijke levenssfeer - Cyberspace https://www.youtube.com/watch?v=kzwyE7ddcQ</p> <p>" Over pesten en cyberpesten ... voor iedereen om te begrijpen" - https://youtu.be/HeKUeme-GWE en https://youtu.be/5WbEt89VEmQ</p> <p>" Stop de verslaving aan het net" - België https://youtu.be/SDx6u_AQxO4</p> <p>"Anti-pesten - rollenspel" - Nieuwsbrieven https://www.youtube.com/watch?v=67kpysU0e6U</p> <p>"Hoe we kinderen helpen om pesten te voorkomen en aan te pakken" - Urania Cremene - Urania Cremene https://www.youtube.com/watch?v=-e2dMZKLThY</p> <p>" Laten we het hebben over cyberpesten"-. https://www.youtube.com/watch?v=ltYz9ad12n8</p>

Tips voor wie initiatieven neemt tegen pesten

- ✓ Je hoeft niet alles te weten, maar zoek uit waar je informatie kunt vinden.
- ✓ Jouw doel als adviseur is om de persoon te helpen beslissen over zijn of haar eigen gedrag. Je kunt niet voor hem of haar beslissen.
- ✓ De relatie die je opbouwt is net zo belangrijk als de informatie die je geeft - wees bemoedigend, ondersteunend, positief en vriendelijk.
- ✓ Toon oprechte interesse in de ander, blijf 100% gefocust tijdens de activiteiten.
- ✓ Wees niet bang om hun veronderstellingen in twijfel te trekken, maar doe dit op een gevoelige en zachte manier.
- ✓ Let op je grenzen. Probeer geen advies te geven over dingen waar je geen verstand van hebt.
- ✓ Neem de tijd om je informatie en bronnen bij te werken.
- ✓ Je doelgroep kan een handicap, gezondheidsproblemen of leermoeilijkheden hebben. Zorg ervoor dat je begrijpt wat hun aandoening kan betekenen voor hun onderwijs- en beroepsleven. Raak bekend met gespecialiseerde hulpbronnen en organisaties die hen kunnen helpen.
- ✓ Potentiële slachtoffers of agressors hebben niet alleen behoefte aan algemeen advies, maar vaak ook aan hulp bij gevoelens. Zorg ervoor dat je de vaardigheden hebt om hen hiermee te helpen.
- ✓ We kunnen sociale media niet verbieden. Online zijn maakt deel uit van de sociale ontwikkeling van jongeren. We kunnen jongeren wel leren hoe ze zich online moeten gedragen. Wat je offline niet zegt, zeg je ook niet online.
- ✓ Als iemand een pestincident meldt, luister dan naar de verhalen van alle betrokkenen: slachtoffers, agressors en omstanders. Alleen op deze manier is het mogelijk om een duidelijker beeld te krijgen van wat er zich afspeelt in een klas, op de speelplaats, op sociale media of op andere plaatsen.



Extra tips voor leerkrachten/belanghebbenden/scholen



De methoden en technieken die in groepswork worden gebruikt, zijn gericht op het bereiken van een ander communicatieniveau, het zoeken naar een weg naar de ander en naar jezelf, maar ook op het verkennen van de voorwaarden waaronder dit alles mogelijk is - de voorwaarden voor zelfontwikkeling, de voorwaarden in de klas en in de werkelijkheid om ons heen.

Om steeds interessanter en betekenisvoller lesmateriaal te creëren, is er de noodzaak voor een goede structurering. Het materiaal is gebaseerd op kennis en zelfkennis, wat leidt tot een constante educatie van de menselijke persoonlijkheid. Het onderwijs staat hierbij voor een nieuwe uitdaging. In deze nieuwe wereld is onderwijs gestructureerd rond onderwerpen van praktische vaardigheden en acties in het leven, niet rond traditionele disciplines.

In groepswork - door middel van gestructureerde situaties en interactieve methoden kunnen studenten de gebruikte concepten ervaren en personaliseren. In een groep zijn we allemaal gelijk, maar tegelijkertijd worden binnen groepsactie en -ontwikkeling verschillende rollen gespeeld, groepsregels opgesteld en nieuwe relaties gecreëerd.

1. Er is niet één "juiste manier" voor groepswork, alles hangt grotendeels af van:

- onze persoonlijkheid;
- de manier waarop we met anderen communiceren;
- onze kennis;
- deelnemers - hun leeftijd, interesses;
- de omgeving waarin we werken;
- de duur van de groepsbijeenkomsten;
- tijdsperspectief;
- het perspectief van de deelnemers.

2. Belangrijke aspecten in een groepswork zijn:

- de positieve houding ten opzichte van de deelnemers;
- het aannemen van basisprincipes voor groepsactie;
- naleving van de basisregels voor toezicht;
- de sfeer van samenwerking, vertrouwen en wederzijdse steun;
- de relaties binnen de groep bevorderen.

3. Het leiden en besturen van een groepswork is het proces van keuzes maken in voortdurend veranderende situaties - het vereist flexibiliteit, constante betrokkenheid, voortdurende evaluatie, zelfleren.

- Een belangrijke vaardigheid van de facilitator is het leiden van de groep om problemen op te lossen en het in detail kennen van het proces;

- De sleutel tot succes is om voortdurend de eenheid te bewaren;
 - het aanbieden van zinvolle inhoud;
 - het monitoren van de processen die plaatsvinden tijdens de assimilatie van deze inhoud;
 - de relatie tussen de deelnemers onderling en tussen hen en de facilitator.

Dit houdt in:

- open relaties tussen de deelnemers aan het leerproces;
- de onderwerpen die we behandelen moeten worden behandeld in de vorm van problemen;
- groepswork is iets heel complex in verschillende aspecten;
- het is moeilijk om tegelijkertijd met twintig tot vijfentwintig mensen te werken;
- het is moeilijk om de te beslissen wat de effectiefste manier van werken is;
- het is moeilijk om gedurende een lange periode discipline en motivatie te behouden;
- het is moeilijk om te voorspellen wat er allemaal kan gebeuren tijdens groepswork.

4. Het proces van voorbereiding op groepswork is uiterst belangrijk - het helpt ons om het programma zo te ontwerpen dat het voldoet aan de essentiële vereisten en de behoeften van de groep.

5. We moeten de behoeften van de groep beoordelen:

- ✓ organisatorische analyse van de leeromgeving waarin we groepswork zullen uitvoeren
- ✓ groepsanalyse
- ✓ de analyse van de deelnemers en hun behoeften

Deze analyse toont meestal de situatie van de groep waarmee ze gaan werken, wat de verwachtingen en belangen van de leden zijn en wat ze nodig hebben, zoals kennis, vaardigheden en houdingen, om tevreden te zijn;

- ✓ de analyse van de taken die uitgevoerd moeten worden om de doelen van de groep te bereiken.

6. Hier volgen enkele praktische richtlijnen:

- Eerste groepsbijeenkomst
 - Het belangrijkste doel is om vertrouwd te raken met de aard van de activiteit;
 - allemaal verschillende rollen presenteren;
 - basisinformatie over de deelnemers ontvangen.

Dit betekent dat je de bijeenkomst zorgvuldig moet structureren, de elementen ervan moet heroverwegen en tegelijkertijd het gesprek vrij moet leiden, wat een gevoel van vrijheid zal creëren bij de studenten.

Het is belangrijk om te benadrukken wat ze tijdens het leerproces zullen krijgen, zoals ervaring, samenwerking, en veel nieuwe dingen en mensen ontdekken.

Hierbij komen de zogenaamde "ijsbrekers" of openingsactiviteiten ons te hulp. De toon van de activiteiten wordt gezet, er wordt laten zien hoe de activiteiten eruit zullen zien, er wordt aangegeven

wie verantwoordelijk is voor wat er gebeurt, maar er worden ook links gelegd met toekomstige onderwerpen. Dit wordt vaak gedaan in de vorm van een grap, spel of een spontane "creatieve" activiteit. Deze manieren ontwikkelen een model voor nieuwe communicatievaardigheden.

- Groepswerkregels opstellen

Dit is een noodzakelijke, eerste, samenbindende activiteit voor de groep. Het opstellen van regels leidt de deelnemers naar het werkmodel, om de relaties in de groep te bekijken en te bespreken, en geeft hen het kader waarbinnen ze hun interacties zullen uitvoeren. Daarom moet aan deze activiteit speciale aandacht worden besteed.

- Discussie

Bespreking is een basis werkmodel en principes.

7. Enkele tips voor de docent/belanghebbende:

- Wees duidelijk en specifiek wanneer je de taak uitlegt;
- Zorg ervoor dat de groep het resultaat bereikt waar je naar op zoek bent;
- Creëer een model voor een succesvolle overgang naar interacties.

"Laten zien (niet alleen zeggen)" is de basistechniek die zorgt voor succes in de klas.

- Stel duidelijke doelen en de duur van de activiteit;
- Bouw respect op onder groepsleden;
- Groepswerk met groepen leerlingen, aangepast aan hun leeftijd.

Voorbeelden van methoden:

- Discussies, casestudies, rollenspellen;
- Video's over pesten;
- Interactieve oefeningen;
- Oefeningen om communicatievaardigheden, besluitvorming, conflictoplossing, enz. te verbeteren.

Richtlijnen tegen pesten

T-SHIRT EN WASLIJN

1 - Inleiding

De voorgestelde activiteit is gericht op het vergroten van het bewustzijn en de gevoeligheid voor pesten en cyberpesten, gezien de ernst van het probleem waarmee kinderen en jongeren te maken hebben.

2 - Doelstellingen

Bewustmaking en aandacht vragen voor pesten.
Leerlingen beschilderen in teams een T-shirt met een boodschap tegen geweld door leeftijdsgenoten.

3 - Trefwoorden

Pesten; cyberpesten; agressor; slachtoffer; omstander; verdediger; motivatie: gevolgen

4 - Methodologie - Teamwerk

Dit is een werkmethode waarbij de leden van een team op elkaar reageren en samenwerken om een gemeenschappelijk doel te bereiken. Een goede samenwerkingsmethode moet effectieve communicatie, wederzijds vertrouwen, gedeelde verantwoordelijkheid, creativiteit en innovatie bevorderen.

5 - Duur

45 minuten + 45 minuten

6 - Activiteit (beschrijving)

Stap 1 - Inventariseer het individuele bewustzijnsniveau, selecteer de boodschap.

Per team wordt een T-shirt uitgedeeld waarop een anti-pestboodschap of anti-peer violence boodschap moet staan: maak een schets. De opdracht zet aan tot discussie over de vorm (effectiviteit van de boodschap) en inhoud (wat is de zorg en prioriteit om over te brengen).

