

Het cyberpestcontract

Doel:

Met behulp van dit contract worden kinderen zich bewust van hun eigen gedrag en dat van hun groepsgenoten. Kinderen leren, corrigeren en steunen elkaar bij dit contract. Wanneer de groepsleiding duidelijk tegen cyberpesten is en voor sociale vaardigheden creëert hij/zij daarmee ruimte voor een positieve en veilige sfeer in de groep.

Materiaal:

- Een grote flap papier
- Schrijfgrief
- Tekeningen, prenten, boekjes, tijdschriften (bijvoorbeeld een computermagazine), kranten e.d.
- Knip- en plak gerief
- Een schoenendoos die kan dienen als postbus

1 Het contract

1.1 HET OPSTELLEN VAN HET CONTRACT

We beginnen maandag met het opstellen van een contract in de leefgroep. In dit contract staat concreet wat men op de computer al dan niet mag doen. Dit kunnen we doen d.m.v.:

- Een collage maken: je geeft de kinderen verschillende tekeningen, prenten, boekjes, tijdschriften (bijvoorbeeld een computermagazine), kranten e.d. waarin ze een antwoord proberen te vinden op de vraag: “**Wat zou ik niet fijn vinden op internet?**”. Ondertussen leg je een grote flap papier op de tafel. Hier kunnen de kinderen hun ideeën op plakken. Als afronding bespreek je deze flap. Zorg ervoor dat er concrete dingen naar voren komen die je nadien in regels kan vastleggen. *Een voorbeeldje*: je ziet dat er bijvoorbeeld op de flap voorkomt dat kinderen het niet fijn vinden om gepest te worden via internet. Ga hier dieper op in door te vragen wat ze juist niet fijn vinden aan dit pesten. Misschien komt er naar boven dat kinderen in jou leefgroep het niet fijn vinden dat ze via msn uitgelachen worden. Een regel die je dan kan opstellen is: we zeggen geen kwetsende en/of kleinerende woorden via msn aan mensen.
- Brainstormen: Deze methode is eerder toe te passen bij leeftijdsgroepen vanaf 10 jaar. Ook hier kan je een grote flap papier in het lokaal leggen waarop de vraag staat: “ **Wat zou ik niet fijn vinden op internet?**”. Probeer een gesprek aan te gaan over de dingen die je op de flap ziet staan. Aan de hand van de gedachten die op de flap staan, kan je bepaalde regels opstellen.
- Postbus: deze manier kan je het beste gebruiken wanneer je een vermoeden hebt dat er in je leefgroep gecyberpest wordt. Door kinderen en/of jongeren op een briefje te laten schrijven wat ze niet fijn vinden op internet, kunnen ze anoniem blijven. Hier hebben kinderen de mogelijkheid om een pestverhaal en/of ervaringen op te schrijven.
Het is de bedoeling dat de kinderen en/of jongeren deze briefjes in een ‘postbus’ steken. Als begeleider is het niet de bedoeling om nadien alle briefjes voor te lezen in je groep. Je bekijkt deze briefjes best apart. Nadien kan je enkele briefjes wel aanhalen in de groep. Je kiest hiervoor best briefjes die meermaals voorkomen. Zo voelt één kind zich niet geïsoleerd als je juist zijn/haar briefje voorleest. Aan de hand van deze briefjes stel je een contract op. Bij de verhalen waarvan je denkt dat het echt wel over een serieus probleem gaat, kan je het kind/ de jongere erover aanspreken, indien je een vermoeden hebt van wie het briefje komt.

1.2 HET OPSTELLEN VAN SANCTIES BIJ DE OVERTREDING VAN DE REGELS VAN HET CONTRACT

Na het opstellen van een contract, gaan we concrete straffen bedenken bij het overtreden van de regels die in het contract staan. **Laat de kinderen/jongeren zelf voorstellen van straffen doen!** Het is heel belangrijk dat je luistert naar de kinderen/jongeren, want zij weten ook welke schade dit soort pesten kan aanbrengen. Meestal verzinnen kinderen/jongeren zwaardere straffen dan de begeleiding. Let er wel voor op dat deze straffen ook wel haalbaar zijn en probeer er ook voor te zorgen dat het positieve consequenties en straffen zijn.

