mijn kind online

Kennisnet

Mediawijsheid

Voor leerlingen met een licht verstandelijke beperking

Voorwoord

Net zo zijn als de anderen. Met een hippe zonnebril op ben je even cool als andere meiden en jongens. Online heeft niet iedereen direct in de gaten dat je misschien een beetje anders bent.

Ook voor leerlingen met een licht verstandelijke beperking biedt de online wereld kansen om mee te doen in de maatschappij. Media kunnen zelfs een positieve invloed hebben op hun ontwikkeling en hun zelfvertrouwen vergroten.

Maar er zijn ook grotere risico's voor deze leerlingen. Ze zijn kwetsbaar en komen sneller in problematische situaties terecht dan leeftijdgenoten. Ze hebben meer moeite met de taal, begrijpen grapjes niet altijd, zijn makkelijker beïnvloedbaar en eerder slachtoffer van cyberpesten, sexting en grooming.

Het is voor LVB-leerlingen misschien nog belangrijker om mediawijs te worden. Om de kansen van internet en sociale media te kunnen benutten en zich tegelijk zo veel mogelijk te wapenen tegen de gevaren. Dat kunnen ze niet alleen. Daar ligt dan ook een taak voor de leraar. Geen gemakkelijke en één die veel tijd vergt.

Kennisnet wil daarom, in samenwerking met Mediawijzer.net, leraren in het (speciaal) basis- en voortgezet onderwijs een handje helpen. Deze brochure biedt daarvoor praktische handvatten en kan helpen bij het gesprek tussen bestuurders, schoolleiders en leraren over de leerling in de digitale samenleving. Deskundigen vertellen hoe leraren hun leerlingen zo goed mogelijk kunnen begeleiden en waar ze rekening mee moeten houden. En tot slot wordt ingegaan op bepaalde thema's, zoals de sociale aspecten van mediagebruik, cyberpesten en seksualiteit.

Remco Pijpers,
strategisch adviseur digitale geletterdheid bij Kennisnet

Inhoudsopgave

Mediagebruik in het primair (speciaal) onderwijs 6

Mediagebruik in het voortgezet (speciaal) onderwijs 9

Sociale vaardigheden oefenen met sociale media 12

Online pestgedrag 14

Seksueel gedrag op sociale media 17

Meer weten? 20

Colofon 21

"Het is voor LVB-leerlingen misschien nog belangrijker om mediawijs te worden."

Mediagebruik
kan leerlingen met een LVB juist sterker maken

Leerlingen met een licht verstandelijke beperking lopen online meer risico. Toch kunnen (sociale) media hun ook veel plezier en gemak bezorgen. Benadruk die positieve kanten, adviseert Peter Nikken. En bied als leraar persoonlijke begeleiding in het mediagebruik van deze leerlingen.

Op het gebied van mediagebruik vormen leerlingen met een licht verstandelijke beperking (LVB) een kwetsbare groep. In 2011 concludeerde het Europese onderzoek 'EU Kids Online' al dat jongeren met mentale beperkingen 15 procent meer kans lopen om online in problematische situaties terecht te komen dan hun leeftijdsgenoten. Er zijn echter ook aanwijzingen dat televisieprogramma's, games, websites en apps een positieve invloed kunnen hebben op de ontwikkeling van leerlingen met een LVB. Zo kan mediagebruik onder andere hun zelfvertrouwen stimuleren.

"Alleen al het feit dat ze media kunnen gebruiken, net als andere leerlingen, geeft hun het gevoel dat ze niet worden buitengesloten. Media zijn voor deze groep leerlingen drempelverlagend en maken hun leefwereld groter." Dat zegt Peter Nikken, bijzonder hoogleraar

Mediaopvoeding aan de Erasmus Universiteit in Rotterdam en buitengewoon hoofddocent bij Hogeschool Windesheim. Hij is gespecialiseerd in de invloed van media op de ontwikkeling van kinderen.

Meedoen in de maatschappij

Peter Nikken: “Leerlingen met een LVB ervaren diverse hindernissen bij het gebruik van (sociale) media. Dat kan variëren van moeite hebben met teksten lezen en beelden interpreteren tot een verminderd besef van normen en waarden. Online omgang met anderen is voor hen vaak lastig. Ze kunnen gezichtsuitdrukkingen, grappen en nuances niet altijd goed inschatten. Tegelijk zijn deze leerlingen ook beïnvloedbaar, vatbaarder voor verslaving en gevoeliger voor afwijzing of manipulatie.”

Samen met Mieke Vergeer van het Nederlands Jeugdinstituut en op verzoek van Kennisnet en Mediawijzer.net, deed Peter Nikken onderzoek naar wat nodig is om leerlingen met een licht verstandelijke beperking mediawijzer te maken. Volgens Nikken wordt mediawijsheid bij leerlingen met een LVB in de praktijk vaak gezien als moeilijk. Voorlichting op school gaat veelal over de gevaren van internet. Maar media geven leerlingen met een LVB juist de kans om mee te doen in de maatschappij.