Stap 2 - Discussie en beslissing over het gemaakte ontwerp.

1^{ste} moment - Bespreking van de keuze methodes.

2^{de} moment - Nadenken en beslissen wat je gaat schilderen.

Stap 3 - Aan de slag - Het T-shirt verven.

Leerlingen beschilderen in teamverband het T-shirt.

Stap 4 - Het T-shirt dragen - Bewustwording van de gemeenschap.

1^{ste} moment - Op een aangewezen dag worden de T-shirts gedragen door een van de teamleden.

2^{de} moment - Studenten komen samen om ervaringen uit te wisselen.

3^{de} moment - Studenten trekken het T-shirt aan.

Stap 5 - Het T-shirt aan de waslijn hangen.



Tips en trucs:

Deze activiteit is veelzijdig en kan worden uitgevoerd op vlaggen, posters of andere materialen. Door middel van creatieve expressie kan je publieke impact maken.

De T-shirts worden opgehangen in een gemeenschappelijke openbare ruimte. Het waslijn-idee is een mogelijkheid. Leerlingen beoordelen zichzelf in de publieke vertoning en anderen zullen zichzelf beoordelen in deze woorden, uitdrukkingen of stellingen

7 - Product

T-shirts beschilderd met een anti-pestboodschap.

8 - Leerresultaten

Bewustwording van het fenomeen pesten.

De gekozen boodschap beargumenteren.

Het lijden van het slachtoffer herkennen, verwoorden.

9 - Evaluatie van de activiteit

Vragenlijst

ROLLENSPEL (GEÏMPROVISEERD)

1 - Inleiding

De voorgestelde activiteit is gericht op het vergroten van het bewustzijn en de gevoeligheid voor pesten en cyberpesten, gezien de ernst van het probleem waarmee kinderen en jongeren te maken hebben.

2 - Doelstellingen

Bewustmaking en aandacht vragen voor pesten.

3 - Trefwoorden

Pesten; cyberpesten; agressor; slachtoffer; omstander; verdediger; motivatie; gevolgen.

4 - Methodologie - Teamwerk

Dit is een werkmethode waarbij de leden van een team op elkaar reageren en samenwerken om een gemeenschappelijk doel te bereiken. Een goede samenwerkingsmethode moet effectieve communicatie, wederzijds vertrouwen, gedeelde verantwoordelijkheid, creativiteit en innovatie bevorderen.

5 - Duur

Vorbereiding 90 minuten; Presentatie 1 - 2 minuten.

6 - Activiteit (beschrijving)

Stap 1 - Bepaal het thema.

Per team, 1^{ste} moment - bespreking van het thema; 2^{de} moment - verdeling van de taken.

Stap 2 - Creëer een verhaal.

Creatie van een verhaal over pesten en 1 tot 2 minuten.

Stap 3 - Vertegenwoordiging.

Leerlingen gaan met elkaar om door rollen te representeren en aandacht te besteden aan de context, motivaties en impact van hun gedrag op anderen.

Stap 4 - Kritische analyse.

Kritische analyse van de vertegenwoordigde situatie.



Tips en trucs:

Toen we deze activiteit toepasten, realiseerden we ons dat als je weinig tijd hebt om het verhaal te maken of als je veel groepen hebt om het verhaal te vertellen, het mogelijk is om de deelnemers voor te stellen om een verhaal te improviseren.

7 - Product

Leerlingen simuleren/spelen in teams een verhaal over een situatie met betrekking tot pesten (motivatie/gedrag/gevolgen/...).

8 - Leerresultaten

Kennis, opgebouwd onder leeftijdsgenoten, over het fenomeen pesten, in zijn motivaties, uitingen en gevolgen.

9 - Evaluatie van de activiteit

Vragenlijst

VAN BAKSTEEN TOT MUUR

1 - Inleiding

De voorgestelde activiteit is gericht op het vergroten van het bewustzijn en de bewustwording van pesten en cyberpesten, gezien de ernst van het probleem dat kinderen en jongeren ervaren.

2 - Doelstellingen

Aandacht vragen voor en bewustwording over pesten en cyberpesten

3 - Trefwoorden

Pesten; cyberpesten; agressor; slachtoffer; omstander; verdediger; motivatie; gevolgen

4 - Methodologie - Teamwerk

Dit is een werkmethode waarbij leden van een team samenwerken om een gemeenschappelijk doel te bereiken. Een goede samenwerkingsmethode moet effectieve communicatie, wederzijds vertrouwen, gedeelde verantwoordelijkheid, creativiteit en innovatie bevorderen.

5 - Duur

90 minuten

6 - Activiteit (beschrijving)

Stap 1 - Inventariseer het niveau van individueel bewustzijn met betrekking tot het fenomeen.

Elk team krijgt een kartonnen A2 vel met 3 driehoeken. De driehoeken hebben een bovengedeelte en een ondergedeelte.

Elke leerling schrijft in het onderste gedeelte een uitdrukking, een woord of een stelling als antwoord op elk van de 3 vragen/onderwerpen:

- Benoem gedrag dat is voor pesten beschrijft.
- Beschrijf een reden om pestgedrag te vertonen (het gedrag van de agressor)
- Noem een gevolg dat pesten kan hebben (voor het slachtoffer).

Stap 2 - Kennis uitbreiden - Zelfbewustzijn.

De leerlingen verbeteren, bevragen, verkennen of ontvouwen ideeën onder elkaar in hun team wanneer er misverstanden, ideeën of onbekende woorden zijn (de leerkracht of de begeleider van de taak fungeert als begeleider).

(De begeleider zoekt naar verslagen van indirecte ervaringen die naar voren komen, ondervragend.)

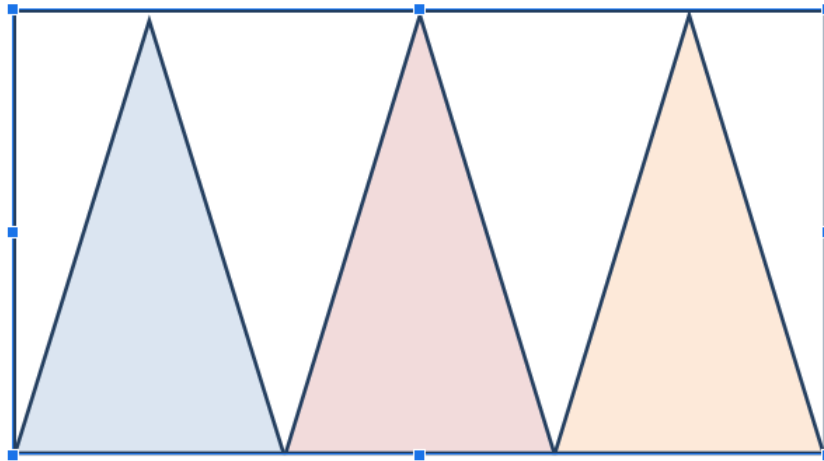
Stap 3 – Aandacht vragen van de groep of klas.

Elk team beslist over 3 woorden of stellingen die zij het belangrijkste vinden om bovenaan elk van de piramides te plaatsen.

Stap 4 - Bewustwording van de gemeenschap.

Het karton wordt in 3 delen gesneden en deze worden gegroepeerd per onderwerp/analyseonderwerp en opgehangen in de openbare ruimte.

Studenten zien zichzelf in de publieke uiteenzetting van wat ze hebben gezegd en anderen zullen zichzelf in deze woorden, uitdrukkingen of stellingen herkennen.



7 - Product

Karton gesneden in een piramide, gegroepeerd in 3 verschillende categorieën: motivaties, gedrag en gevolgen.

8 - Leerresultaten

Verduidelijking van het fenomeen pesten, van de beweegredenen van de agressor, het pestgedrag en de gevolgen voor het slachtoffer.

Het lijden van het slachtoffer erkennen, en ter woord brengen.

9 - Evaluatie van de activiteit

Vragenlijst



Tips en trucs:

We hebben deze activiteit in verschillende klassen gedaan en daarna alles samengebracht tot een groot 'paneel'. De leerlingen waren onder de indruk.

1 - Inleiding

De voorgestelde activiteit is gericht op het vergroten van het bewustzijn over pesten en cyberpesten, gezien de ernst van het probleem waarmee kinderen en jongeren te maken hebben.

2 - Doelstellingen

Bewustwording en aandacht vragen voor pesten.
Leerlingen maken in teams een videoverhaal over een ervaring met betrekking tot pesten (motivatie/gedrag/gevolgen/...).

3 - Trefwoorden

Pesten; cyberpesten; agressor; slachtoffer; omstander; verdediger; motivatie; gevolgen.

4 - Methodologie - Teamwerk

Dit is een werkmethode waarbij de leden van een team op elkaar reageren en samenwerken om een gemeenschappelijk doel te bereiken. Een goede samenwerkingsmethode moet effectieve communicatie, wederzijds vertrouwen, gedeelde verantwoordelijkheid, creativiteit en innovatie bevorderen.

5 - Duur

5 X 45 minuten

6 - Activiteit (beschrijving)

Stap 1 - Bepaal het thema.

Per team, 1^{ste} moment -
bespreking van het thema;

2^{de} moment - verdeling van de taken; 3^{de} moment - planning.

Stap 2 - Creëer een verhaal.

Creatie van een verhaal over pesten dat kan worden omgezet naar een video van 1 tot 2 minuten.

Stap 3 - Filmen.

Maak opnamen met een mobiele telefoon - bijvoorbeeld met de app inshot -
<https://inshot.com/>

Stap 4 - Bewerken.

Inshot of andere bron gebruiken.

Stap 5 - Bekijken - delen.

De video uitzenden op het interne platform Yammer of andere.

7 - Product

Film - korte film - 1 tot 2 minuten

8 - Leerresultaten

Verduidelijk het fenomeen pesten, beginnend bij de beweegredenen van de agressor, het pestgedrag en de gevolgen voor het slachtoffer.

Het lijden van het slachtoffer herkennen, verwoorden.

9 - Evaluatie van de activiteit

Vragenlijst.



Tips en trucs:

De taken die nodig zijn voor deze activiteit kunnen langer duren dan voorspeld omdat het filmen en monteren meer tijd in beslag kan nemen.

COMICS

1 - Inleiding

De voorgestelde activiteit is gericht op het vergroten van het bewustzijn over pesten en cyberpesten, gezien de ernst van het probleem dat kinderen en jongeren ervaren.

2 - Doelstellingen

Bewustmaking en voorlichting over pesten.

