

Respect online



De zaak. Veertien mensen zagen het filmpje van Amir in de klasgroep. Niemand zei iets. Ook Lina niet. Wat kan een omstander doen? En waar vind je hulp?



schoolium

Brecht Corbeel · schoolium.me

Dit boekje is van _____

Veertien mensen zagen het

GEHEIM

Zaak Een filmpje en een bijnaam in de klasgroep. Elke dag komt er iets bij.

Waar De klasgroep, een game-lobby, de speelplaats

Verdachte Een paar pesters, en veertien omstanders

Jouw missie Herken cyberpesten, ontdek wat jij als omstander kan doen, en weet waar je hulp vindt.

Het Pixelbureau: Lina, Milan, Noor, Amir en Kiko de neusbeer.

Hoofdstuk 1

Kangoeroe



In de turnles valt Amir van de bank. Niet erg. Hij lacht zelf ook even. Maar iemand heeft het gefilmd. Die avond staat het in de klasgroep, met tien huilende-van-het-lachen-gezichtjes. Iemand schrijft: 'Amir de kangoeroe'.

De volgende dag hoppen twee jongens achter hem aan op de speelplaats. 's Avonds wordt Amir in de game-lobby van zijn team uit de groep gezet. 'Kangoeroes mogen niet meespelen.'

Lina kijkt naar haar scherm. Bij het filmpje staat ook één lachend gezichtje van haar.

Lina

Kiko ... ik heb ook gelachen. Met een emoji. Ik dacht dat het een grapje was.



Kiko

Dat denken veel mensen. Het begon misschien als grap. Maar is Amir nog aan het lachen?



Noor

Hij komt niet meer naar de zolder. Hij zit 's middags alleen.



Kiko

Dan is het geen grap meer.

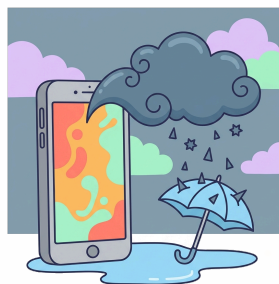


LEVEL UP

Wat is cyberpesten?

Cyberpesten is iemand pijn doen via een gsm, computer, tablet of game, en dat **meer dan één keer**, of zo dat het blijft rondgaan. Bijvoorbeeld:

- gemene berichten of reacties sturen
- iemand bewust uit een groep of team zetten
- foto's of filmpjes verspreiden om iemand belachelijk te maken
- een nepaccount maken op iemands naam
- roddels of leugens rondsturen
- in een game iemand steeds opnieuw uitlachen of wegpesten



LEVEL UP

Plagen, ruzie of pesten?

Ze lijken op elkaar, maar het zijn drie verschillende dingen.

Plagen

Samen lachen. Iedereen vindt het grappig, ook de geplaagde. Het stopt als iemand 'stop' zegt.

Ruzie

Twee kanten die het oneens zijn, ongeveer even sterk. Het gaat weer over.

Pesten

Eén kant doet pijn, de andere kan zich moeilijk verdedigen. Het gebeurt steeds opnieuw.

Wat is het?

TEAM-OPDRACHT

Lees en kies. Bespreek met je team: waaraan herkende je het?

		plagen	ruzie	pesten
1	Twee vrienden sturen elkaar gekke foto's en lachen er allebei om.	☐	☐	☐
2	Lotte en Ines zijn het oneens over een game en sturen boze berichten. De dag erna is het over.	☐	☐	☐
3	Elke dag schrijft dezelfde groep onder Yusuf's filmpjes dat hij 'lelijk' is.	☐	☐	☐
4	Iemand maakt een account met Emma's naam en foto, en post er rare dingen mee.	☐	☐	☐
5	Je zegt per ongeluk iets kwetsends in de chat en biedt meteen je excuses aan.	☐	☐	☐
6	De klas maakt een nieuwe groep 'zonder Noah', expres.	☐	☐	☐

LEVEL UP



Waarom is het online soms harder?

