

1 Cyberpesters en pispalen

Doelstelling:

Deze activiteit is een spelnamiddag gevuld met een aantal activiteiten die opgebouwd zijn rond het thema cyberpesten. Het doel hiervan is dat we jongeren op een ludieke manier bekend maken met het fenomeen en hun de mogelijkheid bieden hierover met elkaar in gesprek te gaan. Als laatste willen we hun ook een aantal tips aanreiken en hen laten nadenken hoe ze zelf op de beste manier zouden kunnen reageren.

1.1 Spel 5 Intro op het thema

1.1.1 DOEL

Het is een fopspel waarbij je een rij mensen omver duwt zonder dat ze door hebben wat er gebeurt.

1.1.2 VOORBEREIDING

Kies ongeveer 10 ‘slachtoffers’ uit en laat ze vlak naast elkaar in een rij gaan staan. Zorg dat ze met hun linkerzijde naar het publiek toe opgesteld staan en zorg dat ieder tegen de rug van de persoon voor hem aankijkt. Ga vervolgens zelf aan het einde van de rij staan.

1.1.3 HET SPEL ZELF

Leg uit dat dit een simpele test is om hun coördinatie te testen en te zien wie het beste coördinatievermogen heeft. Het enige wat ze daarvoor moeten doen is de leider (dus jou) imiteren. (Je kan het best een keer demonstreren zodat iedereen weet wat de bedoeling is)

Leider: “Ik zag een hond”

De tweede persoon in de rij draait zijn hoofd om naar de leider en zegt: “Waar?”

Leider: “Daar”. Terwijl steekt hij zijn arm uit, wijst in de richting van het publiek en blijft in deze houding staan.

De tweede persoon herhaalt dit met de derde, de derde met de vierde en dit doe je verder tot ze aan het einde van de rij aangekomen zijn en ieder met zijn arm uitgestrekt naar het publiek toe staat.

Vervolgens doe je nog een ronde, maar nu moet iedereen bij “daar” terwijl de arm uitgestoken wordt op de hurken gaan zitten. Bij de derde ronde gaat iedereen bij “daar” op de hurken zitten en steekt zijn been en arm uit in de richting van het publiek. Als iedereen klaar zit geef je de persoon voor je een flinke duw en kijk je hoe de hele rij als dominostenen omkukelt!

Deze kleine pesterij ga je gebruiken als inleiding op het onderwerp. Je kan vertellen dat het thema van deze activiteit cyberpesten is.

1.1.4 MATERIAAL

Geen.

1.2 Cyberpesten, een mini-groepsgesprek

1.2.1 DOEL

Laat de jongeren met elkaar nadenken over het fenomeen cyberpesten. Ze kunnen er in kleine groepjes over praten zodat iedereen aan bod kan komen.

1.2.2 VOORBEREIDING

Als inleiding kan je een stukje film laten zien over cyberpesten (wat elders op de website te vinden is). Daarna verdeel je de groep in kleine groepjes (of je kan hen ook gewoon in de grote groep laten zitten mocht dat kans van slagen hebben) en geeft hun de “cyberpesten?” bladen.

1.2.3 HET SPEL ZELF

Vertel je dat pesten en in het bijzonder cyberpesten heel veel voorkomt en dat velen van ons er waarschijnlijk al wel eens mee te maken gehad hebben. Daarom gaan we nu in over de volgende vragen nadenken en discussiëren. Bij elk groepje moet ook een leider zitten die het gesprek in goede banen leidt. De bedoeling is niet dat we de jongeren onze mening gaan vertellen maar dat ze gewoon onder elkaar over nadenken en discussiëren. De laatste vraag kan gevoelig liggen dus het is best dat je kinderen die willen aanmoedigt erover te praten. Als er niks komt kan je eventueel voorbeelden van de website aanhalen of eigen voorbeelden vertellen.

Om deel 1 van de vragen af te ronden kan je ieder groepje kort verslag laten uitbrengen van hetgeen er bij hun besproken is.

Vertel hierna dat we als we gepest worden maar al te vaak gaan reageren door terug te pesten. Helaas maakt terugpakken het alleen maar erger. Laat de groepjes dan discussiëren over het tweede deel vragen.