Plezier en gemak

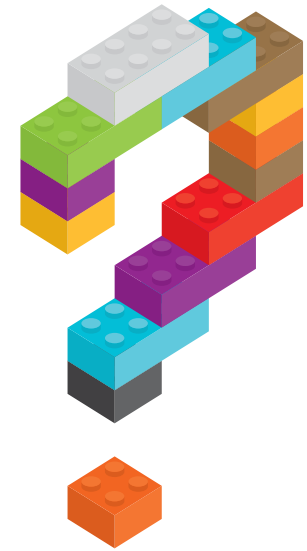
Daarom is het belangrijk om de nadruk te leggen op de positieve kanten, op het plezier en het gemak dat (sociale) media verschaffen. Voor alle leerlingen, dus ook voor leerlingen met een LVB, is de online wereld verweven met de echte wereld. Leraren zouden volgens Nikken vaker moeten nadenken over hoe zij het gesprek met deze leerlingen kunnen aangaan. Hoe kunnen ze hen helpen om momenten van reflectie in te bouwen en media op een goede manier te leren interpreteren. “Als leraar hoef je niet op de hoogte te zijn van de laatste snufjes. Het is juist belangrijk dat je kijkt naar de motivatie van leerlingen, naar de wijze waarop zij media gebruiken.

“Media geven leerlingen met een LVB de kans om mee te doen in de maatschappij.”

“Die persoonlijke noot is essentieel. In een gesprek kun je ze aan het denken zetten over de mogelijkheden en de risico’s van sociale media. Bijvoorbeeld over het belang van een goede balans tussen mediagebruik en andere activiteiten, zoals slapen, bewegen of sporten. Leerlingen met een LVB hebben vaak moeite met zelfcontrole of zelfregulatie; het scherm wint dan vaak van andere bezigheden.”

Passend lesmateriaal

Om leraren te ondersteunen in praten over mediawijsheid zou er meer passend lesmateriaal moeten worden ontwikkeld. Uit het onderzoek van Nikken en Vergeer blijkt dat het huidige lesaanbod veelal is gericht op het reguliere onderwijs. In het speciaal onderwijs zijn de cognitieve verschillen binnen een groep leerlingen echter veel groter dan in het reguliere onderwijs. Bestaand lesmateriaal