Leerlingen maken in teams een stripverhaal over een ervaring met betrekking tot pesten (motivatie/gedrag/gevolgen/...).

3 - Trefwoorden

Pesten; cyberpesten; agressor; slachtoffer; omstander; verdediger; motivatie; gevolgen

4 - Methodologie - Teamwerk

Dit is een werkmethode waarbij teamleden op elkaar reageren en samenwerken om een gemeenschappelijk doel te bereiken. Een goede samenwerkingsmethode moet effectieve communicatie, wederzijds vertrouwen, gedeelde verantwoordelijkheid, creativiteit en innovatie bevorderen.

5 - Duur

5 X 45 minuten

6 - Activiteit (beschrijving)

Stap 1 - Bepaal het thema.

Per team, 1^{ste} moment - bespreking van het thema; 2^{de} moment - verdeling van de taken; 3^{de} moment - planning.

Stap 2 - Creëer een verhaal.

Een verhaal maken over pesten dat kan worden omgezet naar een video - van 1-2 minuten.

Stap 3 - Tekenen. - Moment om het verhaal te tekenen.

Stap 4 - Bekijken - delen.

1^{ste} moment- Keuze van de deelmodus

2^{de} moment - Uitzenden als album/video/... op het interne Yammer-platform of anderen.



Tips en trucs:

Het maken van stripboeken heeft een speelse dimensie en kan worden ontwikkeld met behulp van digitale hulpmiddelen die momenteel gratis beschikbaar zijn.

7 - Product

Leerlingen simuleren/dramatiseren in teams een verhaal over een situatie met betrekking tot pesten (motivatie/gedrag/gevolgen/...).

8 - Leerresultaten

Kennis, opgebouwd onder leeftijdsgenoten, over het fenomeen pesten, in zijn motivaties, gedragingen en gevolgen.

9 - Evaluatie van de activiteit

Vragenlijst.

DICHTER BIJ DE LIJN KOMEN ALS...

1 - Inleiding

Deze activiteit is bedoeld om de empathie tussen de deelnemers te vergroten door vast te stellen dat andere mensen op een bepaald moment in hun leven dezelfde dingen al hebben gevoeld of meegemaakt.

2 - Doelstellingen

Empathie en groepscohesie bevorderen.

3 - Trefwoorden

Pesten; empathie; groepsdynamiek

4 - Methodologie - Teamwerk

Groepsdynamiek

5 - Duur

15 minuten + bedenktijd

6 - Activiteit (beschrijving)

De begeleider plakt een lint op de vloer, waardoor het klaslokaal gescheiden wordt. Vraag de deelnemers om met hun gezicht naar de lijn te gaan staan, evenveel leerlingen aan elke kant. Ze moeten twee stappen naar achteren doen, waarbij ze iedereen op één lijn houden (op dezelfde afstand als het lint op de vloer).

De begeleider legt uit dat hij een paar zinnen gaat zeggen en dat degene die zich identificeert met deze situaties of kenmerken een stap naar voren moet doen en de lijn moet naderen. Dan, na een paar seconden, kunnen ze terugkeren naar de startplaats enzovoort.

Probeer het een keer uit - voordat het spel begint - om te zien of iedereen het begrijpt (voorbeeld: "Ga dichterbij de lijn staan als je binnen het klaslokaal bent..."; in dit geval moet iedereen een stap naar voren doen en dan, na een paar seconden, een stap terug doen).

Ga dichterbij de lijn staan als...

...je graag leest.

...je draagt een spijkerbroek.

...je van chocolade houdt.

...je houdt van tekenen.

...je broers of zussen hebt.

...je bent enig kind.

...je in een andere stad geboren bent.

...draag je een bril.

...je huisdieren hebt.

...je bent een danser.

De begeleider legt uit dat hij nu serieuzere zinnen gaat zeggen en dat er daarom geen ruimte is voor commentaar of lawaai. De zinnen moeten hoorbaar en langzaam uitgesproken worden, zodat de leerlingen de tijd hebben om na te denken.

Ga dicht bij de lijn staan als...

... je meer dan twee uur aan sociale media besteedt.

... ooit angst gevoeld.

... weet je wat cyberpesten is.

... ken je iemand of een groep die online gedrag vertoonde met de bedoeling iemand te kwetsen of belachelijk te maken.

... je ooit eenzaam hebt gevoeld.

... een andere student of studenten online leugens of geruchten verspreiden over iemand die je kent, om hem/haar te kwetsen of ervoor te zorgen dat anderen hem/haar niet aardig vinden.

... iemand je online uitlacht omdat je je anders kleedt of andere kleren draagt dan de rest van je klasgenoten.

... was je er getuige van dat iemand online vertelde dat anderen hen niet aardig zouden vinden als ze niet deden wat de andere student(en) zei.

... heb je je ooit heel gelukkig gevoeld.

7 - Product

Ervaring met
groepsdynamica.

8 - Leerresultaten

In deze dynamiek, in het eerste deel, in de verschillende zinnen, komen over het algemeen sommige mensen dicht bij de lijn maar niet allemaal - er zijn meer verschillen in de groep; in het tweede deel van de activiteit kennen de meeste mensen iemand die al een situatie van pesten of cyberpesten heeft meegemaakt - er zijn meer punten van overeenkomst.

Dit gebeurt omdat de eerste zinnen verwijzen naar persoonlijkheidskenmerken, omstandigheden of interesses, waarin het mogelijk is om de bijzonderheden van de groep waar te nemen - de verschillen tussen mensen, maar tegelijkertijd wat hen speciaal maakt.

In het tweede deel verwijst het naar situaties die bijna iedereen heeft meegemaakt of iemand kent die ze heeft meegemaakt. Het feit dat we deze situaties kunnen herkennen en ons in de situatie van de ander kunnen verplaatsen, brengt ons ook dicht bij elkaar.

"Zowel onze verschillen - wat ons uniek maakt - als onze overeenkomsten kunnen ons dicht bij elkaar brengen".

Deze activiteit is een oefening in empathie en groepscohesie.

In die zin kan de activiteit eindigen met een zin waarin iedereen een stap vooruit zet (voorbeeld: Kom dicht bij de lijn als je water drinkt).

Tips en trucs:

Volgens onze ervaring met deze activiteit, en omdat de deelnemers worden uitgenodigd om persoonlijke antwoorden te geven, vinden we het erg belangrijk om de emotionele reacties van de deelnemers te observeren. Als er een gevoelig onderwerp ter sprake komt, is de groep geneigd om empathie te tonen voor de persoon in kwestie.

9 - Evaluatie van de activiteit

Reflectiemoment in de groep - aan het einde moet de begeleider vragen:

- Wat is er gebeurd met deze dynamiek?
- Hoe voelde je je?
- Wat heb je geleerd?

DOOS MET PROBLEMEN

1 - Inleiding

Deze activiteit stimuleert meer reflectie over de gevolgen van peestsituaties.

2 - Doelstellingen

De student weet hoe hij oplossingen moet vinden als zich problemen voordoen.

3 - Trefwoorden

Pesten; problemen oplossen; teamwerk.

4 - Methodologie - Teamwerk

Reflectie in teamwerk; groepen van 4-5 studenten

5 - Duur

45 minuten

6 - Activiteit (beschrijving)

De leerlingen worden verdeeld in groepjes van 4-5 personen. De leerkracht geeft elke groep een voorbeeld van een peestsituatie of agressie tussen leeftijdsgenoten. Dan moet elke groep leerlingen nadenken over wat het slachtoffer, de agressor en/of de getuige voelde en wat de mogelijke gevolgen en consequenties van die situatie zijn. Ze moeten dit op een kaart schrijven en alle kaarten in een doos of een zak doen. Dan pakken de leerlingen een willekeurige kaart en is het hun taak om snel mogelijke oplossingen voor het probleem te vinden. De leerlingen delen hun ideeën over de manieren waarop ze met peestsituaties kunnen omgaan.

7 - Product

Productie van kaarten met peestsituaties en probleemoplossing

8 - Leerresultaten

Strategieën die kunnen worden toegepast in peestsituaties.

9 - Evaluatie van de activiteit

Aantal verworven strategieën.

Tips en trucs:

Op basis van onze ervaring met klassen bleek het relevant dat het verhaal dat door de begeleider wordt gepresenteerd zeer gedetailleerd moet zijn, met een goede beschrijving van de situatie en de personages, met zoveel mogelijk details.

DOE ANDEREN NIET AAN WAT JE NIET WILT DAT JOU WORDT AANGEDAAN

1 - Inleiding

Deze activiteit claimt het vermogen van de deelnemers te vergroten om zich te verplaatsen in de ander, wat essentieel is in het proces van bewustwording van pesten en het tegengaan.

2 - Doelstellingen

Bewustmaken van de moeilijkheid om het perspectief van anderen te begrijpen. Empathie ontwikkelen.

3 - Trefwoorden

Pesten, empathie, groepsdynamiek

4 - Methodologie - Teamwerk

Groepsdynamiek

5 - Duur

60 minuten

6 - Activiteit (beschrijving)

De activiteit begint zonder de naam van de activiteit te noemen. Je begint met elke leerling een stuk papier te geven en hij/zij moet een taak opschrijven die hij/zij door een van zijn medeleerlingen wil laten doen (afhankelijk van de beschikbare ruimte), maar hij/zij moet zijn/haar naam aan het begin van de zin schrijven. Bijvoorbeeld: "Ik, Maria, wil dat Ana een kip nadoet."

Als alle leerlingen klaar zijn, verzamelt de begeleider de papieren en zegt dan pas de naam van de activiteit "Doe anderen niet aan wat je zelf niet wilt!".

Elke leerling moet dan doen wat hij voor zijn klasgenoot had bedacht. De begeleider neemt willekeurig één papier per keer en degene die het geschreven heeft, doet wat hij zijn collega heeft voorgesteld.

De activiteit eindigt als alle leerlingen hebben meegedaan.

7 - Product

Ervaring met groepsdynamica.

8 - Leerresultaten

Het is essentieel dat leerlingen zich bewust worden van het feit dat ze enthousiast waren over het spel, zonder te denken dat de "ander" in verlegenheid gebracht zou kunnen worden en pas als de situatie omgekeerd is, hebben ze zelf kunnen voelen wat ze de medeleerling zouden aandoen. In feite zouden we in het dagelijks leven, als veel van wat we anderen laten overkomen ook bij onszelf zou gebeuren, een actievere en meer betrokken rol hebben in onze relaties en meer bereid zijn om te proberen te begrijpen wat de ander voelt.