Je kan de gelegenheid geven hierover wat langer door te gaan als je merkt dat de jongeren wat opener worden. Een extra tip is dat je de jongeren pennen kan geven zodat ze effectief antwoorden op de vragen kunnen neerschrijven. Dit kan helpen als het gesprek niet op gang wil komen.

1.2.4 MATERIALEN

Bladen met vragen (zie bijlage Cyberpesten?), eventueel TV en Dvd-speler, pennen.

1.3 Actie: Stop de (cyber)pestkop

1.3.1 DOEL

Doel van dit gedeelte is dat de groepen gaan nadenken hoe je het best kan reageren als je gepest wordt. Eigenlijk gaan we de antwoorden op de vragen uit het tweede deel van het vorige spel in de praktijk brengen aan de hand van verschillende realistische situaties.

1.3.2 VOORBEREIDING

Het spel werkt volgens hetzelfde principe als het vorige. Vandaar dat je de groepen kan behouden en zo verder kan gaan.

1.3.3 HET SPEL ZELF

Net zoals bij het vorige onderdeel zit er bij elk groepje leider om het gebeuren in goede banen te leiden.

Vertel dat we nu gaan nadenken over hoe je moet reageren op en omgaan met cyberpestkoppen. Je mag niet vergeten dat (cyber)pestkoppen vaak ook jongeren zijn die niet zeker zijn van zichzelf of zichzelf helemaal niet zo leuk vinden als ze doen uitschijnen. Ze pesten anderen zodat ze zelf sterker lijken, soms pesten ze anderen alleen maar om zelf niet gepest te worden, of omdat ze populair willen zijn.

Of zelfs om iemand “terug te pakken” voor iets wat er gebeurd is of omdat ze jaloers zijn.

Terwijl iedereen in de kleine groepjes blijft geef je elke groepsleider het blad “voorbeelden?” en laat je hem die aan de groep voorleggen. Laat de groep hierna hen zelf verzinnen hoe je er het best op kan reageren (zo kan je gelijk inschatten wat er precies leeft bij de groep) Zorg dat ze hun alternatief opschrijven of dat ze het spelen in de vorm van een sketch.

Laat de groepjes naderhand vertellen wat hun oplossingen zijn. Bij de laatste casus kan je aanhalen dat ze een mail kunnen sturen naar de klantendienst van die website waar de foto's ontstaan. Als ze niet weten wie de dader is kunnen ze in de header van de mail zoeken naar het IP adres (voor meer info hierover, zie filmpjes op de website) en daarmee naar hotmail stappen om achter de persoonsgegevens van de dader te komen. Eventueel is het misschien zelfs raadzaam om in dit geval de politie in te schakelen.

1.3.4 MATERIAAL

De bladen “Voorbeelden?” uit de bijlage voor elke groep + eventueel pennen

1.4 Cyber-quiz

1.4.1 DOEL

Een kort spel tussendoor om het serieuzere gepraat even te doorbreken.

1.4.2 VOORBEREIDING

Werk verder met dezelfde groepen als bij de vorige spellen. Deel aan elke groep een antwoordblad en een pen uit en duidt per groep 1 teamverantwoordelijke aan die de antwoorden op het antwoordblad mag schrijven.

1.4.3 HET SPEL ZELF

Je leest 1 per 1 de vragen op het blad “Quiz?” voor. Laat tussen elke vraag voldoende pauze zodat elk team tijd heeft om na te denken en het antwoord op te schrijven. Als alle vragen gedaan zijn haal je de antwoordbladen op en verdeel je ze opnieuw waarbij elk team een blad van een ander team moet verbeteren. Hierna overloop je de vragen en geef je de juiste antwoorden.

1.4.4 MATERIAAL

“Quiz?” blad, “antwoord?” bladen voor elk team, pennen

1.5 Advies

1.5.1 DOEL

Dit is een kort praatje met als doel de discussie en de avond af te ronden en even stil te staan bij mogelijke oplossingen voor het cyberpestenprobleem.