- Je ziet het **gezicht** van de ander niet. Je merkt niet hoeveel pijn je doet.
- Het stopt niet aan de schoolpoort: het gaat **dag en nacht** door, tot in je slaapkamer.
- Er kijken **veel mensen** mee.
- Het **blijft staan** en kan worden doorgestuurd.
- Pesters kunnen zich **verstoppen** achter een nepnaam.



Hoofdstuk 2

De veertien

Kiko tekent op een oude krant een cirkel. In het midden: Amir. Twee kruisjes: de pesters. En daarrond: veertien stipjes. 'Wie zijn dat?' vraagt Milan. 'Dat zijn wij,' zegt Noor stil. 'De mensen die keken.'

'De **omstanders**,' zegt Kiko. 'Bij pesten zijn er bijna altijd omstanders. En weet je wat? Zij zijn het sterkst van allemaal.'



Hoe kunnen omstanders het sterkst zijn?

LEVEL UP

De macht van de omstander

Een pester zoekt **publiek**. Lachen de omstanders mee, of zeggen ze niks, dan denkt de pester dat het oké is. Doet er één iemand iets, dan stopt het vaak sneller. Doen er drie iets, dan is de pester zijn publiek kwijt.



LEVEL UP

Wat kan jij doen?

1

Niet meedoen

Niet meelachen, geen likes, niet doorsturen. Zo krijgt de pester geen publiek.

2

Steun de ander

Stuur een privéberichtje: 'Gaat het? Dat was niet oké.' Dat is heel veel waard.

3

Zeg er iets van

Als je durft: 'Stop, dit is niet grappig.' Je kan dat ook samen met een vriend doen.

4

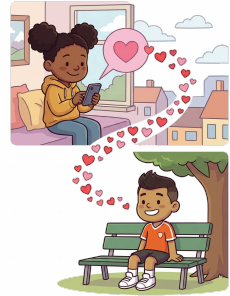
Bewaar bewijs

Maak een schermafbeelding, zodat je kan tonen wat er gebeurde. Stuur die alleen naar een volwassene.

5

Meld en vertel

Meld het in de app, en vertel het aan een volwassene die je vertrouwt.



Jij beslist

KIES EEN PAD

Die avond verschijnt er een nieuw bericht in de klasgroep: een tekening van een kangoeroe met Amirs gezicht. Er komen al lachende gezichtjes onder. Lina's duim hangt boven het scherm. Wat doet ze?

A

Ze stuurt ook een lachend gezichtje. Anders vinden ze haar saai.

B

Ze verwijdert haar oude emoji en stuurt Amir privé: 'Ik vind dit niet oké. Sorry dat ik eerst meelachte.'

C

Ze schrijft in de groep: 'Stop hiermee. Dit is niet grappig.' Noor en Milan zetten er meteen 'Eens.' onder.

A. De pesters voelen zich gesteund. Morgen komt er een nieuwe tekening. En Amir ziet dat ook Lina meedoet. Dat doet hem het meeste pijn.

B. Amir antwoordt na een uur: 'Bedankt.' Het is maar één woord, maar hij komt de volgende dag terug naar de zolder.

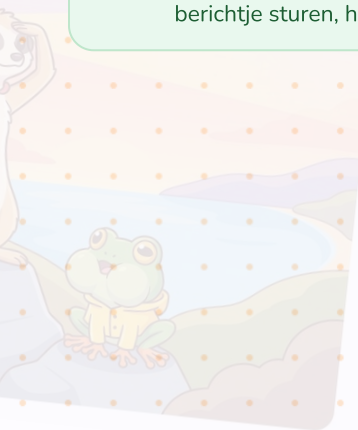
C. Het wordt stil in de groep. Niemand stuurt nog een lachend gezichtje. De pesters zijn hun publiek kwijt. Kiko: +200 XP.

Kies eerst. Draai dan je boekje om en lees wat er gebeurt.



