



«ZE VINDEN ME NOOIT»

Cyberpesters zitten in elke klas

Beledigende of bedreigende mails of sms'jes sturen, zich als iemand anders voordoen in cyberspace, roddels verspreiden, inbreken in een computer, iemand uitsluiten in chatgroepen (msn). Cyberpesten is stevig doorgedrongen in het leven van de Vlaamse tieners en jongeren. De ouders zien het vaak als een grap en schatten de kans klein in dat ze gevat worden. De slachtoffers krimpen. Ze zijn nergens veilig, ook thuis niet. Cyberpesten is hard en heeft een grotere impact dan het klassieke pesten. De meeste slachtoffers zwijgen, uit angst voor nog meer pesterijen. Hun ouders en leerkrachten weten en zien niets. Toch gebeurt cyberpesten in nagenoeg elke klas...

Herman, directeur:

«Buiten de school, niet onze zaak»

«Niemand hier op school wist dat Hannelore (14) werd gepest. Tot ze in de ziekenzaal van de school zat te wenen. Toen kwam alles eruit. Dat ze haar pestten, dat ze haatmails kreeg en op msn het middelpunt was van spot. Na de examens kreeg iedereen van de klas een uitnodiging voor een klasbarbecue waarin Hannelore als 'special guest' werd voorgesteld. Het meisje ging er onderdoor en had psychologische hulp nodig. De ouders van Hannelore wilden de pestkop zien hangen 'aan de hoogste boom'. We konden de dader snel vinden. Maar de ouders van de dader merkten droogweg op dat we ons niet te bemoeien hebben met wat buiten de school of op internet en via gsm gebeurt. Ze waren boos en hebben haar van school weggehaald, maar het pesten bleef wel duren.»

Pieter (11):

«NIET LEUK»

«Ik stuur wel eens sms's je naar kinderen die ik niet leuk vind, vieze teksten, erger nog dan 'rotzak': 'I'm gonna kill you tonight.'»

wat? TECHNOPOWER

Elke vorm van pesten gebeurt berekend. De pestkop wil pijn doen, kwetsen. En het gebeurt telkens opnieuw. Pesten vertrekt bovendien vanuit een machtspositie. Als pesten gebeurt via nieuwe informatie- en communicatietechnologie (internet, gsm...), spreken we van cyberpesten. Het klassieke pesten krijgt vaak een verlengstuk in cyberspace.

hoe? REMMEN LOS

- **verbaal pesten:** beledigende, agressieve, vernederende, bedreigende, vijandige of seksueel suggestieve boodschappen via mail, gsm, sms, chatten...
 - **non-verbaal pesten:** pornografische en obscene foto's doorsturen, foto's van het slachtoffer bewerken en op het web zetten.
 - **fysiek pesten:** schade aanrichten aan de computer door virussen op te sturen, iemands mailadres hacken en zijn paswoord veranderen, supergrote bestanden doorsturen...
 - **social pesten:** uitsluiten uit onlinegroepen...
 - **indirect pesten:** private of gênante informatie over een slachtoffer verspreiden, online privégesprekken opslaan en doorsturen, de elektronische identiteit van het slachtoffer overnemen, populariteitstesten of pestsites op een website plaatsen...
- De technologie maakt nieuwe manieren van pesten mogelijk (digitale camera's in de gsm...)

wie? SLACHTOFFER EN DADER

Cyberpesten gebeurt vaak door 'bekenden': (ex)klasgenoten, (ex)vrienden, kennissen..., maar ook door 'onbekenden' die leerlingen online hebben ontmoet.

Pesters:

- schatten hun kennis over internet hoog in en voelen zich daardoor machtig
- zitten erg vaak op het internet en ervaren thuis weinig controle bij internet- en gsm-gebruik
- ervaren de behoefte om zich te laten gelden en zijn vaak ook dader bij het klassieke pesten
- slaan het liefst toe vanuit een veilige, anonieme positie
- hebben vaak een voorkeur voor gewelddadige computerspelletjes
- misbruiken de kwetsbaarheid van het slachtoffer (naïviteit, angsthaas, minder thuis in ICT, geïsoleerd...)
- zijn vaker jongens dan meisjes

De slachtoffers:

- zijn ook vaak doelwit van het klassieke pesten
- weten vaak niet wie de dader is
- zoeken naar antwoorden. Wat moeten ze doen (negeren, steun zoeken, ander mailadres aanmaken...)?
- verzwijgen meestal wat ze meemaken. Ze zijn bang (om uitgelachen, nog harder gepest te worden), bezorgd (willen hun ouders niet ongerust maken) of leggen de schuld bij zichzelf: «Ik zal het wel verdiend hebben.»
- gaan vaak onvoorzichtig om met internet (zetten persoonlijke informatie of foto's op het web, vertellen paswoord door...)