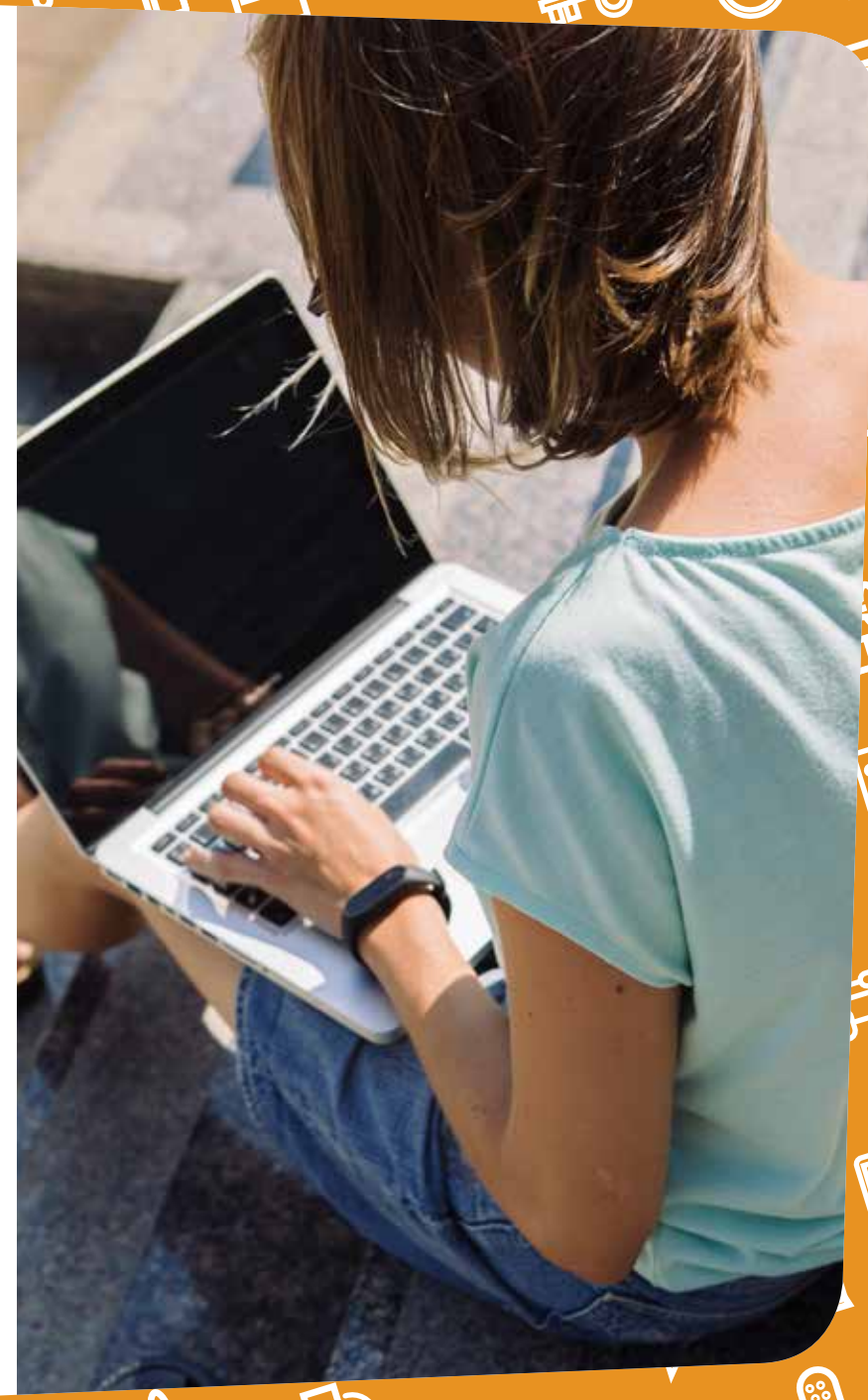


simpelweg omzetten is dus onvoldoende. Er moeten bouwblokken komen, zodat een leraar zelf het lesmateriaal modulair kan samenstellen en kan aanpassen aan het niveau van het kind.

Visie en scholing

Daarnaast constateerde Nikken dat er in het speciaal onderwijs nu nog te weinig systematische aandacht is voor mediawijsheid en mediaopvoeding. Het zit niet verankerd in de curricula.
“Elke onderwijsinstelling die zich bezighoudt met leerlingen met een LVB zou adequaat beleid op het thema mediawijsheid moeten voeren. Zij moeten een positieve visie ontwikkelen en deze verankeren in de zorgplannen. Leraren erkennen vaak wel het belang van media-wijsheid, maar hebben tijd, ruimte en middelen nodig om dingen uit te proberen. Dit laatste is heel belangrijk. Tot slot moeten professionals de kans krijgen om goed geschoold te worden op dit onderwerp.
Op dat vlak zijn de eerste stappen al genomen; binnenkort komt Hogeschool Windesheim met een lesmodule voor professionals.”

Lees het gehele onderzoek **Media en kinderen met een LVB**.



“Voor alle leerlingen, dus ook voor leerlingen met een LVB, is de online wereld verweven met de echte wereld.”

‘Vraag altijd hoe het op internet was’

Digitale media zijn onderdeel van de leefwereld van leerlingen

Drostenburg in Amsterdam is een van de scholen voor openbaar speciaal onderwijs van Stichting Orion. “We besteden op onze school veel aandacht aan mediawijsheid”, vertelt Merijn Bartman, mediathecaris en mediacoach. “We hebben heel verschillende leerlingen en we kijken doorgaans per individueel kind wat past. Ik kan wel globaal aangeven hoe wij de leerlingen zo goed mogelijk met (digitale) media leren omgaan.”

Waar moet je rekening mee houden?

- Abstract denken, problemen oplossen, beslissingen nemen en begrijpen valt voor sommige leerlingen niet mee. Als je alleen uitlegt wat ze moeten doen op een tablet of op een computer, beklijft dat vaak niet.
- Als ze er niet uitkomen in de digitale wereld, vragen ze niet gauw om hulp.
- Hierdoor overschat je als volwassene hun vaardigheden snel – als je niet heel goed kijkt.
- Als je hun een iPad geeft, gaan ze meteen vrolijk aan de slag. Je ziet ze op knoppen drukken en dat lijkt heel goed te gaan.

“Leerlingen met een beperking kunnen zelfstandigheid veroveren als ze digitale media goed leren gebruiken.”

Maar als je precies kijkt wat ze doen, valt dat vaak toch tegen. Dan zijn ze bijvoorbeeld gewoon naar een volgend spel overgegaan toen ze ergens niet uit kwamen.

- Deze leerlingen hebben weinig geduld, wachten is voor sommigen te moeilijk. In gratis apps bijvoorbeeld, moet je even rustig wachten op het kruisje om een advertentie weg te klikken. Maar sommige leerlingen wachten niet. Ze klikken meteen op de advertentie en komen heel ergens anders terecht.
- De nuances van taal zijn vaak een struikelblok. Sommige leerlingen nemen dingen op WhatsApp of Facebook letterlijk of begrijpen een grap niet. Dat kan tot onbegrip leiden en een ruzie ontstaat dan snel.

Hoe kun je als leraar deze leerlingen zo goed mogelijk begeleiden?