9 - Evaluatie van de activiteit

Reflectiemoment in de groep - aan het einde moet de begeleider vragen:

- Wat voelde je?
- Hoe kan deze activiteit ons dagelijks leven weerspiegelen?

Tips en trucs:

We hebben deze activiteit in klassen toegepast, dus we raden aan dat je, als je het met grotere groepen wilt doen, de klas in 4 of 5 groepen verdeelt en dat elke groep een taak kiest die de andere groepen moeten uitvoeren.

Tips en trucs:

De begeleider moet leerlingen begeleiden bij het kiezen van taken die medeleerlingen moeten uitvoeren om ervoor te zorgen dat ze haalbaar zijn en in overeenstemming met de beschikbare ruimte en tijd.

INTERACTIEF VERHAAL

1 - Inleiding

Veel kinderen en jongvolwassenen krijgen te maken met cyberpesten, als persoon die wordt gepest, als omstander en soms als degene die anderen pest. De gevolgen van pesten kunnen verwoestend zijn en vaak hebben mensen geen idee wat ze eraan kunnen doen. In dit interactieve verhaal krijgen kinderen en jongvolwassenen de kans om te bepalen hoe het verhaal verder gaat en wat er gebeurt.

2 - Doelstellingen

De voorgestelde activiteit is gericht op (1) kennis vergaren over cyberpesten, (2) bewustwording creëren en (3) begrijpen dat je verschillende soorten acties kunt ondernemen om cyberpesten tegen te gaan.

3 - Trefwoorden

Kies je eigen verhaal; agency; pesten; cyberpesten; online; acties; gevolgen.

4 - Methodologie - computerondersteund individueel leren

Dit is een methode waarbij individuen zelf bepalen hoe een pestverhaal verder gaat. Ze hebben zeggenschap, wat hen de middelen geeft om cyberpesten in het echte leven te bestrijden.

5 - Duur

10-30 minuten (afhankelijk van hoe vaak je verschillende paden in het verhaal kiest).

6 - Activiteit

Stap 1 - De activiteit uitleggen en de leerlingen naar de webpagina verwijzen.

Leerlingen krijgen te horen dat ze een verhaal krijgen over iemand die online wordt gepest en dat ze kunnen bepalen hoe het verhaal verder gaat, door op bepaalde momenten in het verhaal verschillende bewegingen te kiezen. Ze krijgen ook te horen dat ze het verhaal meerdere keren kunnen starten, zodat ze verschillende keuzes kunnen maken en zien hoe dit de verhaallijn beïnvloedt.

Stap 2 - Zelf het verloop van het verhaal bepalen.

De leerlingen beginnen het verhaal en werken zelfstandig. De leerkracht loopt rond en helpt waar nodig. De leerlingen kunnen ook in tweetallen werken, zodat ze moeten overleggen welke actie ze kiezen en waarom.

Stap 3 - Bewustwording van de groep of klas.

De leerlingen bespreken in de hele groep wat ze hebben gedaan en wat ze hebben geleerd. Ze kunnen nu gaan bespreken hoe ze het geleerde in hun eigen groep kunnen toepassen.

7 - Product

Interactief verhaal op de computer

8 - Leerresultaten

Kennis over pesten, zowel vanuit het oogpunt van het slachtoffer als van de agressor

Het gevoel dat je iets kunt doen aan pesten.

Kennis over de gevolgen van je keuzes als je gepest wordt of als je een omstander bent.

9 - Evaluatie van de activiteit

Tips en trucs:

Uit eigen ervaring adviseren wij om leerlingen te motiveren om alle verhaalelementen (= alle keuzes) volledig en grondig te lezen, voordat je je keuze aangeeft en verder gaat.

Mondelinge discussie na de activiteit/ korte vragenlijst.

BABELLAARS - AANPASSING

1 - Inleiding

De Stichting School en Veiligheid (www.schoolenveiligheid.nl) heeft babbelboxen ontwikkeld om over pesten te praten. Echter, zijn deze nog niet van toepassing op cyberpesten. Wij hebben de teksten op de kaarten aangepast zodat ze betrekking hebben op cyberpesten.

2 - Doelstellingen

Het idee is dat je het onderwerp cyberpesten het hele jaar door kunt bespreken. Je kunt deze kaarten in een doos doen en besluiten om er elke week een uit te halen of een dag in te lassen waarop je ze allemaal bespreekt. Je hoort van je leerlingen wat ze denken over cyberpesten en laat ze nadenken over wat er nodig is voor een fijne sfeer, zowel online als in de klas. De kaarten moedigen leerlingen aan om woorden te geven aan gevoelens en behoeften. Stichting School en Veiligheid benadrukt dat het belangrijk is om deze vragen/uitspraken in een veilige en vertrouwde omgeving te stellen.

3 - Trefwoorden

Cyberpesten; persoonlijke ervaringen; veiligheid; groepssfeer

4 - Methodologie - Teamwerk

De kaarten vergemakkelijken het groepsgesprek over cyberpesten. Bij het beantwoorden van de vragen kunnen leerlingen iets persoonlijks over zichzelf vertellen. Geef leerlingen de ruimte om hun grenzen aan te geven: laat ze desgewenst een andere kaart kiezen of geef de kaart door aan een klasgenoot die erover wil praten. Indien gewenst kun je als leerkracht de vragen vooraf selecteren, passend bij het tijdstip en de leeftijd van de groep.

5 - Duur

+/- 5 minuten voor elke kaart

6 - Activiteit (beschrijving)

Hoe gebruik je de kaarten? Print de kaarten en knip ze uit. Doe ze in een potje of envelop. Je kunt de pot of envelop op een vast moment in de week zetten of wanneer het onderwerp pesten ter sprake komt in de klas. Maak met de groep afspraken over hoe je op een prettige en respectvolle manier met elkaar kunt praten of verwijst naar bestaande afspraken.

Laat een leerling een kaart pakken of pak er zelf een. Nodig de leerling uit om de vraag te beantwoorden. Spreek een teken af voor als je de vraag niet beantwoordt; een leerling kan dan bijvoorbeeld zeggen: "Ik pas". Een andere manier is om de leerling de kaart te laten voorlezen en drie leerlingen die hun vinger opsteken een antwoord te laten geven.

Je kunt leerlingen ook vragen om zelf uitspraken of vragen toe te voegen.

Kaarten voor cyberpesten/ online pesten

Waarom denk je dat iemand een ander online zou pesten?	Als ik de leerkracht zou zijn, zou ik cyberpesten stoppen door
Wat je offline niet tegen een ander zegt, zeg je ook niet online.	Als ik de baas zou zijn van een social media platform, zou ik cyberpesten stoppen door ...
Wie heb je vandaag een 'like' gegeven, of op wie heb je positief gereageerd? En wat heb je gezegd?	Waarom zou iemand een ander online pesten, denk je?
Als ik online iets meemaak waar ik me niet goed bij voel, helpt het om er met een vriend over te praten.	Wat heb je nodig om je veilig te voelen in een online groep?
Als ik online iets meemaak waar ik me niet goed bij voel, helpt het om erover te praten met mijn leraar.	Bedenk samen twee manieren om cyberpesten te stoppen.
Als ik online iets meemaak waar ik me niet goed bij voel, helpt het om dit aan het platform (tiktok, snapchat, whatsapp, ...) te melden.	Wat zou je missen als je niet in de app-groep van je klas zou zitten?
Als ik online iets meemaak waar ik me niet goed bij voel, helpt het om naar de politie te gaan.	Wie moet cyberpesten voorkomen of stoppen? Leraren? Leerlingen? Anderen, namelijk
Online pesten kan gewoon een grap zijn, je moet ermee om kunnen gaan.	Hoe kun je een ander laten weten dat je zijn of haar online gedrag niet leuk vindt?
Hoe kun je online laten zien dat je het gedrag van een ander niet leuk vindt?	Vraag twee klasgenoten naar hun beste/grappigste moment online deze week.
Weet jij wat een ongeschreven regel is? Noem een ongeschreven regel die je online gebruikt.	Om bij te dragen aan een leuke klas, aan een leuke sfeer in een online groep, kan ik
...	Vraag je leerkracht of er vroeger meer gepest werd op school toen online pesten nog niet bestond.

7 - Product

Groepsdiscussie

8 - Leerresultaten

Delen van ervaringen met cyberpesten; bewustzijn; groepsnormen

9 - Evaluatie van de activiteit

Mondelinge discussie na de activiteit/ korte vragenlijst.

FORUM / SOCIAAL THEATER - WERKTECHNIKEN

1 - Inleiding

De voorgestelde activiteit is gericht op het vergroten van het bewustzijn en de bewustwording van pesten en cyberpesten, gezien de ernst van het probleem waarmee de kinderen en jongeren te maken hebben.

2 - Doelstellingen

- Specifieke doelstelling:

De ontwikkeling van proactief gedrag en een proactieve houding bij kinderen/jongeren ten opzichte van pesten en cyberpesten.

- Operationele doelstelling / Gedrag:

- ✓ Het identificeren van pestgedrag en cyberpesten in de fysieke sociale omgeving en in de online omgeving.
- ✓ De gevolgen van pesten en cyberpesten illustreren
- ✓ Oplossingen toepassen om pesten en cyberpesten te ontmoedigen
- ✓ Verantwoordelijk en respectvol gedrag vertonen in de online omgeving in situaties van interactie met online gebruikers.

3 - Trefwoorden

Pesten; cyberpesten;; slachtoffer; omstander; verdediger; motivatie; gevolgen.

4 - Methodologie - Forum / Sociaal theater

Speelse activiteiten zetten het onzichtbare symbolisch om in het persoonlijke verhaal, zoeken naar oplossingen en maken het zichtbaar. We willen ambassadeurs zijn van openheid om houdingen ten opzichte van diversiteit te veranderen. We willen de blokkades die je tegenhouden om de beste versie van jezelf te worden weghalen door pesten en cyberpesten onder kinderen te ontmoedigen.

Sociaal theater is een werkmethode waarbij de deelnemers aan de activiteit deelnemen aan het oplossen van een sociale situatie door in teams te werken en rollen aan te nemen in relatie tot de sociaal-emotionele respons die wordt ervaren in het spel dat op symbolisch niveau wordt gespeeld. Leden van een team werken samen om een gemeenschappelijk doel te bereiken - bewustwording van het fenomeen en effectieve interventie. Het stimuleert en ontwikkelt zelfbeeld, waardering en communicatie, wederzijds vertrouwen, gedeelde verantwoordelijkheid, creativiteit en innovatie in het proces van het veranderen van disfunctioneel gedrag in offline en online sociale relaties.