De toeschouwers:

- ervaren het cyberpesten vaak als onrechtvaardig, maar weten niet hoe ze moeten reageren of zijn bang voor represailles.

(voor mogelijke signalen van pesters en pestkoppen zie De Eerste Lijn 1 – Pesten zie www.klasse.be/ eerstelijns)

waarom? VERVELING EN REVANCHE

Jongeren experimenteren en gaan op zoek naar zichzelf. Internet wordt een virtueel sociaal oefenveld, met weinig controle. Waarom pesten ze?

- Cyberpesters hebben niet noodzakelijk een probleem: ze doen het als grapje/uitverveling («Ik wist niet wat doen»).
- Omdat ze zelf met een probleem zitten (revanche, jaloezie...). Ze hebben niet genoeg sociale of oplossingsvaardigheden («Hier ben ik de machtige, hier sta ik!»).

gevolgen? ZWAARDER EN HARDER

De gevolgen van cyberpesten zijn vaak harder en hebben een grotere impact dan het klassieke pesten, wegens:

- het anonieme karakter
- het indringende (cyberpesten gebeurt niet enkel binnen de schoolpoorten, maar dringt ook thuis binnen)
- de reikwijdte (het aantal toeschouwers is groter bij cyberpesten)
- het onomkeerbare (een foto in cyberspace kan je nooit meer terughalen)

De dader voelt zich erg machtig, het slachtoffer vaak erg machteloos.

De slachtoffers van cyberpesten hebben vaak meer last van stress en voelen zich minder veilig. Buitenlands onderzoek zegt dat drie keer zoveel jonge mensen die via internet gepest worden, symptomen van depressie vertonen.

INVERGELIJKING MET HET KLASIEKE PESTEN:

- kan cyberpesten **anoniem** gebeuren (leerlingen veranderen hun identiteit, 'lenen' de gsm van een vriend...). De daders voelen zich veilig, er is weinig drempelvrees: «Ze kunnen mij toch niet vinden.»
- zijn de daden losgekoppeld van de **effecten**. De dader en het slachtoffer zijn niet fysiek aanwezig, waardoor de pester geen directe emotionele feedback krijgt van het slachtoffer en zich niet geremd voelt. Het pestgedrag wordt veel directer en brutaler. Wetten en sociale normen uit de echte wereld vervagen in cyberspace.
- hoeft de pestkop niet fysiek of sociaal sterk te staan, het is via zijn **cyberkennis** (technopower) dat hij in een machtspositie komt.
- is het slachtoffer **vogelvlj** en kan hij niet ontsnappen. Hij is nergens en nooit veilig. Zelfs de veilige thuisplek raakt besmet door het pestvirus.



Gie Deboutte, coördinator project *Verbondenheid:*

«WIE ZIJN MIJN VRIENDEN?»

«Cyberpesten is vooral populair bij tieners tussen 11 en 15 jaar. Voor hen werkt cyberspace als een sociaal oefenveld. Ze zijn volop bezig met hun identiteitsontwikkeling en meten zichzelf een andere identiteit aan en experimenteren. Ze willen erbij horen en zijn voortdurend bezig met de vraag: 'Willen mijn vrienden me wel?' I.p.v. 's avonds slaafs tv te kijken zijn ze bezig met hun netwerkje, hun vrienden. De helft van de Vlaamse jongeren tussen 9 en 18 praat elke dag met zijn vrienden via messengerprogramma's. Het is precies in dat experimenteel veld dat er weinig controle van ouders en leerkrachten is.»

We weten alles van je, want we hebben connecties!

Op individueel niveau:

Benjamin (12):

«WAAR IS DE JUF?»

«Een kind dat op de speelplaats gepest wordt, kan naar de juf gaan. Als je via internet pest, kan hij dat niet.»

Op schoolniveau

Erik (17):

«WE PLUKKEN FOTO'S VAN DE SCHOOLSITE»

«Soms ben ik de school kotsbeu en dan is het tof om de leerkrachten belachelijk te maken. Soms neem ik stiekem een foto in de klas en dan bewerk ik die met een paar vrienden. Of we plukken foto's van de schoolsite, die van onze trip naar Parijs bijvoorbeeld. We sturen die dan door via gsm of op het internet.»