1.5.2 VOORBEREIDING

Vooraleer je begint te vertellen kan je iedereen een compliment geven voor hun ideeën, vooral voor de goede ideeën. Vertel dat er niet altijd simpele oplossingen zijn als je gepest wordt. Elke situatie vraagt zijn eigen speciale aanpak, zoals de jongeren zelf bij de casussen waarschijnlijk ook al aangegeven hebben. Soms werkt het als we ertegenin gaan, maar soms werkt dit helemaal tegenovergesteld en krijg je er alleen nog maar meer problemen door. Toch zijn er twee dingen die in elk voorval een positief effect hebben, die gaan je dan even kort toelichten. Daarna kan je overgaan naar concrete tips om je tegen cyberpesten te beschermen. (misschien heb je er zelfs al een paar van te horen gekregen bij de voorgestelde oplossingen voor de casussen)

1.5.3 HET SPEL ZELF

1.5.3.1 Vertellen

Als je gepest wordt is het heel erg belangrijk dat je het aan iemand vertelt, ook wanneer je denkt dat je het probleem zelf kan oplossen en zeker wanneer de pester bedreigd heeft wraak te nemen als je het vertelt. Het doel van het vertellen is dat je iemand vindt aan wie je jou ellende kan vertellen. Iemand die luistert en met je meevoelt, die je kan helpen om een oplossing te vinden en eruit te komen. Het kunnen je vrienden of je ouders zijn, of je opvoeder of leerkracht. Meestal vinden jongeren het zwak om te klikken over een pester, maar het vraagt meer lef het te vertellen dan dat je het voor jezelf

houdt. Zeker als de pester bedreigd heeft met represailles. En als het stil blijft zal het probleem zeker nooit opgelost geraken!

1.5.3.2 Steunen

Ook zeer belangrijk, zoals het woord het zegt, je moet mensen die gepest worden steunen en hen helpen! Voor hem opkomen, zelfs als het niet je vriend is. Maak desnoods groepjes om jezelf en anderen te beschermen. Als je met genoeg bent kan je pesters wel een halt toeroepen, want de meeste pesters zijn lafaards. Zeker de jongeren die cyberpesten, ze wanen zich veilig omdat ze denken nooit herkend of achterhaald te kunnen worden... Ze voelen zich daardoor sterk!

Dit betekent natuurlijk niet dat je hun met gelijke munt moet terugbetalen, want dan zou je net zo slecht zijn als zij. Je moet ze gewoon net genoeg onder druk zetten, en als dat niet werkt hulp van volwassenen inroepen.

Pestkoppen zijn soms zelf ook eenzaam dus misschien kan je zelfs proberen voor te stellen hun vriend te worden als ze vriendelijker tegen je zijn? Meestal hebben de pesters zelf problemen en kunnen ze daar niet mee overweg.

1.5.3.3 Specifieke cyberpesten tips

Zie "Tips?" blad in de bijlage. Vertel hen de tips en geef hen uiteindelijk ieder een blad met de tips mee. Na de sessie kan je ook zo'n blad ophangen in de buurt van de pc die in de leefgroep staat.

1.5.4 MATERIAAL

Misschien een bord om de kernwoorden op te schrijven. "Tips" bladen om aan de jongeren uit te delen na de sessie.



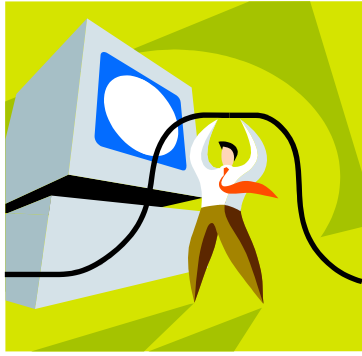
Cyberpesten?

Vragen deel 1:

- - Wat is pesten?
- - Wat is het verschil met cyberpesten?
- - Wat is een pestkop en wat doet die zoal?
- - Hoe pesten mensen anderen?
- - Hoe cyberpesten mensen anderen?
- - Ben je zelf al eens gecyberpest? Of ken je iemand die daar het slachtoffer van is?
- - Hoe is dat dan gebeurd?

Vragen deel 2:

- Hoe kun je het beste omgaan met een (cyber)pestkop?
 - Welke problemen kan je krijgen als je agressief reageert of terug begint te pesten?
 - Wat zou er gebeuren als je laat merken dat je echt bang van hem bent of dat je laat merken dat het gepest je niet koud laat?
 - Hoe ben jij omgegaan met mensen die jou ge(cyber)pest hebben?
-



Voorbeelden?

