

PIMENTO



WEERBAAR OP HET WEB JUNIOR

COLOFON

WOW Junior is een uitgave van Pimento vzw.

Redactie: Sarah Van Laerhoven, Anke Weyns, Marieke Desloovere, Hannah Libbrecht en Kim Van den Bergh

Met dank aan: Vormingsteam Pimento, Dominique Van den Elsacker, Chiro Tisselt, het zesde leerjaar van De Sterrenkijker Antwerpen en het vierde leerjaar van Sancta Maria Basisschool Willebroek

Taalcorrectie: Bart Boone

Lay-out: Valerie Vanderlooy en Cynthia Steylaerts

ISBN: 9789491850462

Wettelijk Depot: D/2024/13.233/1

Verantwoordelijk uitgever: Kris Asnong, Kipdorp 30, 2000 Antwerpen, 03 336 99 99, info@pimento.be

Niets uit deze uitgave mag verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden (d.m.v. druk, fotokopie, microfilm of welke andere wijze dan ook), zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever

INHOUDSOPGAVE

Aan de slag!	4
Achtergrondinfo.....	5
Woordenlijst.....	6
Nuttige links.....	7
Educatief materiaal.....	7
Algemene leerdoelen.....	7
Eindtermen	7
Woordenwolk	8
Mijn online gewoonten.....	9
Cyberdialoog.....	10
Volgverzoek.....	11
Echt vs perfect	12
Hart of hard.....	13
Chatberichten.....	15
Tikkeltje tricky?	16
Reageren?	17
Help als omstander!	18
Situatie-uitspraak	22
Als ik je tik.....	23
Fotoboorn.....	25
Ja nee kring.....	27
Dag Mo	29
Wat mag jij?	30
Vertrouwenshand	31
Bijlagen	32
Bijlage 1 (Poster).....	2
Bijlage 2 (Cyberdialoog).....	33
Bijlage 3 (Volgverzoek).....	38
Bijlage 4 (Volgverzoek namen).....	41
Bijlage 5 (Echt versus perfect)	43
Bijlage 6 (Chatgesprekken).....	50
Bijlage 7 (Tikkeltje tricky).....	62
Bijlage 8 (Situatie-uitspraak).....	65
Bijlage 9 (Dag Mo).....	73

AAN DE SLAG!

WOW! Wat goed dat je met kinderen aan de slag gaat rond online weerbaarheid. Pimento wil kinderen en jongeren helpen om **zelfbewust, weerbaar en gelukkig** te zijn. Met de reeks 'Weerbaar Op het Web' staan we stil bij **online gedrag en weerbaarheid**. Deze werkvormenbundel is gericht op deelnemers **tussen negen en twaalf jaar**. Die leeftijdsindicatie hoeft je er echter niet van te weerhouden om ook met deelnemers van een andere leeftijd of doelgroep aan de slag te gaan rond online weerbaarheid. Blader door de bundel en bekijk wat voor jouw doelgroep geschikt is. Je hebt momenteel WOW Junior in handen. Ontdek ook WOW1: 'Relaties en Seksualiteit', WOW 2: Cyberpesten & Haatspraak en WOW3: 'Online identiteit'. Download de werkvormenbundels gratis op pimento.be. Zoek je werkvormen voor jongeren tussen 12 en 18 jaar, neem dan een kijkje in onze andere drie WOW bundels.



HOE GAAT HET IN Z'N WERK?

Deze bundel bevat werkvormen over **cyberpesten en haatspraak, online identiteit en online relaties**. Je kiest zelf welk(e) thema(s) je aan bod laat komen. Bij sommige werkvormen kan je alle thema's behandelen of zelf beslissen welke situaties of stellingen je gaat gebruiken. Elk thema wordt aangegeven met een **herkenbaar symbool**.



cyberpesten



online identiteit



online relaties en seksualiteit

Je kan de werkvormen in één keer doen of spreiden over meerdere tijdstippen. Probeer wel altijd een gepaste opwarmer en afsluiter te gebruiken tijdens de sessies.

Het concept is eenvoudig. Lees de fiche en ga samen met de deelnemers aan de slag. Bij heel wat werkvormen hoort een bijlage. Die vind je achteraan in deze bundel. Druk de bijlage (meermaals) af of projecteer ze in het groot. Bij iedere werkvorm hoort een **nabespreking**. Dat zijn vragen die je tussendoor of achteraf kan stellen. Besteed daar **voldoende aandacht** aan, want dat levert vaak boeiende gesprekken op. Uit die gesprekken halen kinderen veel info. Tegelijk leren ze hun mening vormen en/of bijsturen, en oefenen ze hun communicatieve vaardigheden.

“MAAR NIET AL MIJN DEELNEMERS HEBBEN EEN SMARTPHONE. IS DIT DAN WEL NUTTIG?”

Absoluut. Het is niet omdat sommige kinderen geen smartphone hebben dat ze nog niet in contact komen met de digitale wereld. Kinderen kijken televisie, gebruiken de tablet of de computer/smartphone van hun ouders, ze horen en praten over online gedrag met vrienden en kijken vaak ook mee.

Bespreek dus met hen waarom je ervoor kiest om dit onderwerp aan te gaan en benadruk dat het ook gaat over wat ze later wel of niet zouden willen doen, wat ze wel of niet oké zouden vinden enz.

Op de volgende pagina's vind je alvast wat achtergrondinfo over de verschillende thema's.

CYBERPESTEN

Meer dan een op de drie kinderen heeft zelf al eens een haatboodschap gekregen (Apenstaartjaren, 2022). Onder **haatspraak** verstaan we: uitspraken, tekeningen, afbeeldingen of filmpjes die een groep of persoon aanvallen op basis van kenmerken zoals religie, etniciteit, lichaamsbouw, relationele of seksuele voorkeur, geslacht...

Weet dat het aanzetten tot discriminatie, haat of geweld wettelijk strafbaar is. Haatspraak en cyberpesten worden vaak door elkaar gehaald. Toch zijn het wel degelijk twee verschillende vormen van ongepast online gedrag. Waar haatspraak een grote groep beledigt op basis van specifieke kenmerken, is het doel van cyberpesten om één individu heel persoonlijk te kwetsen. Een hater wil eenmalig of frequent een bepaalde boodschap verkondigen, terwijl **cyberpesten** in alle gevallen herhaaldelijk voorvalt en er een duidelijk machtsonevenwicht is tussen de pester en de gepeste (in leeftijd, status, aanzien ...).

Klassiek pesten en cyberpesten gaan vaak hand in hand. Online pestgedrag kan echter altijd en overal plaatsvinden, de pester blijft vaak anoniem (de boodschappen worden daardoor harder) en in no time kijkt een eindelijk publiek mee. Om die redenen wordt het door personen die gepest worden vaker als ingrijpender omschreven. De impact van zowel cyberpesterijen als haatspraak mag in geen geval onderschat worden.

Met deze werkvormen ga je met kinderen in gesprek over haatspraak, cyberpesten en de (on)geschreven richtlijnen en gedragsregels voor het gebruik van het internet (**netiquette**).

ACHTERGRONDINFO

ALGEMEEN

Kinderen en jongeren komen vroeger en vroeger in contact met de online wereld en sociale media. Ook online is niets zwart-wit. Daarom is het belangrijk om kinderen verschillende kaders mee te geven. Reflecteer met de deelnemers over wat gangbaar is in de on- en offline maatschappij en laat hen daar kritisch naar kijken. Waarom vinden ze bepaalde **waarden en normen** wel of niet belangrijk? En hoe kunnen ze zich die eigen maken? Het gaat in deze bundel niet alleen om online weerbaarheid, maar ook over communicatie en begrip voor anderen.

We kiezen er in de werkvormen bewust voor om specifieke apps minimaal te benoemen. Om dicht bij de digitale leefwereld van de deelnemers te blijven, **adviseren** we om tijdens de activiteiten **zelf de apps te benoemen** die de deelnemers op dat moment kennen en gebruiken.

“MAAR WAAR KOMEN KINDEREN DAN AL MEE IN CONTACT?”

Uit recent onderzoek (Apenstaartjaren, 2022) blijkt dat kinderen gemiddeld **8 jaar en 4 maanden** oud zijn wanneer ze een smartphone krijgen. Daarop kijken ze eerst overwegend filmpjes, spelen ze games en luisteren ze naar muziek. Rond de leeftijd van 10 jaar komen ze in de **'digitale puberteit'**. Ze beginnen informatie op te zoeken en gebruiken apps zoals Snapchat, Instagram en TikTok. Voor veel van die socialemediaplatformen zijn ze dan eigenlijk officieel nog te jong. De meeste apps hanteren namelijk de leeftijd van **13 jaar** als de **officiële minimumleeftijd** om een account te mogen aanmaken.

ONLINE IDENTITEIT

Kinderen komen al vanaf tien jaar in hun **digitale puberteit**. Ze gebruiken dan al heel wat apps die jongeren in het middelbaar ook gebruiken. Ze leggen en onderhouden sociale contacten, maar worden ook overspoeld met reclame en 'picture perfects'. Ze profileren zich in zowel een online als offline wereld.

Ondanks de risico's bulken internet en sociale media van voordelen en bieden ze waardevolle kansen. Kinderen en jongeren beleven fantastische momenten online, delen gevoelens of talenten, laten hun stem horen, worden geïnspireerd, amuseren zich in hun eentje of met anderen door bijvoorbeeld te gamen, enzovoort. Omdat ze zich zoveel in de digitale wereld begeven, creëren ze een **online identiteit**. Hoe presenteer en gedraag je je online? Wat post je? Wat like je?

Met deze werkvormen kan je met kinderen aan de slag rond het evenwicht tussen hun online en offline leven (**digitale balans**), hoe ze zichzelf zien en wat ze van zichzelf vinden (**online zelfbeeld**) en over het beeld dat andere mensen van hen krijgen op basis van wat ze typen, aanklikken, liken en posten (**online imago**).

ONLINE RELATIES EN SEKSUALITEIT

Het digitale aspect beperkt zich niet tot online zelfbeeld, online imago, cyberpesten enz. Ook op het vlak van relaties en seksualiteit speelt de digitale leefwereld een rol bij veel kinderen en jongeren. Kinderen en jongeren leren anderen kennen via het internet, sturen berichten naar elkaar, bouwen relaties op enz.

Ook **sexting** (het sturen en ontvangen van seksueel getinte berichtjes, foto's of filmpjes) kan deel uitmaken van de (seksuele) ontwikkeling. Het is voor veel jongeren een stap naar de eerste offline seksuele ervaringen. Het heeft dus heel wat positieve beweegredenen, maar er is natuurlijk ook een keerzijde als anderen misbruik maken van die foto's. Sexting komt zowel bij sommige kinderen als jongeren voor, maar bij kinderen is het risico vaak groter. Kinderen voelen in vergelijking met jongeren vaak meer druk om een sext te sturen en staan vaker helemaal naakt of herkenbaar op de foto (Apenstaartjaren, 2022). Door aan de hand van deze bundel in gesprek te gaan, leren kinderen wat sexting is en wat ze moeten doen als ze de vraag krijgen om naaktfoto's te sturen. Ze beseffen dat ze een verantwoordelijkheid krijgen op het moment dat ze ontvanger zijn van een naaktfoto. Het is belangrijk dat kinderen zich ervan bewust worden dat intieme beelden van anderen verspreiden wettelijk niet mag als ze daar geen toestemming voor krijgen.

Daarnaast komen kinderen en jongeren op een steeds jongere leeftijd in contact met beelden van relaties en seksuele handelingen (**porno**). Daardoor kunnen er bij sommige jongeren verwachtingen over seksualiteit ontstaan, de ene al wat realistischer dan de andere. Door met hen in gesprek te gaan, leren kinderen wat ze moeten doen als ze met porno in aanraking komen en wat de verschillen kunnen zijn tussen porno en seksualiteit in de offline wereld.

Met deze werkvormen kan je met kinderen aan de slag rond sexting, online relaties, porno en **victim blaming** (het beschuldigen van het slachtoffer).

WOORDENLIJST

- **Comment** = een geschreven reactie onder online inhoud.
- **Content** = informatie, media en gegevens (zoals tekst, afbeeldingen, audio en video's) die gedeeld worden op digitale platformen.
- **Exposen** = zonder toestemming privé-informatie delen om iemand in een negatief daglicht te plaatsen.
- **Failvideo's** = korte filmpjes van grappige of onhandige situaties.
- **GIF** = een afbeeldingsformaat voor korte, herhalende animaties. Vaak worden die gebruikt voor grappige momenten en reacties op sociale media.
- **Hacken** = illegaal binnendringen in een account of computersysteem.
- **Influencer** = iemand met een aanzienlijk aantal volgers op sociale media, die regelmatig foto's of filmpjes deelt.
- **Meme** = een grappige afbeelding, video of tekst.
- **Moderator** = iemand die toezicht houdt op en beheert wat er gebeurt in online gemeenschappen of platformen.
- **Omstander** = een persoon die getuige is van een conflict of gedrag dat onaanvaardbaar is. Door te reageren kunnen omstanders een grote (positieve) invloed hebben op de situatie.
- **Post** = een bericht of bijdrage die gebruikers op sociale media of andere digitale platformen plaatsen.
- **Snapstreaks** = een streak of snapreeks ontstaat wanneer twee vrienden minstens drie dagen op rij binnen de 24 uur op Snapchat een bericht, foto of video naar elkaar sturen. Er verschijnt een vlam-icoontje achter het gesprek, en een vermelding van hoeveel dagen de reeks al aan de gang is. Als er binnen de 24 uur geen nieuwe Snap wordt gestuurd, verloopt de reeks en verdwijnt het icoontje.
- **Story** = een korte post (afbeeldingen, video's of tekst) die maar 24 uur zichtbaar is.
- **Streamen** = een manier om online inhoud rechtstreeks te bekijken of te beluisteren. Vaak gaat dat over game streaming waarbij je kijkt hoe iemand anders aan het gamen is.
- **Taggen** = het benoemen van personen, locaties of merken in een online bericht of foto.
- **Toxic** = giftig. Zowel een relatie, een persoon als een situatie kunnen 'toxic' zijn. Het beïnvloedt jou of anderen op een negatieve manier.
- **Vlog** = een video waarin mensen persoonlijke ervaringen, activiteiten of meningen delen.

NUTTIGE LINKS

[apenstaartjaren.be](#) - Apenstaartjaren is een tweejaarlijks onderzoek en congres over kinderen en jongeren en digitale media.

[childfocus.be](#) - Child Focus biedt informatie over veilig en verantwoord internetgebruik voor jongeren, professionals en ouders. Naast informatie bieden ze ook rechtstreekse hulp rond o.a. grensoverschrijdende sexting.

[grenswijs.be](#) - Voor wie werk wil maken van een beleid rond fysieke, emotionele en/of lichamelijke integriteit.

[mediawijs.be](#) - Vlaams kenniscentrum voor digitale en mediawijsheid. Mediawijs bundelt tools, onderzoek en vormingen rond dit thema.

[sexting.be](#) - Info over sexting voor leerkrachten, ouders, jeugdwerkers en jongeren.

[pimento.be](#): Boek een vorming over dit thema gegeven door ervaren begeleiders.

In werkvorm 'De hand' staan enkele nuttige links om mee te geven aan de deelnemers. Ga ook daar zeker eens een kijkje nemen.

EDUCATIEF MATERIAAL

- [WOW1: porno, sexting, victim blaming en catfishing](#)
- [WOW2: cyberpesten, netiquette en haatspraak](#)
- [WOW3: online identiteit](#)
- [In de Pocket](#) - Groepssfeer in broekzakformaat. Voorkom pesten door te werken aan groepsbevordering, talenten en weerbaarheid.
- [Oké?!](#) - Spel over seksueel grensoverschrijdend gedrag, gebaseerd op het Vlaggensysteem van Sensoa.
- [\(N\)iets mis mee?!](#) - Pakket om seksueel grensoverschrijdend gedrag bespreekbaar te maken in het jeugdwerk, gebaseerd op het Vlaggensysteem van Sensoa.
- [What the FAQ?!](#) - Gratis online publicatie over relationele en seksuele vorming begeleiden in superdiverse groepen.

ALGEMENE LEERDOELEN

- De deelnemers denken na over hun gedrag op het internet.
- De deelnemers denken na over de rol van internet en digitale media in hun leven.
- De deelnemers denken na over de invloed van internet en digitale media op hun (online) identiteit.
- De deelnemers zijn zich bewust van welke informatie ze online delen.
- De deelnemers leren waar ze via betrouwbare bronnen terecht kunnen met hun vragen.
- De deelnemers staan stil bij hun eigen grenzen en die van anderen op het vlak van hun online gedrag.

EINDTERMEN

De leerlingen drukken in een niet-conflictgeladen situatie eigen indrukken, gevoelens, verlangens, gedachten en waarderingen spontaan uit.

De leerlingen kunnen beschrijven wat ze voelen en wat ze doen in een concrete situatie en kunnen illustreren dat zowel hun gedrag als hun gevoelens situatiegebonden zijn.

De leerlingen kunnen in omgang met anderen respect en waardering opbrengen.

De leerlingen kunnen in concrete situaties verschillende manieren van omgaan met elkaar herkennen, erover praten en aangeven dat die op elkaar inspelen.

De leerlingen tonen in een eenvoudige conflictsituatie in de omgang met leeftijdgenoten de bereidheid om te zoeken naar een geweldloze oplossing.

De leerlingen kunnen ongelijk of onmacht toegeven, kritiek beluisteren en eruit leren.

De leerlingen kunnen kritisch zijn en een eigen mening formuleren.

De leerlingen hebben aandacht voor de onuitgesproken regels die de interacties binnen een groep typeren en zijn bereid er rekening mee te houden.

De leerlingen beseffen dat hun gedrag beïnvloed wordt door de reclame en de media.

WOORDENWOLK



Doelen:

- De deelnemers krijgen duidelijkheid over het thema van vandaag.
- De begeleider krijgt meer zicht op wat er leeft in de groep.

Tijd: 15 minuten

Materiaal: Posters en stiften

Vorbereiding: /

SPELUITLEG

Deze werkvorm is ideaal als opstarter. Op die manier kan je inschatten wat er in de groep leeft en waar er mogelijk vragen over zijn. Het kan een basis zijn om je verdere vorming op te bouwen.

Verdeel de deelnemers in groepjes van vier à vijf personen. Geef elk groepje een groot blad of een poster met een thema erop. Laat de deelnemers in een aantal minuten tijd zoveel mogelijk woorden op de poster schrijven die ze aan het thema linken. Waar denken ze aan bij het lezen van dat woord?

Na enkele minuten schuif je de posters door zodat elk groepje een andere voor zich krijgt. Je kan er ook voor kiezen om de posters in het midden van de kring te leggen en deelnemers zelf te laten kiezen waar ze iets gaan opschrijven.

Enkele mogelijke thema's:

- Sociale media
- Cyberpesten
- Sexting
- Wie ben ik online?
- Zelfbeeld

Nadien overloop je de opgeschreven woorden en vraag je of de deelnemers alle woorden begrijpen. Zo niet, dan vraag je of iemand van de andere deelnemers uitleg kan geven of leg het zelf uit.

NABESPREKING

- Begrijpen jullie alle woorden die op de posters staan?
- Hoe voelen jullie je nu je weet dat we het hier vandaag over gaan hebben?

MIJN ONLINE GEWOONTEN



Doelen:

- De deelnemers denken na over de rol van internet en sociale media in hun leven.
- De deelnemers worden zich bewust van wat ze online delen.
- De deelnemers evalueren de mogelijkheden en risico's van eigen mediagedrag en dat van anderen.

Tijd: 20 minuten
Materiaal: Stoelen
Vorbereiding: /

SPELUITLEG

Deze werkvorm is ideaal als opstarter. Ga met de deelnemers in een kring zitten. Iedereen zit op een stoel. Om te beginnen vraag je een vrijwilliger. Die zet de eigen stoel in het midden, gaat erop zitten en beantwoordt een van de onderstaande vragen. Iedereen die hetzelfde antwoord zou geven, verandert zo snel mogelijk van plaats. Degene in het midden probeert op een stoel in de kring te gaan zitten. Wie niet snel genoeg is om op een andere stoel te gaan zitten, neemt nu plaats in het midden en beantwoordt zelf een van de onderstaande vragen. Opnieuw verandert iedereen voor wie de uitspraak van toepassing is van stoel. Het is wel belangrijk dat de deelnemers enkel rechtstaan als de uitspraak effectief voor hen geldt.