Het gebruik van de methode wordt versterkt door de ontwikkeling van een focusgroep waarin de deelnemers de kenmerken van het sociale fenomeen pesten of cyberpesten (rollen, gedragingen, mogelijke effecten) specificeren en verduidelijken, de probleemsituatie identificeren en een mogelijk scenario bouwen dat gericht is op het probleem en oplossingen - een scenario dat in werking wordt gezet in aanwezigheid van een publiek met een actieve rol in de dynamiek van het theaterspel.

5 - Duur

90 minuten

6 - Activiteit (beschrijving)

A. Focusgroep

Stap 1 - Verduidelijking van de kenmerkende elementen van het fenomeen pesten en cyberpesten:

Er worden twee werkgroepen gevormd met 6-8 leden uit klassen van parallelle leerlingen van hetzelfde schoolniveau - de middelbare school. Bladen en schrijfwaren worden uitgedeeld.

Vragen om de kwestie die voor analyse wordt voorgesteld te verduidelijken:

1. Hoe definieer je het fenomeen "pesten" en cyberpesten?
2. Mogelijke rollen benoemen die zich voordoen in situaties van pesten en cyberpesten.
3. Welke relaties zijn er tussen de geïdentificeerde rollen?
4. Welke effecten op de persoon kunnen deze sociale fenomenen bepalen?
5. Geef voorbeelden van mogelijke interventieoplossingen.
6. Vat de antwoorden samen.

Stap 2 - De voorgestelde probleemsituatie en de oplossing identificeren

Leerlingen presenteren ideeën, analyseren, verklaren, verduidelijken, geven mogelijke lijnen aan, corrigeren, voltooien en organiseren de resulterende lijnen in een samenhangend formaat dat kan worden opgevoerd in een symbolisch toneelstuk.

De discussieleider komt alleen tussenbeide als facilitator en voor verduidelijking in geval van misverstanden, onduidelijke ideeën of termen.

B. Theaterforum / sociaal

Stap 1 - Presentatie van gedragingen die specifiek zijn voor pesten en cyberpesten.
Spelvoorbereiding

Elke groep besluit over de uiteindelijke vorm van het op te voeren toneelstuk. De activiteit heeft een voorgestelde maximale duur van 10 minuten. Een van de rollen in het theaterspel is die van de verteller, die tot taak heeft het publiek te mobiliseren voor interventies, het uiten van ideeën, het tijdelijk overnemen van rollen en het vergemakkelijken van de communicatie tussen acteur en publiek.

Het testspel is klaar. De leerlingen kiezen de beste optie voor het toneelstuk.

Stap 2 – Bewustwording van de groep of klas.

Elk team presenteert de gekozen versie aan één klas. Na afloop van het spel is er een nabespreking. Met toestemming van de leerlingen wordt het toneelstuk opgenomen.

Stap 3 - Bewustzijn van de gemeenschap - Poster

Alle deelnemende leerlingen krijgen kartonnen vellen waarop ze indrukken, gedachten, ervaringen tijdens de presentatie van het theaterspel schriftelijk of tekenend weergeven. Ze worden gegroepeerd per thema: oorzaken, motivaties; zelf onderwerpen van pesten of cyberpesten; gevolgen van het fenomeen; wat ze hebben geleerd na deelname aan de activiteit. De verkregen resultaten worden weergegeven op een bord dat de leerlingen kunnen bekijken en de opname van de activiteit wordt op het schoolplatform geplaatst.

7 - Product

Tentoonstelling met posters/boodschappen;

Theaterkit - er kunnen verschillende acts worden geselecteerd die worden gepresenteerd in een reeks activiteiten met de andere klassen van de middelbare school, afhankelijk van het vastgestelde probleem en de behoefte aan oplossingen van de leerlingen.

8 - Leerresultaten

Verduidelijking van het fenomeen pesten en cyberpesten, met betrekking tot de oorzaken, de beweegredenen van de deelnemers aan pesten / cyberpesten, de verschillen tussen deze sociale fenomenen en het gedrag van agressie, de gevolgen voor het slachtoffer en oplossingen om de verspreiding van het fenomeen te ontmoedigen.

Het lijden van het slachtoffer herkennen, verwoorden en de moed stimuleren om hulp te vragen/aan te bieden.

9 - Evaluatie van de activiteit

Vragenlijst.

EMPATHIE OEFENEN

1 - Doelstellingen

Empathie ontwikkelen en leerlingen helpen om situaties vanuit verschillende perspectieven te bekijken.

2 - Duur

60 minuten

3 - Activiteit (beschrijving)

Leerlingen kunnen empathie oefenen door in de huid te kruipen van een slachtoffer van cyberpesten, de agressor of de omstander en na te denken over hoe ze zich in elke rol zouden voelen. De rollen kunnen op verschillende kaarten worden uitgedeeld en elke leerling kan uit de stapel kiezen. Het zou interessant zijn voor de leerlingen om verschillende reacties op dezelfde situatie te zien.

Voorgestelde rollen voor de kaarten:

- Ik ben een cyberpester. Waarom moet ik anderen pesten? Wat motiveert mijn gedrag en wat zijn de mogelijke redenen achter mijn acties?
- Ik heb iemand gepest. Hoe kan ik mijn excuses aanbieden?
- Ik ben online gepest. Hoe voelde ik me daarbij? Welke emotionele impact heeft dit op mij? Ben ik bang, angstig, etc.?
- Iemand verspreidt geruchten over mij. Wat kan ik doen?
- Ik was er getuige van dat iemand werd gepest, maar ik greep niet in. Had ik het anders kunnen doen? Waarom heb ik ervoor gekozen om niet in te grijpen?
- Ik was er getuige van dat iemand werd gepest en ik greep in. De leerling die deze rol speelt, kan beschrijven hoe hij of zij ingreep om het pesten te stoppen, welke acties hij of zij ondernam en waarom hij of zij het belangrijk vond om in actie te komen.
- Ik ben een ouder en mijn kind is het slachtoffer van cyberpesten. Wat kan ik doen?
- Ik ben een ouder en ik heb ontdekt dat mijn kind een ander kind cyberpesten. Wat kan ik doen?
- Ik ben een leerkracht en een leerling heeft me benaderd om te vertellen dat hij of zij gecyberpest is. Wat kan ik doen?
- Ik ben een leerkracht en ik was getuige van een cyberpestincident in de klas? Hoe kan ik het probleem aanpakken? Hoe kan ik samenwerken met de school en de ouders om herhaling te voorkomen?
- Ik ben een schoolbegeleider en ik ben benaderd door een slachtoffer van cyberpesten. Hoe kan ik het slachtoffer steunen en helpen om te gaan met de emotionele gevolgen van cyberpesten? Hoe kan ik met de agressor samenwerken om de onderliggende oorzaken van zijn gedrag aan te pakken?

NADENKEN OVER GEPAST EN ONGEPAST ONLINE GEDRAG

1 - Doelstellingen

Onderscheid maken tussen gepast en ongepast online gedrag.

2 - Methodologie - Teamwerk

Verdeel de klas in groepjes van 4-5 leerlingen.

3 - Duur

90 minuten

4 - Activiteit (beschrijving)

Vraag leerlingen om strips voor te bereiden van mogelijke veilige en onveilige situaties online (bijv. iemand die je nog nooit persoonlijk hebt ontmoet vraagt je om een ongepaste foto). Als leerlingen het moeilijk vinden om onveilig gedrag online te bedenken, zijn hieronder enkele suggesties die je kunt gebruiken om hen te inspireren:

- Gemene of bedreigende teksten/berichten plaatsen
- Anderen in verlegenheid brengen door foto's te plaatsen, een website te maken of persoonlijke informatie te onthullen
- Je voordoen als iemand anders door zijn naam te gebruiken
- Huisadres online delen
- Telefoonnummer delen met onbekende mensen
- Openbare Wi-Fi gebruiken voor gevoelige transacties (bijvoorbeeld financiële transacties)
- Accounts constant ingelogd houden, zelfs als ze niet in gebruik zijn
- De instellingen van de profielen in sociale netwerken op openbaar laten staan
- Openbare computers gebruiken (bijv. op school, internetclub, enz.) om in te loggen op privéaccounts
- Online persoonlijke informatie delen met iemand die je nog nooit persoonlijk hebt ontmoet
- Onbedoeld privéfoto's online plaatsen

Geef links naar websites voor het ontwikkelen van strips, zoals [Canva](#), [Pixton](#) en [Storyboard That](#). Met deze programma's kun je personages, achtergronden en tekstballonnen naar een digitaal canvas slepen.

NAVIGEREN DOOR ONLINE DRUK EN INVLOED VAN LEEFTIJDGENOTEN

1 - Inleiding

Peers zijn mensen die deel uitmaken van dezelfde sociale groep, dus de term "groepsdruk" verwijst naar de invloed die peers op elkaar kunnen hebben. Peer pressure is het proces waarbij leden van dezelfde sociale groep andere leden beïnvloeden om dingen te doen waar ze misschien tegenop zien of waar ze anders misschien niet voor zouden kiezen.

2 - Activiteit (beschrijving)

Positieve en negatieve groepsdruk verwijzen naar de invloed die leeftijdsgenoten uitoefenen op het gedrag of de keuzes van een individu. Het belangrijkste onderscheid ligt in de invloed die de invloed heeft op het welzijn en de ontwikkeling van het individu. Hieronder staan enkele voorbeelden van zowel positieve als negatieve groepsdruk, probeer onderscheid te maken tussen de twee categorieën:

Academische uitmuntendheid
Drugsmisbruik
Keuzes voor een gezonde levensstijl
Pesten
Doelen stellen
Intimidatie
Sociale integratie
Negatieve houdingen en overtuigingen
Vriendelijkheid
Regels breken

Diensten voor de gemeenschap
Doelen stellen en persoonlijke groei
Spijbelen
Roekeloos rijden
Vrijwilligerswerk
Onveilig seksueel gedrag
Empathie
Deelnemen aan illegale activiteiten
Zelfverbetering
Persoonlijke groei

Positieve groepsdruk	Negatieve groepsdruk

Antwoorden:

Positieve groepsdruk:

- Academische uitmuntendheid - wanneer klasgenoten elkaar aanmoedigen om te studeren, actief deel te nemen aan de lessen en te streven naar academisch succes, ontstaat er een positieve groepsdruk voor studenten om academisch uit te blinken.
- Keuzes voor een gezonde levensstijl - als een vriendengroep regelmatig beweegt, voedzame eetgewoonten aanmoedigt en ongezond gedrag zoals roken of overmatig drinken ontmoedigt, bevordert dit positieve groepsdruk om een gezonde levensstijl aan te houden.
- Sociale inclusie en vriendelijkheid - leeftijdsgenoten die inclusiviteit, vriendelijkheid en empathie bevorderen, creëren een positieve groepsdruk die leerlingen aanmoedigt om elkaar te accepteren, te steunen en respectvol met elkaar om te gaan.
- Gemeenschapsdienst en vrijwilligerswerk - als vrienden samen vrijwilligerswerk doen, oefenen ze positieve groepsdruk uit door anderen te motiveren om bij te dragen aan de gemeenschap en een positieve impact te hebben.
- Doelen stellen en persoonlijke groei - leeftijdsgenoten die het stellen van doelen, zelfverbetering en persoonlijke groei aanmoedigen, inspireren anderen om hun eigen doelen te stellen en na te streven, waardoor een positieve groepsdruk voor individuele ontwikkeling ontstaat.