- Digitale media zijn onderdeel van de wereld van onze leerlingen, daar kunnen we niet omheen. De taak van de leraar (en de ouders) is om hen er goed mee te leren omgaan. Voor de kleintjes is een filter of een veilige browser als MyBee een handig hulpmiddel om te leren zich zelfstandig online te begeven.
- Leerlingen met een verstandelijke beperking worden vaak overschat. Ga er niet vanuit dat ze zelf wel kunnen uitvogelen hoe een en ander werkt. Muis- of tabletvaardigheden moeten worden aangeleerd en geoefend, en elke nieuwe app heeft introductie nodig.
  Ga naast een leerling (of een klein groepje leerlingen) zitten en bouw het langzaam op: doe het voor > bespreek wat je doet > herhaal wat je deed > laat de leerling zeggen wat je moet doen > laat de leerling zelf aan de slag gaan onder jouw toezicht > en laat hem daarna pas zelfstandig werken.
- Zorg dat je zelf een app helemaal kent vóór je de leerlingen ermee laat werken. Dan weet je precies wat ze kunnen tegenkomen. Bijvoorbeeld als er binnen een app omgeschakeld wordt naar andersoortige opdrachten.
- Kies een beperkte hoeveelheid apps uit en kijk goed of ze passen bij (het niveau van) je groep. Gebruik apps niet los, maar zet ze in als verwerkingsopdracht, aansluitend bij je lesprogramma en het thema. Zoek Nederlandstalige of tekstloze toepassingen uit.
- Verdiep je ook op digitaal gebied in de voorkeuren van de leerlingen: wat vinden ze leuk om te doen? Wat kunnen ze goed? Dan kun je gericht apps voor hen uitkiezen.
- Zet de tablets of computers niet te vol, houd het overzichtelijk voor jezelf en je leerlingen.
- Let op de instellingen van je tablet: zorg dat leerlingen niet de app kunnen verlaten waarmee jij ze aan het werk zet. Vergrendel de in-app aankoopmogelijkheid en verberg de App Store-button.
- Werk op school alleen met (betaalde) apps en software zonder reclame. Met een budget van 20 euro kom je al een heel eind.
- Ten slotte: realiseer je dat het inzetten van digitale media veel voorbereidingstijd kost.

Communiceren is belangrijk

Naast alle praktische tips benadrukt Merijn Bartman het belang van praten over media. “Als een leerling enthousiast bezig is met een tablet, kan de leraar een gesprekje beginnen: over wat de leerling kan, wat hij of zij leuk vindt, of nog wil leren. Een 4-jarige die gewend raakt aan praten over de digitale wereld, zal op latere leeftijd wellicht gemakkelijker aan de leraar vertellen: ‘Ik heb zelf een filmpje gemaakt. Wil je het zien?’

“Hopelijk is zo ook de drempel lager om aan de bel trekken als iets niet pluis lijkt: een raar filmpje op YouTube bijvoorbeeld, of een vervelend WhatsApp-gesprek. Het zou mooi zijn als we zo ver kunnen komen dat kinderen daar gemakkelijk over praten, op school en thuis. Dan kun je er als volwassene meteen op inspringen hoe ze daarmee om kunnen gaan. Ook online ruzies blijken vaak wel op te lossen als je er als leraar snel bij bent en erover kunt praten. Dus als je op maandagochtend met je klas het weekend doorneemt, vraag dan ook altijd hoe het op internet was. En maak als team samen afspraken over hoe te handelen als er vervelende dingen gebeuren.”

Digitale succesverhalen op Drostenburg

Leerlingen met een beperking kunnen zelfstandigheid veroveren als ze digitale media goed kunnen gebruiken. Wie niet kan lezen, kan met een digitaal prentenboek zelf bepalen wanneer hij voorgelezen wordt. Wie niet zelfstandig de deur uit kan, kan wel z’n wereld groter maken door bijvoorbeeld online muziekfilmpjes of informatie over dieren te zoeken. Leerlingen die dubbel gehandicapt zijn en hun handen niet kunnen gebruiken, kunnen de computer bedienen met hun ogen – met behulp van goede camera’s die de oogbewegingen precies volgen en speciale software (PCEye). “Ik raak telkens ontroerd als ik zie hoe leerlingen zo toch zelf aan de slag kunnen”, vertelt Merijn Bartman.

Gebruikte media op Drostenburg

- Op de iPad: **LEGO Train**, **LEGO Juniors**
- Op digibord, tablet, (spel)computer of laptop: **Gynzy**, **Ambrasoft**, **Omnidu**, **Squla**, **Kleuteridee**, **Book Creator**, **Poisson Rouge**, **FaceTime**, **Skype**, **Wii + Balance Board**, **Playstation Z met Eye Toy**, **Xbox + Kinect**

De verleiding om je YouTube-held na te doen

YouTube-kanalen met stoere filmpjes van bijvoorbeeld Enzo Knol en StukTV zijn enorm populair onder leerlingen. Voor veel leerlingen is de verleiding groot om ook zulke filmpjes te maken en online te plaatsen. Leerlingen met een verstandelijke beperking zijn vaak extra gevoelig voor die verleiding. Ze overzien de consequenties niet. Hoe kun je leerlingen daarbij helpen?