Voorbeeldvragen voor de persoon in het midden:

- Het leukste aan het internet vind ik ...
- Het leukste aan [naam van een app] vind ik ...
- Ik vind het internet niet leuk omdat ...
- Ik vind [naam van een app] niet leuk omdat ...
- Ik ga op het internet om ...
- Ik gebruik dagelijks [naam van een app].
- Mijn favoriete filmpje is ...
- Mijn favoriete vlogger is ...
- Mijn favoriete challenge is ...
- Mijn favoriete spelletje is ...

NABESPREKING

- Waren er gelijkenissen/verschillen tussen jou en jouw groepsgenoten?
- Zijn er dingen die jullie verrast hebben tijdens deze werkvorm? Waarom?
- Is iedereen van deze groep online? Wat vinden jullie daarvan?
- Moet iedereen van deze groep op sociale media zitten?

CYBERDIALOOG



Doelen:

- De deelnemers denken na over hun eigen online gedrag.
- De deelnemers staan stil bij de verschillende aspecten van sociale media en online gedrag.
- De deelnemers gaan in gesprek over sociale media en online gedrag.
- De deelnemers horen meningen van anderen over sociale media en online gedrag.
- De deelnemers denken kritisch na over sociale media en online gedrag.
- De deelnemers verwoorden hun eigen mening over sociale media en online gedrag.

Tijd: 25 minuten

Materiaal: Vragenkaartjes (bijlage 2)

Vorbereiding: Druk de kaartjes uit bijlage 2 af en knip ze uit.

SPELUITLEG

Verdeel de deelnemers in kleine groepjes van ongeveer vier à vijf personen. Geef elk groepje een aantal kaartjes uit bijlage 2 en laat hen daarover in gesprek gaan met elkaar. De begeleider kan ervoor kiezen om deel te nemen aan de gesprekken. Selecteer de kaartjes op maat van je groep.

NABESPREKING

- Hebben jullie verschillende meningen gehoord? Wat vond je daarvan?
- Bij welke kaartjes kwamen er interessante gesprekken naar boven?
- Heb je iets nieuws geleerd?

Tip

Zijn er woorden die de deelnemers niet begrijpen? Vraag eerst of iemand anders ze kan uitleggen. De juiste informatie vind je in de woordenlijst op p. 6.

VOLGVERZOEK



Doelen:

- De deelnemers staan stil bij wat ze belangrijk vinden in een (online) vriendschap.
- De deelnemers staan stil bij de persoon achter bepaald online gedrag.
- De deelnemers denken na over hun eigen online gedrag en dat van anderen.

Tijd: 30 minuten

Materiaal: Post-its, pen, bijlage 3 en bijlage 4

Voorbereiding: Projecteer bijlage 3 of leg een geprinte versie in het midden van de kring. Dek het volledige document af behalve de gebruikersnamen. Knip bijlage 4 uit en verspreid de kaartjes over de ruimte.

SPELUITLEG

Fase 1

Geef elke deelnemer een post-it en laat hen daarop hun eigen naam schrijven.

Laat de deelnemers de post - it kleven bij de gebruikersnaam die hen het meest aanspreekt, dat is hun volgzverzoek.

Fase 2

Laat het afdekblad een rij zakken zodat het aantal volgers tevoorschijn komt. De deelnemers mogen nu beslissen of ze hun post-it laten hangen of liever een volgzverzoek sturen naar een ander profiel. Als ze willen veranderen, mogen ze hun eigen post-it verplaatsen.

Bevraag waarom de deelnemers een volgzverzoek wel of niet veranderen.

Ga zo rij per rij door tot alle informatie zichtbaar is.

Wanneer alle vriendschapsverzoeken verstuurd zijn, bekijk je in grote groep het uiteindelijke resultaat. Welke personen en kenmerken kregen de meeste verzoeken na de laatste ronde? Hou een nabespreking met de onderstaande vragen.

NABESPREKING (VEREIST)

- Waarom heb je je vriendschapsverzoeken naar die bepaalde mensen gestuurd?
- Wat vind je belangrijk in een online vriendschap?
- Heb je vrienden waar je enkel online contact mee hebt?
- Heb je bepaalde verwachtingen van je vrienden online?
- Wanneer is een online vriendschap niet goed voor jou?
- Heb je zelf al eens iets online gedaan of gedeeld waar je later spijt van had?
- Heb je ooit al een vriendschap verbroken door het online gedrag van de ander?

ECHT vs PERFECT



Doelen

- De deelnemers leren dat online niet alles echt is.
- De deelnemers gaan in gesprek over wat hun eigen ervaring is met fake/echte zaken online.
- De deelnemers gaan op een creatieve manier zelf aan de slag met de bovenstaande thema's.

Tijd: 10 minuten (reken 20 minuten extra als je fase 2 wilt doen).

Materiaal: Bijlage 5 geprint of geprojecteerd (voorzie extra gsm's/tablets/computer met camera als je fase 2 wilt doen).

Vorbereiding: Projecteer de afbeeldingen uit bijlage 5 of print ze af en knip ze uit.

SPELUITLEG

Fase 1

Verdeel de deelnemers in groepjes van vier à vijf personen. Per groepje krijgen ze enkele foto's te zien. Laat de deelnemers in groep bespreken wat ze zien.

Koppel dit terug in de grote groep en bespreek de vragen uit de nabespreking als je fase 2 niet gaat uitvoeren.

Fase 2 (optioneel)

Zet de groepjes zelf aan het werk. Ze krijgen een kwartier de tijd om foto's of filmpjes te maken. Eerst tonen ze een perfect plaatje, vervolgens de realiteit achter de foto, gelijkaardig aan de foto's in fase 1. Het mag over uiterlijk gaan, maar ook over de perfecte schoolbank versus een slordige schoolbank.

Laat de creativiteit de vrije loop: een groepsfoto, filmpjes enz. Beperk eventueel de tijd voor het maken van de 'perfecte' foto's en filmpjes.

Toon de foto's en filmpjes klassikaal en bespreek aan de hand van de nabesprekingsvragen.

NABESPREKING (VEREIST)

- Wat doet het met jou als je naar al die perfecte levens kijkt online?
- Denk je dat mensen vaak bewerkte foto's online zetten?
- Gebruik jij dan filters of effecten op jouw foto? Zo ja, welke en waarom?
- Waarom maken we ons leven online leuker dan het in werkelijkheid is?
- Is het oké om persoonlijker, emotionele en negatieve berichten, foto's of filmpjes te delen? Waarom wel/niet?
- Heb je je online weleens voorgedaan als iemand anders? Waarom?
- Is het belangrijk om helemaal jezelf te zijn online? Hoe kan je helemaal jezelf zijn?



Opgelet

De kracht van fase 2 zit in de nabespreking van de werkvorm. Vergeet die zeker niet.

HART OF HARD



Doelen:

- De deelnemers denken na over wat ze grappig versus kwetsend of vervelend vinden.
- De deelnemers worden zich bewust van de verschillen tussen mensen in het interpreteren van situaties (grappig/kwetsend).
- De deelnemers leren rekening te houden met elkaars gevoelens.
- De deelnemers leren dat mensen verschillend kunnen reageren op dezelfde situatie.

Tijd: 30 minuten

Materiaal: Eventueel blinddoeken

Vorbereiding: /

SPELUITLEG

Zet de deelnemers op een lange lijn. Laat hen zich blinddoeken of de ogen sluiten. Daarna geef je hen een aantal situaties. Als ze een situatie kwetsend of vervelend vinden, zetten ze een stap naar achteren. Als ze de situatie grappig vinden, zetten ze een stap naar voren. Als de situatie hen niets doet of ze willen er liever niet op reageren, dan blijven ze staan.

Kies een aantal stellingen uit (minstens tien) en laat de deelnemers per stelling positie innemen. De deelnemers houden hun ogen gesloten tot alle stellingen overlopen zijn. Daarna doen ze hun ogen open. De deelnemers kijken rond en zien een verspreid spelersveld. Ga het gesprek daarover aan aan de hand van de nabesprekingsvragen.

Tip:

Wanneer je de situaties voorleest, kan je in plaats van 'online', 'in de chat' of 'in een persoonlijk bericht' een specifiek socialemediaplatform benoemen dat op dat moment in de groep of onder de deelnemers populair is. Zo maak je het voor de deelnemers realistischer en wordt het gemakkelijker om zich in te leven.

SITUATIES

Algemeen

- Een klasgenoot is jarig. Iemand anders post/tagt die persoon in een gênante foto.
- Iemand maakt met de gsm van iemand anders 156 selfies terwijl die niet aan het kijken is.
- Je bent met vrienden enkele grappige filters aan het uittesten. Iemand van de groep post jullie 'gefilterde' foto online.
- Je bent jarig. Een vriend post/tagt jou in een gênante foto.
- Je bent in de klas in je eentje een onnozel dansje aan het doen. Een klasgenoot post een filmpje ervan op sociale media.
- Iemand die je kent, vindt al jouw berichten leuk en geeft dat aan met een like/hartje/... (afhankelijk van het socialemediaplatform).
- Tijdens het gamen wordt een teamgenoot kwaad omdat je in het spel een fout gemaakt hebt.

Cyberpesten (uitsluiten, uitlachen, uitschelden, roddelen, ...)

- Er is een klaschatgroep waar jij niet aan toegevoegd bent.
- Je stelt een vraag in de klaschatgroep en niemand antwoordt.
- Iemand wordt telkens uit de chatgroep verwijderd.
- Er worden in de klaschatgroep grapjes gemaakt over de kledingstijl van iemand van de klas.
- Er worden in de klaschatgroep grapjes gemaakt over iemands geloof.
- De groepsfoto van de chatgroep wordt telkens opnieuw aangepast.
- De bijnamen van de leden in de chatgroep worden voortdurend aangepast.
- Iemand stuurt jou een foto door van iemand die je kent die op de wc zit.
- Een klasgenoot post een foto van een leerkracht in de klasgroep.
- Een klasgenoot post een filmpje van een leerkracht die zich kwaad maakt.
- Een klasgenoot post een filmpje van een leerkracht die huilt.
- Een klasgenoot post een filmpje van jouw ouders die ruzie hebben.
- Een vriend van je maakt een nogal grappige val. Het werd gefilmd. Het filmpje ervan wordt omgezet naar een GIF en uitvoerig gedeeld binnen de vriendengroep.
- Je gaat met enkele vrienden naar een skatepark. Een zotte stunt van jou mislukt. Het filmpje ervan wordt online geplaatst.
- Je vindt online een filmpje waarin twee mensen aan het vechten zijn aan een station.
- Je vindt online een filmpje waarin jouw beste vriend aan het vechten is met iemand aan de bushalte.
- Iemand stuurt jou een gênante foto door van iemand die je niet graag hebt.
- Iemand bewerkt jouw foto en plakt jouw gezicht op de emoji van een lachend kakske.

NABESPREKING

- Wat zien jullie als je rondkijkt?
- Hoe staan jullie ten opzichte van elkaar?
- Hoe komt dat?
- Vindt iedereen hetzelfde grappig?
- Hou je daar rekening mee als je online bent?
- Houden anderen daar rekening mee?
- Hoe merk je aan iemand dat die iets niet leuk vindt?
- Wanneer ga je over iemands grens? En wanneer is iets dan pesten?
- Wat is het verschil tussen pesten en plagen?
- Wat zijn vormen van pesten?
- Is ongevraagd naaktfoto's doorsturen ook een vorm van pesten?
- Wat zou je doen als je iets ziet gebeuren dat je kwetsend vindt of waarvan je denkt dat het kwetsend is voor anderen?

Sexting

- Een vriend van jou stuurt je een persoonlijk bericht. Het is een foto van jouw hoofd gefotoshopt op een naaktfoto. Je weet niet wie die foto gefotoshopt heeft.
- Een anoniem nummer stuurt je via een persoonlijk bericht een naaktfoto van iemand die je niet kent.
- Een vriend stuurt je een link door. Als je erop klikt, blijkt het een naaktfoto te zijn van een andere vriend.
- Je wordt door een vriend toegevoegd aan een chatgroep waarin beelden van pornosites gedeeld worden. Je verwijdert jezelf uit de groep. Twee dagen later voegt de vriend je opnieuw toe aan dezelfde chat.
- Eén van je vrienden laat je onverwacht een pornofilmpje zien.

CHATBERICHTEN



Doelen:

- De deelnemers staan stil bij de risico's verbonden aan cyberpesten, sexting, foto's doorsturen zonder toestemming enz.
- De deelnemers staan stil bij hun eigen online gedrag en dat van hun omgeving, en bij de gevolgen die daarmee gepaard gaan.
- De deelnemers denken na over hoe zij zouden reageren op zulke situaties.
- De deelnemers denken na over welke situaties al dan niet oké zijn en waarom.

Tijd: 30 minuten

Materiaal: Berichten uit bijlage 6, een groen, rood en oranje papier

Vorbereiding: Print de berichten uit bijlage 6 en knip ze uit.

SPELUITLEG

Leg een groen, rood en oranje papier of voorwerp op de grond.

Zet de deelnemers in een kring en geef hen individueel of per twee een of meerdere berichten. Geef de deelnemers de tijd om hun bericht te bekijken. Laat hen bepalen in welke zone ze het bericht zouden leggen.

Groen = ik vind deze situatie oké

Rood = ik vind deze situatie niet oké

Oranje = ik twijfel

Laat de deelnemers om beurten hun bericht in een zone naar keuze leggen. Ga met de deelnemers in gesprek over hoe ze tegenover bepaalde situaties staan. Hoe zouden ze reageren, onder welke voorwaarden zou de situatie volgens hen wel oké zijn?

Op de achterkant van elk gesprek staan enkele bijvragen die je aan de groep kan stellen.

NABESPREKING

- Hoe was het voor jullie om deze opdracht in groepjes te bespreken?
- Was iedereen het over elk gesprek eens?

Tip

Wil je meer weten over het concept toestemming bij het delen van foto's?

Neem een kijkje op <https://www.mediawijs.be/nl/artikels/het-recht-op-afbeelding>.

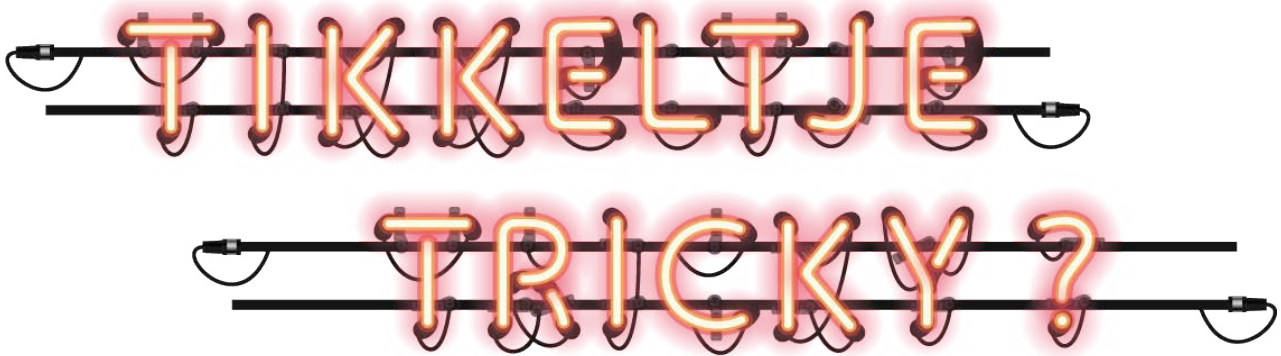


Tip

Wil je als begeleider jezelf inlezen in criteria die taal geven om gedrag bespreekbaar te maken of objectiever te bekijken?

Neem dan een kijkje op <https://www.grenswijs.be/zes-criteria-om-te-schatten-gedrag-over-de-grens-gaat>.





Doelen:

- De deelnemers denken kritisch na over het belang van privacy.
- De deelnemers (h)erkennen het belang van netiquette en het respecteren van de (online) grenzen van anderen.
- De deelnemers ontwikkelen in interactie met anderen een visie over gewenste en ongewenste situaties online.
- De deelnemers herkennen welke risico's verbonden kunnen zijn aan bepaalde online situaties.
- De deelnemers kunnen ongewenste situaties signaleren en weten waar hulp te vragen als ze er zelf in belanden.

Tijd: 30 minuten. Je kunt als begeleider situaties selecteren naargelang de thema's die in de groep leven of de tijd die voor deze werkvorm beschikbaar is.

Materiaal: Situatiekaartjes uit bijlage 7

Vorbereiding: Print de situaties uit bijlage 7 en knip ze uit.

SPELUITLEG

Vertel de deelnemers dat de ene kant van het lokaal of de cirkel staat voor 'het meeste risico' en de andere kant voor 'het minste risico'. Bespreek samen met de deelnemers wat risico's kunnen zijn: 'de kans op een slechte afloop' of 'de kans op negatieve gevolgen'. Enkele voorbeelden: iemand wordt gekwetst, er gebeurt iets wat je niet wilt, iets loopt fout, iemand is niet langer veilig enz.

Vervolgens geef je elke deelnemer apart of per twee één situatiekaart. Overloop de situaties een voor een. De groep krijgt telkens wat tijd om te overleggen en een risico-inschatting te maken. Vinden ze de situatie risicovol of niet? Laat hen de situatie ook fysiek een plaats geven in de aangeduide ruimte, van meeste risico naar minste risico. De groep overlegt, maar het is de persoon die de situatiekaart in handen heeft die het laatste woord krijgt.

Bij elke nieuwe situatie die geïntroduceerd wordt, wordt dus ook gekeken naar: vinden we deze situatie meer of minder risicovol dan de situaties die er nu al liggen?

NABESPREKING PER SITUATIE

- Waarom is deze situatie voor jou wel/niet risicovol?
- Voor wie is de situatie wel/niet risicovol?
- Wat zijn mogelijke gevolgen en voor wie?
- Wie draagt het meeste verantwoordelijkheid?
- Is het altijd je eigen schuld als er iets gebeurt?
- Zou de situatie veranderen als je de leeftijd van de persoon kende?
- Denken volwassenen daar anders over?
- Zou je situatie veranderen als het over een jongen/meisje ging?
- Waar kan je terecht als er jou iets overkomt?

REAGEREN?



Doelen:

- De deelnemers denken na over wat ze zelf kunnen doen bij negatieve reacties online.
- De deelnemers denken na over wat ze kunnen doen voor anderen bij negatieve reacties online.
- De deelnemers worden zich bewust van laagdrempelige manieren om te helpen bij negatieve reacties online.

Tijd: 30 minuten

Materiaal: Drie verschillende kleuren post-its/gekleurde briefjes per deelnemer, balpennen, bord/groot blad om op te schrijven, voor variatie: prentkaarten (bv. Dixit-kaarten)

Vorbereiding: /

SPELUITLEG

Fase 1: negatieve reactie

Laat de deelnemers een negatieve reactie die ze ooit gezien of geschreven hebben op een roze post-it schrijven. Hebben je deelnemers nood aan inspiratie? Geef enkele voorbeelden: 'Hey walvis', 'Ge wilt gewoon tonen dat ge rijk zijt', 'Dit is cringe'.

Leg je post-it met de negatieve reactie op je bank.

Variatie:

Voorzie prentkaarten (bv. Dixit-kaarten) waaruit ze één prentkaart mogen kiezen. Geef de instructie om bij hun prentkaart een negatieve reactie te schrijven die ze ooit gezien of gekregen hebben.

Fase 2: wat kan je zelf doen?

Laat de deelnemers een plaats naar links doorschuiven en geef de volgende instructie:

'Dit is een reactie die jij krijgt wanneer je een foto of filmpje post. Wat zou je zelf doen? Schrijf dat op een gele post-it.'

Fase 3: wat kan je voor anderen doen?

Laat de deelnemers nog een plaats doorschuiven naar links en geef de volgende instructie:

'Stel dat je vriend(in) deze reactie krijgt op een foto of filmpje, hoe zou jij dan reageren? Wat zou je nog kunnen doen om je vriend(in) te helpen als die dit meemaakt? Schrijf je idee op een groene post-it.'

NABESPREKING

- Laat de deelnemers weer op hun oorspronkelijke plaats gaan zitten en bekijk eerst de groene post-it. Stel de volgende vragen aan de deelnemers:
- Vind je dit een goeie steunreactie? En waarom? Wat is dat, een constructieve reactie?
- Stel dat je met haat op haat reageerde, wat zou er dan gebeuren?
- Zou het anders zijn als dat niet een vriend(in) van jou is? Wat zou je kunnen doen als het iemand is die je niet kent?
- Reageer jij hetzelfde bij een negatieve reactie op jouw eigen post?
- Wat zou jij helpend vinden van anderen? Hoe hoop je dat iemand reageert op jouw post?
- Wat zou jij nog kunnen doen in online pestsituaties? Denk daarbij aan online schelden, negeren, bedreigen, uitsluiten, een haatgroep over iemand, ...
- Zou jij in sommige situaties niet reageren? Waarom niet?
- In welke situaties zou je wel reageren? Waarom?
- Waarom reageren mensen vaak niet op negatieve reacties?



Doelen:

- De deelnemers denken na over of en hoe ze zouden reageren in vervelende situaties online.
- De deelnemers worden zich bewust van het omstanderseffect.
- De deelnemers denken na over manieren om als omstander te reageren bij negatieve situaties online.
- De deelnemers leren verschillende manieren toepassen om als omstander te reageren bij negatieve situaties online.

Tijd: 25 minuten

Materiaal: Papier, (kleur)potloden, poster uit bijlage 1

Vorbereiding: /

SPELUITLEG

FASE 1: MOGELIJKE REACTIES ALS OMSTANDER

Vertel aan de deelnemers dat je een aantal vervelende online situaties gaat voorlezen. Bij die situaties moeten ze telkens aangeven op welke manier ze als omstander of getuige zouden helpen.

Duid vijf plaatsen in het lokaal of de ruimte aan en maak duidelijk welke reactie bij welke plaats hoort. Leg een situatie uit en vraag aan de deelnemers om op de plaats te gaan staan die past bij de manier waarop zij zouden helpen als omstander.

Hieronder vind je een aantal situaties met daarbij telkens vijf verschillende manieren om te reageren.

LEGENDE

1 = 

2 = 

3 = 

4 = 

5 = 

SITUATIES

In de klasgroep wordt een GIF/meme gedeeld van een schildpad die op zijn rug ligt (en niet meer overeind raakt). David reageert: "Haha, precies Kayleigh!"

1. Je verandert het onderwerp in de klaschat door te vragen welke pagina's je moet kennen voor de toets van morgen.
2. Je stuurt een apart berichtje naar klasgenoten die mee in de groep zitten. Je vraagt wat zij van de 'grap' vinden.
3. Je neemt screenshots van de GIF/meme en de reacties erop.
4. Je stuurt een berichtje naar Kayleigh: "Ik zag de meme/GIF en Davids reactie. Wat erg dat dit jou overkomt. Kan ik iets voor je doen?"
5. Je plaatst een reactie als antwoord op David: "Ik vind wat je zegt echt niet gepast."

Een vriend(in) van jou post een filmpje online. Daarop worden negatieve reacties gepost zoals 'Dikke koe', 'Hahaha, jij kan toch niet dansen!'

1. Je reageert op het filmpje met: "Wow, goeie moves!"
2. Je vraagt aan je ouders of die reacties normaal zijn.
3. Je neemt een screenshot van de ergste reacties om dat later te kunnen laten zien aan de begeleider.
4. Je vraagt aan die vriendin of ze die reacties gezien heeft en hoe het met haar gaat.
5. Je reageert op de negatieve reacties: "Laat haar met rust."

In de chatgroep wordt een vriend(in) van jou niet toegevoegd. Nochtans is die ook deel van de groep.

1. Je verlaat zelf de chatgroep.
2. Je stuurt een bericht naar de volledige groep met de vraag waarom die vriend(in) niet wordt toegevoegd.
3. Je maakt een screenshot van het overzicht van de groepsleden.
4. Je vraagt aan de vriend(in) hoe het ermee gaat. Als die hiervan weet, vraag je wat die er zelf van vindt.
5. Je vraagt aan de persoon die de chatgroep aanmaakte waarom die vriend(in) er niet aan toegevoegd wordt.

Er gaat online een roddel rond van een vriendin van jou dat zij in het park afgesproken zou hebben met iemand die ze niet kent.

1. Je reageert op de roddel met een compleet ander filmpje: "Haha, hebben jullie deze al gezien?"
2. Je rapporteert de roddel bij het socialemediakanaal.
3. Je maakt screenshots van de roddel en toont die aan een begeleider.
4. Je spreekt af met die vriendin. Je vraagt hoe het met haar gaat en of je iets kan doen.
5. Je stuurt een privébericht naar de persoon die de roddel verspreidt om te zeggen dat het niet waar is en vraagt om het bericht te verwijderen.

Twee mensen van jouw groep zijn stiekem verliefd. Ze sturen lieve berichtjes naar elkaar. Iemand heeft de gsm van een van hen afgepakt en een screenshot van de berichten doorgestuurd naar zichzelf, om dat dan online te zetten.

1. Je zet zelf een filmpje online van iets dat je leuk vindt, zoals een dansje of een scène uit een serie om de aandacht weg te nemen van de andere post.
2. Je vraagt aan een vriendin of ze het ook gezien heeft, en of ze mee wil gaan naar de begeleider om het te melden.
3. Je maakt een screenshot van wat je ziet en toont dat aan je ouders.
4. Je vraagt de volgende dag wanneer je een van hen ziet of alles oké is. Je zegt dat je het plaatsen van het screenshot echt niet oké vindt.
5. Je spreekt de persoon die het screenshot online gezet heeft de volgende dag aan.

Je ziet in de groepschat dat er over iemand uit de groep geroddeld wordt. Die persoon zit ook in de groepschat.

1. Je stuurt een bericht in de groepschat om te vragen wie zin heeft om dit weekend af te spreken.
2. Je spreekt af met je beste vriend(in) dat jullie beiden iets zullen zeggen op de roddels.
3. Je stuurt de berichten door naar een begeleider.
4. Je stuurt een privébericht naar de persoon over wie er geroddeld wordt om te zeggen dat je de roddels niet oké vindt.
5. Je stuurt een algemeen bericht in de chat om te zeggen dat die persoon de opmerkingen niet verdient.

Je bent getuige van een vechtpartij en ziet dat je groepsgenoten die filmen en er samen om lachen.

1. Je zegt tegen je groepsgenoten dat je geen zin hebt om toe te kijken en vraagt of jullie misschien ergens anders heen kunnen gaan.
2. Je spreekt een volwassene in de buurt aan.
3. Je begint zelf ook te filmen, met het idee dat je dit later aan je ouders kan laten zien om te vragen wat je kan doen nu je dit gezien hebt.
4. Je stapt op de vechtpartij af om het slachtoffer eruit te halen.
5. Je stapt op de filmers af en vraagt wat ze met die filmpjes gaan doen.

Tip

Neem de poster uit bijlage 1 en laat zien wat de mogelijkheden zijn voor omstanders om te reageren in een vervelende online situatie. Overloop de tips over negeren, blokkeren en iets durven doen.

NABESPREKINGSVRAGEN FASE 1

- Welke soorten reacties hebben jullie gehoord?
- Wat kan je doen als je iets vervelends ziet online?
- Wat kan je doen als iemand online gepest wordt?
- Voor welke helpende reactie zou je kiezen in het echte online leven?
- Wat denk je dat jou zou helpen als je online gepest wordt? Wat heb jij dan van anderen nodig?
- Wat zou je nog doen? Wat zou je anders doen?

Nadat je verschillende situaties doorlopen hebt, kan je deze vragen stellen:

- Wat maakt dat je dat zou doen in die situatie?
- Zou je hetzelfde zeggen of doen? Of een beetje anders?
- Als je dit zelf meemaakte, zou je het dan fijn vinden dat iemand zo reageert?

FASE 2: TIPS TEKENEN IN EEN STRIPVERHAAL

Nu ze die manieren om als omstander te helpen al goed kunnen toepassen, is het tijd om ons te verdiepen in een van die manieren. Zo meteen laat je de groep aan de slag gaan met striptekeningen. De kinderen kiezen een situatie* en tekenen twee mogelijke eindes van het stripverhaal:

- Wat zou hun eerste reactie zijn?
- Wat zou een (andere) helpende reactie zijn? Daarvoor kiezen ze een helpende reactie van op de poster en passen ze die toe.

* Je kan daarbij een van de situaties laten kiezen uit de vorige fase, zelf een situatie aanleveren, of de kinderen zelf een situatie laten bedenken. Laat de deelnemers hun striptekeningen voorstellen.

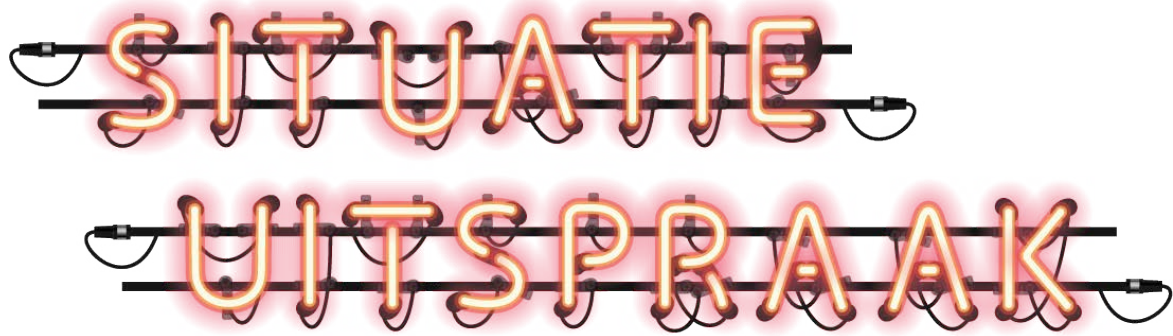


NABESPREKING FASE 2

- Welke reactie van op de poster heb je gekozen?
- Wat is het verschil met je eigen eerste reactie?
- Welke reactie zou het meest helpend zijn?
- Wie heeft er zelf al eens geholpen als omstander in het online leven? Wat heb je toen gedaan?

Tip

Hang de poster aan de muur. Je kan de poster afdrukken en op een zichtbare plek hangen. Je vindt hem in A3-formaat op onze website: <https://www.pimento.be/weerbaar-op-het-web-junior/> Of druk ze voor de deelnemers af zodat ze allemaal een persoonlijk exemplaar hebben.



Doelen:



- De deelnemers benoemen (on)gewone en (on)gewenste situaties online.
- De deelnemers krijgen inzicht in wat wel en niet oké is om online uitspraken over te doen.
- De deelnemers worden zich bewust van wat ze online delen.

Tijd: 20 minuten

Materiaal:

Situatie-uitspraakkaartjes uit bijlage 8, kaartjes met verschillende emoji's erop of een projectie van emoji's op het bord.

Vorbereiding: Knip de kaartjes uit bijlage 8 uit en leg ze op twee stapels: een met alle situaties en een met alle uitspraken.

SPELUITLEG

Laat een deelnemer van elke stapel een kaart nemen en die voorlezen.

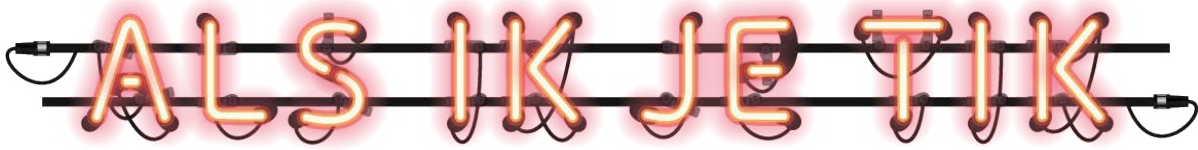
Geef elke deelnemer een blad met verschillende emoji's erop. Die emoji's mogen ze uitknippen.

Na het lezen van de kaartjes steken de deelnemers de emoji omhoog die staat voor het gevoel dat ze hebben bij de uitspraak en de situatie.

NABESPREKING

Na het tonen van de emoji's kan je de volgende vragen stellen:

- Waarom heb jij die bepaalde emoji gekozen?
- Zou jij reageren in die situatie?
- Hoe zou jij reageren in die situatie?
- Zou de uitspraak in een andere situatie wel/niet gepast zijn?
- Zou jij die uitspraak zelf doen? Zowel online als in het echt?



Doelen:

- De deelnemers leren wat online grenzen zijn.
- De deelnemers staan stil bij hun eigen grenzen en worden zich ervan bewust dat ook anderen grenzen hebben.
- De deelnemers worden zich bewust van wat de positieve rol van de omstanders kan zijn in een situatie.

Tijd: 20 minuten

Materiaal: /

Vorbereiding: /

SPELUITLEG

Fase 1

Ga met de groep in een cirkel staan. Geef als begeleider aan dat je een deelnemer een tik zal geven. Wanneer je iemand tikt, moet die in het midden van de cirkel gaan staan. Geef die persoon dan een opdracht uit de lijst verderop om uit te voeren.

Let erop dat je hier de nodige veiligheid inbouwt, bijvoorbeeld door de volgende afspraak te maken: als je een opdracht krijgt die je niet wil doen, mag je dat aangeven met een overtuigende nee. Bespreek met hen wat een overtuigende nee is (bijvoorbeeld luid en duidelijk, maak jezelf groot, maak oogcontact).

Fase 2

Ga verder met het tikken en opdrachten geven, maar leg uit dat de groep nu ook mee moet nadenken. De deelnemer in kwestie mag nog altijd zelf beslissen of die een opdracht wil uitvoeren of niet, maar de groep kan de deelnemer daar nu ook bij helpen.

Zouden de andere deelnemers de opdracht zelf willen doen en denken ze dat de deelnemer in kwestie dat ook zal willen doen? Dan mogen ze de deelnemer aanmoedigen.

Denken ze dat de deelnemer die opdracht niet zou willen doen? Dan is het de bedoeling dat ze ook als omstander een overtuigende nee geven. De eindbeslissing ligt nog altijd bij de aangeduide deelnemer.

Mogelijke opdrachten (elke deelnemer apart)

- Zing voor de hele groep een liedje
- Spring zo hoog als je kunt
- Doe een robot na
- Geef een compliment aan jezelf
- Vertel een mop
- Doe een kikker na
- Ruik aan je schoen
- Dans de macarena
- Noem vijf dingen die je blij maken
- Lik de grond
- Vertel ons over je meest gênante moment

Fase 3

Laat de deelnemers nu een opdracht bij (of samen met) iemand anders uitvoeren. Laat de deelnemers eerst zelf kiezen met wie ze een opdracht willen doen. Daarna kan je ervoor kiezen om als begeleider zelf te beslissen welke deelnemers samen een opdracht moeten uitvoeren door zelf twee deelnemers een tik te geven.

- Geef de andere persoon een groot compliment
- Blaas een kusje naar de andere persoon
- Kriebel de andere persoon onder hun kin
- Hou elkaars hand vast
- Geef elkaar een schouderklopje
- Steek je tong uit en trek je gekste bek naar de andere persoon
- Zeg tegen de andere deelnemer: 'jij bent raar'
- Fluister die persoon een geheimje in het oor
- Lik aan de schoen van de andere
- Masseer het hoofd van de andere
- Laat als laatste opdracht iedereen een geheim vertellen aan de groep

EXTRA NABESPREKING BIJ FASE 3

- Heb je toestemming gevraagd?
- Wat zag je bij de ander?
- Hoe weet je of je online een grens hebt bereikt bij iemand anders?
- Zou het anders zijn als je het bij iemand anders moest doen?

NABESPREKING (VEREIST)

Open aan de hand van de volgende vragen het gesprek over grenzen. Leg uit dat we allemaal grenzen hebben, maar dat die voor iedereen anders zijn. Geef ook mee dat grenzen er zowel in het echt als online zijn.

- Wat vond je van deze opdrachten?
- Waarom heb je sommige opdrachten wel of niet gedaan?
- Heb je iets gedaan dat je eigenlijk niet wou doen? Wat maakt dat je dat gedaan hebt?
- Kan iemand online ook over jouw grenzen gaan?
- Hoe geef je aan dat je iets niet wilt doen?
- Kon je het aan iemand zien of die iets niet oké vond om te doen? Zo ja, hoe?
- Kan je online ook weten of iemand iets wel of niet wil doen?
- Kan je online situaties bedenken waarin je grenzen weleens overschreden werden?
- Hoe zou je daar nu op reageren?



Opgelet

De kracht van deze werkvorm zit in de nabespreking. Vergeet die zeker niet!

FOTOBOMM



Doelen:

- De deelnemers denken na over de effecten van het ongevraagd doorsturen van foto's.
- De deelnemers denken na over hoe ze als omstander kunnen reageren bij het ontvangen van ongevraagde foto's.
- De deelnemers begrijpen het concept 'victim blaming'.

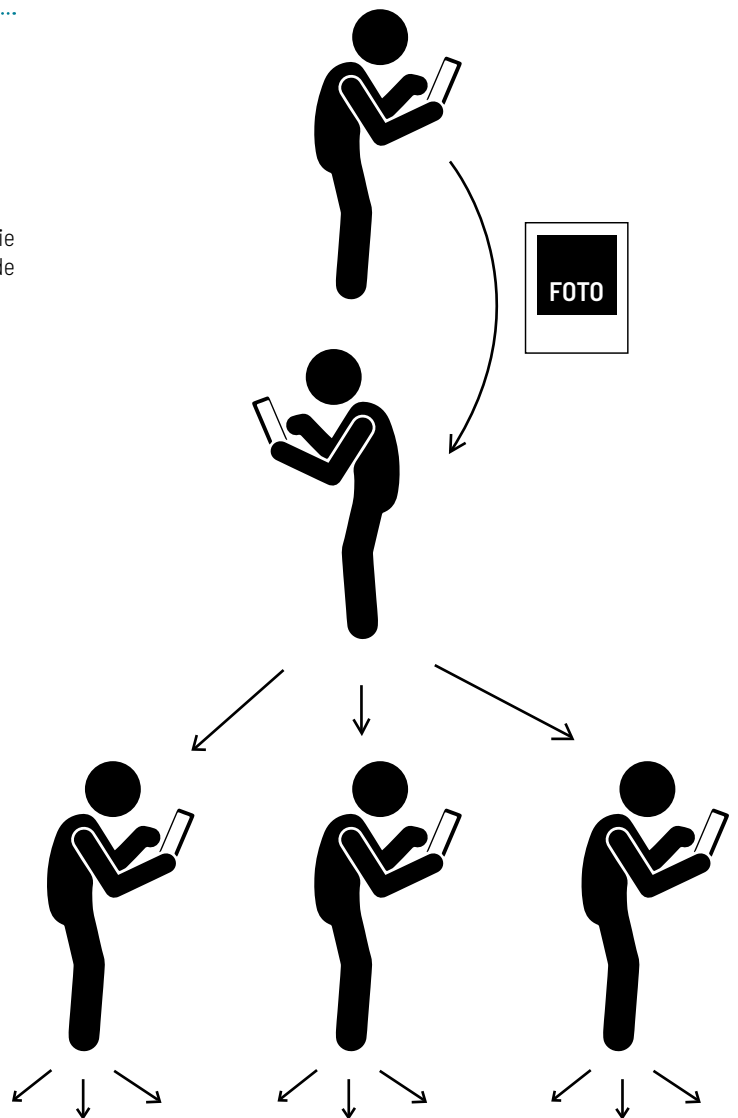
Tijd: 15 min

Materiaal: /

Vorbereiding: /

SPELUITLEG

Leg een van de onderstaande situaties uit. Kies de meest gepaste situatie volgens van de leeftijd en de leefwereld van de deelnemers. Visualiseer de situatie op het bord zoals op het schema hiernaast.



Situatie 1

Zeg tegen de deelnemers dat je een verhaal gaat vertellen en dat zij daar inspraak in krijgen. Laat de deelnemers eerst twee namen kiezen (zorg ervoor dat die namen geschikt zijn voor de opdracht, gebruik dus geen naam van een begeleider of iemand uit de groep).

Leg uit dat die twee personen goede vrienden zijn en regelmatig met elkaar sturen via sociale media. Je kan de deelnemers zelf laten kiezen via welk sociaal medium ze berichten sturen, hoe lang ze elkaar al kennen, van waar ze elkaar kennen enz.

Leg uit dat die personen regelmatig foto's naar elkaar sturen. Vaak zijn dat foto's van henzelf met tekst erbij, met een leuke filter of een gek gezicht. Persoon X vindt een foto zo grappig dat die beslist om er een screenshot van te nemen.

