blurred lives PROJECT

A Cross-National, Co-Participatory Exploration Of Cyberbullying, Young People And Socio-Economic Disadvantage.

Erasmus+

Intellectuele Output 3

Gids voor ouders en verzorgers

Peter K. Smith, Catherine Culbert, Antonella Brighi, Consuelo Mameli, Annalisa Guarini, Damiano Menin, Trijntje Völlink, Roy A. Willems, Herbert Scheithauer, Nora Fiedler, Noel Purdy, Jayne Hamilton & Anne Rowan

Freie Universität Berlin

STRANMILLIS UNIVERSITY COLLEGE

Open Universiteit www.ou.nl

Goldsmiths UNIVERSITY OF LONDON

Verwijs naar dit rapport als:

Smith, P.K., Culbert, C., Brighi, A., Mameli, C., Guarini, A., Menin, D., Völlink, T., Willems, R.A., Scheithauer, H., Fiedler, N., Purdy, N., Hamilton, J., & Rowan, A. (2019). *Guidance for parents/carers* (Intellectual Output 3 of the Blurred Lives Project: A Cross-National Co-Participatory Exploration of Cyberbullying, Young People and Socio-Economic Disadvantage). Available online at: http://www.ou.nl/web/blurred-lives/resources

EEN KORTE INTRODUCTIE OVER HET BLURRED LIVES PROJECT

Welkom bij dit rapport ontworpen door jongeren uit Europa als onderdeel van het Blurred Lives Project - een transnationaal onderzoek naar cyberpesten, jongeren en sociaal-economische achterstand. Het Blurred Lives Project richt zich op de online ervaringen van 14-16-jarigen op scholen in (achtergestelde) stedelijke gebieden in Noord-Ierland, Engeland, Duitsland, Italië en Nederland. Het doel is de stem van leerlingen te laten horen door het maken van hulpmiddelen voor leraren, leerlingen, ouders en sociale netwerk providers.

Het Blurred Lives Project is het eerste Europese project dat gebruik maakt van een samenwerkingsverband met jongeren. De materialen gemaakt in dit project zijn gebaseerd op wat deze leerlingen ervaren, hoe zij cyberpesten definiëren en hoe zij denken dat interventies eruit moeten zien.

In de eerste fase van het project werd in elk land een online enquête ingevuld door ongeveer 500 leerlingen. Hierin werd gevraagd naar de online toegang en negatieve ervaringen van leerlingen. De tweede fase was erop gericht om leerkrachten, leerlingen en ouders/verzorgers van actuele informatie te voorzien en belangrijke aanbevelingen te doen aan aanbieders van sociale netwerken. De materialen zijn ontwikkeld in samenwerking met jongeren. Dit werd gedaan door een combinatie van focusgroepen en kwaliteitscirkels, die in elk land werden uitgevoerd met twee klassen van 14-16-jarige leerlingen (237 leerlingen in totaal).

Het volledige scala aan originele bronnen is beschikbaar op de Blurred Lives Project website* en op het Erasmus+ Project Results Platform °.

* https://www.ou.nl/web/blurred-lives/project
° https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/projects/

Funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

OVERZICHT VAN HULPMIDDELEN VOOR OUDERS/ VERZORGERS ONTWIKKELD DOOR LEERLINGEN

Leerlingen uit 5 landen die aan het Blurred Lives Project hebben meegedaan, hebben een grote verscheidenheid aan materialen voor ouders/verzorgers ontwikkeld. Deze materialen moeten inzicht bieden in de ervaringen van jongen rondom cyberpesten en hoe ouders hen hierin kunnen ondersteunen. Dit naslagwerk biedt beknopte handvatten, en visuele materialen voor drukke ouders/verzorgers over het uitdagende onderwerp cyberpesten.

Ondanks de verschillende talen en culturen van de leerlingen die aan het project deelnamen, zijn er duidelijke en vergelijkbare thema's die in alle materialen aan bod komen.