Tessa van Zadelhoff, projectleider onderwijsinnovatie bij basisscholenstichting PRODAS, heeft daar een mooi voorbeeld van: onlangs maakte een jongen van 11 jaar zelf hate-video’s en zette ze online. “Dat hebben ze op zijn school toen heel goed aangepakt. Ze hebben die jongen niet gestraft, maar laten inzien hoe dom het is om zulke filmpjes online te zetten. Zijn juf besteedde in de klas aandacht aan solliciteren. Er kwam een ‘vacature’ die de jongen in kwestie erg aansprak en hij mocht op ‘sollicitatiegesprek’ komen. Dat ging hem heel goed af. Op het eind van het gesprek zei de ‘werkgever’ tegen hem: ‘Nu ga ik je nog even googelen en als dat in orde is, ben je aangenomen.’ OEPS, daar kwamen de rare filmpjes naar voren... op het digibord, voor iedereen te zien. Dat was een eyeopener voor die jongen. Zo zag hij in welke consequenties zijn online gedrag kon hebben voor de rest van zijn leven.”

Herhalen, herhalen, herhalen

Praat met leerlingen over hoe je dingen online aanpakt

De Ziep, een school voor voortgezet speciaal onderwijs in Didam, telt 140 leerlingen met een IQ van 70 of lager en soms ook een lichamelijke beperking. Itske Tersteeg is er docent, middenbouwcoördinator en ict-coördinator: "Natuurlijk zijn er grote verschillen tussen de leerlingen in wat ze kunnen en wat ze leuk vinden. Maar er zijn wel degelijk overeenkomsten, ook op het gebied van hun mediagebruik."

Waar moet je rekening mee houden?

- Deze leerlingen leren langzaam. Waar een andere leerling hooguit één keer de fout in gaat met het online plaatsen van een verkeerde reactie of foto, doen deze jongeren dat soms wel tien keer of vaker.
- Er is een groot verschil tussen weten hoe het hoort en dat toepassen. Bovendien is het voor deze jongeren lastig om specifieke kennis breder te trekken. Als ze weten dat je beter geen blootfoto's online kunt zetten, realiseren ze zich niet dat dit ook geldt voor foto's van andere privésituaties (zoals een dronken bui) of van hun nieuwe bankpas.
- Leerlingen hebben moeite met taal, met goed typen en met begrijpend lezen. Dat zorgt snel voor misverstanden op sociale media.
- Op openbare platforms zijn deze jongeren vrij gemakkelijk te herkennen aan hun taalgebruik en daardoor kwetsbaar. Mensen die

kwaad willen, pikken hen er feilloos uit. En deze leerlingen doorzien grensoverschrijdende verzoeken om informatie of foto's niet zo snel.

- Ook de betekenis van smiley's is lastig te interpreteren voor deze groep. Berucht is de tong-uitstekende emoji, die grappig-plagerig bedoeld wordt maar die zij beledigend of als pesten kunnen opvatten.
- En verder zijn er jongeren die om de haverklap hun wachtwoord vergeten en dan gewoon een nieuw account aanmaken. Dan hebben ze drie Pinterest-accounts en vier van Facebook.

Hoe kan een leraar deze leerlingen zo goed mogelijk begeleiden met (digitale) media?

- Herhalen, herhalen, herhalen. Veel met leerlingen praten over hoe je dingen online aanpakt en wat je kunt tegenkomen. Het is belangrijk om het ook met leerlingen samen te doen: 'Maak maar een eigen account aan voor dit programma, hoe pak je dat aan? Wat voor wachtwoord kies je en waar bewaar je het?'
- Niet alleen ingrijpen als er iets fout is gegaan of dreigt te gaan, maar juist preventief bezig zijn: 'Wat zou je doen als je een raar of vervelend filmpje tegenkomt op YouTube?'
- Besteed zeker ook aandacht aan de fijne kanten van media. Hoe je die handig kunt gebruiken voor schoolwerk, voor een digitaal portfolio, voor samenwerking met medeleerlingen, voor communicatie met bijvoorbeeld ouders.
  Binnen De Ziep wordt de Facebook-achtige app Klasbord gebruikt voor de (besloten) communicatie tussen leerling, school en ouders. Ouders kunnen zo zien wat hun kinderen op school doen en plaatsen foto's van gebeurtenissen thuis. Zo ontstaan 'vanzelf' gesprekjes over of een bepaalde foto wel of niet op Klasbord mag.
- Maak van mediawijsheid geen apart vak. Het rooster is al zo vol. Je kunt mediawijsheid beter integreren in andere lessen. Bijvoorbeeld door bij de doelen van een vak schriftelijke taalopdrachten te bedenken rondom sociale media.
- Zet digitale media in als hulpmiddel.
  In plaats van het lastige woordenboek te gebruiken, tikken leerlingen in Google 'parassol' en krijgen de suggestie 'Bedoelde u parasol?'. Met de afbeeldingen die Google hun voorschotelt, kunnen ze ook visueel controleren of het echt om het goede woord gaat. Zo leren ze spellen en opzoeken tegelijk.
  Itske heeft goede ervaringen met werken in duo's, waarbij de ene leerling al goed snapt hoe het werkt en de andere minder. De minder ervarene moet het werk doen, de ander krijgt de instructie om (hands-off) te vertellen wat er moet gebeuren. Zo leren ze echt overleggen en samenwerken.