Bert, leerkracht:

«MIJN MAILADRES»

«Leerlingen kennen mijn mailadres. Zo ben ik snel bereikbaar als ze vragen hebben en soms mailen ze hun huiswerk. Enkele weken geleden werden plots haatmails verstuurd naar leerlingen vanuit mijn adres.»

Hoe pak je pesten aan? Wat doe je met het slachtoffer? Wat zeg je tegen de pesters? Hoe ga je om met hun ouders? Hoe kom je tot een pestactieplan op school? En wat zijn beschermende factoren die ervoor zorgen dat pesten op school niet zo vaak voorkomt? Raadpleeg daarvoor De Eerste Lijn 1 – pesten op www.klasse.be/eerstelijn

Wat kan je specifiek doen bij cyberpesten?

DE PESTER IS GEKEND

Hoe reageer je op de pester?

1. Maak duidelijk dat jij/de school dat pestgedrag **niet accepteert**.
2. Praat met de pester. Probeer samen zicht te krijgen op de diepere **beweegredenen**. Waarom doet hij dat? («'t Is maar een spelletje», «Uit verveling»...) Welke pestspelletjes haalt hij uit?
3. Speel in op zijn **inlevingsvermogen** («Hoe zou jij reageren mocht dit jou overkomen?» «Zou je wat hier staat ook 'in real life' durven zeggen?»).
4. De meeste leerlingen zijn erg gevoelig voor die inleving en begrijpen achteraf wel dat cyberpesten niet kan. Maar sommigen ook niet («Het kan me niet schelen wat met die ander gebeurt»). Ze blijven de feiten **minimaliseren**. Die jongeren hebben vaak zelf een probleem en vragen extra begeleiding (de leerlingenbegeleiding op school, CLB, externe hulp...).
5. Stel een mogelijke **sanctie** zo lang mogelijk uit. Doe een beroep op het verantwoordelijkheidsgevoel en het gezond verstand van de cyberpester. Vraag hem wel op te houden met zijn pestgedrag en mogelijke sites, berichten enz. te verwijderen.
6. Verwittig de **ouders** van de leerling bij ernstige vormen van cyberpesten.
7. Praat erover **in de klas**, zeker als andere leerlingen in het spel zijn. Je kan kiezen voor de 'no blame'-aanpak, de klastermometer of een andere veilige gespreksvorm.

Dezelfde manier van werken kan je aan ouders van een pester aanraden.

DE PESTER IS NIET GEKEND

- Wat doe je zeker niet? Jezelf opstellen als machteloos («Wat kunnen wij daar nu aan doen?» «Wat buiten de school en op internet gebeurt, is toch onze zaak niet?»). Leerlingen kijken uit naar een volwassen antwoord. Dit helpt hen om zelf een mening te vormen.
- Hoe kan je het gepeste kind helpen? (Zeven uitgestoken handen vind je in de kolom hiernaast.)
- Zorg voor een positief **klas- en schoolklimaat**: in een sfeer die vertrouwen en deeglijkheid uitstraalt, kaarten leerlingen en ouders makkelijker een probleem aan. Het versterkt ook de draagkracht van het team.
- Heb aandacht voor hoe leerlingen (en leerkrachten) **omgaan** binnen de klas- of lesgroepen. Neem hun sociaal functioneren mee op in (zelf)evaluaties en klasbesprekingen.
- Zorg voor een **laagdrempelig meldpunt** op school waar leerlingen en ouders terecht kunnen met hun vragen en problemen en dus ook pestklachten. Communiceer daar ook duidelijk over.
- Zorg dat er **genoeg expertise** is op school. Wie coördineert, heeft kennis van zaken, boezemt ook omwille van zijn expertise genoeg vertrouwen in bij de leerlingen en de collega's.
- Maak **afspraken** over gsm- en computergebruik tijdens de lesuren. Zorg dat er bij elke schoolcomputer een logboek ligt dat elke gebruiker invult. Zo weet je op elk moment wie achter welke computer zit. Cyberpesten gebeurt soms van op school.
- Probeer pesters en slachtoffers **actief** te **betrekken** bij het antipestbeleid. Laat ze in plaats van 'deskundigen' een bijeenkomst organiseren waarin ze laten zien wat de mogelijkheden van het internet zijn. Op die manier toon je ook respect voor hun digitale wereld.
- Bekijk welke foto's je op de **schoolwebsite** plaatst (geen close-ups bv.) en vraag expliciete toestemming aan de ouders.