Negatieve groepsdruk:

- Drugsmisbruik - als leeftijdsgenoten iemand onder druk zetten om te experimenteren met drugs, alcohol of andere schadelijke stoffen, betekent dit negatieve groepsdruk die schadelijke gevolgen kan hebben voor het fysieke en mentale welzijn van de persoon in kwestie.
- Spijbelen of regels overtreden - als klasgenoten anderen overhalen om lessen over te slaan, spieken bij examens of ander regel overtredend gedrag vertonen, ontstaat er negatieve groepsdruk die de academische vooruitgang kan belemmeren en kan leiden tot tuchtmaatregelen.
- Pesten en intimidatie - als een groep leerlingen pesten, plagen of intimiderend gedrag tegenover anderen aanmoedigt of eraan deelneemt, betekent dit negatieve groepsdruk die emotioneel leed en schade aan het slachtoffer kan veroorzaken.
- Riskant gedrag - groepsdruk om deel te nemen aan gevaarlijke activiteiten zoals roekeloos rijden, onveilig seksueel gedrag of deelname aan illegale activiteiten is negatieve groepsdruk die ernstige gevolgen kan hebben.
- Negatieve houdingen en overtuigingen - wanneer leeftijdsgenoten negatieve houdingen zoals racisme, seksisme of intolerantie uitdragen, oefenen ze negatieve groepsdruk uit, waardoor een schadelijke omgeving ontstaat die vooroordelen en discriminatie in stand houdt.

Het is van cruciaal belang dat leerlingen negatieve druk van leeftijdsgenoten herkennen en weerstaan, terwijl ze op zoek gaan naar positieve invloeden die aansluiten bij hun waarden, doelen en welzijn.

Lees meer over groepsdruk en hoe je ermee om kunt gaan op de volgende websites:

<https://kidshelpline.com.au/teens/issues/peer-pressure-and-fitting>

<https://kidshealth.org/en/kids/peer-pressure.html>

<https://yourlifecounts.org/learning-center/peer-pressure/20-ways-to-avoid-peer-pressure/>

<https://caps.ucsc.edu/counseling/aod/peer-pressure.html>

<https://www.aspenridgerecoverycenters.com/how-to-deal-with-peer-pressure/>

<https://www.casita.com/blog/how-to-tackle-peer-pressure>

<https://parentandteen.com/say-no-peer-pressure/>

<https://www.verywellmind.com/what-is-peer-pressure-22246>

GEVOELENS VAN PESTEN

1 - Inleiding

Audiovisuele emotiestimuli staan centraal in de emotionele perceptie van leerlingen. Emotioneel bewustzijn is essentieel om pesten te voorkomen. Er wordt vaak gezegd dat pesten verband houdt met de sociaalpsychologische gesteldheid van leerlingen. Studies tonen echter aan dat dit niet het geval is. Cyberpesten kan betrekking hebben op elke sociaalpsychologische categorie. Het centrale element blijft onvoldoende emotionele opvoeding.

2 - Doelstellingen

Leerlingen identificeren de emoties die samenhangen met neerhalen en pesten.

3 - Trefwoorden

Emotionele intelligentie, emotionele opvoeding, sociaal en psychologisch bewustzijn, volwassenheid

4 - Methodologie - Teamwerk

Leeftijden 8-11 en 11-14+

Hulpmiddelen: Een televisie, beamer of computerscherm waarop filmpjes kunnen worden afgespeeld, een kaart voor elke leerling, een korte scène uit een film/televisie/internetprogramma waarin pesten wordt getoond.

Vorbereiding: Kies voordat de les begint een scène uit een film, televisie- of internetprogramma waarin een peestsituatie wordt getoond waarmee de leerlingen zich kunnen identificeren.

5 - Duur

40 minuten

6 - Activiteit (beschrijving)

Speel de geselecteerde scène af. Analyseer de pesterijen met de leerlingen zodra de korte clips zijn afgespeeld. Stel de volgende vragen:

- Waarom werd deze persoon gepest?
- Hoe voelde de persoon zich door het pesten?
- Ben je ooit getuige geweest van een soortgelijke peestsituatie?

Verzamel alle kaarten als de leerlingen klaar zijn met schrijven. Schud de kaarten en verdeel ze opnieuw over de klas. Ga de klas rond en vraag de leerlingen om alleen de emoties en gevoelens te lezen die bij de tweede vraag staan.

Vraag de leerlingen om tijdens het voorlezen hun hand op te steken als ze ooit de emotie hebben gevoeld die wordt beschreven (en niet noodzakelijkerwijs vanwege plagen of pesten).

Verdeel de leerlingen vervolgens in groepjes van drie. Vraag de groepjes om strategieën te bedenken die helpen om te stoppen met het kleineren en pesten van andere mensen. Vraag hen ten slotte hoe ze zich in de toekomst zullen voelen als ze iemand pesten nadat ze de emoties hebben geïdentificeerd die mensen voelen als ze worden gepest.

Lees tot slot het volgende citaat van Martin Luther King Jr. "Uiteindelijk zullen we ons niet de woorden van onze vijanden herinneren, maar de stilte van onze vrienden."

Stel de groepen de volgende vragen:

- Wat zou dit citaat kunnen betekenen?
- Wat denk je dat dr. King te zeggen zou hebben over pesten?

7 - Product

Rapport met projectnotulen en schema voor het overbrengen van de activiteiten naar andere klassen.

8 - Leerresultaten

Samenwerken/samenwerken; Emotioneel zelfbewustzijn vergroten; Emoties van agressors herkennen; Zelfreflectie; Emotionele ervaringen delen; Anderen begrijpen, vertrouwen, respecteren; Werken aan hun eigen inlevingsvermogen.

DE BALANS OPMAKEN VAN MEZELF

1 - Inleiding

Bewustwording van iemands rol binnen de groep of gemeenschap is een sleutelement in het voorkomen van cyberpesten. Alle elementen die aanzetten tot een concrete en diepgaande reflectie over welke mogelijkheden iedereen heeft om deze verschijnselen te voorkomen, vormen een centraal element van alle inspanningen om cyberpesten de kop in te drukken en te voorkomen

2 - Doelstellingen

Gedrag identificeren dat ze willen veranderen; persoonlijke doelen stellen en eraan werken.

3 - Trefwoorden

Persoonlijke ontwikkeling, preventie en maatschappelijke betrokkenheid, burgerschap

4 - Methodologie - Teamwerk

Leeftijden 11-14+

5 - Duur

40 tot 80 minuten

6 - Activiteit (beschrijving)

Activiteit 1 - Naar onszelf kijken

Zorg ervoor dat leerlingen inmiddels begrijpen dat iedereen een verantwoordelijkheid heeft om iets te doen om ervoor te zorgen dat pesten niet voorkomt. Soms moeten we naar onszelf kijken om er zeker van te zijn dat we ons niet gedragen op een manier die niet helpt om pesten te stoppen.

Geef elke leerling een kopieerblad: Zou jij soms andere mensen kunnen pesten? Leg uit dat dit een persoonlijke activiteit is en dat ze het met niemand hoeven te delen, tenzij ze dat zelf willen. Ze moeten eerlijk zijn.

Hoewel dit in principe een leuke oefening is, die ook als zodanig moet worden behandeld, zullen leerlingen uiteindelijk nadenken over pesten in relatie tot hun eigen gedrag. Dit soort zelfonderzoek is het begin van het veranderingsproces.

Activiteit 2 - Vriendschapsvlag

Deel een kopieerblad uit: Vriendschapsvlag. De leerlingen knippen de vlag uit, vullen de nodige informatie in en versieren hem.

Verbinding met de gemeenschap - De ingevulde vriendschapsvlaggen kunnen mee naar huis worden genomen en worden gedeeld met de familie en de gemeenschap.

7 - Product

Een vriendschapsvlag

8 - Leerresultaten

Bewustzijn; zelfeffectiviteit; besluitvaardigheid; samenwerking; communicatievaardigheden

PRATENDE GEMEENSCHAP

1 - Inleiding

Deze activiteit, die gebruik maakt van een methode die maieutics wordt genoemd, bedacht en voorgesteld door de Italiaanse socioloog Danilo Dolci in de jaren 1950, heeft als doel de leerlingen te laten nadenken over het thema van de opvoedende gemeenschap. Door middel van een open en verantwoordelijke dialoog moeten de leerlingen de diepere betekenis van de opvoedende gemeenschap begrijpen en zich ook bewust worden van wat de leidende rol van de opvoedende gemeenschap betekent in relatie tot hun rol als verantwoordelijke burgers.

2 - Doelstellingen

Bewustmaking en aandacht vragen voor pesten en cyberpesten.

Leerlingen bespreken en creëren in teams een eerste stap voor de betrokkenheid van de onderwijsgemeenschap bij de preventie van pesten en cyberpesten.

