



ouders van waarde

Tien tips tegen digitaal pesten

Zo'n 60.000 kinderen tussen de 9 en 16 jaar worden herhaaldelijk online gepest, vaak zonder dat de ouders het weten (onderzoek Sociaal Cultureel Planbureau, 2011). Verschil met 'gewoon' pesten is dat een pester online veel verder durft te gaan. Het is minder zichtbaar, waardoor hulp langer uitblijft. De impact kan groter zijn, bijvoorbeeld wanneer een bericht of roddel wordt verspreid door het rondsturen van foto's of filmpjes. Door smartphones, laptops en tablets kunnen kinderen altijd en overal op internet. Dat maakt controle lastig. Wat kunnen ouders en scholen wél doen tegen digitaal pesten? OUDERS VAN WAARDE geeft tien tips.

Tips voor ouders

1. Praat met uw kind over digitaal pesten

Kinderen houden het vaak voor zich als ze worden gepest via internet. Omdat ze zich ervoor schamen, omdat ze bang zijn voor straf of onbegrip, of omdat ouders toch niet snappen hoe en wat er allemaal kan op internet. Kinderen hebben vooral nodig dat thuis problemen bespreekbaar zijn. Praat daarom met uw kind over digitaal pesten. Komt het voor in zijn klas, heeft hij er persoonlijk wel eens mee te maken? Denk aan: uitlokken/uitdagen, schelden, belachelijk maken, bedreigen, valse naam gebruiken, onbekenden pesten, vervelende foto's en filmpjes verspreiden. Toon interesse. Vraag met wie uw kind online contact heeft en wat hij zoal doet op internet. Vraag om een rondleiding op internet; in veel gevallen zijn kinderen - in tegenstelling tot ouders - expert op de mogelijkheden van internet en sociale media.



2. Verdiep u samen met uw kind in wat je kunt doen om de risico's op digitaal pesten te verkleinen

Op www.pestening.nl staan tips voor kinderen. Zoals het verwijderen van onbekende mensen uit je MSN-contactlijst, het afschermen van je Hyves-profiel en het plaatsen van een internetfilter voor spam. Zorg dat uw kind deze kennis heeft en dat u zelf ook goed geïnformeerd bent. Op www.mijnkindonline.nl staan veel tips voor ouders, op www.ouders.net kunt u meer gratis folders downloaden over pesten (ook over de aanpak van pesten op school) en via www.mediaencoo.nl blijft u op hoogte van kind & media-nieuws en kunt u zich inschrijven voor een wekelijkse nieuwsbrief.

3. Leer uw kind dat voor digitaal verkeer dezelfde regels gelden als in het gewone leven

Ook in het digitale verkeer gelden dezelfde regels als in het gewone leven: niet schelden, blij beleefd, wees eerlijk, verstuur geen haatmails, flauwe grappen of roddels, zet zonder toestemming geen foto's of filmpjes van anderen op internet, respecteer iemands privacy. Instrueer uw kind om geen persoonlijke gegevens aan onbekenden af te geven, ook niet bij het invullen van digitale vragenlijsten of bijvoorbeeld op spelletjessites.

4. Wees alert op mogelijke signalen dat uw kind via internet gepest wordt

Verandert uw kind bijvoorbeeld? Zoals ineens bepaalde vrienden niet meer uitnodigen, stiller zijn, niet naar school willen, snel het beeldscherm wegklikken.

5. Help uw kind wanneer hij slachtoffer is van pesten

Bespreek samen welke stap het beste gezet kan worden en onderneem actie. Bijvoorbeeld: de cyberpester

of zijn ouders aanspreken op zijn gedrag of contact opnemen met de website waarop gepest wordt (toezichthouders). Maak screenshots, print bewijsmateriaal en ga bij ernstige gevallen naar de politie. Is het online pesten schoolgerelateerd? Stap samen naar de leerkracht, mentor, afdelingsleider of vertrouwenspersoon van school. Op www.helpwanted.nl vindt u betrouwbare informatie en hulp als er bijvoorbeeld een (naakt)foto op internet is verschenen of gefraudeerd wordt met je profiel.



Tips voor school

6. Zorg voor voldoende kennis over cyberpesten

Vergroot - met studiedagen, workshops, boekjes, sites of lezingen - de kennis van docenten over cyberpesten en daarmee de alertheid op signalen van digitaal pesten. De vertrouwenspersoon, mediacoach, of ICT-coördinator kan hierin het voortouw nemen.

7. Organiseer voor leerlingen voorlichtingsprojecten over digitaal pesten en mediawijsheid

Hoofdboodschap is dat kinderen ervaren wat de impact is van digitaal pesten. Laat hen zelf meedenken over schoolregels op het gebied van moderne media.

8. Maak zorg zo laagdrempelig mogelijk

Zorg dat leerlingen weten bij wie ze terecht kunnen wanneer ze een probleem hebben op het gebied van digitaal pesten.

9. Bespreek met het team welke regels er binnen school gelden over gsm-gebruik en internet

Maak een eenduidig sanctiebeleid voor overtredingen. Zorg dat de regels duidelijk worden gecommuniceerd naar leerlingen en ouders en dat deze terug te vinden zijn op de schoolsite en in de schoolgids.

10. Informeer leerlingen en ouders

Organiseer de OUDERS VAN WAARDE School&Ouderbijeenkomst over digitaal pesten: *iKids*. Verwijs leerlingen en ouders door wanneer extra zorg nodig is. Wijs hen via de schoolsite en -nieuwsbrief op de volgende instanties en sites:

- www.pestweb.nl: tips voor kinderen, ouders en leerkrachten, telefonische hulplijn voor kinderen
- www.ppsi.nl: informatie over contactpersonen en vertrouwenspersonen in het onderwijs, en de rol van de vertrouwensinspectie
- www.mijnkindonline.nl: tips en informatie voor ouders over online privacy en digitaal pesten.
- www.ouders.net: verschillende downloads en brochures voor ouders, ouder- en medezeggenschapsraden over pesten en pestbeleid op scholen.

Lees op www.ouders.net ook de gratis downloads: 'Tien tips tegen pesten', 'Tien tips over verantwoord computergebruik' en 'Tien tips voor het ontwikkelen van een pestprotocol'

OUDERS VAN WAARDE, september 2013

OUDERS VAN WAARDE is de landelijke organisatie van en voor ouders, ouder- en medezeggenschapsraden in het christelijk, katholiek en oecumenisch onderwijs. Kijk voor meer informatie op www.ouders.net.

OUDERS VAN WAARDE | Postbus 125 | 3970 AC Driebergen | 0343 513434 | www.ouders.net