Marianne Bogaert van de Educatieve Vereniging voor Ouderwerking:

«IK WAS ZE NA EEN HALFUURTJE KWIJT»

«Op nascholing met directies en leerkrachten merk ik dat zij erg functioneel bezig zijn met gsm en computer. Ik heb eens dertien leerkrachten in een workshop geïntroduceerd in msn. Twee van de dertien leerkrachten gebruikten het medium, omdat hun dochter in Leuven op kot zat. Maar voor de meeste leerkrachten was het nieuw. Na een halfuurtje was ik ze volledig kwijt, gingen ze totaal op in het 'nieuwe' medium en waren ze enthousiast met elkaar aan het chatten.»

HULP AAN HET GEPESTE KIND

1 Zeg de gepeste leerling **niet te reageren** op haatmailtjes of ongewenste mails. Als de pestkop geen respons krijgt, is de lol er snel af.

2 **Stel hem gerust**, ook al komen de boodschappen hard aan. Zeg dat hij de beledigingen of bedreigingen niet persoonlijk of ernstig moet nemen. Wijs erop dat hij geen schuld draagt.

3 **Onderzoek samen de manieren van pesten**. Is dat vluchtig, voorbijgaand? Kan je het wat relativeren of gaat het om ernstige gevallen en moet gepast gereageerd worden (bv. stalken)?

4 **Beloof geen snelle oplossing**: «Ik zorg ervoor dat dat snel stopt.» Cyberpesten is complex.

5 Vraag hem om **bewijsmateriaal** te verzamelen en niet te deleten (via de archief-functie van zijn gsm of de printscreen-functie van de computer).

6 Misschien kan je helpen het pesten op een **technische manier** te stoppen. In een chatroom breng je de administrator op de hoogte. Die kan de pestkop waarschuwen en zelfs verwijderen. Providers kunnen pestsites verwijderen. Bij ontvangst van ongewenste e-mails, sms'jes of berichten op msn kan je de zender blokkeren. Dat klinkt mooi in theorie, maar in de praktijk loopt dat wel wat minder vlot (providers doen stroef, pesters veranderen voortdurend van identiteit).

7 Bij **ernstige gevallen** (stalken, reële bedreigingen) kan je het Federal Computer Crime Unit (FCCU) van de politie inschakelen. Die kan bv. op zoek gaan naar het IP-adres van de computer van waaruit pestboodschappen vertrekken. Cyberpesters vinden altijd ontsnappingswegen. Maar alles is ook te traceren. Kinderen denken dat ze nooit gesnapt zullen worden. Maar zelfs aan een Worddocument hangt de naam van hun ouders. Eigenschappen van documenten verraden de geregistreerde eigenaar van het programma.



In de klas **OPVOEDEN OVER INTERNET**

- Maak duidelijk **wat internet is**. Veel leerlingen weten dat niet.
- Breng het probleem van cyberpesten in een niet-problematische context **in de les** (lessen Nederlands, Leefsleutels...). Discussieer mee met de leerlingen en laat ze mee bepalen wat wel en niet kan. Eventueel kan dit gesprek uitmonden in een richtcode.
- Maak ze **verantwoordelijk voor hun daden**. 'Jullie zijn verantwoordelijk voor wat jullie via internet doen.' Op msn zeggen jongeren vaak wat ze in het gewone leven tegen niemand durven uitspreken.
- **Spreek regels af** hoe je met elkaar omgaat op het web (niet hacken, niet terugschelden, geen virussen sturen, niet roddelen, niet schelden...).
- Help ze de **consequenties** begrijpen. Veel jongeren weten niet wat de consequenties zijn als ze iemand belachelijk maken op het web. Het lijkt een spel.
- Vertel wat **strafbaar** is (zich voordoen als iemand anders is strafbaar, foto's publiceren op het internet zonder toestemming van de persoon in kwestie is strafbaar, downloaden is strafbaar...). En benoem de mogelijke gevolgen voor henzelf en voor hun ouders (straffen, relationele schade...).
- Toon zelf **interesse** voor wat je leerlingen doen op internet. Zo kom je te weten wat hen bezighoudt en kan je helpen als dat nodig is.
- Help leerlingen en ouders bij het hanteren van eenvoudige regels voor **veilig gebruik** en help slachtoffers van digitaal geweld bij het instellen van blokkade, beveiliging en dergelijke (bv. stuur geen berichtjes als je boos ben).
- Zeg de leerlingen steeds **te melden** als ze gevallen van cyberpesten tegenkomen.
- Met de juiste programma's kan je alles **traceren** wat op school gebeurt. Met filters dicht je de mazen van het net zo goed mogelijk (= verantwoordelijkheid van de netwerkbeheerder, gaat gepaard met de vaardigheden van de ICT-coördinator). Bedenk dat computerfanaten de ICT-coördinator soms te slim af zijn en filters weten te omzeilen.