"Er zijn jongeren die om de haverklap hun wachtwoord vergeten en dan gewoon een nieuw account aanmaken. Dan hebben ze drie Pinterest-accounts en vier van Facebook."

- Als leerlingen op school laptops of tablets moeten delen, besteed dan extra aandacht aan het uitloggen na afloop. Zo zorg je ervoor dat leerlingen niet in elkaars account komen en voorkom je problemen.
- Leerlingen vergeten geregeld hun wachtwoord. Daarom is het handig om programma's te gebruiken waarvoor niet iedere leerling een eigen account hoeft aan te maken.

Ziep ICT Privé

Sommige leerlingen vinden het niet prettig om in de groep om hulp te vragen, ze doen dat liever individueel. Op De Ziep is hiervoor een aparte service opgezet: Ziep ICT Privé (ZIP), waar iedereen ict-vragen kan stellen. Dat kan online, maar vooral het ZIP-spreekuur wordt goed bezocht. Voor schooltijd en in de pauzes kunnen leerlingen langskomen. Dit bevalt goed, zeker vijf leerlingen per week maken er gebruik van. Problemen waarmee leerlingen zich melden zijn vooral ruzies op sociale media en technische problemen of moeite met instellingen. Het ZIP-team verzorgt ook inspiratie-, ontwikkel- en oefenmiddagen voor collega's.

- Als je wel met accounts en wachtwoorden werkt, kun je bij die accounts een mobiel telefoonnummer opgeven om zo snel vergeten wachtwoorden te kunnen resetten. Dat kan het nummer van de leraar zijn, of dat van de leerling zelf. Steeds meer leerlingen nemen immers hun eigen mobiel mee naar de les. Zo kan het proces van resetten van wachtwoorden goed begeleid en getraind worden.
- Maak gebruik van wat leerlingen zelf al weten en kunnen. Vraag hun elkaar of jou te helpen, vraag of ze een keersommen-app voor je willen opzoeken als je die wilt gebruiken bij rekenen.

En verder

- Leerlingen hebben ouders en leraren nodig om wijs met sociale media te leren omgaan. Het is geen keuze *of* je mediawijsheid binnen het onderwijs moet implementeren, alleen *hoe* je dat gaat doen.
- Het is daarom belangrijk om als leraar zelf mediavaardig te worden en ouders erbij te betrekken.
- Ga samen met je team aan de slag, probeer samen dingen uit, ontdek de mogelijkheden en merk waar je tegenaan kunt lopen. Itske Tersteeg doet graag ideeën op uit boeken als 'Codeklas' van Pauline Maas en 'BoekTweePuntNul'.
- Ontwikkel al doende een gezamenlijke visie over media, mediawijsheid en online omgangsvormen. Als je bijvoorbeeld als team Pinterest uittest en daarop accounts van leerlingen tegenkomt, krijg je 'vanzelf' een onderbouwde discussie over of je wel wilt dat leerlingen jouw pinborden kunnen zien en welke inhoud je misschien beter kunt verbergen.

De favoriete apps van Itskes leerlingen

- **WhatsApp** voor onderlinge gesprekjes en vragen aan de leraar. Heel verlegen leerlingen of leerlingen met ASS durven soms geen praatje te maken met klasgenoten, maar durven dat wel via WhatsApp.
- **Pinterest** om lesmateriaal en werkstukken op te verzamelen, visueel te ondersteunen en te delen met andere klassen of ouders.
- **Klasbord** voor de communicatie tussen leerlingen, school, ouders en eventueel woongroep.
- **Google Streetview** via een virtual reality-bril. Een leerling wilde de vakantie naar Londen voorbereiden, dus heeft de hele klas daar virtueel rondgelopen.

Voorbeeld van het gebruik van Pinterest bij de Engelse les 'Wat wil je leren?'

Itskes leerlingen verzamelden zelf op Pinterest hun leerdoelen: neem een **kijkje** op Pinterest.

Fouten maken mag, ook op sociale media

Vriendschappen sluiten, nieuwtjes delen en flink ruzie maken: sociale media bieden leerlingen met een licht verstandelijke beperking (LVB) een podium waar ze sociale vaardigheden kunnen oefenen. Maar door het gebrek aan reflectie en impulscontrole kleven hier wel risico's aan.

