

Bijlage 1

Het verhaal:

Femke is 14 jaar en is haar 2e middelbaar aan het dubbelen. Op een dag krijgt ze op MSN ruzie met een goede vriendin, Kim. Kim maakte Femke via MSN uit voor het vuil van de straat. Ze kraakte Femke met alles wat ze zei. Femke trok het zich allemaal aan. Kim haalde er zelfs haar klasgenoten bij. Het werd zo erg dat Femke op momenten huilend achter de computer zat. Femke blokkeerde Kim dan op MSN. Dit was echter geen oplossing, Kim begon haar dan gewoon te bellen en dreigende sms-jes te sturen. Wanneer Kim in het weekend op één of ander feestje was maakte ze er met haar vriendinnen een spelletje van om Femke te pesten. Kim liet haar vriendinnen naar Femke bellen (zodat ik wel op zou nemen omdat ik de nummer niet kende) en liet ze scheldwoorden roepen door de telefoon. Ze legden de telefoon na hun scheldpartij meteen weer op. Hierbij hield het echter niet op. Ze stuurde Femke op ieder moment van de dag mailtjes en ze droeg haar vriendinnen op om hetzelfde te doen. Na verloop van tijd begonnen ze Femke zelfs op school te pesten. Het begon met 'perongeluk' tegen haar aan te lopen en later schelden ze Femke uit op de speelplaats. Ze deed dit wel nooit alleen, enkel samen met haar vriendinnen. Deze situatie stopte dan even maar heeft zich ondertussen weer 3 keer herhaald.

Vraag 1 :

Hoe zou jij reageren wanneer iemand je zo zou pesten? Je mag een algemeen antwoord geven, maar je mag ook situatie per situatie bespreken.

De situaties:

- ruzie op MSN
- dreigende SMS-berichtjes
- scheldtelefoons
- dreigende mails
- pesten op school

Reactie van Femke:

Femke probeerde redelijk te blijven als ze op msn zo tegen haar deden. Ze dacht; als ik haar niet afsnauw en beledig, kan ze mij niks verwijten. Maar ondertussen zat ze wél vaak huilend achter haar computer, te bang om iets te doen, en te trots om het te vertellen. Na een tijdje begon Kim ook via de gsm en op school, en toen heb ik het verteld aan enkele mensen.

Wanneer Kim Femke belde (om haar uit te schelden) nam Femke wel steeds haar gsm op. Dit op te tonen dat ze niet bang van haar was, terwijl ze wel ontzettend bang was. Ze wou ook niet 'laf' zijn door Kim te negeren. Na een tijdje nam Femke de telefoon gewoon niet meer op, maar toen begon Kim gewoon sms-jes te sturen of liet ze haar vriendinnen bellen.

Vraag 2:

Zou jij tegen iemand vertellen dat je gepest/gecyberpest wordt? Tegen wie zou je dit dan zeggen? En zou je hier lang mee wachten?

Reactie van Femke:

Femke heeft er héél lang mee gewacht. Op den duur heeft ze het dan aan een paar vriendinnen verteld, en later ook aan haar ouders.

Vraag 3:

Wat denk je dat volwassenen/vrienden zullen doen wanneer je met je verhaal naar hen toegaat ? Wat wil je dat ze doen wanneer je hen vertelt dat je ge(cyber)pest wordt?

Reactie van Femke:

Diegene aan wie Femke de problemen had verteld, probeerden haar zo goed mogelijk op te vangen , haar raad te geven en haar op te peppen.

Femke had hier echter gemengde gevoelens bij. De anderen wisten immers niet écht hoe het was om ge(cyber)pest te worden, ook al deden ze hun best om het te begrijpen.

Vraag 4:

Wat kunnen volgens jou de gevolgen zijn van cyberpesten ?

De gevolgen bij Femke:

Femke sliep erg slecht en was voortdurend bang en onrustig. Ze werd ook heel achterdochtig tegenover andere mensen, bij het minste vreemd gedrag had ze argwaan. Pesten kan je verlammen. Je bent vaak te trots of te bang om iets tegen buitenstaanders te zeggen, en daardoor blijf je vaak in die visieuze cirkel zitten.

Andere mogelijke gevolgen:

Lager zelfvertrouwen, grotere kans op depressies en angsten, eenzaamheidsgevoel, ...

Vraag 5:

Hoe denk je dat het gepest uiteindelijk is gestopt bij Femke ?

Antwoord:

Eén keer is het spontaan opgehouden, een andere keer hebben andere mensen met het Kim gepraat en daardoor is ze toen gestopt. Maar er bleef bij Femke altijd wel een grote voorzichtigheid en ze voelde nog steeds de spanning en de dreiging tussen haar en Kim.

Vraag 6:

Hoe zou jij iemand helpen die gecyberpest wordt ?

Femke zou na haar ervaringen iemand zo helpen:

Femke zou hen aanraden het zeker tegen iemand te vertellen. Het kan enorm opluchten als je het geheim niet meer alleen moet dragen. En de kans is groot dat die persoon je ook kan helpen.

Bijlage 2 Invulblad voor de jongeren:

Vraag 1 :

Hoe zou jij reageren wanneer iemand je zo zou pesten? Je mag een algemeen antwoord geven, maar je mag ook situatie per situatie bespreken.

De situaties:

- ruzie op MSN
- dreigende SMS-berichtjes
- scheldtelefoons
- dreigende mails
- pesten op school

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Vraag 2:

Zou jij aan iemand vertellen dat je gepest/gecyberpest wordt? Tegen wie zou je dit dan zeggen? En zou je hier lang mee wachten?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Vraag 3:

Wat denk je dat volwassenen/vrienden zullen doen wanneer je met je verhaal naar hen toegaat ? Wat wil je dat ze doen wanneer je hen vertelt dat je ge(cyber)pest wordt?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Vraag 4:

