



# SOCIAL MEDIA CYBERPESTEN



AAN DE SLAG MET DIGITALE VAARDIGHEDEN  
TRAINING: **SOCIAL MEDIA**



## Cyberpesten

Cyberpesten komt heel veel voor en vooral via social media. Jongeren WhatsAppen elkaar de hele dag door, zitten op Snapchat en Instagram en dus gaat ook het online pesten de hele dag door. Vroeger kon je nog weglopen van het schoolplein, nu zit je telefoon in je broekzak en neem je het mee naar bed.

Eigenlijk weten we niet goed of ook andere leeftijdsgroepen online gepest worden. Je ziet wel heftige en extreme reacties in online discussies, soms bedreigingen of fake accounts om iemand in een kwaad daglicht te stellen. Maar pesten is toch iets dat jongeren vooral lijkt te raken.

Om je te laten zien wat cyberpesten is en wat het met mensen doet hebben we twee video's voor je.

In de volgende video's krijg je een aantal tips om cyberpesten tegen te gaan (zoals inbreken bij de pester en zout in zijn suikerpot te doen).

Bekijk de video's en schrijf alle tips die je krijgt op.



In deze video vertellen jongeren wat online pesten met hen gedaan heeft. <https://youtu.be/2RN8kYoM1GY>  
Of zoek op YouTube naar 'Jongeren vertellen hun ervaringen met cyberpesten.'



In deze video leer je nog meer wat jij kan doen tegen cyberpesten. <https://youtu.be/mRFIXNIFwYI>  
Of zoek op YouTube naar 'Milan en Don in Het Klokhuis!'

Maak een top 3 van de meest bruikbare tips die jij hebt gehoord.

1. ....

2. ....

3. ....



Bewustwording is een belangrijk ding. Bespreek met jouw cliënten wat zij leuk vinden aan social media en wat niet en maak er, net als in de video, twee rijtjes van op papier; niet leuk en wel leuk. Pak er eventueel stiften en een groot vel papier bij en plak dat aan de muur.

### Leuk

1. ....

2. ....

3. ....

Enz.

### Niet leuk

1. ....

2. ....

3. ....

Enz.

## Hoe herken je iemand die gepest wordt?

Er is een signaalkaart die zowel voor online pesten als pesten in ander contact te gebruiken is. Print deze uit en bespreek de 6 signalen met je cliënten en collega's. Herkennen jullie ze?

### Signaalkaart pesten: de 6 pest-alerts!



**1** Let op vluchtgedrag



**2** Kijk naar rol-vastheid



**3** Let op signaalgedragingen



**4** Er is geen schuldgevoel of verzoening



**5** Het is fysiek grensoverschrijdend



**6** Herhaald plagen is pesten

Print deze kaart uit. Lees de toelichting op de achterkant.

Bespreek met je cliënten de 6 signalen van pesten:

[http://www.apemanagement.nl/PDFfiles/Signaalkaart\\_Pesten\\_LR.pdf](http://www.apemanagement.nl/PDFfiles/Signaalkaart_Pesten_LR.pdf)

## Meer informatie nodig?

Meer informatie over (online) pesten is te vinden op <http://www.pesten.nl>

En op <https://www.mediawijsheid.nl/onlinepesten/>

Met name op deze site vind je veel aanvullende informatie. De hiervoor genoemde signaalkaart kom je daar bijvoorbeeld ook tegen.



Informatie over wat je kan doen na cyberpesten op social media vind je op deze site: <https://www.meldknop.nl/pesten/sociale-media/>



*Deze social media module is gemaakt door Hans Versteegh, Welzijn 3.0 ([www.welzijn30.nl](http://www.welzijn30.nl)) in opdracht van 's Heeren Loo. Heb je opmerkingen of vragen over dit lesmateriaal? Mail dan naar [info@digivaardigidezorg.nl](mailto:info@digivaardigidezorg.nl)*

**AAN DE SLAG MET DIGITALE VAARDIGHEDEN**  
**TRAINING: SOCIAL MEDIA**