De 'stem van de leerlingen' komt duidelijk naar voren en er was een sterk verzoek van de leerlingen aan hun ouders/verzorgers om meer met hen te praten, open gesprekken te voeren en dagelijks vragen te stellen over 'hoe het met ze gaat': eenvoudige ideeën en suggesties in theorie, maar mogelijk moeilijk om in de praktijk uit te oefenen.

De leerlingen presenteerden hun boodschappen op verschillende manieren, maakten een flip-over, enkele posters en folders, een nieuwsbrief, een instructievideo, een advertentie en een opvouwbare flyer. Voorbeelden hiervan worden hieronder gepresenteerd met reflecties en richtlijnen over hoe ze moeten worden gebruikt.

ALGEMENE RICHTLIJNEN VOOR OUDERS/VERZORGERS

Praat met je kind

Een belangrijke richtlijn die vanuit leerlingen naar voren komt, is dat ouders/verzorgers met hun kind over hun online leven moeten praten en dat deze gesprekken regelmatig plaatsvinden. Jongeren vragen om eerlijkheid en openheid; kleine vragen als 'hoe was je dag' moeten dagelijks gesteld worden.

Informeer jezelf over online communicatie

Veel leerlingen van het project vonden dat ouders/verzorgers zichzelf en hun kinderen moeten voorlichten over online veiligheid. Hierbij hoort ook de kennis over basisregels over (on)gepaste online activiteiten, privacy-instellingen en de gevolgen van online acties.

Weet wat je moet doen als zich een problem voordoet

De leerlingen vonden dat ouders/verzorgers naar hen moeten luisteren als er een probleem ontstaat, in plaats van te gaan schreeuwen zonder actie. Ze vragen om ouders/verzorgers om hun problemen serieus te nemen hierbij betrokken te zijn.

Verbied het internetgebruik niet

Er was een sterk gevoel dat het stoppen van het gebruik van internet en sociale media een niet-helpende reactie is, hoewel dit vaak wordt uitgevoerd door ouders/verzorgers.

Geef zelf het goede digitale voorbeeld

Ouders/verzorgers moeten nadenken over hun eigen digitale gedrag en ervoor zorgen dat zij zelf de regels volgen die met hun kinderen worden opgesteld.

Ondersteun je kinderen

De leerlingen vonden dat ouders/verzorgers hun kind moeten ondersteunen en aardig moeten zijn; empathie in plaats van apathie.

Let goed op signalen die kunnen aangeven dat je kind gecyberpest wordt

De leerlingen vroegen ouders/verzorgers hun kind goed in de gaten te houden, zodat vroegtijdige signalen van cyberpesten onmiddellijk kunnen worden herkend en er onmiddellijk op kan worden gereageerd.

Zoek samen een oplossing met je kind

De leerlingen willen graag samen met hun ouders/verzorgers een oplossing zoeken: geen probleem oplossen zonder hun betrokkenheid.

RICHTLIJNEN OM DE HULPMIDDELEN TE GEBRUIKEN

VOORBEELD 1: FLYER VOOR OUDERS/VERZORGERS (DUITSLAND)

Doel van hulpmiddel

Ondersteund door het onderzoeksteam van de Freie Universität Berlin, hebben leerlingen van een van de deelnemende scholen een opvouwbare flyer gemaakt. Het hulpmiddel ondersteunt ouders/verzorgers door middel van vijf "Hoe te reageren" stappen wanneer zij vermoeden dat hun kind het slachtoffer is van cyberpesten.

Het hulpmiddel geeft de stem van de leerling perfect weer en vraagt ouders en verzorgers om meer betrokkenheid bij hun leven. De gegeven adviezen klinken misschien duidelijk en eenvoudig, maar de leerlingen geven hun gevoel weer dat het 'basisgesprek' op dit moment vaak ontbreekt. Dit is een herinnering hoe ouders en kinderen met elkaar moeten praten. Leerlingen zeggen dat ze cyberpesten niet in hun eentje kunnen stoppen. Ze hebben hun familie nodig. Dit wordt kort samengevat in krachtige hoofdletters aan het einde van stap 1, waar het in krachtige hoofdletters verschijnt : "Wij raden u aan om met uw kind te praten!