Joris:

Joris zit in het tweede middelbaar en is de kleinste jongen van de klas. Hij is vriendelijk tegen iedereen en heeft altijd de laatste nieuwe kleren en iPod omdat zijn ouders uit werken zijn en geen tijd voor hem hebben. Op een goede dag is Joris aan het chatten op msn en ziet hij dat twee van zijn klasgenoten (Raf en Gerard) in hun msn nickname hebben staan: 'Joris heeft een lelijke kop en is een stomme rat!' Joris weet niet goed wat er gebeurt en vraagt: "wat is er aan de hand?" Waarop Raf antwoord: "zwijg stomme rat, als je morgen op school komt dan zie je wel wat er gebeurt!" Als Joris de volgende morgen het schoolplein opwandelt ziet hij dat Raf en Gerard voor de fietsenrekken op hem aan het wachten zijn. "Daar hebben we die stomme rat, het wordt tijd dat we jou eens een flink pak rammel gaan geven..." Gelukkig gaat op dat moment de bel... Thijs heeft alles gezien maar weet niet wat hij moet doen...

- Wat moet Joris doen? En wat moet Thijs doen volgens jullie?
- Waarom zouden de jongens Joris pesten?

Eva

Eva zit in het eerste middelbaar en ze is met afstand het slimste meisje van de klas. Ze heeft het thuis erg druk omdat haar twee ouders laat uit werken gaan en ze dan op haar jongere zusje moet passen.

Sandra, een erg populair meisje dat bij Eva in de klas zit is niet zo slim als Eva. Omdat ze stiekem ook goede punten wil heeft ze Eva proberen te dwingen dat die haar huiswerk zou maken. Eva heeft natuurlijk nee gezegd, voor het dwingen en ook omdat ze toch geen tijd zou hebben met haar jonger zusje. Sandra is er zo boos van dat ze allemaal roddels over Eva verspreid heeft op haar Lookmeet pagina, ze heeft er zelfs een aantal foto's bijgezet van toen Eva 2 jaar was en nog luiers droeg. De andere meisjes uit de klas weten het allemaal maar ze doen er niks aan. Eva durft er niets over te zeggen omdat Sandra die veel groter en indrukwekkender is qua gestalte en gezworen heeft haar dan mores te zullen leren...

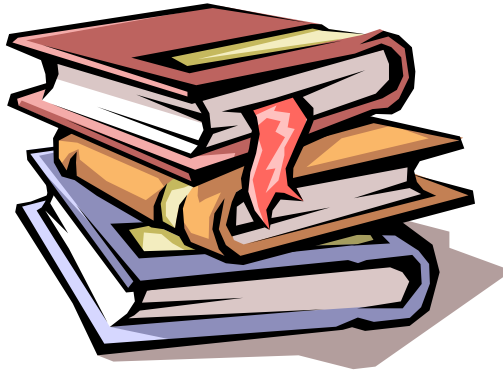
- Wat zou Eva best kunnen doen? Wat moeten de andere meisjes in de klas doen?
 - Waarom zouden die meisjes niks zeggen? Waarom pest Sandra Eva?
-

Aaron

Aaron is een heel gewone jongen die naar het tweede middelbaar gaat. Drie weken geleden heeft hij ruzie gehad met iemand uit zijn klas en die jongen had hem een bloedneus geslagen. Hij is hiervoor een dag geschorst en alles is een tijdje later uitgepraat geweest. Sinds een paar dagen krijgt hij allerlei rare mails in de inbox van zijn hotmail adres. Reclames van allerlei bedrijven waar hij nog nooit van gehoord heeft en mails met haatboodschappen van een onbekend e-mailadres. Hij is ten einde raad en weet niet meer wat te doen, hoe zal dit eindigen? Hij heeft het al aan de jongen gevraagd die hem een bloedneus geslagen heeft maar die beweert bij hoog en laag dat hij er niets mee te maken had.

Uiteindelijk krijgt hij een e-mail waarin een link staat naar een website waarop foto's staan die zo bewerkt zijn dat het lijkt of Aaron er naakt opstaat...

- Wat kan Aaron doen?
 - Waar kan hij eventueel naartoe gaan voor hulp? Zijn er mogelijkheden via hotmail?
-



Quiz?

Vraag1: Het hacken van een msn account is strafbaar? Juist of fout.

→ Ja, er staat een stukje in de wet over computercriminaliteit. Voor hacken kan je zelfs in de gevangenis gezet worden!

Vraag2: Hoe heet het meest gebruik chatprogramma in België, de nieuwe naam!