Even een berichtje sturen. Een foto van jezelf delen via Facebook, WhatsApp of Instagram: sociale media zijn verweven met het leven van jongeren. "Op sociale media kun je op een fijne manier jezelf profileren", zegt Sonja Heijkamp van Bureau Jeugd en Media. "Dat geldt zeker voor leerlingen met een licht verstandelijke beperking, omdat de buitenwereld online niet ziet dat zij een beperking hebben. Een foto op Instagram van jezelf met zonnebril op, is net zo mooi als de foto's van 'gewone' meiden. Je kunt online met andere jongens gamen, zonder dat ze weten dat je een beperking hebt. Want dat is iets wat deze leerlingen heel graag willen: net zo zijn als anderen."

Privéfoto's online

De gebruikte platforms zijn voor alle jongeren hetzelfde, maar het gedrag online verschilt, weet Heijkamp. Door het gebrek aan zelfreflectie en impulscontrole bepalen emoties voor een groot deel het gedrag van leerlingen met een LVB. De stap naar een scheldpartij, pesten en zelfs bedreiging is sneller gezet. Grenzen worden gemakkelijk overschreden.

"Wat deze leerlingen heel graag willen is: net zo zijn als anderen."

"Dat gebeurt natuurlijk ook bij jongeren zonder verstandelijke beperking. Maar die impulscontrole, het besef dat het niet zo handig is om dit te doen, is niet sterk ontwikkeld bij leerlingen met een licht verstandelijke beperking. Een jongen plaatst bijvoorbeeld privéfoto's van zijn vriendin online, wanneer ze ruzie hebben. Twee weken later is het weer aan, een week later is het weer uit en opnieuw plaatst hij haar privéfoto's." Vaak zijn er meerdere gesprekken nodig om tot inzicht te komen.

Echte liefde

Ook reflecteren op het begrip vriendschap is lastig. "Je kunt leerlingen met een LVB vertellen dat het niet verstandig is om iedereen toe te voegen als vriend op Facebook, maar ze snappen dat niet altijd. Voor hen kan iemand die ze niet lang kennen opeens hun 'beste vriend' zijn." Hierdoor lopen deze leerlingen een groter risico slachtoffer te worden van cyberpesten en zelfs misbruik. Loverboys vinden hun slachtoffers ook steeds vaker online, niet toevallig zijn dat met regelmaat meiden met een verstandelijke beperking. "Het probleem bij deze jonge meiden is dat ze vaak niet eens merken dat er misbruik van hen wordt gemaakt. Ze denken dat ze niet worden misbruikt, want het is 'echte liefde en dus misbruikt hij mij niet'."

Ontwikkelingsleeftijd

Hoe kun je hen helpen om op een verstandige manier met sociale media om te gaan? Het is een uitdaging voor elke leraar, zegt Heijkamp. "Je kunt zeggen dat leerlingen hun mobiel moeten inleveren, maar dat is puur symptoombestrijding. Dan leren zij niet hoe ze zich online moeten gedragen. Als leraar kun je beter de situaties bespreken die deze leerlingen online tegenkomen. Wanneer iemand een nieuwe app heeft, kun je hierover vragen stellen. Of wanneer iemand een nieuw online vriendje heeft: 'Hoe weet je dat hij een vriend is?' 'Hoe voelt dat?'."

Ze onderstreept hoe belangrijk het is te weten welk ontwikkelingsniveau een individuele leerling heeft. Op die manier kun je beter het gedrag op sociale media inschatten en begrijpen. "Als een jongen naaktfoto's van zichzelf plaatst en hij heeft een ontwikkelingsleeftijd van vijf jaar, dan kan hij zomaar bezig zijn met zijn seksuele ontwikkeling. Daar gebruikt hij ook sociale media voor. Veel meer hoeft het niet te zijn. Je kunt hem uitleggen dat het prima is dat hij zichzelf ontdekt, maar dat het vervelende gevolgen kan hebben voor hemzelf als hij zulke foto's online zet."

Vertrouwensband

Heijkamp adviseert leraren een vertrouwensband met hun leerlingen op te bouwen. Dan creëer je een veilige omgeving waarin leerlingen hun ervaringen online durven te delen. "Je kunt telkens herhalen dat het ontzettend dom is als meisjes online hun borsten laten zien. Maar dan weet je zeker dat deze leerling niet bij jou komt als er wel online problemen zijn. Beter is het om leerlingen te laten weten dat het niet erg is om fouten te maken. Ook online niet. Maar dat je er als leraar voor hen bent. Samen met hen wil je kijken hoe zij zulke situaties het beste kunnen oplossen. Leraren spelen met hun houding en hun steun een belangrijke rol in de begeleiding van deze leerlingen op sociale media."

Sociale veiligheid
in de klas: ook online

Leerlingen met een licht verstandelijke beperking lopen een groter risico gepest te worden. Of zelf te gaan pesten. Hoe zorg je voor sociale veiligheid in de klas – ook online?