Enkele weken gaan voorbij en de twee vrienden krijgen ruzie. Persoon X besluit daarom om het screenshot door te sturen naar drie andere vrienden. Een week later heeft de hele groep de foto gezien.

Situatie 2

Zeg tegen de deelnemers dat je een verhaal gaat vertellen en dat zij daar inspraak in krijgen. Laat de deelnemers eerst twee namen kiezen (zorg ervoor dat die namen geschikt zijn voor de opdracht, gebruik dus geen naam van een begeleider of iemand uit de groep).

Leg uit dat een groepje vrienden op uitstap is in het zwembad of aan het strand. Ze beginnen te springen en te spelen in het water. Het badpak van persoon X verschuift bij een grote sprong, heel even komt haar tepel/borst tevoorschijn. Persoon Y maakt daar een foto van.

Een week later stuurt persoon Y die foto door naar de rest van de groep. Nog een week later heeft de hele school de foto gezien.

Situatie 3

Zeg tegen de deelnemers dat je een verhaal gaat vertellen en dat zij daar inspraak in krijgen. Laat de deelnemers eerst twee namen kiezen (zorg ervoor dat die namen geschikt zijn voor de opdracht, gebruik dus geen naam van een begeleider of iemand uit de groep). Je kan er ook voor kiezen om de namen in het volgende voorbeeld te gebruiken.

Leg uit dat Sam en Bo heel verliefd zijn en al enkele maanden een relatie hebben. Op een dag wil Sam Bo verrassen door een naaktfoto van zichzelf te maken en door te sturen. Na een tijdje maakt Sam het uit met Bo. Bo stuurt vervolgens die naaktfoto door naar drie vrienden: Thomas, Alexandra en Achmed. Die drie sturen de foto's door naar goede vrienden van hen. In zeer korte tijd (en in maar twee stappen) hebben elf mensen die naaktfoto van Sam doorgestuurd gekregen.

NABESPREKING

- Wat vinden jullie van de situatie?
- Vinden jullie dat er hier iemand in de fout gaat? Zo ja, wie en waarom?
- Maakt het uit of het jongens of meisjes zijn?
- Is het altijd je eigen schuld als er jou iets overkomt?
- Waarom krijgen slachtoffers volgens jou vaak de schuld van wat hen overkomt?
- Waarom zouden ook de andere vrienden fout kunnen zijn?
- Tussen welke personen is er toestemming om de foto door te sturen?
- Denken jullie dat dit soort situaties in het echt ook kan voorkomen?
- Wat zijn tips voor persoon X?
- Wat zijn tips voor persoon Y?
- Wat zijn tips voor de vrienden die de foto toegestuurd krijgen? (Wijs hen erop dat zij ook ergens hier in deze 'boom' kunnen staan). Wat maakt de situatie beter of slechter?

EXTRA NABESPREKING SITUATIE 3:

- Verandert de situatie als het een foto in sexy kleren was in plaats van een naaktfoto?



Opgelet

Let op met het concept '**victim blaming**'. Bij victim blaming wordt de schuld bij het slachtoffer gelegd. Ook bij het ongewenst verspreiden van intieme foto's wordt er vaak gedacht: "je had maar niet zo dom moeten zijn om die foto van jezelf te nemen." Let hier mee op. De persoon die de foto zonder toestemming doorstuurt pleegt grensoverschrijdend gedrag en een strafbaar feit.

Tip

Bij de nabesprekingsvraag 'wat kunnen de vrienden doen die de foto toegestuurd krijgen' kan je ook een link leggen naar de poster uit bijlage 1 in deze bundel.



Doelen:

- De deelnemers denken na over de thema's online identiteit, cyberpesten, haatspraak, sexting, gamen enz.
- De deelnemers leren hun eigen mening over de bovenstaande thema's te formuleren.
- De deelnemers zien en horen meningen van hun groepsgenoten.
- De deelnemers gaan bewuster om met hun online leefwereld.

Leg uit dat sociale media voor veel stress kunnen zorgen. Denk maar aan jouw eigen gsm als die op luid staat. Al die meldingsgeluiden, al die keren PING. Laat de deelnemers hun eigen geluid kiezen (net zoals een melding). Doe eerst een rondje waarbij alle deelnemers eens kort hun geluid mogen maken.

Daarna geef je de opdracht: maak jouw geluid als je akkoord gaat met de stelling. Ga je niet akkoord of wil je niet antwoorden? Dan blijf je gewoon stil.

Hieronder alvast een aanzet. Uiteraard pas je de vragen aan of maak je een selectie op basis van jouw groep.

OPWARMERS

- Ik heb een gsm.
- Ik heb een account op ... (noem een relevant platform).
- Ik post zelf soms iets.
- Ik of iemand die ik ken heeft al een foto/video gepost waar ik op sta.
- Ik spendeer veel tijd online.

Tijd: 20 minuten

Materiaal: /

Vorbereiding: /

SPELUITLEG

Zet de deelnemers in een kring, elk op een stoel. In de kring staan ook een drietal lege stoelen. Leg uit dat je vragen zal stellen. Antwoorden doen de deelnemers door te verschuiven of te blijven zitten.

- Ja = doorschuiven naar lege stoel aan hun linkerkant
- Nee = blijven zitten
- Hela, dat is privé, ik wil daar niet op antwoorden = blijven zitten

Benadruk genoeg dat ze niet moeten antwoorden als ze niet willen. Dat is heel belangrijk voor de veiligheid in deze gesprekvorm.

Dit kan een leuke, speelse opstap zijn naar een dieper thema. Selecteer of bedenk op voorhand een paar vragen die de nieuwsgierigheid prikkelen en die al even peilen naar de algemene tendensen binnen de groep. Je mag ook al enkele bijvragen stellen, maar let op dat je niet bij elke stelling lang blijft hangen. Dat kan nefast zijn voor de concentratie van jouw groep.

Variant

Is jouw groep wat minder beweeglijk of is doorschuiven moeilijk? Hebben ze er nood aan om hun stem te gebruiken? Gebruik dan deze variant.

ONLINE IDENTITEIT (IMAGO, ZELFBEELD, EMOTIES)

- Ik ben soms onzeker over wat ik post (of om te posten).
- Ik zet alleen mijn leuke kanten online.
- Ik laat het online weten als het niet goed gaat met mij.
- Online kan ik meer mezelf zijn dan in het echt.
- Je kan iemand leren kennen door hen online op te zoeken.
- Ik heb al iemand niet leuk gevonden door wat die persoon online doet.
- Een post met weinig likes of reacties verwijder je best.
- Ik kijk op naar iemand die ik enkel online ken.
- Ik vergelijk mezelf soms met mensen online.
- Ik vergelijk soms mijn uiterlijk met anderen.
- Ik heb mij al (on)zeker gevoeld door sociale media.
- Mensen worden gelukkiger door sociale media.
- Internet helpt tegen eenzaamheid/je alleen voelen.

- Het is makkelijker om online te praten met anderen dan in het echt.
- Ik heb via een chat al eens iets persoonlijks verteld over mezelf waar ik later spijt van had.
- Ik vind het niet fijn dat sommige mensen heel hun leven op het internet zetten.
- Ik vind het goed als mensen posten over donkere gedachten of gevoelens.
- Influencers zijn gelukkige mensen.
- Influencers hebben een goed leven.
- Als ik mijn gsm niet bij me heb, voel ik me raar.
- Ik slaap minder doordat ik 's avonds vaak op een scherm zit.
- Als ik te lang op een scherm bezig ben, kies ik zelf om iets anders te doen.
- Soms denk ik dat ik verslaafd ben aan mijn scherm.
- Soms denk ik dat iemand van mijn familie verslaafd is aan hun scherm.
- Ik heb het gevoel dat iedereen constant bereikbaar moet zijn.
- Als ik het geluid hoor van een melding/bericht, wil en moet ik meteen kijken wat het is.
- Ik ben jaloers als ik online een foto zie van vrienden/familie die iets leuks doen.
- Ik stel taken voor school uit om in de plaats op een scherm bezig te zijn.
- Ik wil (later) op elk socialemediaplatform een account hebben.
- Ik vind het goed dat er regels zijn over gsm-gebruik op school/thuis.

(NO) FILTER

- Ik kan goed zien of een foto of filmpje bewerkt is.
- Ik vind een filter gebruiken hetzelfde als een foto bewerken.
- Ik postte zelf al eens een foto die niet bewerkt is.
- Mensen zien er in het echt meestal uit zoals op hun foto's.
- Ik denk dat iedereen ongeveer dezelfde dingen ziet online.
- Ik weet dat ik online dingen te zien krijg op basis van wat ik vroeger al heb bekeken/opgezocht.
- Ik kreeg ooit al reclame voor iets waarvan ik dacht: hé, ik heb daar gisteren over gepraat!
- Ik vertrouw de meeste informatie die ik online zie.

ONLINE RELATIES

- Ik voeg soms mensen toe die ik niet ken.
- Ik heb al eens foto's van naakte mensen gezien online.
- Ik heb al eens een naaktfoto gezien van iemand die ik kende.
- Ik heb al eens ongevraagd een naaktfoto gekregen.
- Ik heb al eens de vraag gekregen of ik een naaktfoto van mezelf wou doorsturen.

- Als ik een naaktfoto ontvang, laat ik die aan anderen zien.
- Als je lief om een naaktfoto vraagt, moet je dat doorsturen.

CYBERPESTEN & HAATSPRAAK

- Ik heb online al eens groepsdruk ervaren.
- Ik durf mezelf te verdedigen.
- Ik heb wel al eens iets gestuurd/gepost dat ik in het echt niet zou durven zeggen/doen.
- Ik heb wel al eens iets gestuurd/gepost waarvan ik nadien dacht: dit was niet oké.
- Ik heb me online al eens uitgesloten gevoeld.
- Als ik online haat zie, dan reageer ik daarop/dan weet ik hoe te reageren.
- Ik heb al eens een negatieve comment geschreven.
- Ik heb al eens bewust iemand online uitgesloten.
- Ik geloof dat de wereld er zonder sociale media anders zou uitzien.

PRIVE OF OPENBAAR?

- Ik postte al een foto van mezelf online.
- Ik postte al een foto van andere mensen online.
- Mijn vrienden vragen toestemming voor ze iets posten/doorsturen met mij erin.
- Ik vraag toestemming aan anderen voor ik iets post/doorstuur.
- Ik maakte zelf al eens een vlog.
- Ik heb al gevideochat met iemand die ik niet in het echt ken.

GAMEN EN HACKEN

- Ik heb ooit al een aankoop gedaan in een game.
- Ik kijk naar streams van games.
- Ik stream soms zelf terwijl ik game.
- Ik heb al eens een gift gegeven tijdens livestreams.
- Ik vind dat geweld in een game moet kunnen.
- Ik heb ooit al zonder toestemming ingelogd in de computer of sociale media van iemand anders (hacken).
- Ik chat tijdens het gamen met mensen die ik niet ken.
- Ik heb al nieuwe vrienden gemaakt door online te gamen.
- Ik vind dat gamen een positief effect kan hebben.



Doelen

- De deelnemers denken oplossingsgericht na over problemen die zich online kunnen voordoen.
- De deelnemers leven zich in in een aantal online situaties.

Tijd: 20-30 minuten

Materiaal: Berichten uit bijlage 9

Vorbereiding: Print de berichten uit bijlage 9 en knip ze uit.

SPELUITLEG

Splits de groep op in groepjes van drie tot vijf deelnemers. Geef de groepjes een of meerdere berichten uit bijlage 8.

In de berichten staan telkens situaties die kinderen kunnen meemaken op sociale media. In elk bericht staat telkens ook een vraag. De bedoeling is dat de deelnemers een antwoord formuleren op de hulpvraag van de schrijver. Wanneer alle groepen een antwoord geformuleerd hebben, overloop je de situaties en de bijbehorende antwoorden in grote groep. De andere groepen kunnen elkaar extra tips of feedback geven.

NABESPREKING

- Herkende je bepaalde situaties?
- Heb je zelf al eens zoiets meegemaakt? Wat heb je toen gedaan?
- Vond je het moeilijk om advies te geven?
- Naar wie ga jij als er zoiets gebeurt?

Tip

In een van de berichten gaat het over deepfake video's. Wil je meer weten over deepfake? Neem dan een kijkje op <https://www.mediawijs.be/nl/artikels/wat-een-deepfake>.



WAT MAG JIJ?



Doelen

- De deelnemers staan stil bij de afspraken over het gebruik van schermen/sociale media in hun eigen thuiscontext.
- De deelnemers worden gestimuleerd om na te denken over het belang van zulke afspraken.

Tijd: 20 minuten

Materiaal: Post-its/papiermpjes en balpennen

Vorbereiding: /

SPELUITLEG

Fase 1

Geef elke deelnemer een aantal post-its. Laat de deelnemers afspraken opschrijven die thuis gelden rond schermgebruik en sociale media. Per post-it noteren ze één afspraak. Geef indien nodig enkele voorbeelden (schermgebruik aan tafel of in bed, sites die ze wel/niet mogen bezoeken, bepaalde limieten die ze krijgen, ...).

Daarna verdeel je hen in groepjes van drie à vier personen. Per groepje bespreken ze welke afspraken bij hen thuis gelden.

Fase 2

Laat de groepjes hun afspraken ordenen in volgorde van belang. Bovenaan leggen ze de afspraken die ze zelf belangrijk vinden (welke zouden ze bijvoorbeeld toepassen als ze zelf kinderen hadden). Onderaan leggen ze de afspraken die ze minder belangrijk vinden.

Fase 3

Laat elk groepje de vijf belangrijkste afspraken voorlezen in grote groep.

NABESPREKING

- Heb je veel nieuwe afspraken gehoord?
- Waarom wil je bepaalde afspraken behouden?
- Zijn er afspraken die je zelf niet zo fijn vindt?
- Zijn er andere afspraken die je zelf zou willen toevoegen? (Bijvoorbeeld afspraken voor jouw ouders, zus of broer.)
- Was je het al eens oneens met je ouders over een afspraak?
- Waarom maken volwassenen afspraken voor hun kinderen, denk je?
- Wat zou er gebeuren mochten er geen afspraken zijn?

VERTROUWENS- HAND



Doelen:

- De deelnemers weten bij wie ze terecht kunnen als het misloopt.
- De deelnemers krijgen betrouwbare bronnen mee waar ze bij terecht kunnen met hun vragen.

Tijd: 10 minuten

Materiaal: Papier en een balpen voor elke deelnemer

Vorbereiding: /

SPELUITLEG

Deze werkvorm is ideaal als afsluiter.

Alle deelnemers tekenen de omtrek van hun linker- of rechterhand op een blaadje papier.

Zeg tegen de deelnemers dat ze telkens een naam moeten opschrijven van iemand die voor hen klaar staat als ze het ooit moeilijk hebben of met vragen zitten.

Duim: iemand van je vrienden

Wijsvinger: een volwassene van jouw gezin, familie, voogd, ...

Middelvinger: een volwassene van jouw school (leerkrachten, zorgleerkracht, ...)

Ringvinger: een volwassene van jouw hobby's of een professioneel hulpverlener (bijvoorbeeld psycholoog, logopedist, dokter, ...)

Pink: een website waar je terecht kan

Geef bij dat laatste als begeleider voldoende voorbeelden die de deelnemers mogen opschrijven. Je kan eventueel samen met de deelnemers enkele van die sites opzoeken.

- **allesoverpesten.be**

Alles Over Pesten bundelt betrouwbare informatie over het thema pesten.

- **CLB-chat**

Leerlingen kunnen via de CLB-chat anoniem praten met een CLB-medewerker. Zo kun je praten over situaties, vragen stellen of met de chatbegeleider bekijken wat je wil bereiken en hoe je dat kan aanpakken.

- **Awel**

Nood aan een babbel, zoekt een deelnemer info, wil die iets vertellen over eigen belevenissen of wil die de mening van andere jongeren horen? Dan kan die met Awel bellen, mailen of chatten of je kan een bericht achterlaten op het forum (bel 102 of surf naar awel.be).0

- **WAT WAT**

WAT WAT geeft antwoorden op vragen waar kinderen of jongeren mee zitten. Je krijgt niet-sturende info zodat je zelf keuzes kunt maken. Stel je vragen via watwat.be.

- **Child Focus**

Online een conflict? In de knoei met naaktfoto's? Bij Child Focus kunnen kinderen en jongeren terecht met elk online probleem. Bel de hulplijn 116 000 - altijd bereikbaar - of ga naar childfocus.be (klik door naar online veiligheid).

NABESPREKING

Geef aan de deelnemers mee dat ze een eigen hand met vertrouwenspersonen gemaakt hebben en dat ze, als ze iets kwijt willen, al op minstens vijf verschillende plekken terecht kunnen.

- Kunnen jullie elkaar helpen als iemand te maken krijgt met een moeilijke online situatie?
- Welk advies zou je aan iemand geven die te maken krijgt met een vervelende online situatie?
- Op welke manier zou een volwassene jou kunnen helpen?
- Heb je ooit al eens van deze sites gehoord?
- Met wie praat je makkelijk?

BIJLAGEN

BIJLAGE 1 POSTER

PIMENTO

ZIE JE ONLINE PESTGEDRAG GEBEUREN?

Een helpende omstander...

... zoekt samen met anderen naar een oplossing.

"Ik vind dit bericht, deze foto, ... niet oké. Wat vinden jullie daarvan? Wat kunnen we doen om te helpen?"

Bespreek de situatie met vrienden of klasgenoten. Waarschijnlijk ben je niet de enige die de berichten niet oké vindt. Wat kunnen jullie samen doen?

... spreekt de persoon die pest aan.

"Ik vind dit bericht, deze foto, dit filmpje... niet oké".

Praat rustig. Hou berichten eenvoudig. 🙄🙄🙄**FZKGFIE!!## 🙄🙄🙄 helpt niet per se.

... stapt naar een volwassene.

"Kijk jij even mee naar wat er hier gebeurt? Wat kan ik doen? Kan je helpen?"

Praat erover met je ouders, leerkracht, begeleider, ... Die persoon zoekt samen met jou uit hoe jullie kunnen helpen.

... luistert naar wie gepest wordt.

"Ik vind het niet oké wat er gebeurt. Wat kan ik doen om jou te helpen?"

Vraag hoe het gaat. Stel voor om samen naar een volwassene te gaan. Vertel gerust wat jij leuk vindt aan de ander. Ga eventueel samen iets tofs doen.

... verzamelt bewijs.

Hou het bewijs bij en geef het aan een volwassene die je vertrouwt. Of verzamel het bewijs en laat dat weten aan wie gepest wordt. Misschien komt dat later nog van pas?

... rapporteert aan het platform.

Als je een bericht of persoon rapporteert, kan het platform de inhoud verbergen of verwijderen. Met hoe meer je rapporteert, hoe sterker het signaal.

... zorgt voor afleiding.

Begin over een totaal ander gespreksonderwerp: een toets of fijne plannen in het weekend. Je kunt ook een leuk filmpje sturen.

Durf je niet goed?

Dat is best normaal. Weet dat elke kleine actie een groot verschil maakt.

- Reageer op de manier die voor jou goed voelt.
- Op verschillende manieren reageren bij één situatie kan perfect!
- Weet dat melden niet hetzelfde is als klikken. Melden doe je om iemand te helpen.

Is negeren een goed idee?

Berichten met veel views, likes... krijgen meer aandacht. Door een kwetsend bericht te negeren, laat je het dus sneller terug verdwijnen. Negeren kan, zolang je nog steeds een helpende omstander blijft.

Extra hulp nodig?

ALLES over PESTEN

BIJLAGE 2 (CYBERDIALOOG)

Enkelzijdig afdrucken



Wat is je favoriete game?

Hoeveel uur per week game je?
Wat zijn voordelen van gamen?
Wat zijn nadelen van gamen?



Welke afspraken hebben jullie thuis over internet- of schermtijd?

Waar en wanneer mag jij je gsm of tablet wel of niet gebruiken?



Wat bekijk je het meeste online: content van mensen die je persoonlijk kent of content van vloggers, bekende personen, influencers?

Waarom kijk je daar graag naar?



Heb je al eens fake nieuws gezien of gelezen op internet?

Hoe wist je dat die info niet waar was?



Wat is een ideale leeftijd om te starten met internet, apps of sociale media?

Wanneer mocht jij voor het eerst op het internet? Vond je dat een goede leeftijd?



Ken je al je online vrienden en volgers ook in het echt?

Is het mogelijk om online nieuwe vrienden te maken? Vind je het veilig om iemand die je enkel online kent ook in het echt te ontmoeten?



Volg je haatpagina's?

Moeten haatpagina's verboden worden? Waarom wel of niet?



Plaats je weleens foto's of video's van anderen online?

Vraag je daar toestemming voor? En doe je dat ook voor *schaamtelijke* foto's?



Zou je graag bekend zijn op sociale media?

Waarom wel of niet?



“Als je bekend bent op sociale media is het normaal dat je haatreacties krijgt.”

Wat vind je van die stelling?



“Zonder emoji’s ontstaan er snel misverstanden.” Klopt dat?

Heb je al eens een emoji verkeerd begrepen? Wanneer? Welke emoji’s gebruik je het meest?



Mag iedereen jou een chatbericht sturen?

Heb je al eens een chatbericht ontvangen van iemand die je niet kent? Wat doe je daarmee?



Wie mag een reactie plaatsen als jij iets online zet?

Wat vind je ervan als je een reactie krijgt van iemand die je niet kent?



Gebruik je ooit filters? Zo ja: welke?

Kun je het altijd zien als iemand anders een filter gebruikt heeft? Waarom gebruiken mensen filters?



“Sociale media of games maken gelukkig.”

Wat vind je van die stelling?



“Sociale media of games zorgen ervoor dat je alles even vergeet.” Klopt dat?

Zo ja: is dat een voordeel of een nadeel?



Kan je gelukkig zijn online, maar ongelukkig in het echt?

Doe je zelf soms iets om er online gelukkig(er) uit te zien? Wat vind je van mensen die de minder leuke dingen uit hun leven delen op sociale media?



Zijn er onderwerpen die je liever online bespreekt dan in het echt?

Waarom?



Kan je online ergens terecht om over de minder leuke dingen uit je leven te praten?

Zo ja: waar? Bij wie?



Is het voor jou/de meeste mensen belangrijk dat foto's, video's... veel likes of reacties krijgen?

Zou je iets weer offline halen als er geen reactie op komt? Like je sowieso alles van vrienden, zelfs als je het niet mooi of leuk vindt? Waarom wel of niet?



Heb je al eens meegedaan aan een internetchallenge?

Ken je iemand die dat al deed? Zo ja: welke?



Heb jij al eens iemand gekwetst online?

Heeft iemand jou al eens gekwetst online? Hoe ga je daarmee om?



Wat maakt jou kwaad online?

Heb je al eens een kwade reactie gepost via sociale media?



Ben je ooit al uit een groep of online gesprek verwijderd?

Hoe was dat voor jou? Hoe zou je daarop reageren?



Werd je account al eens geblokkeerd?

Hoe kwam dat?
Wat heb je toen gedaan?



Wat vind jij van wachtwoorden doorgeven?

Heb je zelf al eens een wachtwoord aan iemand doorgegeven?
Waarom wel of niet?



Hoort het checken van sociale media bij jouw ochtend- of avondritueel?

Hebben sociale media jouw dag al eens verpest?



Neem je weleens screenshots van persoonlijke gesprekken?

Waarom wel of niet? Heeft iemand al eens een screenshot van jouw persoonlijke informatie gemaakt en/of gebruikt? Hoe was dat voor jou?



**“Sociale media geven mij stress.”
Wat vind je van die stelling?**

Ben je verslaafd aan je gsm of tablet?



Beeld je een week in zonder gsm. Wat zijn de voordelen?

Wat zijn de nadelen?



**“Je bepaalt helemaal zelf welke content je te zien krijgt.”
Klopt die stelling?**

Wat vind je ervan dat sociale media ervoor kunnen zorgen dat je bepaalde berichten meer of minder te zien krijgt?



Hoelang denk je na voor je iets post op sociale media?

Heb je al eens spijt gehad van iets wat je online hebt gedaan?



Ben jij zelfzekerder online of in het echt?

Ken je mensen die zich anders gedragen online dan in het echt? Durven mensen online meer dan in het echt?



Hoe denk jij over een openbaar profiel?

Is het beter om accounts privé te zetten? Welke zaken mogen wel openbaar zijn?



“Sociale media maken ongelukkig omdat je je vergelijkt met anderen.” Wat vind je van die stelling?

Ben je weleens jaloers op iemand anders door wat je online ziet?



Weten je ouders wat je online allemaal doet?

Kun je bij hen terecht als je vragen hebt of als je online een probleem hebt? Zijn jullie online bevriend of mogen ze jou volgen?



Ben je al eens gehackt?

Zo ja: wat heb je toen gedaan? Waarom wordt er gehackt?



Heb je al eens online pestgedrag gezien of ervan gehoord?

Wat gebeurde er? Wat heb je toen gedaan?



“Als anderen (omstanders) meer tussenbeide kwamen, wordt er minder gepest.”

Wat vind je van die stelling? Wat vind je een goeie manier om als omstander te reageren?



“Online je lief leren kennen, moet kunnen.” Wat vind je van die stelling?

Wat vind je van het aanmaken of uitmaken via een bericht? Kun je online een lief hebben zonder dat je die persoon al eens in het echt ontmoet hebt?

BIJLAGE 3 (VOLGVERZOEK)

Enkelzijdig afdrucken

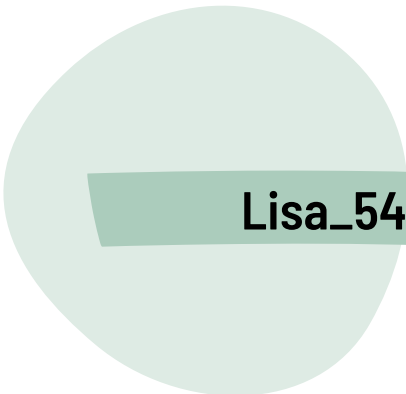



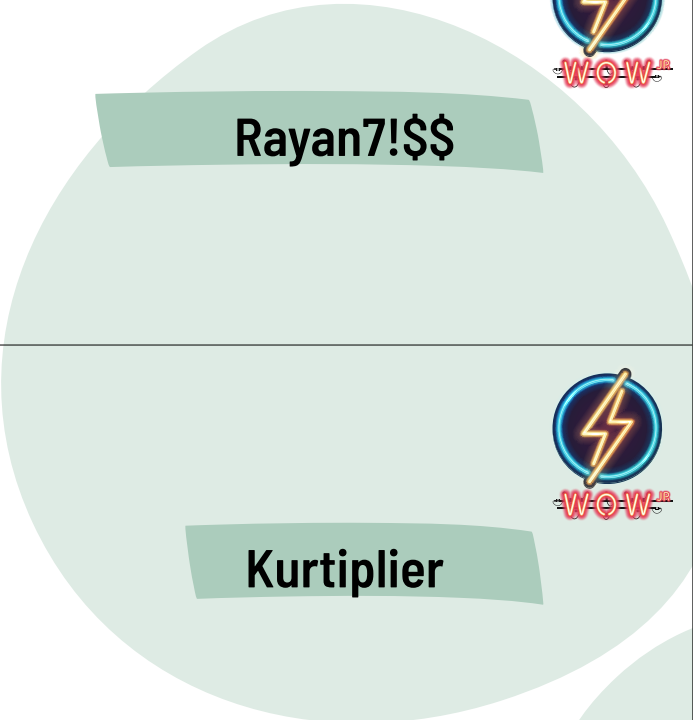











Lisa_546	Anna.Melnik	Rayan7!\$\$	Alex.The.Destroyer
316 volgers	254 volgers	816 volgers	6700 volgers
Post nu en dan een foto van een uitstap met vrienden	Post soms dansvideo's van zichzelf	Post veel selfies bij dure, mooie auto's	Post vooral screenshots van scores op zijn favoriete game
Wil graag wachtwoorden uitwisselen	Durft minder perfecte foto's te delen	Maakt veel leuke mopjes in de groepschat	Wil graag samen met jou online content maken
Jullie sturen elke dag met elkaar en deze persoon reageert snel op jouw berichten	Bekijkt alle liedjes/filmpjes/posts die jij online doorstuurt en reageert erop	Vraagt altijd eerst jouw toestemming voor hij een foto of filmpje post waar jij in voorkomt	Legt tijdens het afspreken graag alles vast op camera
Woont dicht bij het strand en stuurt vaak foto's door van mensen in zwemkleding waar ze dan over wil praten of mee wil lachen	Post live-video's waarop jullie dansen zonder dat je wist dat je gefilmd werd	Leest jouw berichten snel, antwoordt meestal pas vier uur later	Geeft toe al enkele accounts te hebben gehackt en heeft daardoor zoveel volgers

Kurtiplier	Chickenlover	Youssef	Anoniempje
1.201.648 volgers	513 volgers	1258 volgers	87 volgers
Post gameplayvideo's en comedyvideo's	Post heel veel memes	Post elke dag een vlog	Post nooit iets over zichzelf, deelt enkel posts van anderen
Wil veel online gamen met jou	Deelt enkel foto's waar echt iedereen van de groep goed op staat	Neemt veel foto's en filmpjes van jou voor op sociale media	Is altijd bereikbaar
Liket al jouw posts en tagt jou vaak in hun content	Geeft online graag advies als je ergens mee zit	Houdt je de hele dag door op de hoogte van kleine alledaagse gebeurtenissen	Is een goede vriend en geeft regelmatig positieve reacties op posts
Is 37 jaar	Post soms racistische moppen	Maakt vlogs waarin hij flirt met meisjes en probeert nummers te krijgen, lacht hen uit als ze hem afwijzen	Is snel jaloers als je veel chat met anderen of veel reageert op posts van andere mensen

Cute.TinyTeckel	OnWheels4days	Kraaiende.Kobra	Zingende.Amazone
103 volgers	513 volgers	73 volgers	2.205 volgers
Post enkel schattige video's van hun huisdieren	Post vaak mislukte stunts en valpartijen	Post elke dag een inspirerende quote	Post gitaarcovers van bekende liedjes
Deelt interessante weetjes over dieren op sociale media	Is een skater en post ook video's van zichzelf die valt	Komt online snel op voor mensen die uitgesloten worden	Wil jou graag gitaarles geven zodat jullie eens samen kunnen spelen
Stuurt leuke sites en liedjes door op willekeurige momenten	Jullie hebben vaak gesprekken waarin je commentaar geeft op fail-video's	Maakt soms make-upvideo's en vraagt of die jou eens mag schminken	Vormt soms teksten van liedjes om en lacht met leerkrachten
Wil dat je nooit iets post met hen erin of hen ergens in tagt, zou ook echt kwaad worden als je dat wel deed	Heeft een foto gepost waarop jullie doen alsof je van een blik bier drinkt	Heeft ouders die al hun berichten lezen, ook jullie gesprekken	Als die een gesprek tussen jullie echt grappig vindt, stuurt die screenshots door in een groepschat waar je niet iedereen kent

BIJLAGE 4 (VOLGVERZOEK NAMEN)

Enkelzijdig afdrukken

 Lisa_546 	 Anna.Melnik 
 Rayan7!\$\$ 	 Alex.The.Destroyer 
 Kurtiplier 	 Chickenlover 
 Youssef 	 Anoniempje 



Cute.TinyTeckel



OnWheels4days



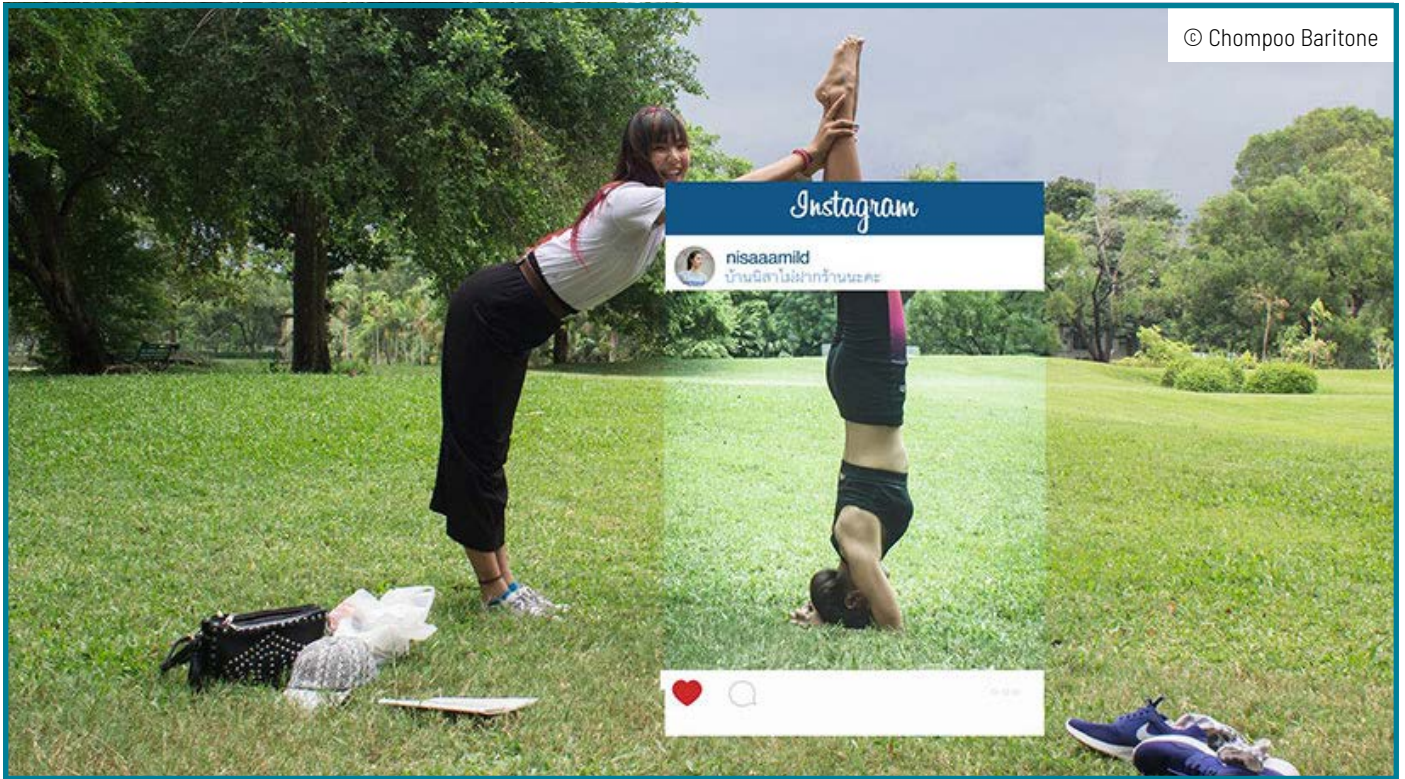
Kraaiende.Kobra



Zingende.Amazone

BIJLAGE 5 (ECHT VERSUS PERFECT)

Enkelzijdig afdrucken

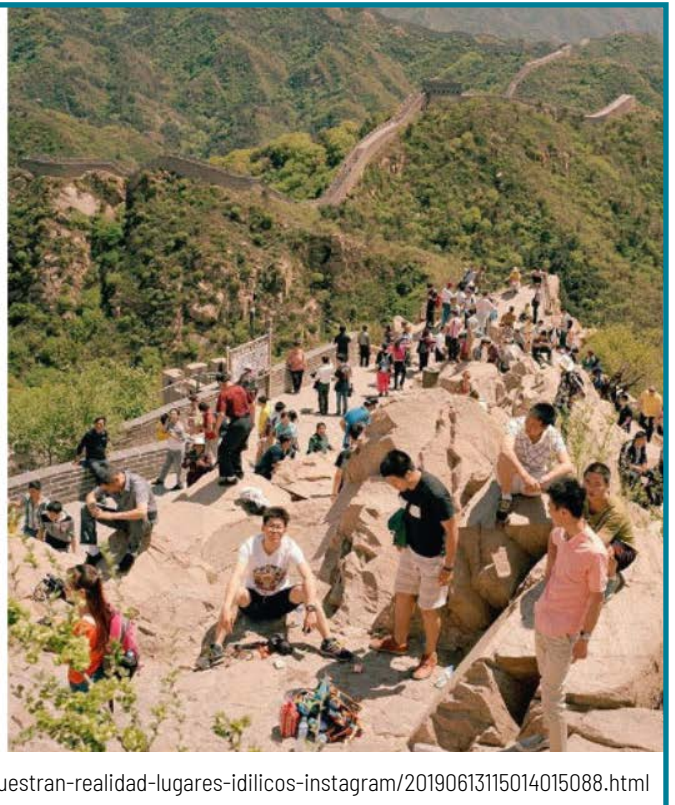




© Instagram Embracing_Reality, Kim Britt



<https://www.thesun.co.uk/living/3710313/photos-social-media/>

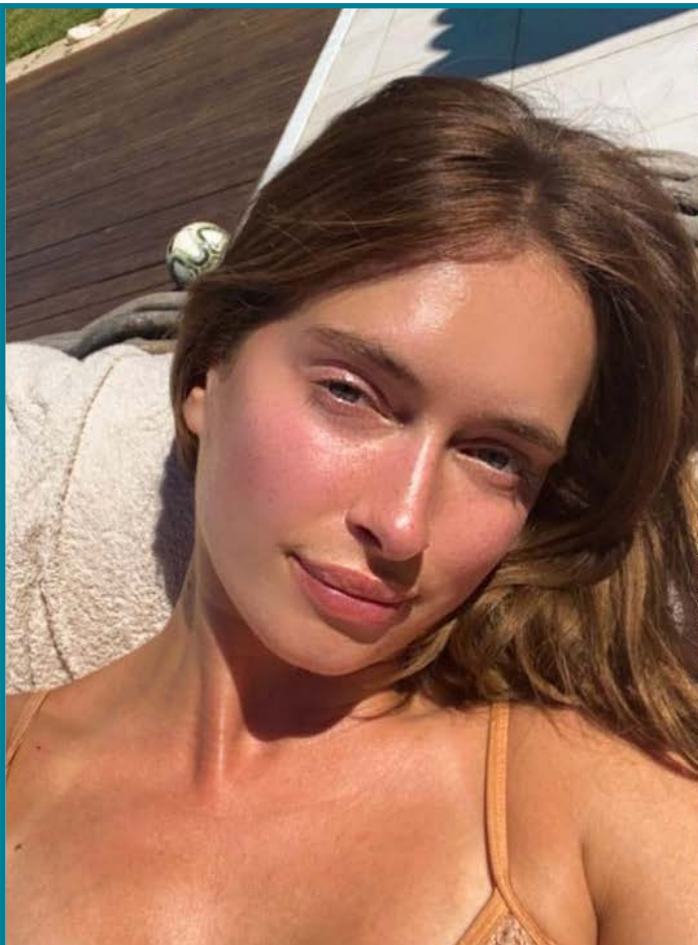


<https://www.eulixe.com/album/imagen/10-fotografias-muestran-realidad-lugares-idilicos-instagram/20190613115014015088.html>

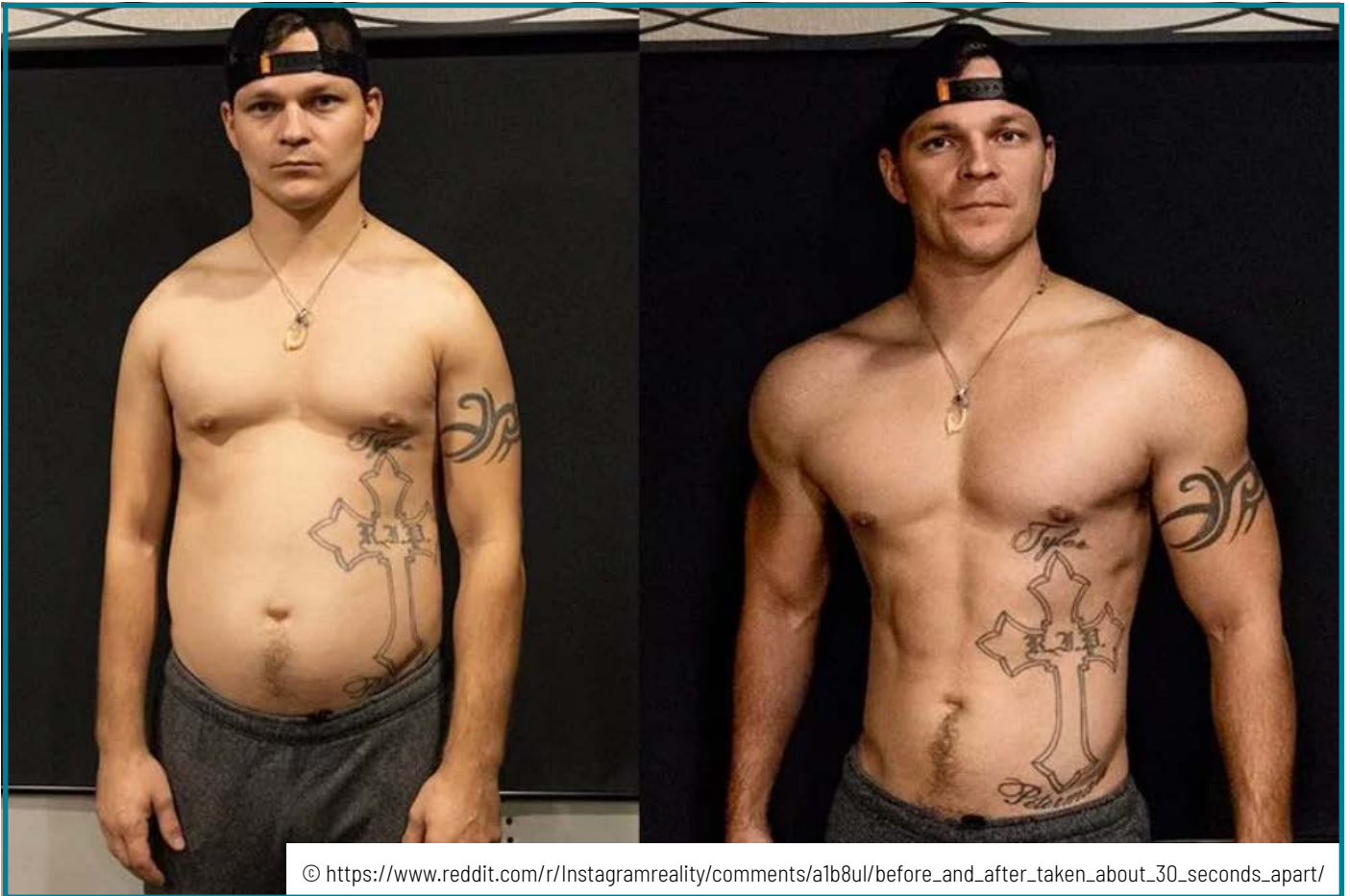




@ <https://www.pocket-lint.com/nl-nl/apps/nieuws/instagram/152303-instagram-realiteit-achter-de-schermen-galerij/>



@rienne.meijer





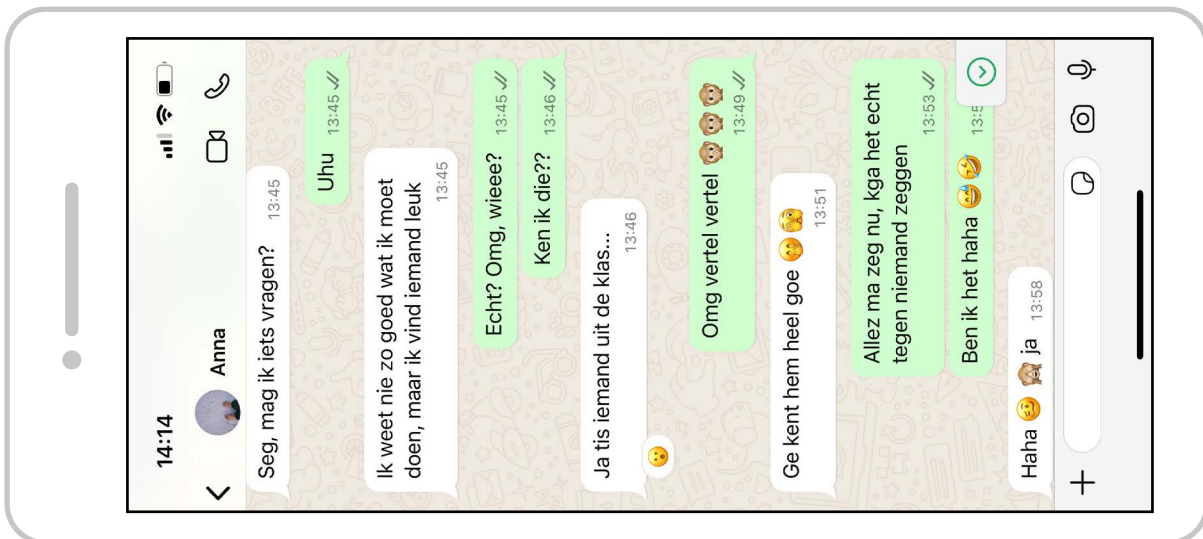
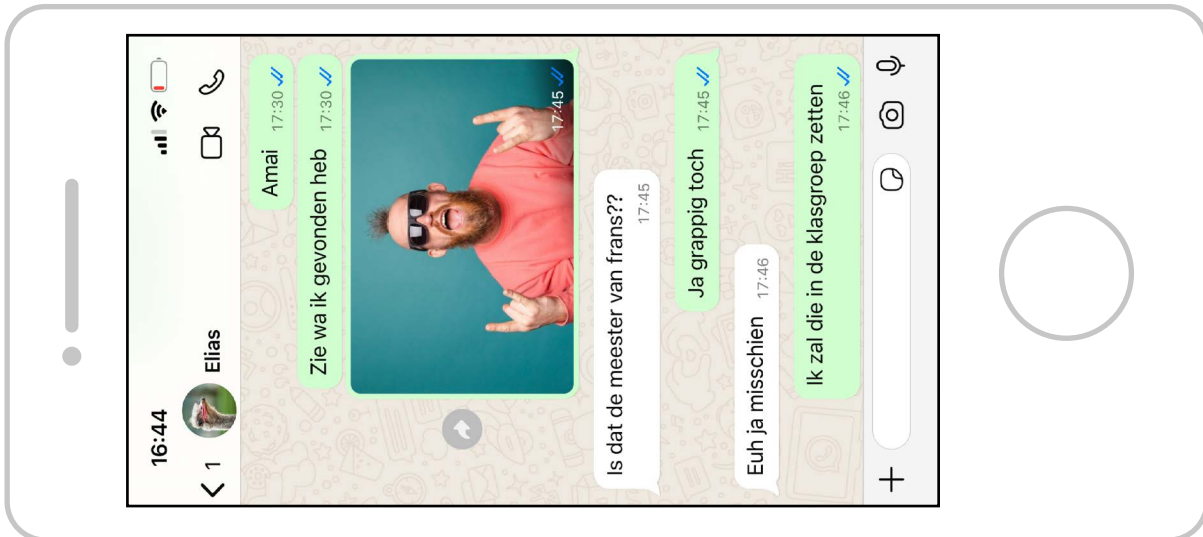
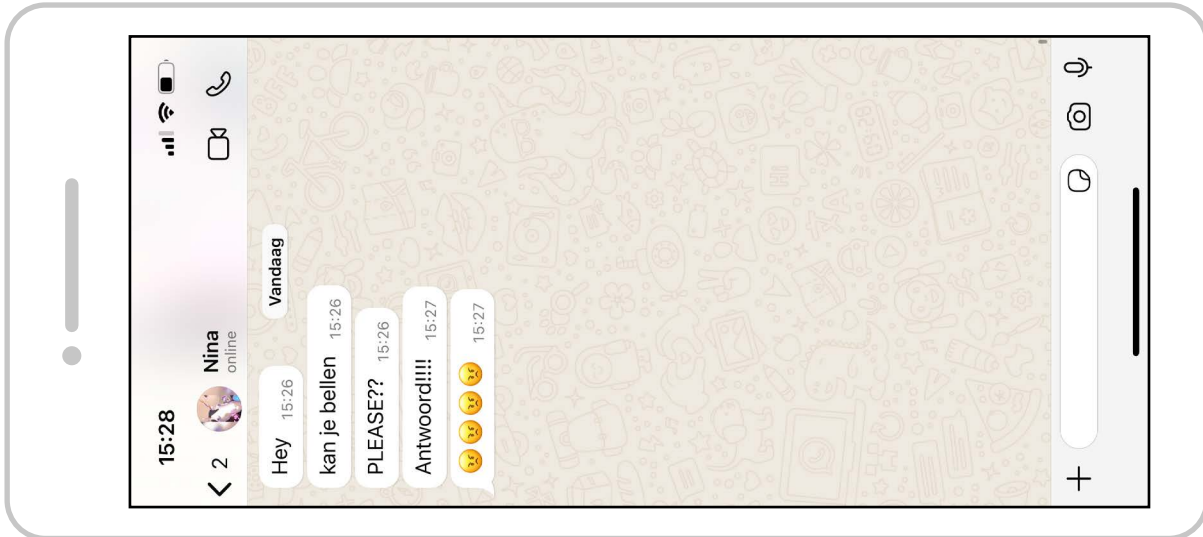
@embracing_reality

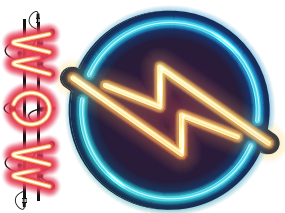


<https://brightside.me/articles/12-tricks-used-in-advertisements-to-make-food-look-extra-tasty-803587/>

BIJLAGE 6 (CHATGESPREKKEN)

Dubbelzijdig afdrucken

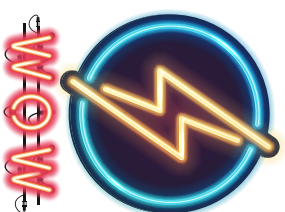




1. FLIRTGESPREK

Bijvragen:

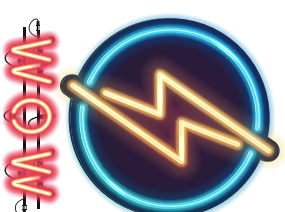
- Is het oké om online met iemand te flirten?
- Kan je een relatie hebben met iemand die je nog nooit in het echt ontmoet hebt?



2. FOTO LEERKRACHT

Bijvragen:

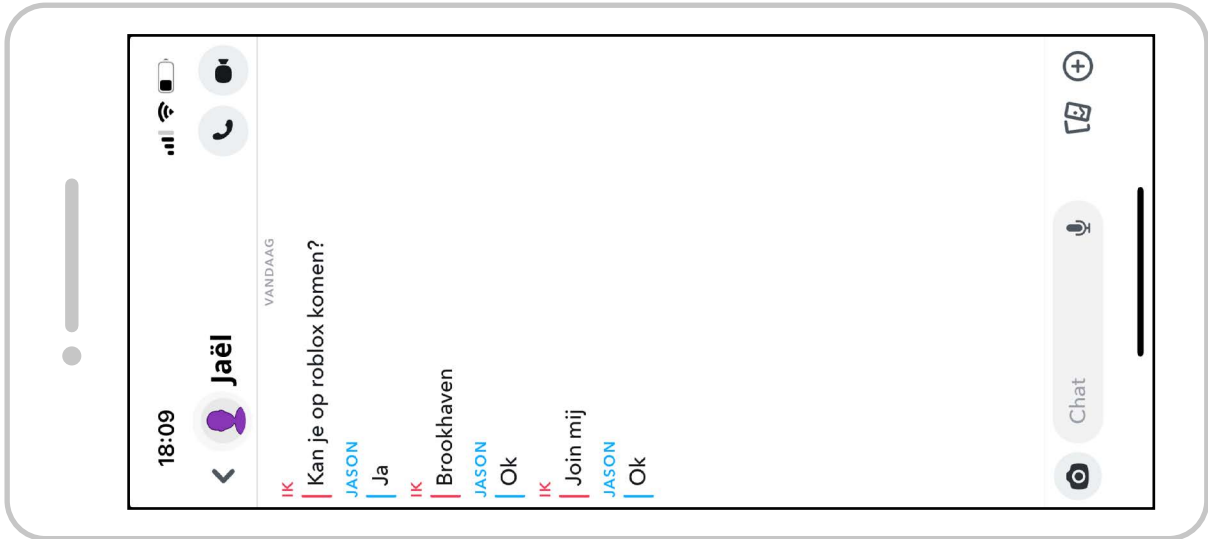
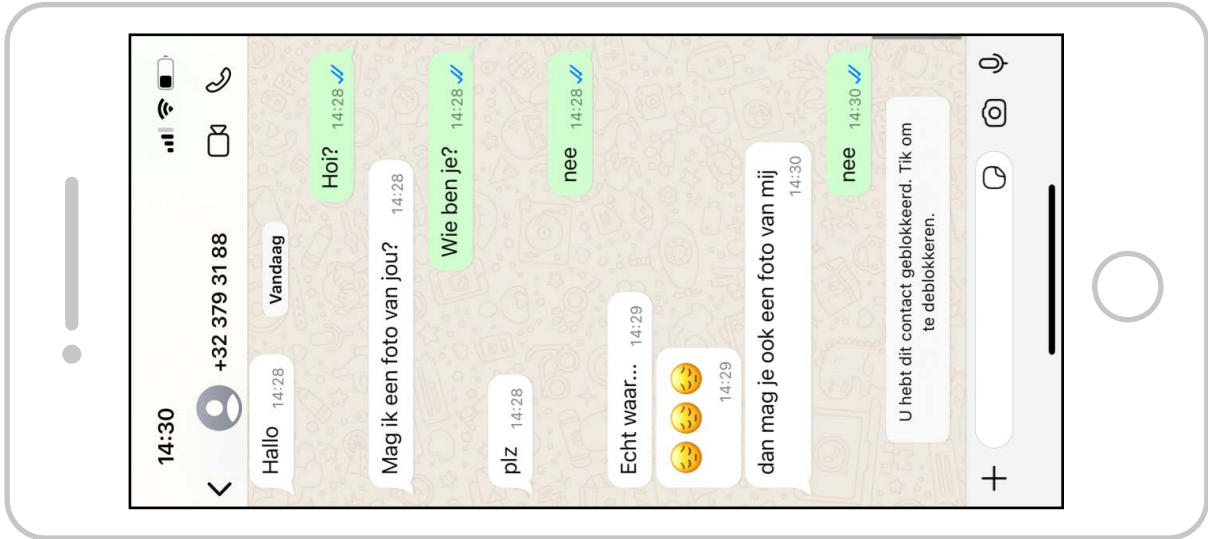
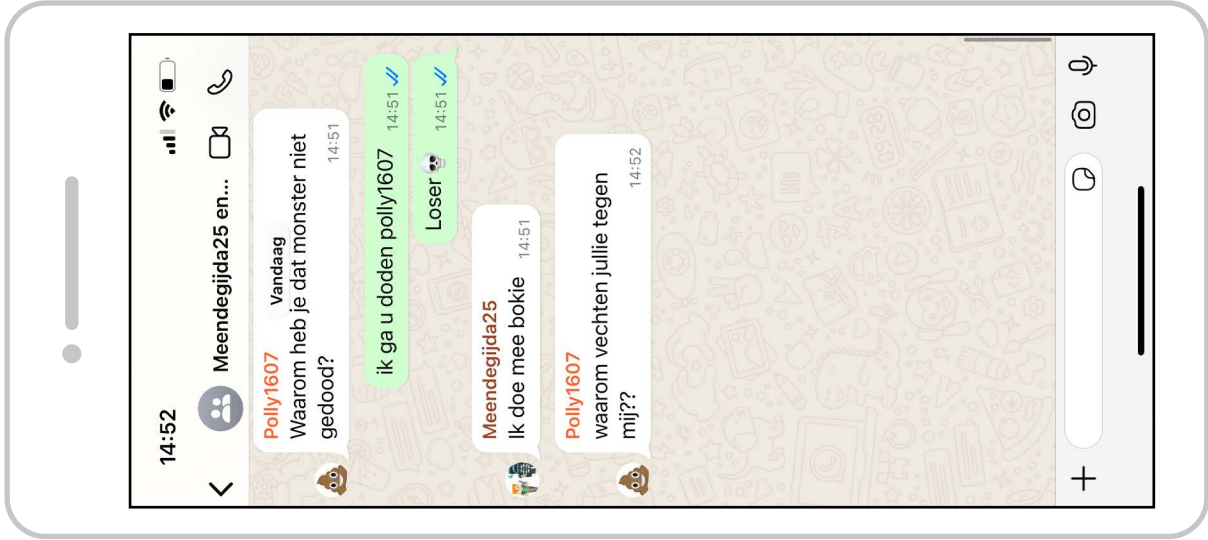
- Is het oké om foto's van anderen te delen?
- Is er een verschil tussen zoiets delen in een privéchat of op een openbare pagina?
- Heb je toestemming nodig om foto's van anderen te mogen delen?

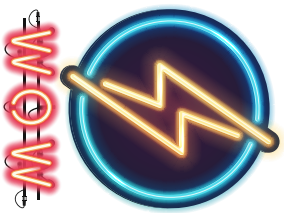


3. IEMAND ANTWOORDT NIET OP JOUW BERICHTEN

Bijvragen:

- Moet je altijd bereikbaar zijn?
- Hoe reageer je als je dit soort berichten krijgt?
- Stuur je zelf wel eens berichten met hoofdletters en uitroeptekens?

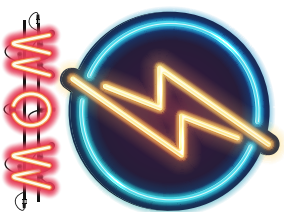




4. GAMEN

Bijvragen:

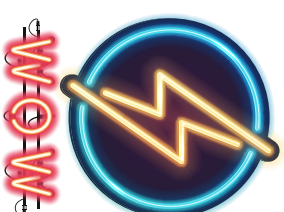
- Is het oké om op die manier met elkaar te praten tijdens het gamen?
- Ken je iedereen met wie je gamet ook in het echt? Moet dat?



5. EEN ONBEKEND PERSOON VRAAGT OM JOUW FOTO

Bijvragen

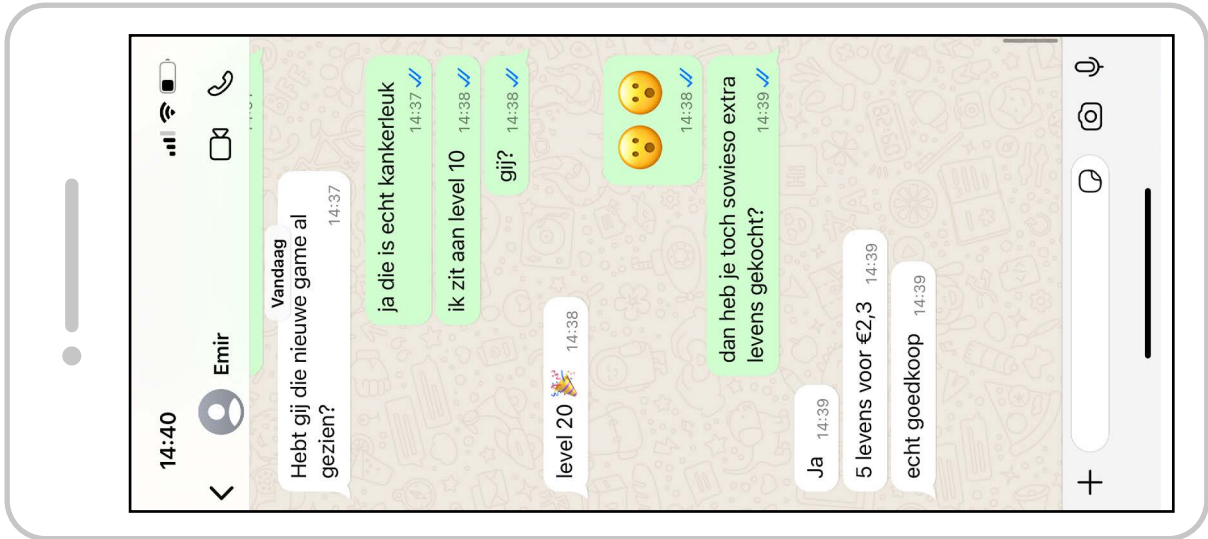
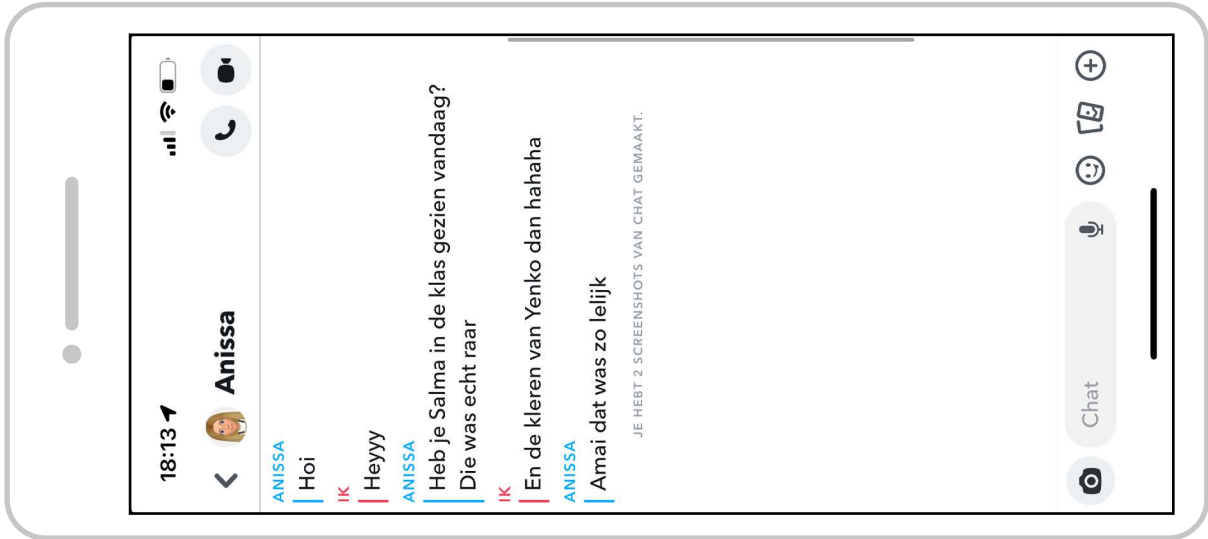
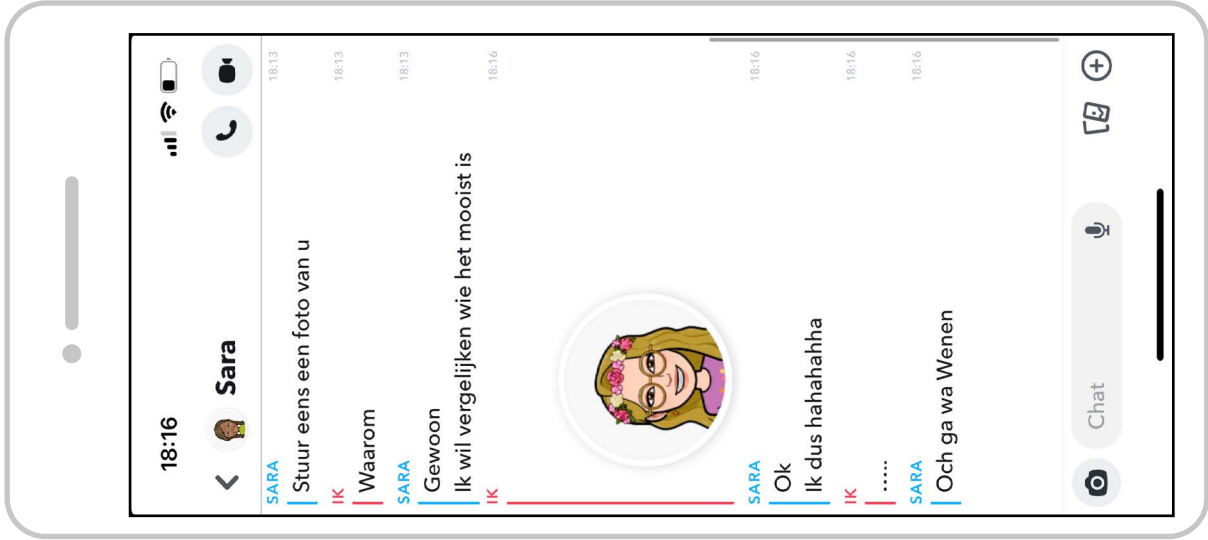
- Heeft een onbekende ooit al eens aan jou gevraagd om een foto door te sturen?
- Wat doe je als je dit soort berichten krijgt?
- Krijg je weleens berichten van mensen die je niet kent?
- Accepteer je nummers van onbekende mensen?

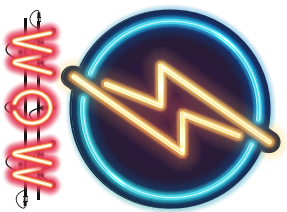


6. EEN GROEPSCHAT OVER GAMEN

Bijvragen:

- Is dit pesten of plagen? Waarom denk je dat?
- Is het oké om op die manier met elkaar te praten tijdens het gamen?

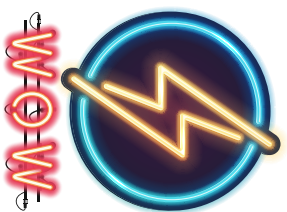




7. GESPREK OVER ONLINE AANKOPEN

Bijvragen:

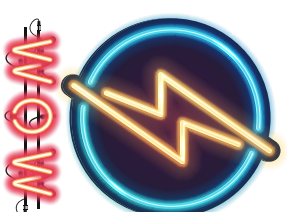
- Wat vind je van de berichten die deze personen naar elkaar sturen?
- Is 'kankerleuk' een positief of eerder negatief bericht?
- Koop je weleens extra levens of andere dingen in een game?
- Moet je daar toestemming voor vragen?
- Zijn er gevaren aan online aankopen doen?



8. TWEE VRIENDEN RODDELEN OVER IEMAND IN DE KLAS

Bijvragen:

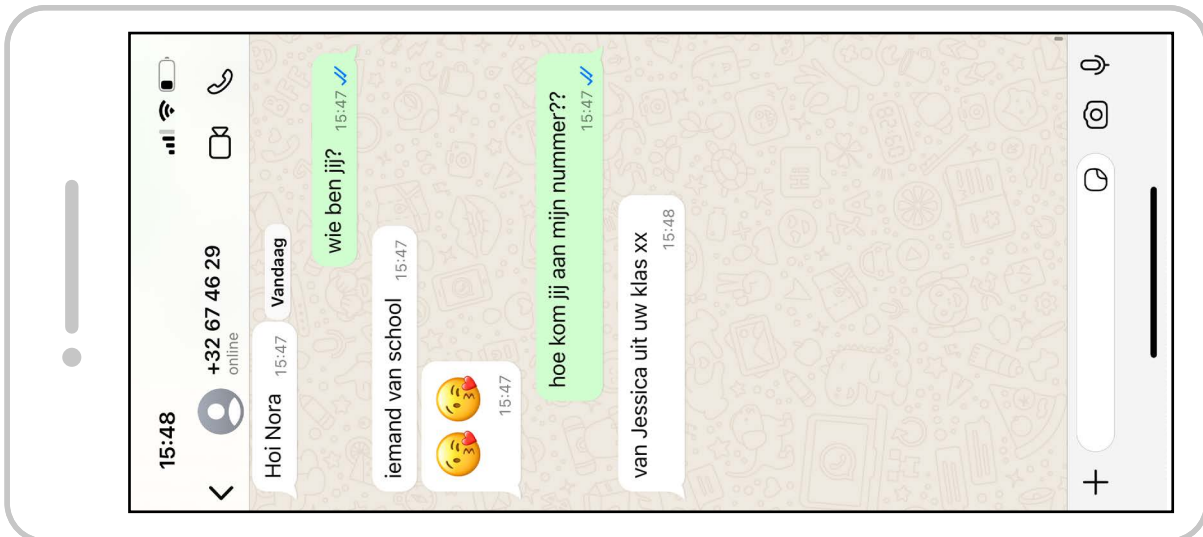
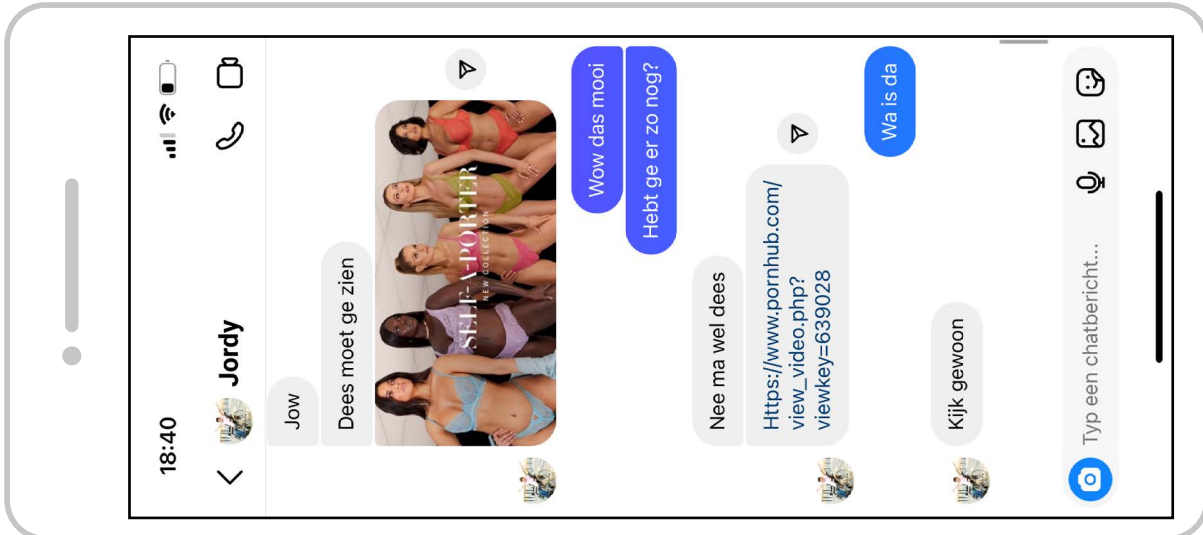
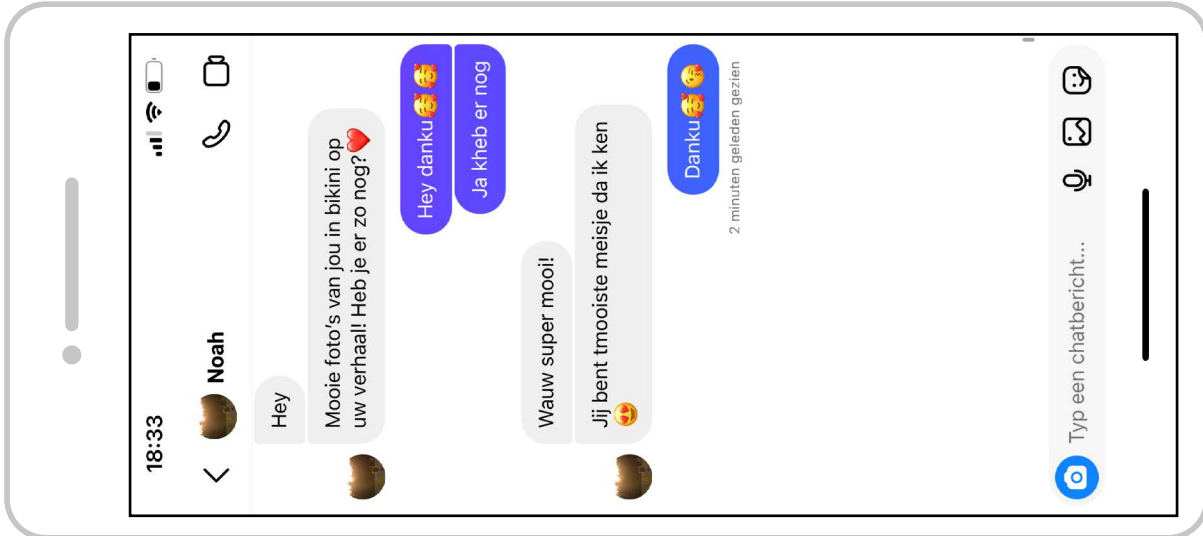
- Is dit pesten of plagen?
- Denk je dat er vaak geroddeld wordt via chat?
- Wat zou jij doen in deze situatie?
- Zou je Anis en Yenko vertellen over dit gesprek?

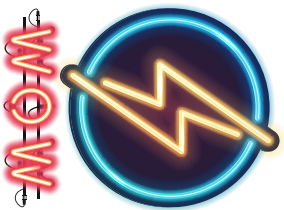


9. ER WORDT ONLINE MET IEMAND GELACHEN

Bijvragen:

- Is dit pesten of plagen?
- Wat zou jij doen in deze situatie?
- Tegen wie zou je dit vertellen?

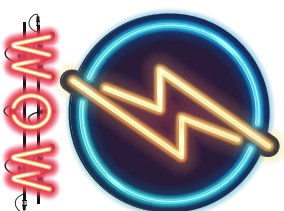




10. ONBEKEND NUMMER KREEG JOUW GEGEVENS

Bijvragen:

- Stuur jij soms nummers door als iemand dat vraagt?
- Hangt het af van de persoon die dat nummer vraagt?
- Moet je toestemming vragen om een nummer te mogen doorsturen?



11. RECLAMEFOTO

Bijvragen:

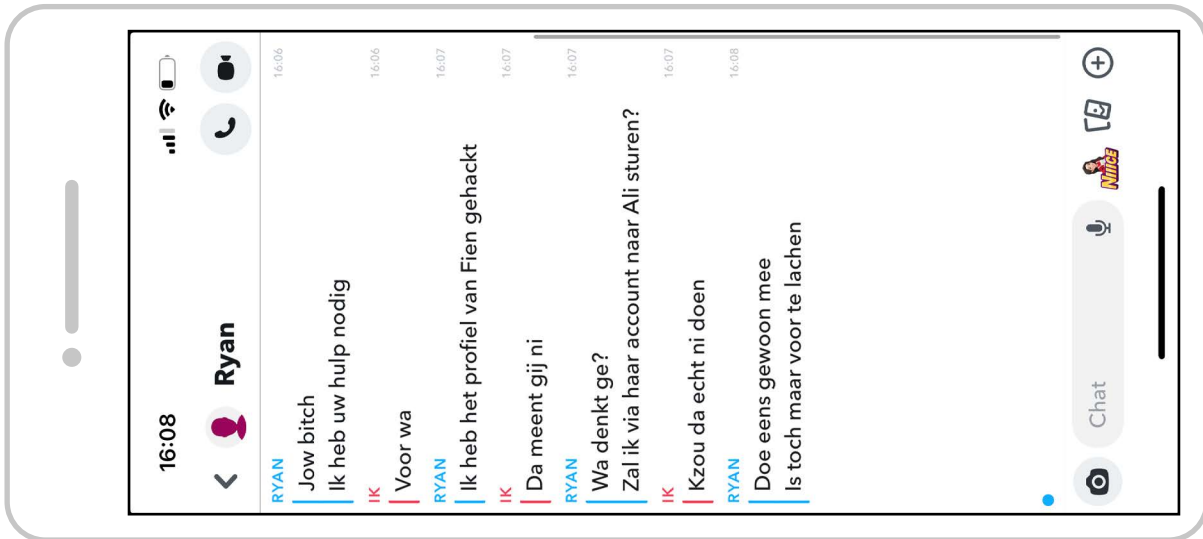
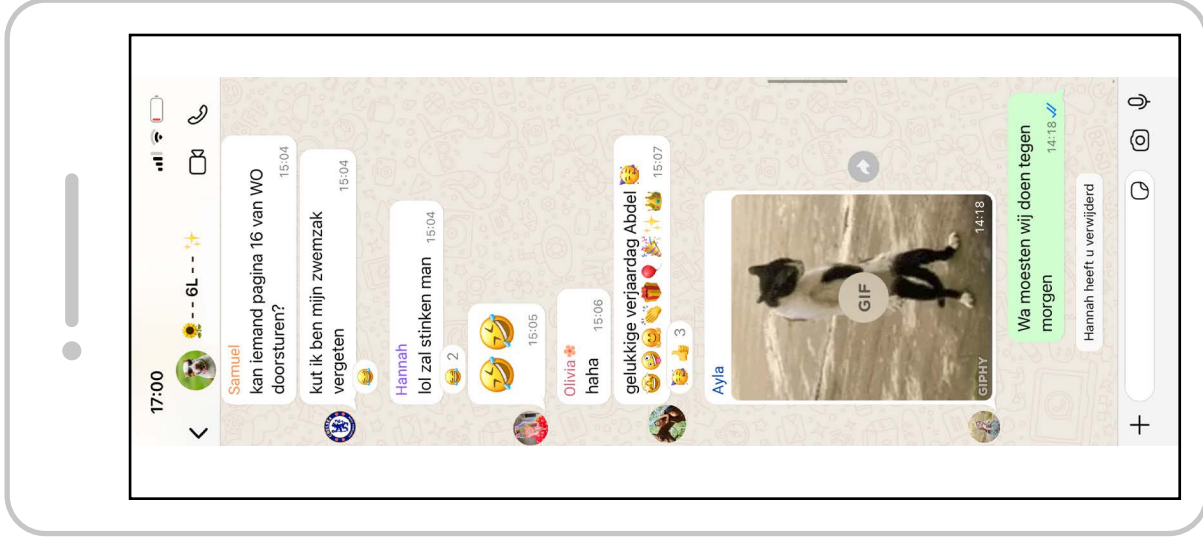
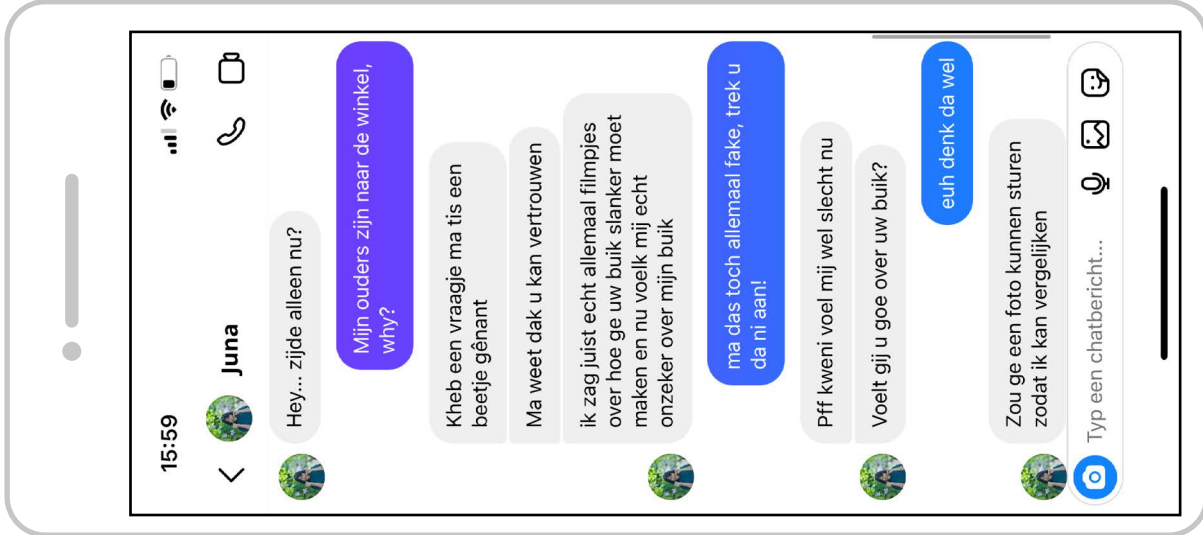
- Mag je zomaar pornofilmpjes naar je vrienden sturen?
- Wat zou je doen als je z'n link krijgt?
- Hoe zouden anderen reageren als ze z'n link krijgen?

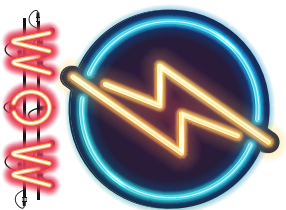


12. GESPREK OVER ONLINE FOTOS

Bijvragen:

- Is het oké om foto's door te sturen als je dat allebei wilt?
- Krijg je graag complimenten online?

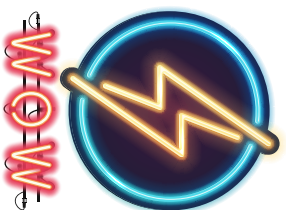




13. GESPREK OVER ONLINE ONZEKERHEID

Bijvragen:

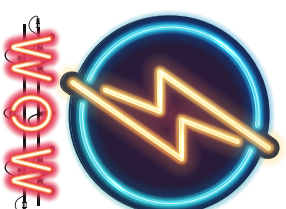
- Vergelijk je jezelf soms met anderen online?
- Zijn alle fotos die je online ziet echt?
- Gebruik je zelf soms filters op jouw fotos?



14. IEMAND ANTWOORDT NIET OP DE VRAGEN IN DE KLASCHAT

Bijvragen:

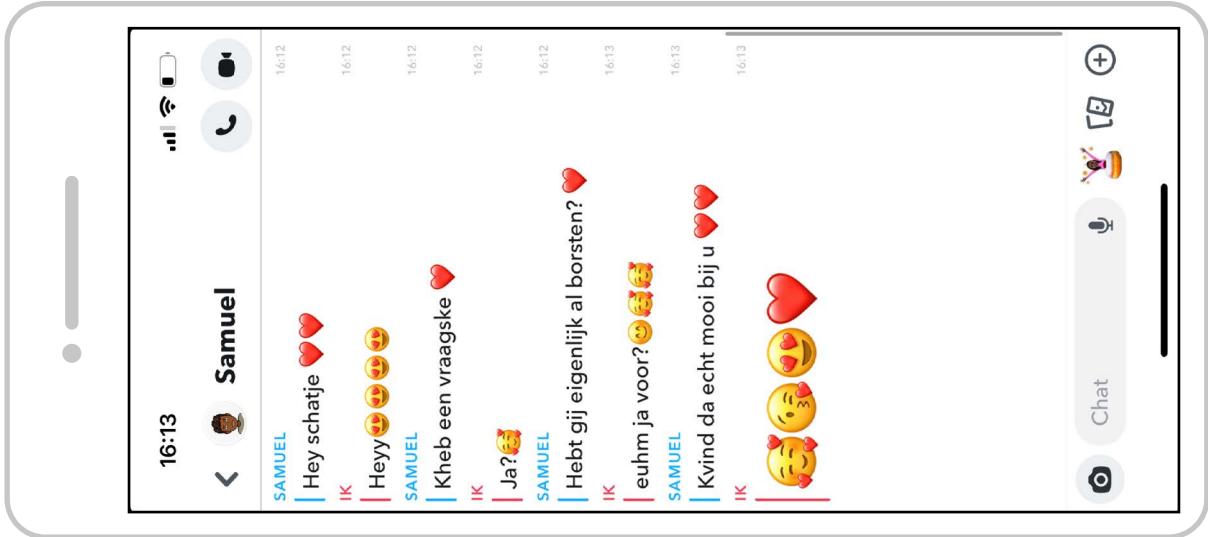
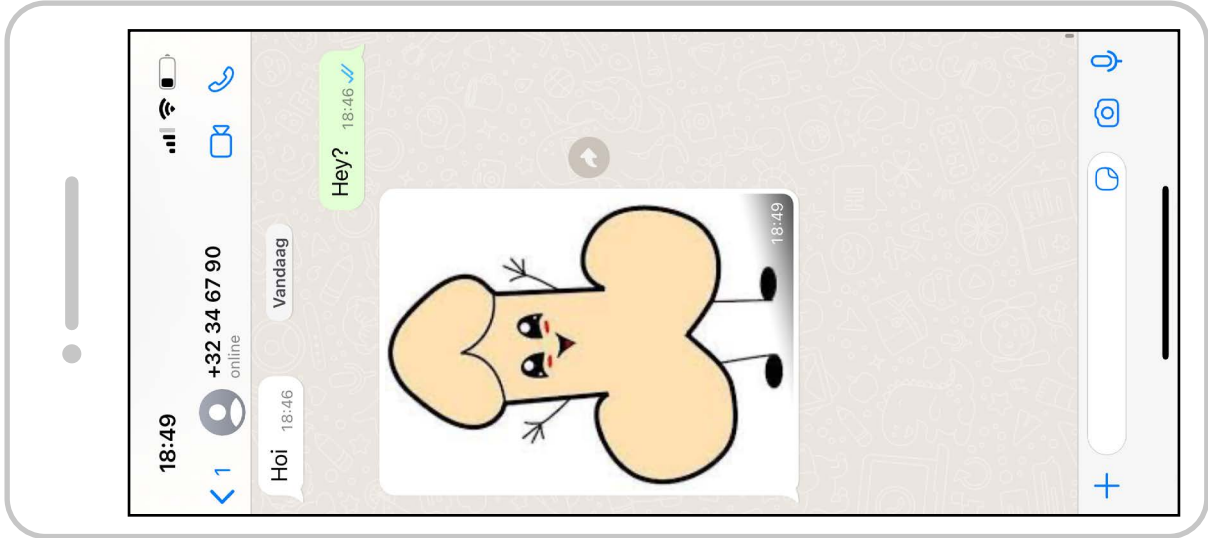
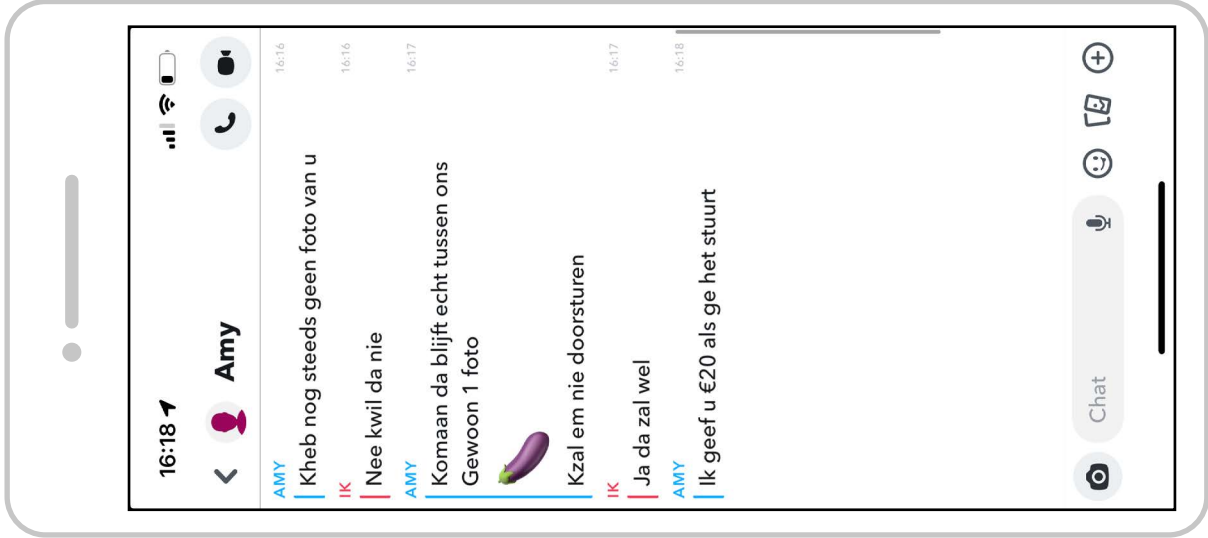
- Is uitsluiten ook pesten?
- Wordt elke vraag in een chatgesprek altijd beantwoord? Moet dat?
- Merd je al eens verwijderd uit een groep? Hoe voelde je je daarbij?

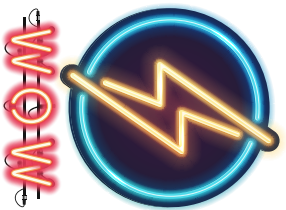


15. HACKEN VAN EEN ACCOUNT

Bijvragen:

- Wat is hacken?
- Is iemands wachtwoord gebruiken zonder dat die het weet ook hacken?
- Wat kan je doen in deze situatie?
- Ben je al eens gehackt geweest?

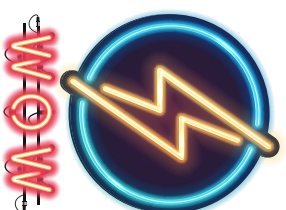




16. SEXTING ZONDER FOTO

Bijvragen:

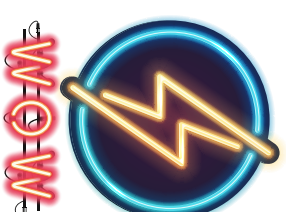
- Is dit gesprek oké? Waarom?



17. IEMAND STUURT JOU EEN NAAKT FOTO

Bijvragen:

- Wat vind je van deze situatie?
- Wat zou jij zelf doen in deze situatie?
- Ken je organisaties waarbij je terecht kan als je dit soort fotos krijgt?



18. IEMAND VRAAGT JOU OM EEN NAAKT FOTO









Bijvragen:

- Wat vind je van deze situatie?
- Is het oké om fotos te sturen in ruil voor geld, snoep, enz.?
- Wat zou jij doen in deze situatie?
- Mag je blijven aandringen met je vraag over een foto?

BIJLAGE 7 (TIKKELTJE TRICKY)

Enkelzijdig afdrukken

	
<p>Sofie is boos op haar jonger zusje. Om haar te pesten, maakt ze een haatprofiel over haar, met slogans en beledigende foto's. Ze stuurt haar vrienden een uitnodiging voor de 'Hate Anna'-groep.</p>	<p>Nora maakt in de winkelstraat een filmpje van een vechtpartij waarbij meerdere meisjes elkaar in de haren vliegen. Ze plaatst het live op haar sociale media.</p>
	
<p>Marie maakt een filmpje van haar vriendin terwijl die snoepjes steelt bij Het Kruidvat.</p>	<p>Aimée heeft ruzie met een vriend. Ze stuurt een roddel naar een haatgroep waarin veel mensen zitten.</p>
	
<p>Adam krijgt een bericht van iemand die hij niet kent. Die persoon dreigt daarin om hem 'in elkaar te slaan'. Adam vertelt dat aan zijn leerkracht.</p>	<p>Ella en Lize zijn beste vriendinnen: tijdens het chatten vertellen ze elkaar alles en ze kennen elkaars wachtwoord. Ze beloven niets verder te vertellen.</p>
	
<p>Ada maakt een fake profiel aan. Ze gebruikt een andere naam en foto's van iemand anders. Ze wil zo anoniem berichten kunnen sturen naar iemand uit de klas.</p>	<p>Stan maakt filmpjes van zichzelf terwijl hij danst en zingt. Hij draagt een jurk en make-up. Hij plaatst de filmpjes op sociale media.</p>

	
<p>Hamed heeft een vlog. Hij laat zien waar hij woont, waar hij op reis gaat en wie zijn lief is.</p>	<p>Sammy chat in een game regelmatig met een onbekende jongen van 17 jaar. Ze spreken af om elkaar eens te ontmoeten in de stad. Hij vertelt zijn zus over de afspraak.</p>
	
<p>Tilly krijgt een e-mail met een link. In de e-mail staat: "Gefeliciteerd! Jij won zonet de nieuwste iPhone. Klik hier om je cadeau in ontvangst te nemen!" Tilly klikt op de link.</p>	<p>Manu houdt links bij van pornowebsites. Hij stuurt die filmpjes als grap door naar een vriend en neemt ze op zijn gsm mee naar school.</p>
	
<p>Jef maakt een account aan op een socialemediaplatform waarvoor hij eigenlijk nog te jong is.</p>	<p>Rachel heeft een chatvriend van 37. Hij zegt dat hij haar zeer graag ziet.</p>
	
<p>Sander accepteert chatverzoeken van onbekenden. Hij kleedt zich uit voor de camera wanneer het gevraagd wordt.</p>	<p>Nina spreekt af met een jongen die ze via internet kent. Hij zal haar met een vriend komen ophalen. Niemand is op de hoogte.</p>



















Lina hoort van een online vriend dat ze € 50 kan verdienen als ze hem een foto zonder T-shirt stuurt.

BIJLAGE 8 (SITUATIE-UITSPRAAK)

Dubbelzijdig afdrukken

UITSPRAAKKAARTEN

<p>Ik haat je</p>	<p>Wat een coole foto!</p>
<p>Ik zie je graag</p>	<p>Die van het zesde is echt stom</p>
<p>Ik ga je verwijderen als vriend, dan heb je er nul!</p>	<p>Ge ziet eruit gelijk ne walvis!</p>
<p>Jongens die aan ballet doen zijn homo's</p>	<p>Alle vreemdelingen buiten</p>
<p>Ik wil jou niet naast mij in de klas</p>	<p>Je stinkt</p>
<p>Stuur mij eens een foto</p>	<p>Jij gaat altijd alles verklikken</p>
<p>Uw pennenzak is echt lelijk</p>	<p>Die persoon laten we morgen niet meespelen</p>
<p>Wil jij mij helpen met wiskunde?</p>	<p>Gelukkige verjaardag!</p>

UITSPRAAK 	UITSPRAAK 
UITSPRAAK 	UITSPRAAK 
UITSPRAAK 	UITSPRAAK 
UITSPRAAK 	UITSPRAAK 
UITSPRAAK 	UITSPRAAK 
UITSPRAAK 	UITSPRAAK 
UITSPRAAK 	UITSPRAAK 
UITSPRAAK 	UITSPRAAK 

Mooie trui!	Jij hebt echt een mooie stem
Ik ga je niet helpen hoor	DIKZAK
Jij mag niet in de Whatsapp van de klas	Die kan echt niet voetballen
Deel je locatie eens	Zelfs met een filter is die nog lelijk
Je lief is niet leuk	Zet die foto van je buurmeisje eens online
Wat is de code van je gsm?	Jij hebt echt slechte muzieksmaak
Zou jij niets aan dat puistje doen?	Vind jij mij ook lelijk?
Ik wil vanmiddag niet meer afspreken	Bewijs maar eens dat je mij echt ziet zitten, morgen een knuffel op de speelplaats?

UITSPRAAK 

UITSPRAAK 

UITSPRAAK 

UITSPRAAK 

UITSPRAAK 

UITSPRAAK 

UITSPRAAK 

UITSPRAAK 

UITSPRAAK 

UITSPRAAK 

UITSPRAAK 

UITSPRAAK 

UITSPRAAK 
















UITSPRAAK 

UITSPRAAK 








UITSPRAAK 

SITUATIEKAARTEN

<p>Je krijgt een briefje doorgegeven in de klas en dit staat erop.</p>	<p>Je ziet dit onder een foto van een vriend(in) staan op sociale media.</p>
<p>Iemand roept dit naar iemand anders op straat. Ze kennen elkaar niet</p>	<p>Een van je ouders stuurt dit naar jou.</p>
<p>Iemand post een foto op sociale media met deze tekst.</p>	<p>Je krijgt dit chatbericht tijdens het gamen.</p>
<p>Deze tekst zit in een lied van een artiest.</p>	<p>De persoon op wie je verliefd bent, stuurt dit naar jou.</p>
<p>Een groep vrienden zegt je dit.</p>	<p>Iemand zegt dit in een TikTok-filmpje.</p>
<p>Een bekende Vlaming post dit op sociale media.</p>	<p>Je leerkracht stuurt dit in een mail.</p>
<p>Iemand die je niet kent, stuurt dit naar jou.</p>	<p>Een onbekende stuurt dit samen met een foto naar jou.</p>
<p>Je beste vriend stuurt je dit.</p>	<p>Iemand zet dit in de klasgroep.</p>

SITUATIE 	SITUATIE 
SITUATIE 	SITUATIE 
SITUATIE 	SITUATIE 
SITUATIE 	SITUATIE 
SITUATIE 	SITUATIE 
SITUATIE 	SITUATIE 
SITUATIE 	SITUATIE 
SITUATIE 	SITUATIE 

<p>Iemand van de klas zegt dit in een live op sociale media.</p>	<p>Iemand die je kent, zegt dit in een vlog.</p>
<p>Een vriend reageert zo op een filmpje op sociale media.</p>	<p>Je krijgt een filmpje doorgestuurd via een chat met deze boodschap erin.</p>
<p>Dit is commentaar onder een YouTube-filmpje.</p>	<p>Iemand op straat loopt voorbij met deze tekst op een T-shirt.</p>
<p>Een vriend reageert zo op een filmpje op sociale media.</p>	

SITUATIE 	SITUATIE 
SITUATIE 	SITUATIE 
SITUATIE 	SITUATIE 
SITUATIE 	



BIJLAGE 9 (DAG MO)

Dag Mo

Ik zag een filmpje waarin de koning zegt dat gsm's verboden zullen worden voor kinderen vanaf volgend schooljaar. Sommigen zeggen dat het filmpje niet echt is. Anderen zeggen dat het wel echt is. Hoe weet je dat eigenlijk?

Dag Mo

Altijd als ik online scrol, ziet iedereen er zo mooi en gelukkig uit. Ik snap dat niet. Ik voel mij vaak niet zo mooi en ben soms ook triest. Is dat normaal? Ben ik de enige?

Dag Mo

Iedereen in mijn klas is bezig met sociale media en hun gsm. Ik krijg geen gsm van mijn ouders en vind dat ook niet zo erg. Ik wil niet de hele tijd sturen naar mensen of foto's maken van mezelf of anderen. Ben ik raar?

Dag Mo

Ik heb twee profielen online. Het ene is echt en het ander is verzonnen. Op het tweede koos ik een foto van een supermooi iemand met het perfecte leven. Ook al zal ik daar nooit geraken, het geeft mij toch een leuk gevoel. Ik heb daar veel likes en comments en dat doet me deugd. Ik weet niet zo goed waarom ik het doe. Nu hebben mijn ouders het fake profiel gezien en willen ze dat ik het verwijder. Ik wil dat helemaal niet. Waarom willen mijn ouders dat ik dat profiel verwijder? Wat moet ik doen?

Dag Mo

Ik verveel mij als ik mijn gsm niet bij heb. Ik vind het veel leuker om online met mensen te praten dan in het echt. Een gesprek is ook zoveel leuker online. Dan kan ik even nadenken over hoe ik wil reageren of welk mopje ik kan maken. In het echt loopt dat veel moeilijker. De laatste tijd heb ik stress als ik mijn gsm niet bij heb. Wat moet ik doen? Wat is het verschil tussen gesprekken in het echt en online?

Dag Mo

Mijn vriend en ik sturen elkaar elke dag op snapchat. We hebben al een lange streak van 92 dagen. In het begin vond ik het een superleuke uitdaging. Volgende week ga ik op reis en daar is niet overal internet. Nu vroeg die vriend mijn wachtwoord zodat hij onze streak kan onderhouden. Eigenlijk wil ik mijn wachtwoord niet geven, maar als ik het niet doe, is onze streak weg. Wat denken jullie dat ik het beste doe?



Dag Mo

Gisteravond vond ik een 'exposegroep' van onze Chiro. Er kwamen foto's en berichten op over een goeie vriendin waarin ze leugens over haar verspreiden. Ik ben daarvan geschrokken. Wat moet ik nu doen?

Dag Mo

Elke keer als ik een foto post, krijg ik reacties zoals: 'vuile homo', 'eikes, ben je gay of wat?'. Ik voel me echt niet goed bij die berichten. Zou het beter zijn als ik stop met foto's te posten?

Dag Mo

Ik ruik de laatste tijd weleens naar zweet. Volgens mijn mama komt dat doordat ik volop begin te puberen. Ook is mijn haar weleens vettig. Nochtans ga ik elke dag in de douche en was ik mijn haar om de twee dagen. Online maken anderen – zowel klasgenoten als mensen uit de muziekschool – daar opmerkingen over. Als ik bijvoorbeeld een vraag stel, antwoorden ze enkel met 'Moet jij je niet gaan wassen?' of sturen ze foto's van frietpotten (wegens het vettig haar). Ik voel me overal heel erg alleen. Wat kan ik doen? Bij wie kan ik terecht?

Dag Mo

Als ik game, is er altijd één andere speler die mijn bouwwerken direct weer afbreekt. Ik ken de andere speler niet. Maar het is wel echt frustrerend! Hij stuurt dan scheldberichten zoals: 'Loser, je kan er echt niks van'. Waarom doet die persoon dat? Wat kan ik doen?



Dag Mo

Mijn vrienden sturen soms links van pornofilmpjes door. Ik vind dat niet leuk. Wat moet ik doen?

Dag Mo

Gisteren wou ik een nieuw spelletje spelen op de tablet, maar opeens kwam ik op een site terecht met mensen die seks hadden met elkaar. Ik heb het snel weggeklikt maar ik ben best wel geschrokken. Wat moet ik nu doen? Moet ik dat aan mijn ouders vertellen?

Dag Mo

Onlangs zat ik op sociale media en begon er iemand die ik niet kende tegen mij te praten. Hij vertelde dat ik er mooi uitzag. Niet veel later vroeg hij of ik een foto van mezelf wou doorsturen. Dat heb ik gedaan. Nadien vroeg hij of ik een foto zonder kleren wou doorsturen. Daar schrok ik best van! Ik heb zo snel mogelijk het gesprek afgesloten. Wat kan ik doen als dat ooit nog eens gebeurt?