Klein is ook goed

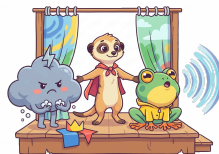
Je hoeft geen held te zijn. Ook een kleine stap, zoals niet meelachen of een lief berichtje sturen, helpt.



Vier rollen in de klasgroep

ROLLENSPEL

Speel de situatie na met **verzonnen** namen, nooit met echte klasgenoten. Iedereen krijgt een rol. Daarna wissel je.



De pester

Je vindt het grappig en zoekt publiek. Wat zeg je?

De gepeste

Je ziet het bericht. Wat voel je? Wat zou je willen?

De meelacher

Je stuurt lachende gezichtjes, want iedereen doet het.

De helper

Jij doet iets anders. Kies een stap uit de lijst.

Na het spel: hoe voelde elke rol? Wat veranderde er toen de helper iets deed?

Discussie op de zolder

STELLINGEN

Kies en leg uit.

Als ik alleen kijk en niks doe, doe ik niks verkeerd.

☐

eens

☐

twijfel

☐

oneens

Wie gepest wordt, moet gewoon van zijn gsm afblijven.

☐

eens

☐

twijfel

☐

oneens

Een grap is pas een grap als iedereen kan meelachen.

☐

eens

☐

twijfel

☐

oneens

Hulp vragen is klikken.

☐

eens

☐

twijfel

☐

oneens

Hoofdstuk 3

Amir praat

Een week later zit Amir weer op de zolder. Hij vertelt alles: de lobby, de tekening, dat hij 's nachts zijn gsm checkte om te zien wat er nu weer stond. 'Ik dacht dat het mijn schuld was,' zegt hij. 'Omdat ik gevallen was.'

Kiko gaat naast hem zitten. 'Het is **nooit** jouw schuld als je gepest wordt. Nooit.'



LEVEL UP

Word jij gepest?

Dit kan je doen:

- **Antwoord niet** terug als je boos bent. Dat maakt het vaak erger.
- **Blokkeer** de pester en **meld** het in de app of game.
- **Bewaar bewijs** met schermafbeeldingen.
- **Vertel het** aan iemand die je vertrouwt: thuis, je juf of meester, de zorgleerkracht.

Vertellen is geen klikken. Klikken doe je om iemand in de problemen te brengen. Hulp vragen doe je om iemand uit de problemen te halen.



BELANGRIJK

Hier kan je terecht

Awel: bel 102

Gratis en anoniem: je hoeft je naam niet te zeggen. Je kan ook chatten of mailen via **awel.be**. Op awel.be staat wanneer ze bereikbaar zijn (meestal in de namiddag en 's avonds, niet op zondag). Is het druk? Probeer het later nog eens.

CyberSquad

Op **cybersquad.be** (van Child Focus) vind je uitleg over problemen online, een anoniem forum en een chat met een coach.

Child Focus: 116 000

Gratis noodnummer, ook als iemand online dreigt met foto's van jou of je onder druk zet om foto's te sturen.

In nood: 112

Ben jij of iemand anders in gevaar? Bel 112.

Mijn vertrouwenspersonen

VOOR JEZELF

Thuis kan ik praten met:

Op school kan ik praten met:

Ergens anders (familie, club, Awel ...):

De respect-afspraken van het Pixelbureau

AFSPRAKEN

- ☐ Ik schrijf online niets wat ik niet in iemands gezicht zou zeggen.
- ☐ Ik deel geen foto of filmpje van iemand zonder te vragen.
- ☐ Ik lach niet mee als iemand gepest wordt.
- ☐ Ik stuur een steunberichtje als ik zie dat iemand gekwetst wordt.
- ☐ Ik vraag hulp als ik het niet alleen kan.



EINDBAAS-VRAAG

Versla de eindbaas

Lina deed eerst mee met één emoji, en later stopte ze het pesten. Is zij nu een pester, een omstander of een helper? Kan je van rol veranderen?