Reflectie/vragen

Ouders/verzorgers moeten zich ten eerste afvragen of hun huidige bijdrage om hun kinderen te helpen hun weg te vinden in de digitale wereld voldoende is. Ten tweede moeten ze zich afvragen of zij tijd en ruimte maken om veranderingen in gedrag te observeren. Voorbeelden van vragen - 'wat doe ik om mijn kind te helpen het internet te begrijpen', 'weet mijn kind dat ik er voor hem of haar ben', 'heb ik tijd over om zijn of haar vragen over het internet te beantwoorden', 'voelt mijn kind zich alleen als hij of zij op het internet surft of werken we in teamverband'?

VOORBEELD 2: NIEUWSBRIEF VOOR OUDERS/VERZORGERS (ENGELAND)

Doel van hulpmiddel

Leerlingen van een school in Londen hebben een nieuwsbrief gemaakt, onder begeleiding van Goldsmiths College, University of London. Dit is een hulpmiddel dat ouders/verzorgers met een druk leven tot nadenken aanzet; het is kort van inhoud en makkelijk te begrijpen. De krachtig met de hand getekende beelden trekken de aandacht, waardoor ouders/verzorgers hopelijk even stilstaan om over hun kind na te denken.

Reflectie/vragen

Ouders/verzorgers kunnen zich afvragen hoe het met de relatie met hun kind gesteld is en of ze tijd vrijmaken in hun drukke schema voor de kleine vragen. Voorbeelden van vragen - 'Hoe was je dag?', 'Hoe was het op school?', 'Hoe voel je je je op dit moment?'.

RICHTLIJNEN OM DE HULPMIDDELEN TE GEBRUIKEN

VOORBEELD 3: POSTERS VOOR OUDERS/VERZORGERS (ITALIE)

Doel van hulpmiddel

Een reeks posters is gemaakt door leerlingen van een beroepsschool in Bologna, onder begeleiding van de Universiteit van Bologna.

De posters zijn bedoeld voor ouders/verzorgers om hun kinderen te helpen met cyberpesten om te gaan. Over het algemeen benadrukken de leerlingen die dit hulpmiddel hebben gemaakt het belang van ouderlijk toezicht en van het belang van vertrouwen in de ouder-kindrelatie. Tegelijkertijd benadrukken ze de behoefte van adolescenten aan autonomie, waarbij ze verlangen dat hun ouders ondersteunend zijn, maar niet opdringerig of hyper-controlerend.

Reflectie/vragen

De bron geeft de moeilijke positie weer waarin ouders/verzorgers zich bevinden; de wens om een nauwere band te krijgen, maar tegelijkertijd niet al te controlerend over te komen. Ouders/verzorgers moeten zich afvragen wat voor soort connectie ze moeten nastreven om hun kinderen met deze problemen te helpen. De huidige informatie die te vinden is op het internet laat dit conflict zelden zo duidelijk zien.

VOORBEELD 4: BEGRIJPEN VAN CYBERVEILIGHEID (NOORD-IERLAND)

Doel van hulpmiddel

Een brochure is gemaakt door leerlingen van een school in Noord-Ierland, ondersteund door Stranmillis University College. Het doel van de brochure was om ouders en verzorgers te helpen om te begrijpen wat cyberpesten is en waarom tieners sociale media gebruiken. Vaak geven de media een negatief beeld van het gebruik van sociale media en dit kan leiden tot onbegrip over wat sociale media is. De brochure wil een deel van de negativiteit ’wegnemen' en ouders en verzorgers informeren over dit communicatiemiddel. Daarbij willen ze benadrukken dat sociale media ook veel positieve aspecten heeft, zoals het op een leuke en gemakkelijke manier in contact blijven met mensen, contact houden met vrienden en familie en de groei van individuele expressie en creativiteit mogelijk maken.

Reflectie/vragen

Het materiaal is een stimulans om de discussie tussen ouders/verzorgers en hun kinderen over de voordelen van het internet te bevorderen. Tevens benadrukt de brochure het belang van online veiligheid. Zijn ouders/verzorgers zich echt bewust van de mogelijke waarschuwingssignalen dat hun kind het slachtoffer is van online pesten?