3 - Trefwoorden

Opvoeden van de gemeenschap, pesten; cyberpesten; agressor; slachtoffer; omstander; verdediger; motivatie; gevolgen

4 - Methodologie - Teamwerk

De benadering is gebaseerd op de zogenaamde maieutische methode. De methode is filosofisch voortgekomen uit het gedachtegoed van Socrates en is in Italië gemoderniseerd door socioloog Danilo Dolci. De kinderen worden meegenomen in een open discussie waarin iedereen een hoofdrol speelt en zijn standpunt over het onderwerp moet verwoorden. Lees meer op www.montesca.eu/react

5 - Duur

2 uur

6 - Activiteit (beschrijving)

1. De groep zit in een kring in het klaslokaal en begint met een activiteit waarin de leider uitlegt wat een opvoedgemeenschap zou moeten zijn en ideeën worden uitgewisseld, rekening houdend met enerzijds de behoeften van de groep en anderzijds de onmisbare didactische planning. De leider kan de groep voorbereiden op het delen van een document, afhankelijk van de verschillende situaties: het lezen van een boek, een video, een kunstwerk. Vanaf de eerste discussie gaat de groep over op de algemene vraag. De algemene vraag is: *kan de besproken gemeenschap iets doen om pesten te voorkomen?*
2. Het kost een paar minuten stilte, nodig ze uit om na te denken voordat je de dialoog start en vergeet niet om altijd op je beurt te spreken.
3. Degenen die willen spreken, steken hun hand op en nemen het woord, op een respectvolle manier; als ze moeilijkheden hebben, kunnen ze in volgorde verdergaan, de cirkel volgend maar hen altijd vrij latend om te spreken wanneer ze voelen dat het gepast is, of om niet te spreken als ze zich er niet klaar voor voelen. Dit is een zeer democratische oefening, die niet als vanzelfsprekend kan worden beschouwd of vanaf het begin kan worden aangeleerd, het is ook een doel dat de groep langzaam bereikt.
4. De algemene vraag is: *kan de besproken gemeenschap iets doen om pesten te voorkomen?*
5. De leider moedigt twijfel aan, desnoods door het uit te lokken, omdat elke antwoord niet voortkomt uit zekerheden of vooraf vastgestelde waarheden, maar uit een collectieve onderzoeksactie.

6. Als de dialoog ten einde loopt, probeert de leider samen te vatten wat er naar voren is gekomen, waarbij hij het beste haalt uit ieders bijdragen, vooral uit diegenen die het meest geïntimideerd zijn.
7. De synthese probeert te definiëren wat een gemeenschap kan doen om pesten te voorkomen (stappen en acties)

7 - Product

Een geformuleerd document dat naar een lijst met potentiële belanghebbenden wordt gestuurd (gemeenteleiders, religieuze leiders, sportmanagers ...)

8 - Leerresultaten

Bewustwording van het fenomeen pesten.

Bewustwording van het sociale systeem gedefinieerd als het opleiden van de gemeenschap.

Bewustwording van de rol van de buitenschoolse omgeving bij het voorkomen van pesten.

9 - Evaluatie van de activiteit

Vragenlijst

ROLMODELLEN

1 - Inleiding

Het doel van deze activiteit is om leerlingen te laten begrijpen dat iedereen een rolmodel kan zijn. In het bijzonder dat het getuige zijn en het bewustmaken van pesten en cyberpesten niet alleen een zaak is van omstanders, maar van alle actieve en bewuste burgers.

2 - Doelstellingen

Bewustmaking en aandacht vragen voor pesten en cyberpesten.
Bewustwording van de burgerlijke positie van rolmodellen

3 - Trefwoorden

Rolmodellen, actief burgerschap, pesten; cyberpesten; agressor; slachtoffer; omstander; verdediger; motivatie; gevolgen

4 - Methodologie - Open discussie - Kringgesprek

Kringtijd is een speciaal moment in het schoolleven: niet langer bureaus in rijen maar stoelen in een kring; niet langer cognitieve evaluatie van prestaties, maar luisteren zonder oordeel. Communicatie vindt plaats volgens gedeelde regels die ontworpen zijn om actief luisteren en deelname door iedereen te bevorderen (het kan bijvoorbeeld nuttig zijn om vast te leggen dat de beurt om te spreken ritueel wordt gemaakt door het doorgeven van een voorwerp).

5 - Duur

1 uur

6 - Activiteit (beschrijving)

Om de kringactiviteit te starten, moet de leerkracht:

De stoelen in een cirkel plaatsen.

De frequentie van de discussies bepalen.

De duur bepalen: 1 uur is meestal voldoende.

Hij/zij kan een eerste ronde van voorstellen maken en de leerlingen laten stemmen over hun prioriteiten, of een doos met voorstellen maken die opgeschreven en daar neergelegd kunnen worden.

De vraag is wat je als actieve burger kunt doen om pesten te voorkomen.

7 - Product

Verslag van de activiteit en korte notulen van de discussie

8 - Leerresultaten

Bewustwording van het fenomeen pesten.

Bewustwording van het sociale systeem gedefinieerd als het opleiden van de gemeenschap

Bewustwording van de rol van de buitenschoolse omgeving bij het voorkomen van pesten

9 - Evaluatie van de activiteit

Vragenlijst

CYBERPESTEN EN COMMUNICATIE

1 - Doelstellingen

Identificeer de kenmerken van communicatie over cyberpesten.
Bespreek cyberpesten en hoe je ermee omgaat.

2 - Duur

60 minuten

3 - Activiteit (beschrijving)

Zet de leerlingen in kleine groepjes. Geef elke groep een krantenartikel over cyberpesten.

Vraag de leerlingen om de artikels te lezen en ze te groeperen onder rubrieken/types van cyberpesten zoals Uitsluiting; Intimidatie; Cyberstalking; Uitschelden; Flaming; Denigreren; Imitatie; Valse profielen; Sexting....

Sommige leerlingen bedenken misschien liever hun eigen rubrieken. Sommige artikelen passen in meer dan één rubriek.

Vraag de groepen om hun werken te vergelijken aan de hand van de volgende vragen:

- Waarom denk je dat mensen zich zo gedragen tegenover anderen?
- Wat zegt het je over hun waarden?
- Wat kan er gedaan worden om dit cyberpesten te stoppen?

Vraag de leerlingen nu om te debatteren over het onderwerp "Cyberpesten is zo ingeburgerd in onze samenleving dat het nooit helemaal zal verdwijnen".

Vraag de leerlingen ten slotte om de komende weken een voorbeeld van cyberpesten te vinden in een lokale krant. Ze posten dit in hun dagboek, zeggen wat voor soort cyberpesten het is en stellen veranderingen voor die dit soort cyberpesten zouden kunnen stoppen.

"PRIVACY".

1 - Inleiding

De 20e en 21e eeuw zijn een wereld van grote veranderingen. De vooruitgang van de beschaving is de snelle ontwikkeling van moderne technologieën. Dit heeft niet alleen talloze voordelen, maar ook veel valkuilen en gevaren. Cyberpesten komt steeds vaker voor. Cyberpesten is agressief gedrag in de digitale ruimte, meestal in de vorm van woorden door middel van commentaar, memes, video's. De toegenomen frequentie van dit soort problemen op school, in het gezin en in de samenleving zorgt voor meer aandacht en activiteiten om methoden te ontwikkelen die zijn ontworpen om het fenomeen van haat te informeren, voorkomen en minimaliseren. Digitalisering is een instrument dat in verkeerde handen een bedreiging kan worden. Het is nodig om geweldloze communicatiepraktijken te introduceren. Leraren, ouders en leerlingen vragen erom. Dit fenomeen wint aan kracht in de virtuele omgeving. Het is belangrijk om jongeren bewust te maken van hoe te handelen, om in de praktijk te laten zien wat te vermijden en wat juist is.

2 - Doelstellingen

Leerlingen bewust maken van het belang van het probleem, hen vertrouwd maken met de bedreigingen in de cyberwereld en de gevolgen van cyberpesten. Bescherming bieden tegen cyberaanvallen. Hoe beveilig je accounts op portals, enz.

3 - Trefwoorden

Pesten, slachtoffer, cyberpesten, verdriet, omstander, geweld, uitsluiting, bescherming tegen cyberpesten

4 - Methodologie-Teamwerk

Groepswerk, individueel werk, brainstormen, open discussie. Werk gebaseerd op samenwerking, uitwisseling van ideeën. De activiteiten moeten leiden tot de ontwikkeling van methoden om cyberpesten te voorkomen

5 - Duur

3 X 45 min.

6 - Activiteit (beschrijving)

De leerlingen worden in vier groepen verdeeld. Elk van hen geeft zijn eigen manieren om zich te beschermen tegen cyberpesten. De gegeven suggesties worden op het bord geschreven. De leerkracht vult vervolgens de uitspraken van de leerlingen aan. Er ontstaat een discussie over manieren om cyberpesten te voorkomen (bijv. hoe je wachtwoorden maakt zodat ze niet gemakkelijk te ontcijferen zijn, je profielen op portals als privé markeren, je wachtwoorden en logins beschermen, geen foto's in de openbare ruimte publiceren).

7 - Product

Methoden definiëren om cyberpesten te voorkomen, hoe je je gegevens veilig kunt delen op het internet).

8 - Leerresultaten

Uitleg over hoe u uw gegevens veilig online kunt delen. Verhoogd bewustzijn van het risico van het lekken van privégegevens.

9 - Evaluatie

Vragenlijst/interview.

CYBERPESTEN - BRAINSTORMEN

1 - Inleiding

De 20e en 21e eeuw zijn een wereld van grote veranderingen. De vooruitgang van de beschaving is de snelle ontwikkeling van de moderne technologie. Er zijn niet alleen talloze voordelen, maar ook veel valkuilen en gevaren. Er is steeds meer sprake van online geweld. Cyberpesten is agressief gedrag in de digitale ruimte, meestal in verbale vorm door middel van commentaar, memes, video's. De toename van dit soort problemen op school, in het gezin en in de maatschappij zorgt voor meer aandacht en actie om methoden te ontwikkelen om het fenomeen van haatdragende taal te informeren, te voorkomen en te minimaliseren. Digitalisering is een instrument dat in de verkeerde handen een bedreiging kan worden. De behoefte aan geweldloze communicatiepraktijken is duidelijk. Zowel leerkrachten, ouders als leerlingen zelf vragen hierom. Vooral omdat het fenomeen in de virtuele omgeving aan kracht wint. Het is belangrijk om jongeren bewust te maken van hoe te handelen, in de praktijk te laten zien hoe te waken voor wat gepast is.

2 - Doelstellingen

Bewustmaken van de ernst van het probleem, leerlingen vertrouwd maken met de gevaren van de cyberwereld, de gevolgen van cyberpesten en manieren om het te voorkomen. Jongeren sensibiliseren, het inlevingsvermogen vergroten.

3 - Trefwoorden

Pesten, slachtoffer, cyberpesten, verdriet, omstander, geweld, uitsluiting

4 - Methodologie - Teamwerk

Groepswerk, individueel werk, brainstormen, open discussie. Werk gebaseerd op samenwerking, uitwisseling van ideeën. De activiteiten moeten leiden tot de conclusie dat cyberpesten slecht is en bestreden moet worden.