Einde dossier 8

Om 1 uur 's nachts

Het pesten is gestopt. Juf Sofie heeft met de klas gepraat, en de twee jongens hebben sorry gezegd. Maar Lina heeft een ander probleem. Ze slaapt slecht. Elke avond zegt ze: 'Nog één filmpje.' En elke ochtend is ze moe.



Lees verder in dossier 9: Schermtijd & balans.

Zaak opgelost!

Wat neem ik mee?

- ✓ Cyberpesten is iemand steeds opnieuw pijn doen via een scherm.
- ✓ Plagen is samen lachen, pesten doet maar aan één kant pijn.
- ✓ Omstanders zijn het sterkst: niet meelachen, steunen, melden.
- ✓ Gepest worden is nooit jouw schuld.
- ✓ Hulp vragen is geen klikken: Awel 102, cybersquad.be, een volwassene.





Tip voor ouders en leerkrachten

Reageer rustig als uw kind over cyberpesten vertelt, ook als het zelf iets fout deed. Kinderen zwijgen vaak uit angst dat hun gsm wordt afgepakt. Bewaar samen bewijs, meld het, en neem contact op met de school: elke school heeft een anti-pestbeleid, en ook het CLB kan helpen.

Voor leerkrachten: Child Focus maakte het lespakket *Stop Cyberpesten* (2010, voor het secundair, nog bruikbaar als achtergrond). Actuele achtergrond vindt u bij Mediawijs, het Vlaamse kenniscentrum voor mediawijsheid (mediawijs.be). Laat leerlingen in rollenspellen nooit echte klasgenoten spelen.

Oplossingen en richtantwoorden. Wat is het: 1 plagen; 2 ruzie; 3 pesten; 4 pesten (nepaccount); 5 geen pesten (eenmalig, excuses); 6 pesten (bewust uitsluiten). Stellingen: niks doen is niet neutraal; de gepeste is niet verantwoordelijk; hulp vragen is geen klikken. Eindbaas: rollen liggen niet vast; je kan elk moment kiezen om helper te worden.

Nieuwe woorden in je dossier

cyberpesten

iemand steeds opnieuw pijn doen via een scherm

omstander

iemand die het pesten ziet gebeuren

melden

een app of volwassene laten weten dat iets niet oké is

blokkeren

zorgen dat iemand je niet meer kan bereiken

anoniem

zonder dat iemand weet wie je bent

vertrouwenspersoon

iemand bij wie je veilig je verhaal kwijt kan

Wat wil ik onthouden?

Schrijf op wat je opviel, wat je verraste, of wat je thuis wil vertellen.

Handwriting practice lines consisting of 15 sets of three horizontal dashed lines for writing.

Verzin een nieuwe zaak

Bedenk een nieuw mediaraadsel voor het Pixelbureau. Iets wat jij of je vrienden echt meemaakten, of iets verzonnens. Vul de dossierkaart in en teken de belangrijkste scène.

Zaak

Waar

Verdachte

**Wat deed het
Pixelbureau?**

Large dashed box for drawing the scene.



Het Pixelbureau

Op de zolder boven de schoolbib lossen Lina, Milan, Noor, Amir en Kiko de neusbeer raadsels op over alles wat op een scherm, in een krant of in je oren komt. Tien dossiers voor het 5de en 6de leerjaar: lees ze in volgorde voor het hele verhaal, of kies het dossier dat je nu nodig hebt.

Alle dossiers

1 Wat is media?

2 Echt of nep?

3 Beelden liegen soms

4 Reclame & influencers

5 Mijn privacy

6 Wachtwoorden & veilig online

7 Mijn digitale voetafdruk

8 Respect online

9 Schermtijd & balans

10 Zelf media maken

Over dit boekje. Alle personen, berichten, apps, games en accounts in de dossiers zijn verzonnen. Er staan bewust geen echte merken of schermen in: wat je in een echte app ziet, wordt in woorden uitgelegd. Hulplijnen en websites zijn nagekeken in oktober 2026. Vrij te kopiëren voor gebruik in de klas.

Tekst en opmaak: Brecht Corbeel · schoolium.me