RICHTLIJNEN OM DE HULPMIDDELEN TE GEBRUIKEN

VOORBEELD 5: KAARTSPEL (NEDERLAND)

Doel van hulpmiddel

De leerlingen van een middelbare school in Nederland, ondersteund door de Open Universiteit, ontwierpen een leuk en innovatief spel voor ouders/verzorgers. Er zijn zes kaarten gemaakt om het voor ouders/verzorgers makkelijker te maken om cyberpesten met hun kind te bespreken. Op de voorkant van een kaart staat de specifieke situatie ('probleem'), terwijl op de achterkant advies staat over hoe er mee om te gaan ('tip').

Reflectie/vragen

Het spel brengt barrières in de communicatie, die vaak bestaan rond moeilijke thema's zoals cyberpesten, goed in kaart. Het spel probeert verder bij te dragen aan het wegnemen van deze barrières door middel van een eenvoudige en leuke oplossing.

blurred lives PROJECT

Hulpmiddel uit Duitsland

FLYER VOOR OUDERS EN VERZORGERS

STAP 1
Herken de pester

- Ziet u belangrijke veranderingen in het gedrag van uw kind?
- Ziet uw kind er lusteloos uit of verbergt hij/zij zich de hele dag op zijn of haar kamer?
- Weigert uw kind om naar school te gaan?
- Vermijdt uw kind om online te gaan of schakelt hij/zij de computer uit als iemand anders in de buurt is?

WE ADVISEREN U OM MET UW KIND TE PRATEN.

STAP 2
Praat met uw kind

- Vraag rustig of alles in orde is.
- Vraag expliciet over pesten.
- Wees meelevend.
- Praat de situatie door om alle details te krijgen.
- Verzeker uw kind van uw steun en dat u van hem/haar houdt.
- Verzeker uw kind dat het niet hem/haar schuld is dat hij/zij wordt gepest.

STAP 3
Vind samen een oplossing

- Vraag uw kind hoe hij/zij wil dat de situatie aangepakt wordt.
- Grijp niet in zonder dat uw kind het weet.
- Besluit samen of u met bijvoorbeeld de leraar of de politie gaat praten.
- Het is een goed idee om de vervelende berichten of foto's die uw kind ontvangt op te slaan en te bewaren.
- Kijk samen met uw kind naar de privacyinstellingen van de apps die uw kind gebruikt.

STAP 4
Uitvoeren

- Handel volgens het plan dat u en uw kind samen hebben bedacht.
- Indien nodig, ga naar de school van uw kind of betrek de politie erbij.
- Houd uw kind op de hoogte van het proces.
- Besteed meer aandacht aan de internetactiviteiten van uw kind.

STAP 5
Vertrouwen geven

- Leer uw kind vaardigheden om beter met pesten om te gaan.
- Informeer uw kind over online veiligheid en privacy op verschillende platformen.
- Help uw kind om aan zinvolle offline activiteiten deel te nemen.
- Moedig uw kind aan om zich te omringen met mensen die uw kind liefhebben en ondersteunen.
- Voedt de eigenwaarde van uw kind, onafhankelijk van de mening van anderen.

Handige Links
Voor ouders in Nederland

Meldknop www.meldknop.nl
Pestweb www.pestweb.nl
Mediawijsheid www.mediawijsheid.nl

Blurred Lives Project
www.blurredlives.eu

ZEG NEE TEGEN CYBERPESTEN

Richtlijnen voor ouders

Foto: Pixabay

Deze brochure is gemaakt door studenten van de Konrad-Wachsmann-School (Integrierte Sekundarschule) in Berlijn, Duitsland, in het kader van het Blurred Lives Lives Project - een transnationaal onderzoek naar cyberpesten, jongeren en sociaaleconomische achterstand, gefinancierd door het ERASMUS+ programma.

blurred lives PROJECT

Hulpmiddel uit Engeland

NIEUWSBRIEF VOOR OUDERS EN VERZORGERS

Bully Blockers

Uw Kind Kan In Gevaar Zijn

Waar moet een ouder op letten als zijn/haar kind gecyberpest wordt?

