**16 jaar en ouder**

**Quiz vragen**

1. **Wat is het voornaamste verschil tussen plagen en pesten?**

A) Plagen is leuk, pesten is gemeen

B) Bij plagen is er een machtsverschil, bij pesten niet

C) Bij pesten is er een machtsverschil, bij plagen niet

D) Er is geen verschil

1. **Waarom lopen mensen vaak mee met de pester?**

A) Omdat ze het leuk vinden

B) Omdat ze bang zijn zelf het slachtoffer te worden

C) Omdat ze denken dat het cool is

D) Alle bovenstaande

1. **Waarom pest iemand?**

A) Uit verveling

B) Om macht te voelen

C) Omdat ze zelf onzeker zijn

D) Alle bovenstaande

1. **Wat is een goede manier om voor een ander op te komen?**

A) De pester terugpesten

B) De situatie negeren

C) De pester publiekelijk confronteren

D) Het slachtoffer steunen en eventueel samen hulp zoeken

1. **Wat kan je doen om je zelfvertrouwen te vergroten?**

A) Je vergelijken met anderen

B) Je focussen op je sterke punten en successen vieren

C) Altijd de makkelijke weg kiezen

D) Je onzekerheden negeren

1. **Wat is het effect van zelfvertrouwen op pestgedrag?**

A) Mensen met zelfvertrouwen pesten meer

B) Mensen met zelfvertrouwen worden minder snel gepest en zijn minder snel geneigd te pesten

C) Zelfvertrouwen heeft geen effect op pesten

D) Mensen met zelfvertrouwen worden vaker gepest

1. **Waarom maken mensen vaak grapjes ten koste van anderen?**

A) Om een machtspositie te verkrijgen

B) Omdat ze het echt grappig vinden

C) Om eigen onzekerheden te maskeren

D) Alle bovenstaande

1. **Wat is de meest effectieve manier om een conflict op te lossen?**

A) Je standpunt krachtig verdedigen zonder naar de ander te luisteren

B) Weglopen van het conflict

C) Open communicatie en naar elkaars standpunten luisteren

D) Het conflict negeren en hopen dat het vanzelf verdwijnt

1. **Wat is een goed moment om voor iemand anders op te komen?**

A) Alleen als het een vriend is

B) Alleen als je zelf ook gepest wordt

C) Wanneer je ziet dat iemand onrecht wordt aangedaan, ongeacht wie het is

D) Nooit, bemoei je met je eigen zaken

1. **Kan iemand met veel vrienden nog steeds het slachtoffer zijn van pesten?**

A) Nee, dat is onmogelijk

B) Ja, pesten kan iedereen overkomen

C) Alleen als de vrienden niet echt zijn

D) Ja, maar alleen online

**Quiz vragen met antwoorden**

1. **Wat is het voornaamste verschil tussen plagen en pesten?**

A) Plagen is leuk, pesten is gemeen

B) Bij plagen is er een machtsverschil, bij pesten niet

C) Bij pesten is er een machtsverschil, bij plagen niet

D) Er is geen verschil

**Antwoord en Toelichting**:

C) Bij pesten is er een machtsverschil, bij plagen niet.

Pesten is systematisch en er is een machtsverschil tussen de pester en het slachtoffer. Bij plagen is dat machtsverschil er niet.

1. **Waarom lopen mensen vaak mee met de pester?**

A) Omdat ze het leuk vinden

B) Omdat ze bang zijn zelf het slachtoffer te worden

C) Omdat ze denken dat het cool is

D) Alle bovenstaande

**Antwoord en Toelichting**:

D) Alle bovenstaande.

Meelopers hebben verschillende redenen om mee te doen, die kunnen variëren van angst tot de behoefte om ergens bij te horen.

1. **Waarom pest iemand?**

A) Uit verveling

B) Om macht te voelen

C) Omdat ze zelf onzeker zijn

D) Alle bovenstaande

**Antwoord en Toelichting**:

D) Alle bovenstaande.

De redenen voor pesten kunnen complex en veelzijdig zijn.

1. **Wat is een goede manier om voor een ander op te komen?**

A) De pester terugpesten

B) De situatie negeren

C) De pester publiekelijk confronteren

D) Het slachtoffer steunen en eventueel samen hulp zoeken

**Antwoord en Toelichting**:

D) Het slachtoffer steunen en eventueel samen hulp zoeken.

Het is belangrijk om het slachtoffer op een respectvolle en veilige manier te steunen.

1. **Wat kan je doen om je zelfvertrouwen te vergroten?**

A) Je vergelijken met anderen

B) Je focussen op je sterke punten en successen vieren

C) Altijd de makkelijke weg kiezen

D) Je onzekerheden negeren

**Antwoord en Toelichting**:

B) Je focussen op je sterke punten en successen vieren.

Door je te concentreren op wat je goed doet, kun je je zelfvertrouwen opbouwen.

1. **Wat is het effect van zelfvertrouwen op pestgedrag?**

A) Mensen met zelfvertrouwen pesten meer

B) Mensen met zelfvertrouwen worden minder snel gepest en zijn minder snel geneigd te pesten

C) Zelfvertrouwen heeft geen effect op pesten

D) Mensen met zelfvertrouwen worden vaker gepest

**Antwoord en Toelichting**:

B) Mensen met zelfvertrouwen worden minder snel gepest en zijn minder snel geneigd te pesten.

Zelfvertrouwen helpt je om je grenzen aan te geven en om respect te tonen voor anderen.

1. **Waarom maken mensen vaak grapjes ten koste van anderen?**

A) Om een machtspositie te verkrijgen

B) Omdat ze het echt grappig vinden

C) Om eigen onzekerheden te maskeren

D) Alle bovenstaande

**Antwoord en Toelichting**:

D) Alle bovenstaande.

Mensen hebben verschillende redenen om grapjes te maken ten koste van anderen, en dit kan een combinatie van factoren zijn.

1. **Wat is de meest effectieve manier om een conflict op te lossen?**

A) Je standpunt krachtig verdedigen zonder naar de ander te luisteren

B) Weglopen van het conflict

C) Open communicatie en naar elkaars standpunten luisteren

D) Het conflict negeren en hopen dat het vanzelf verdwijnt

**Antwoord en Toelichting**:

C) Open communicatie en naar elkaars standpunten luisteren.

Goede communicatie is essentieel voor het oplossen van een conflict.

1. **Wat is een goed moment om voor iemand anders op te komen?**

A) Alleen als het een vriend is

B) Alleen als je zelf ook gepest wordt

C) Wanneer je ziet dat iemand onrecht wordt aangedaan, ongeacht wie het is

D) Nooit, bemoei je met je eigen zaken

**Antwoord en Toelichting**:

C) Wanneer je ziet dat iemand onrecht wordt aangedaan, ongeacht wie het is.

Het is belangrijk om op te komen voor anderen als je onrecht ziet gebeuren.

1. **Kan iemand met veel vrienden nog steeds het slachtoffer zijn van pesten?**

A) Nee, dat is onmogelijk

B) Ja, pesten kan iedereen overkomen

C) Alleen als de vrienden niet echt zijn

D) Ja, maar alleen online

**Antwoord en Toelichting**:

B) Ja, pesten kan iedereen overkomen.

Het aantal vrienden dat je hebt beschermt je niet noodzakelijkerwijs tegen pesten