→ Windows Live Messenger (MSN Messenger is de oude naam)

Vraag3: Een haatbrief op de computer tikken en die dan opsturen met de post is ook cyberpesten. Juist of fout?

→ Nee, cyberpesten is iets wat op de computer of met de GSM gebeurt. DE brief komt gewoon met de post dus dit is gewoon pesten.

Vraag4: De eerste computer dateert van 1938 en werd gebouwd door Bill Gates. Juist of fout?

→ Fout, hij werd gebouwd door Konrad Zuse

Vraag5: Van welke woorden is WWW de afkorting?

→ World Wide Web, dit is een andere naam voor internet.

Vraag6: Hoe heet de nieuwe versie van het windowsbesturingssysteem voor computers?

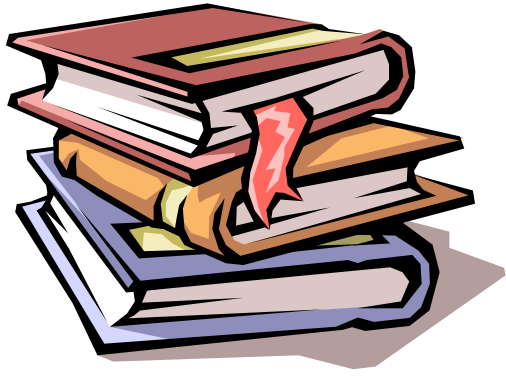
→ Windows Vista, het komt waarschijnlijk uit in Februari 2007.

Vraag7: Er bestaat een programma waarmee anderen alles kunnen zien wat jij op je computer doet. Juist of fout.

→ Jazeker, dit noemen ze monitoring programma's. Die slaan alles op wat jij op de computer doet zodat diegene die het geïnstalleerd heeft alles kan zien.

Vraag8: Elke computer heeft net zoals een huis een eigen adres waaraan je hem kan herkennen. Juist of fout.

→ Juist, dit heet een IP-adres. Als je een e-mail stuurt staat je IP adres er in en als je op een website komt laat je computer daar ook het IP-adres na. De beheerder van die website kan zo zelfs te weten komen wie je bent, door het echt adres van het IP-adres op te vragen bij je internet provider. (Belgacom bvb)



Antwoord?

Vraag1:

Vraag2:

Vraag3:

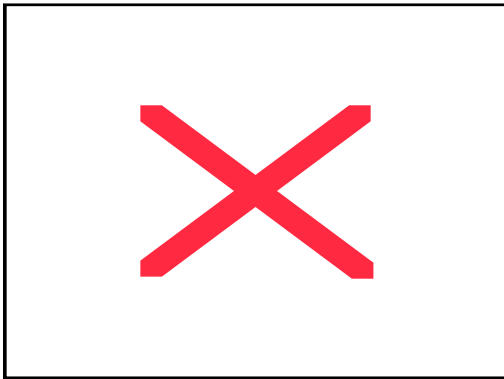
Vraag4:

Vraag5:

Vraag6:

Vraag7:

Vraag8:



TIPS?

1. Wat doen bij vervelende e-mails?
 - Niet antwoorden, eventueel ergens opslaan voor later
 - De mail verplaatsen naar de map ongewenste mail en de afzender blokkeren.
2. Vindt je het een stom chatgesprek en wordt er misschien gescholden?
 - Niet antwoorden
 - De chatpersoon blokkeren of verwijderen uit je contactpersonenlijst.
 - Uitloggen
3. Wat doen als je op een rare website komt?
 - Wegklikken
4. Pop up, wat doe ik daarmee?
 - Wegklikken
 - Installeer een pop up blocker. (Er zit er eentje in de windowsbeveiliging bij XP)
5. Betaalsite of 0900 nummer?
 - Ga er niet op in, klik er niet op
 - Leg de hoorn neer
6. Een virus op de computer, wat nu?
 - Update je virusscanner en scan je computer
 - Vraag hulp aan deskundigen
7. Ik heb een weblog of profiel
 - Nooit privé-gegevens erin plaatsen
8. Datan met iemand?
 - Vraag eerst een foto via mail
 - Spreek af op een bekende plaats
 - Ga nooit alleen er naartoe
 - Ga op je gevoel af!
 - Wanneer je het niet leuk vind, ga je weg