We hebben citaten en afbeeldingen toegevoegd. Een voorbeeld van een website voor advies is Stop Pesten Nu.

https://www.stoppestennu.nl/tips-voor-ouders

"Mijn nichtje werd gepest omdat ze verkracht is" - Niemand verdient het om gepest te worden voor zoiets als dit.

Uw zoon of dochter kan worden gepest om de volgende redenen: hun acne/littekens/etniciteit/cultuur/religie.

"Bij het doornemen van de verhalen van mensen op Snapchat, zeiden ze iets over iemand die niet aardig was".

"Mensen noemden haar lelijk en maakten grapjes over haar acne."

"Iemand nam haar foto en plakte hem op het hoofd van een alien".

Het kan een verschrikkelijk effect hebben op zijn/haar geestelijke gezondheid.

"Een foto werd van haar verspreid en ze ging daardoor niet meer naar school - ze voelden zich onzeker en kreeg hierdoor weinig zelfvertrouwen".

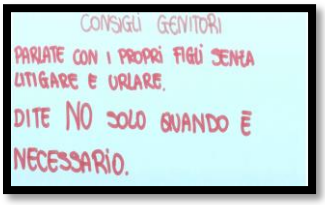
Tekenen van Cyberpesten

Ouders, ik zeg niet dat u uw kind niet kent, maar uw kind kan regelmatig last hebben van cyberpesten. Ons onderzoeksteam is tot de conclusie gekomen dat er geen specifieke aanwijzingen zijn om vast te stellen dat uw kind wordt gecyberpest. U kunt wel vragen stellen als "hoe was je dag?" of "hoe was het op school"?. Kleine vragen als deze hebben een grote impact, omdat het laat zien dat u als ouder om uw kind geeft. Door vragen te stellen zouden ze zich ook meer op hun gemak moeten voelen om u te vertellen of ze wel of niet (misschien) worden gepest.

blurred lives PROJECT

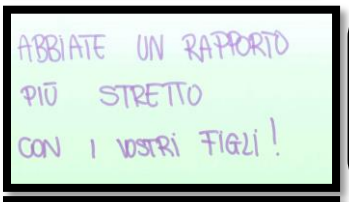
Hulpmiddel uit Italië

POSTERS VOOR OUDERS EN VERZORGERS

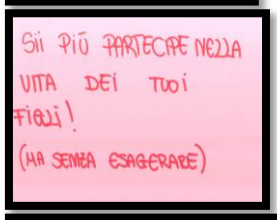


Praat met je kinderen, zonder gekibbel en geschreeuw. Zeg alleen NEE als het echt nodig is.

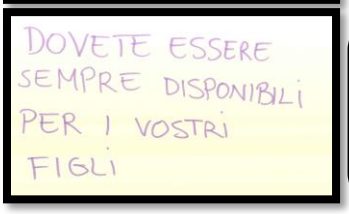
Heb respect voor de privacy van je kind



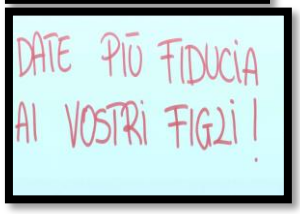
Heb een nauwere relatie met je kind!



Wees betrokken bij het leven van je kind! (Maar niet teveel)



Je moet altijd open communiceren met je kind



Heb meer vertrouwen in je kind!

blurred lives PROJECT

Hulpmiddel uit Noord-Ierland

HET BEGRIJPEN VAN CYBERVEILIGHEID

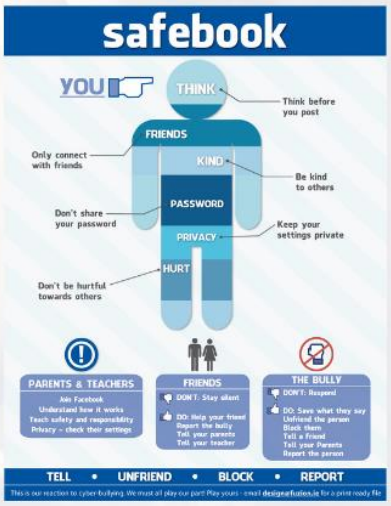
(FOLDER VOOR OUDERS EN VERZORGERS)

WAT ZIJN SIGNALEN VAN CYBERPESTEN?