Schrijf deze sancties ook in het contract. Dit is nodig zodat ieder kind en iedere jongere duidelijk weet welke gevolgen er gelden op het gedrag.

1.3 BEPAAL OOK EEN AANMOEDIGINGSPREMIE

Ga niet alleen op zoek naar sancties die volgen op het niet naleven van de regels. Maar zoek ook met je groep naar beloningen voor het 'posten' van pesterijen. Zorg er dus voor dat je een 'postbus' hebt waar kinderen kunnen aangeven wanneer ze iemand kennen die gepest wordt. Dit kan best in volledige anonimiteit gebeuren, zo komen de 'verklikkers' ook niet in gevaar.

Ook de beloningen schrijf je best bij op het contract. Belangrijk is ook om kinderen duidelijk te maken dat ze geen verklikker zijn indien ze een peestsituatie komen melden, maar dat ze hiermee een goede daad doen.

1.4 HET ONDERTEKENEN VAN HET CONTRACT

Vooraleer je het contract door iedereen laat ondertekenen (inclusief jezelf), voeg je best nog één regel toe aan het contract. **'Al deze regels kunnen op elk moment met de volledige groep opnieuw besproken en aangepast worden.'**

Bij het ondertekenen van het contract kan je vermelden dat het nu een officieel contract is geworden, waaraan iedereen zich moet houden.

2 Het groepsgesprek

Dit groepsgesprek vindt best plaats op het einde van de week. Op deze manier kan je de week met je kinderen/jongeren overlopen. Zorg ervoor dat dit een aangenaam moment is, dit kan je best doen door bijvoorbeeld eerst een spel te spelen, zelfgemaakte koekjes (of fruit) opeten en iets lekkers drinken. Wanneer je een aangename en ontspannen sfeer creëert, creëer je ook een veilige sfeer om moeilijke situaties bespreekbaar te maken.

Tijdens dit groepsgesprek bespreek je een aantal situaties die je zijn opgevallen gedurende de week. Viseer hier niemand mee, zorg ervoor dat de veilige sfeer in de groep niet verloren gaat. Bespreek niet alleen de minder goede situaties, maar ook de positieve situaties. Beloon de groep voor de positieve situaties en zoek naar mogelijke oplossingen voor de minder goede situaties.

Als afsluiting kan je een spel spelen, bijvoorbeeld het cyberpestkwartetspel.

3 Waarom is dit allemaal nodig? Hoe doe je dat het best?

3.1 HET CONTRACT:

Waarom?

- Dit is een groepsbesluit. Iedereen heeft hierin mee kunnen bepalen wat juist in het leefgroepcontract komt te staan. Door het contract samen met je gasten op te stellen is het duidelijk en wil iedereen zich hieraan houden.

Hoe?

- Hang het contract op een zichtbare plaats in de leefgroep. Wijs hen regelmatig op dit contract.
- Probeer zo positief mogelijke consequenties/straffen te bedenken.
- Wanneer iemand in de groep zich niet aan een regel heeft gehouden, geef hem dan een straf. Ga hier vooral niet te diep op in door discussies te voeren. Het is de bedoeling dat de aandacht gaat naar de gasten die zich wel goed aan de regels houden. Beloon hen dan ook regelmatig met een complimentje.

3.2 HET GROEPSGESPREK

Waarom?

- Dit bevordert het groepsgevoel en zorgt voor een aangename en positieve sfeer in de leefgroep.
- Het is een moment waarop je kan terugblikken naar de afgesproken regels.
- Een positieve afsluiting van de week is zeer belangrijk.

Hoe?

- Wanneer de sfeer in de leefgroep de afgelopen week merkbaar plezierig was, wordt dat gevierd met een spel, koekjes (of fruit), iets lekkers te drinken, ... Je zou enkele kinderen/jongeren in de loop van de week kunnen aanspreken om koekjes te bakken. Geef als begeleider zelf het goede voorbeeld en benoem het goede wat er is opgevallen deze week.
- Zorg ervoor dat het een leuke afsluiter van de week wordt.
- Na een aantal weken kun je desnoods het groeps gesprek beperken tot éénmaal per twee weken.