Op schoolniveau

- Werk aan **welbevinden**. Leerlingen die zich goed voelen en zich niet vervelen, pesten niet.
- **Sensibiliseer**. Veel leerkrachten zeggen dat ze niks te maken hebben met cyberpesten. «Wat kunnen wij daar nu aan doen, het gebeurt toch buiten de schooltijd?» Tot dan plots blijkt dat cyberpesten ook gebeurt vanuit het eigen computerlokaal, de schoolcomputer.
- **Informeer** je als team. Hoe gebruiken leerlingen de nieuwe media?
- Laat merken aan ouders en leerlingen dat je het probleem van cyberpesten kent en dat je het **niet duldt**. Laat tegelijkertijd voelen dat je het belangrijk vindt dat ouders en leerlingen cyberpesterijen komen melden. Ook al heeft de zaak soms niet met de school te maken, de gevolgen voor de leerling zijn meestal wel voelbaar in de klas.
- **Discussieer** met het team: is het de verantwoordelijkheid van de school om bijvoorbeeld kinderen te leren chatten, om een veilige weblog te leren maken? We leren kinderen ook zoeken naar informatie op een veilige manier. Of behoort chatten e.d. helemaal tot de thuisfeer?
- Stel **bij de inschrijving** van een nieuwe leerling de vraag of hij in zijn vorige school gepest werd.

Bertin, leerkracht LO:

«FOTO IN DE DOUCHE»

«Een van mijn leerlingen had met zijn gsm een foto genomen van een dikke klasgenoot terwijl hij na de zwemles aan het douchen was. Een uur later circuleerde de foto op de computers in de informaticaklas.»

Elien (15):

«MSN-BOM»

«Ik heb een programma gedownload en daarmee kan je 100 berichten per keer versturen. Zo zet je elke computer vast.»

Jimmy (13):

«VOOR DE GRAP»

«Ja, ik scheld wel eens op msn, dan zeg ik 'smerige hoer' of zo, maar dat is voor de grap.»

Ouders en cyberpesten

- Ouders zijn verantwoordelijk voor wat hun kind doet op het web. Sensibiliseer ze om hun kind op te volgen.
- Ouders moeten zich niet afzijdig houden in cyberspace: kinderen hebben het nodig dat ouders expliciteren hoe zij over cyberpesten denken.
- Raad ouders aan om zich meer betrokken te voelen bij het cybergedrag van hun kinderen, zodat ouders weten wat kinderen zoal ontvangen aan beeldmateriaal, berichten, links en of er misschien ook sprake is van pesten.
- Vraag ouders om mogelijke cyberpestproblemen snel te melden.
- Organiseer vorming voor de leerkrachten en ouders. Wat is cyberpesten? Wat kunnen leerlingen allemaal met internet?

Waar lees je meer over cyberpesten?

Op de websites: www.cyberbullying.ca; www.stoptextbully.com; www.stopcyberbullying.org/index2.html; www.bullying.co.uk
Info over veilig internetten vind je op de websites www.actioninnocence.be, www.saferchat.be, www.mijnleerlingonline.nl, www.saferinternet.be/

De 'Federal Computer Crime Unit' van de federale politie bereik je via contact@fccu.be – meer info op www.polfed.be/crim/crim_fccu_nl.php

In het boek **'Veilig op het internet'** – Pascal Vyncke – uitgeverij Lannoo

Wissel je graag ervaringen uit over cyberpesten? Een prikbord vind je op www.klasse.be/eerstelijn. Voor nog meer informatie neem je contact op met de begeleidingsdienst van de school of het CLB dat aan je school verbonden is.

klasse DE EERSTE LIJN

Hoofdredacteur: Leo Bormans
 Eindredactie: Michel Van Laere
 Redactie: Veerle Vanbuel en Michel Van Laere
 Vormgeving: Artefact

Illustraties: Koen Fossey

Een uitgave van Klasse (departement onderwijs van het Ministerie van de Vlaamse Gemeenschap). Meer info op www.klasse.be

Dit eerstelijnsdossier werd gemaakt in samenwerking met jongeren, leerkrachten, directeurs, CLB-medewerkers, Gie Deboutte, EVO en Action Innocence. Het is het drieëntwintigste dossier. De andere verschenen vroeger in Klasse en zijn gebundeld in een handig naslagwerk. Je kan dat bestellen door 2 euro te storten op 091-2223020-03 (mét dvd erbij stort je 6 euro – mededeling 'De Eerste Lijn voor leerkrachten'). Je kan alle bijdragen ook allemaal gratis raadplegen op www.klasse.be/eerstelijn.