5 - Duur

3 X 45 min.

6 - Activiteit (beschrijving)

De leerlingen worden in 4 groepen verdeeld. De eerste en tweede groep schrijven de voordelen van het gebruik van internet op een groot vel papier. Terwijl de andere twee groepen de gevaren van de cyberwereld opschrijven. (bijv. het publiceren van veranderde, belachelijk makende foto's op het internet, pesterijen). Er begint een mini debat dat door de docent gestuurd wordt. Hij/Zij snijdt onderwerpen aan als cyberpesten, verslaving, slachtoffer, verdriet, uitsluiting. De leerkracht definieert in feite de term cyberpesten.

7 - Product

De term cyberpesten definiëren. Verduidelijken wat goed en slecht is. Hoe te gedragen in de cyberwereld.

*Cyberpesten (online agressie) : anderen stalken, vernederen, lastigvallen, belachelijk maken via het internet.

8 - Leerresultaten

Het fenomeen cyberpesten, pesten uitleggen. Werken aan het inlevingsvermogen, de negatieve effecten van internetgebruik laten zien, de goede en slechte kanten herkennen.

9 - Evaluatie van de activiteit

Vragenlijst/interview.

SLECHT EN GOED

1 - Inleiding

De 20e en 21e eeuw zijn een wereld van grote veranderingen. De vooruitgang van de beschaving is de snelle ontwikkeling van de moderne technologie. Er zijn niet alleen talloze voordelen, maar ook veel valkuilen en gevaren. Er is steeds meer sprake van online geweld. Cyberpesten is agressief gedrag in de digitale ruimte, meestal in verbale vorm door middel van commentaar, memes, video's. De toename van dit soort problemen op school, in het gezin en in de maatschappij zorgt voor meer aandacht en actie om methoden te ontwikkelen om het fenomeen van haatdragende taal te informeren, te voorkomen en te minimaliseren. Digitalisering is een instrument dat in de verkeerde handen een bedreiging kan worden. De behoefte aan geweldloze communicatiepraktijken is duidelijk. Zowel leerkrachten, ouders als leerlingen zelf vragen hierom. Vooral omdat het fenomeen in de virtuele omgeving aan kracht wint. Het is belangrijk om jongeren bewust te maken van hoe te handelen, in de praktijk te laten zien waar ze voor moeten oppassen en wat gepast is.

2 - Doelstellingen

Bewustmaken van de ernst van het probleem, leerlingen vertrouwd maken met de gevaren van de cyberwereld, de gevolgen van cyberpesten en manieren om het te voorkomen. Jongeren sensibiliseren, het inlevingsvermogen vergroten, onderscheid maken tussen wat correct gedrag is en wat niet.

3 - Trefwoorden

Pesten, slachtoffer, cyberpesten, verdriet, omstander, geweld, uitsluiting, cyberaanval, privacy schending

4 - Methodologie - Teamwerk

Werken in groepen. Werk gebaseerd op samenwerking, uitwisseling van ideeën. De activiteiten moeten leiden tot de conclusie dat cyberpesten slecht is en bestreden moet worden.

5 - Duur

3 X 45 minuten (45 min. les). Het maken van 6 korte video's (1-2 minuten).

6 - Activiteit (beschrijving)

Leerlingen worden verdeeld in 3 groepen. Elke groep moet 2 video's maken. De eerste video moet een voorbeeld van cyberpesten illustreren en de tweede video moet laten zien hoe je je moet gedragen in de cyberwereld. Deze opdracht zal aantonen of jongeren een goed begrip hebben van de kwestie cyberpesten, en verdere mogelijke stappen laten zien die genomen moeten worden om de perceptie van cyberpesten correct te maken.

7 - Product

Er worden 6 korte films/video's (1-2 minuten) gemaakt om te laten zien hoe jongeren tegen het onderwerp cyberpesten aankijken.

8 - Leerresultaten

Het fenomeen cyberpesten, pesten, uitleggen. Mogelijke toekomstige onderwerpen identificeren voor het werken met jongeren over het onderwerp cyberpesten.

9 - Evaluatie van de activiteit
Vragenlijst/interview.

Verklarende woordenlijst

Agressor	De agressor of pester is een individu dat, door gewelddadig of agressief op te treden, probeert diegenen die hij als kwetsbaar beschouwt (het slachtoffer) te schaden of te intimideren.
Anti-pesten	Houding of activiteit om pesten en cyberpesten af te wijzen en/of aan te pakken.
Pesten	Een reeks agressieve gedragingen tussen leeftijdsgenoten, opzettelijk en herhaaldelijk, die schade - fysiek, verbaal, sociaal/relatieel, psychologisch en/of seksueel - kunnen toebrengen aan kinderen en jongeren in een relatie van machtsonevenwicht tussen de agressor en het slachtoffer.
Cyberpesten	Virtuele vorm van pesten. Gedrag van agressie, bedreiging, intimidatie of uitsluiting met als doel pijn, schaamte, angst of ongemak te veroorzaken bij het slachtoffer, door acties in een digitale context, via het internet of andere kanalen.
Cyberstalking	Stalking via internet. Het kan zich uitstrekken tot bedreigingen van fysieke schade aan de betrokken persoon. Het kan monitoring, valse beschuldigingen en bedreigingen inhouden en gaat vaak gepaard met offline stalking. Het is een strafbaar feit en kan resulteren in een straatverbod, voorwaardelijke vrijlating en zelfs gevangenisstraf voor de agressor.
Smaad	Het belasteren of beledigen van iemand via roddels en geruchten, inclusief die verspreid op het internet, met als doel reputatieschade te veroorzaken.
E-begeleiding	Het heeft betrekking op alle begeleiding die in elektronische vorm wordt gegeven, d.w.z. via een smartphone of een online platform, per e-mail of via sociale media.
Empowerment	De activiteit van het aanmoedigen en motiveren om actie te ondernemen; het wordt ook geassocieerd met het opbouwen van zelfvertrouwen en geloven in eigen kunnen. Het is nauw verbonden met loopbaanbeslissingen nemen en controle nemen over loopbaanbeslissingen.
Uitsluiting	Opzettelijke verwijdering van een persoon uit een bepaalde virtuele gemeenschap.
Flaming	Het bestaat uit een vijandige interactie tussen internetgebruikers door middel van beledigende berichten.
Groepsrollen	De rollen en verantwoordelijkheden van de leider of begeleider en de individuele leden die binnen de groep of het team werken, worden onderzocht. Het woord 'rol' verwijst naar hoe iemand zich zal gedragen en welke functie hij of zij zal vervullen binnen de groep als geheel.

Happy slapping	Duidelijker raakvlak tussen face-to-face en virtueel pesten. Dit type geweld wordt gegeneerd door de verspreiding van video's met scènes van fysieke agressie, waarbij een slachtoffer op straat wordt aangevallen en het geweld wordt opgenomen met smartphonecamera's en de video later wordt gepubliceerd op websites, met als doel de aangevallen persoon te vernederen.
Intimidatie	Intimidatie is een patroon van herhaaldelijk beledigend gedrag dat opzettelijk gericht is op een persoon. Het doel is meestal om het doelwit zich bedreigd of geïntimideerd te laten voelen. Het slachtoffer kan zich bang, gekwetst of ontmoedigd voelen.
Identiteitsdiefstal	Bij identiteitsdiefstal doet de aanvaller zich op internet voor als een andere persoon en gebruikt hij persoonlijke gegevens van het slachtoffer, zoals een e-mailaccount of messenger, om het slachtoffer in verlegenheid te brengen en schade toe te brengen.
Sleutelcompetenties (pesten)	Reeks vaardigheden waarmee pesten kan worden herkend, verdedigd en bestreden.
Outing	Schending van intimiteit. Het onthullen van geheimen, informatie en privé-, intieme of compromitterende beelden van het slachtoffer.
Phishing	Phishing is een vorm van online fraude waarbij een aanvaller een frauduleus bericht verstuurt (bijvoorbeeld gespoofd, vals of misleidend) dat is ontworpen om iemand te verleiden gevoelige informatie aan de aanvaller te verstrekken of kwaadaardige software in de infrastructuur van het slachtoffer te installeren.
Sexting	Het is een handeling die tot doel heeft de reputatie van een persoon te schaden door de online verspreiding van aanstootgevend materiaal met seksuele contouren, namelijk door de publicatie van foto's (foto's of video's) van het slachtoffer op het internet, waarbij beelden worden gemanipuleerd en veranderd.
Bedreiging	Herhaalde berichten sturen waarin anderen worden bedreigd of geïntimideerd.
Transversale vaardigheden	Transversale vaardigheden zijn vaardigheden die in veel verschillende situaties kunnen worden gebruikt. De term "transversaal" verwijst naar de manier waarop deze competenties verschillende taken en functies kruisen.
Slachtoffer	Een persoon die als gevolg van een actie een aantasting van zijn of haar lichamelijke of geestelijke integriteit, moreel leed of materieel verlies heeft geleden.
Getuige	Mensen die een situatie van geweld gezien, gehoord of direct of indirect beleefd hebben. Getuigen kunnen zich gunstig opstellen tegenover de agressor, gunstig tegenover het slachtoffer, onverschillig of dubbelzinnig.

CONCLUSIE

Tot slot moet bij het gebruik van deze methodologische handleiding rekening worden gehouden met het feit dat: a) de initiatieven tegen pesten verspreid en opgebouwd zijn door degenen die ze promoten en dat een grotere samenwerking tussen de verschillende mensen die zich met dit onderwerp bezighouden, de campagnes of andere acties tegen (cyber)pesten ten goede zal komen en b) een "hele school"-aanpak, die kinderen en jongeren als een actief onderdeel van deze campagnes beschouwt, hun eigen grotere betrokkenheid bevordert.

We hopen dan ook dat dit document een nuttig hulpmiddel zal zijn voor alle belanghebbenden en onderwijsprofessionals die zich bezighouden met pesten en cyberpesten, zowel bij het bevorderen van een grotere bewustwording en preventie van dit probleem, als in een perspectief van ondersteuning en aanpak van pestsituaties, op de verschillende manieren waarop het kan voorkomen.

De middelen en activiteiten die hier zijn verzameld, moeten flexibel worden gebruikt en kunnen worden aangepast aan de behoeften en specifieke kenmerken van de groepen en scholen waarin ze worden geïmplementeerd, en aan de doelen die u wilt bereiken.

Dit materiaal moet dus worden gebruikt als een leidraad en een alternatief hulpmiddel ter ondersteuning van antipestpraktijken. De opmerkingen en tips die hier zijn opgenomen, zijn geschreven op basis van onze ervaringen met deze activiteiten en kunnen verschillen afhankelijk van je eigen ervaring en realiteit.