- Iemand heeft zich teruggetrokken uit de normale omgang met vrienden en familie
- Iemand begint het gebruik van de computer te vermijden
- Iemand heeft een verandering in gedrag, overtuigingen, en eigenwaarde

1/3 VAN DE TIENERS DIE GECYBERPEST WORDT MELDT DIT NIET

- Als we cyberpesten willen voorkomen, moeten we de stilte doorbreken en tieners bemoedigen zich uit te spreken en hulp te zoeken.



WAAROM GEBRUIKEN TIENERS SOCIALE MEDIA?

Tieners gebruiken sociale media om:

- In contact te blijven met vrienden en familie
- Op een leuke en eenvoudige manier contact te maken met mensen
- Foto's en video's te delen
- Bij problemen betrokken te raken
- Spelletjes te spelen
- Zichzelf te uiten
- Creatief te zijn

SOCIALE NETWERK SITES

Facebook is de belangrijkste plek waar iemand gecyberpest kan worden. Als je gepest wordt via Facebook of een andere sociale netwerksite, zorg er dan voor dat je alle communicatie met de 'pestkop' staakt en dat je alle communicatie met de 'pestkop' onmiddellijk als ongepaste inhoud meldt.

Zorg er bij het beheer van je Facebook-pagina voor dat je op de hoogte bent van je toestemmingsinstellingen en de instellingen over welke inhoud je post kunt posten en wie je kunt zien.

1/3 VAN DE TIENERS HEEFT MEEGEMAAKT DAT ER GEMENE OF GÊNANTE DINGEN OVER HEM OF HAAR ZIJN GEZEGD.

blurred lives PROJECT

Hulpmiddel uit Nederland

KAARTSPEL

PROBLEEM 1

Mijn kind komt overstuur thuis

TIP 1:

Praat met je kind over wat er is gebeurd

PROBLEEM 2

Mijn kind pest iemand op school

TIP 2:

Informeer de school

PROBLEEM 3

Mijn kind wordt gepest

TIP 3:

Bedenk samen met je kind hoe je het pesten kunt stoppen

PROBLEEM 4

Mijn kind wordt gepest

TIP 4:

Luister eerst – neem niet direct actie

PROBLEEM 5

Mijn kind komt overstuur thuis

TIP 5:

Probeer zo open mogelijk te luisteren

PROBLEEM 6

School heeft gebeld dat mijn kind pest

TIP 6:

Geef uitleg over de gevolgen

WEBSITES VOOR ONDERSTEUNING BIJ (CYBER)PESTEN

ENGELAND

- www.antibullyingalliance.org.uk
- www.internetmatters.org
- www.ditchthelabel.org
- www.saferinternet.org.uk
- www.kidscape.org.uk
- www.youthworksconsulting.co.uk
- www.childnet.com
- www.thinkuknow.co.uk

DUITSLAND

- www.schau-hin.info
- www.elternimnetz.de
- www.klicksafe.de

ITALIE

- https://www.miur.gov.it/bullismo-e-cyberbullismo

NOORD-IERLAND

- www.endbullying.org.uk/
- www.endbullying.org.uk/publications/pc-toolkit/
- www.endbullying.org.uk/gallery/effective-responses-to-bullying-behaviour-2/
- www.endbullying.org.uk/ertbb/

NEDERLAND

- www.meldknop.nl/
- www.pestweb.nl/
- www.mediawijsheid.nl/

Erasmus+

blurred lives PROJECT

A Cross-National, Co-Participatory Exploration Of Cyberbullying, Young People And Socio-Economic Disadvantage.

TOEGANG TOT ALLE MATERIALEN IS TE VERKRIJGEN VIA

HTTPS://WWW.OU.NL/WEB/BLURRED-LIVES/RESOURCES