

# Hoe stop je cyberpesten?

Als je online gepest wordt, dan kan dit werkblad je helpen om te bepalen hoe je gaat reageren.



## 1 IS HET ECHT PESTEN?

**Vraag je af:** Word ik echt door iemand gepest, vernederd of bedreigd? Soms lijkt het op pesten, maar is het eigenlijk een ruzie die van twee kanten komt.

NEE

JA

Lees de volgende teksten en denk erover na hoe je de principes eruit kunt toepassen.

**SPREUKEN 17:9**

**KOLOSSENZEN 3:13, 14**

**1 PETRUS 4:8**

### ACTIEPUNTEN

---



---



---



---



---



## 2 HEB JE WRAAK GENOMEN?

Heb je zelf bijvoorbeeld meegedaan aan een *flamewar* – een heftige discussie waarbij over en weer beledigende berichten worden gepost?

JA

NEE

Lees de volgende teksten en denk erover na hoe je de principes eruit kunt toepassen.

SPREUKEN 26:20

ROMEINEN 12:17

### ACTIEPUNTEN

---

---

---

---

## 3 WAT ZIJN DE OPTIES?



### OPTIE 1

Negeer de pester.

Wat zou er kunnen gebeuren als je de berichten van de pester gewoon negeert?



### VOORDELEN

---

---

---

### NADELEN

---

---

---



## OPTIE 2

Stuur een duidelijk maar zakelijk bericht aan de pester.

Wat zou er kunnen gebeuren als je tegen de pester zegt dat hij ermee moet stoppen?

### VOORDELEN

### NADELEN

---

---

---

---

---

---



## OPTIE 3

Praat met een van je ouders – doe dat zo snel mogelijk.

Wat zou er kunnen gebeuren als je een van je ouders vertelt wat er aan de hand is?

### VOORDELEN

### NADELEN

---

---

---

---

---

---



## OPTIE 4

Vertel het aan een leraar of mentor op school.

Wat zou er kunnen gebeuren als je op school vertelt dat je gepest wordt?

### VOORDELEN

### NADELEN

---

---

---

---

---

---



## OPTIE 5

Meld het probleem bij de website of provider waar de pester gebruik van maakt.

Wat zou er kunnen gebeuren als je een klacht indient?



### VOORDELEN

### NADELEN

---

---

---

---

---

---



## OPTIE 6

Doe aangifte bij de politie.

Welke hulp zou je kunnen krijgen als je het probleem bij de politie meldt?



---

---

---

---

---

---

# 4

## ACTIEPUNTEN

---

---

---

---