

Omgaan met online pestgedrag

Casus Tim

In een hockeyteam van 16-jarigen merk je dat een jongen, Tim, de laatste tijd stiller is geworden en minder actief meedoet met de trainingen. Je hoort van een ander teamlid dat er een groepschat is waar een paar jongens van het team grappen maken over Tim, vooral over zijn uiterlijk en hoe hij speelt. Ze delen foto's van hem waarin ze hem belachelijk maken. Tim is niet in de groepschat opgenomen, maar hij is erachter gekomen via een vriend.

Tim vertelt je, de trainer, in vertrouwen dat hij overweegt om te stoppen met hockey omdat hij zich buitengesloten voelt en niet weet wat hij moet doen. Hij vraagt je om er niets over te zeggen, omdat hij bang is dat het anders erger wordt.

Vragen

1. Hoe ga je om met het feit dat Tim niet wil dat je ingrijpt, maar dat er duidelijk een probleem is dat je moet aanpakken?
2. Wat kan je als trainer doen om het online pestgedrag aan te pakken zonder het vertrouwen van Tim te schaden?
3. Hoe maak je pesten via sociale media bespreekbaar binnen het team en welke stappen kan je nemen om dit in de toekomst te voorkomen?

Omgaan met online pestgedrag antwoordmogelijkheden

Casus Tim

Voorlichting en afspraken

Als trainer verzamel je informatie over online veiligheid en pestgedrag. Vervolgens maak je van deze informatie een presentatie met duidelijke voorbeelden over wat gewenst en ongewenst online gedrag is. Ook bedenk je alvast mogelijke teamafspraken op het gedrag online. Wanneer je dit voorbereid hebt, plan je een teamavond of teammiddag in waar je de presentatie geeft aan de spelers. Bij het delen van de teamafspraken kan je spelers zelf mee laten beslissen. Het moeten duidelijke afspraken zijn met duidelijke gevolgen, bijvoorbeeld geen telefoons in de kleedkamer. Voorbeelden van consequenties zijn: een taart bakken voor het team, 10 euro in de teampot of een week na de training de materialen alleen moeten opruimen. Na de avond zorg je dat de gemaakte afspraken duidelijk zichtbaar zijn voor iedereen. Het is belangrijk dat iedereen deze kent en regelmatig hoort.

1. Ouders erbij betrekken

Als trainer maak je een document van de gemaakte teamafspraken over het online gedrag. Je nodigt ouders uit voor een ouderbijeenkomst waar je de gemaakte afspraken met elkaar bespreekt. De ouders mogen eventuele aanpassingen geven op de gemaakte teamafspraken. Een belangrijk onderwerp is het controleren van het online gedrag, bijvoorbeeld door een volwassene in de groepsapp te plaatsen of een anoniem meldsysteem te gebruiken voor onlineproblemen. Het is belangrijk dat alle ouders een actieve rol spelen bij de aanpak.

2. Een positieve online wereld maken

Als trainer kan je sociale media omarmen en de spelers stimuleren voor positieve onlineactiviteiten. Als trainer kan je bijvoorbeeld een teamaccount maken op Tiktok of Instagram waarbij je spelers om de week een post laat maken of schrijven. Een ander idee is om een online challenge te doen of spelers een vlog te laten maken over een

wedstrijddag. Verder kan je als trainer af en toe spelers een vraag stellen over hun online-ervaringen en ze te laten weten dat ze altijd online problemen met je kunnen bespreken.

3. Telefoonvrije club

Als trainer kan je ook nog overwegen of er zelfs een telefoonvrije zone in de club moet komen. Sommige sportclubs kiezen er zelfs voor om 'telefoonvrij' te zijn. Uiteraard zou deze keuze gemaakt moeten worden samen met het bestuur van een sportvereniging.

Verdieping: pedagogiek achter de antwoorden

1. De systeemtheorie bij het vinden van een oplossing

Uit onderzoek blijkt dat de offlinewereld een belangrijke plaats is om het cyberpesten aan te pakken en dat initiatieven om cyberpesten aan te maken het beste kunnen aansluiten bij algemene anti-pestaanpakken. De systeemtheorie stelt dat een kind zich ontwikkelt binnen verschillende sociale contexten, bijvoorbeeld het gezin, een school, een sportclub of een vriendengroep. Om problemen bij jeugd echt te verhelpen, moet er een oplossing komen vanuit meerdere van deze sociale contexten. Om cyberpesten aan te pakken, kan er dus het beste een oplossing gevonden worden vanuit het sportteam zelf, hulp van ouders en mogelijk zelfs ook school wanneer teamgenoten bij elkaar in de klas zitten. Het is dus belangrijk dat er in verschillende contexten draagvlak is, om het cyberpesten aan te pakken. Uiteindelijk werk je toe naar afspraken die draagvlak hebben vanuit het team zelf, de ouders, de trainer/coach en wellicht ook de sportclub.

2. Voorlichting en educatie

Voorlichting en educatie zijn cruciaal bij interventies tegen cyberpesten. Aan de ene kant worden kinderen bewust over de risico's en gevaren van de online wereld en aan de andere kant leren kinderen vaardigheden om ongewenste online situaties te herkennen en te vermijden. Daarom kan een presentatie van een sporttrainer aangeraden worden in de strijd tegen cyberpesten in sportteams. Verder

spelen duidelijke regels en een monitoringsysteem een grote rol bij effectieve interventies tegen ongewenst online gebruik. Uit onderzoek blijkt dat heldere en duidelijke afspraken over online gedrag (inclusief bijbehorende consequenties), zorgen voor minder pestgedrag.

3. Het verschil tussen online en offline pesten

Uit onderzoek blijkt dat cyberpesten gezien kan worden als een uitbreiding van klassiek pesten. Slachtoffers die offline gepest worden, worden ook vaker online door dezelfde dader gepest. Dat cyberpesten een echte uitbreiding is van klassiek pesten, is problematisch aangezien studies aantonen dat slachtoffers drie keer meer stress ervaren wanneer ze in verschillende contexten door dezelfde persoon worden gepest.

Er zijn een aantal verschillen tussen klassiek en online pesten. Online pesten kan makkelijker anoniem plaatsvinden, waardoor het pestgedrag wat extremer wordt. Ook kan online pesten een groter publiek bereiken, bijvoorbeeld als een foto of video veel gedeeld wordt. Ten derde, online beelden blijven langer bestaan en daarom wordt het slachtoffer voor een langere periode ermee geconfronteerd.