"Zo'n 5 tot 30 procent van alle kinderen pest online", vertelt Robert Didden, hoogleraar verstandelijke beperking aan de Radboud Universiteit in Nijmegen, die al in 2009 onderzoek deed naar cyberpesten in het speciaal onderwijs. "Bovendien zijn leerlingen die pesten vaak ook zelf het slachtoffer van pestgedrag. Maar leerlingen met een licht verstandelijke beperking lopen door onder andere hun cognitieve achterstand wel meer risico om met cyberpesten te maken te krijgen. Leerlingen met een laag IQ hebben vaak moeite om zich in te leven in de leefwereld van een andere leerling. Dat verhoogt de kans dat ze gaan pesten."

Niet bewust

Pesten is niet altijd een bewuste actie. "Leerlingen snappen vaak niet dat ze een ander kwetsen. En een grappig bedoelde opmerking begrijpen ze niet. De verwerking van sociale informatie is bij hen problematischer. Online gedrag goed interpreteren is daarom lastig. Ze hebben zelf te weinig vermogen om allerlei oplossingen te bedenken voor pestgedrag, dus blijven ze ermee rondlopen."

Deze onmacht uit zich vaker dan bij andere leerlingen in agressief gedrag of juist in zich terugtrekken. “Emoties zoals boosheid en verdriet kunnen voor hen overweldigend zijn. Je ziet vaak dat leerlingen die impulsief zijn, naar buiten toe agressief reageren.”

Leerlingen die pesten en worden gepest, kampen vaak met een laag zelfbeeld, maar ook met depressieve gevoelens, constateert Didden. Als school en als leraar is het daarom essentieel om aandacht aan cyberpesten te besteden. Niet zelden hebben de ouders ook een beperking, dus zullen zij het niet zo snel oppikken. Uit het onderzoek van Didden blijkt dat maar 10 procent van deze ouders weet wat hun kind op internet doet. “Dat betekent dat je als leraar niet kunt zeggen: ‘Ik spendeer 5 lessen aan pesten en daarmee pak ik het probleem aan.’ Dat is niet realistisch. Deze leerlingen hebben langdurig aandacht nodig op dit terrein.”

Eigenwaarde

Zorgen voor succeservaringen is een waardevolle manier om hun meer zelfvertrouwen te geven – ook op sociale media. Daar kunnen leerlingen leren om contact te leggen met andere leerlingen. “Dat geeft een enorm gevoel van eigenwaarde. Dat ze iets kunnen. Want je moet niet onderschatten dat leerlingen met een LVB heel goed beseffen dat ze een aantal dingen minder goed kunnen. Als je als leraar deze leerlingen een positieve *boost* geeft, kan dat op de langere termijn hun zelfbeeld veranderen.”

“Zorgen voor succeservaringen is een waardevolle manier om hun meer zelfvertrouwen te geven – ook op sociale media.”

Online pestgedrag? Een stappenplan

Een leerling vertelt dat hij op Facebook wordt buitengesloten. Hij heeft geen idee hoe hij dit moet oplossen. Hoe ga je als leraar daarmee om?

Stap 1. Kijk eerst naar de feiten. Bespreek de situatie rustig met de leerling en onderzoek wat er is gebeurd.

Stap 2. Gaat het echt om pestgedrag, of heeft de leerling het gevoel dat hij of zij wordt gepest? Stel vragen om duidelijk te krijgen hoe de leerling de situatie ervaart, zoals ‘Snap je wat de ander bedoelde?’ ‘Wat dacht je toen hij of zij dat deed?’.

Stap 3. Leer de leerling duiden wat er is gebeurd en geef hem of haar een ander perspectief. Bijvoorbeeld dat een ander die niet reageert op een bericht het misschien te druk heeft.

Stap 4. Een leerling wordt echt gepest. Kijk dan ook naar de dader want vaak is er meer aan de hand waardoor iemand met een LVB pest. Voelt de leerling zich depressief, heeft hij of zij een laag zelfbeeld of impulsproblemen? Praat er met hem of haar over of laat dit onderzoeken.

Stap 5. Cyberpesten gebeurt in de klas, op het schoolplein en ook thuis. Aanpak van cyberpesten is niet alleen de taak van de leraar, maar moet als school worden opgepakt. Daarom hebben scholen een proactief beleid op het gebied van mediawijsheid nodig – met aandacht voor cyberpesten. Betrek de ouders erbij, zodat het onderwerp ook thuis op de agenda staat.

Maak werk van cyberpesten in de klas

De klas moet een veilige omgeving zijn waar leerlingen zich goed kunnen ontwikkelen. Reden te meer om pestgedrag in de kiem te smoren. GZ-psycholoog en therapeut Andries Schilperoord vertelt hoe je in de klas cyberpesten kunt bespreken.

1. Wees zo concreet en duidelijk mogelijk

Leerlingen met een LVB hebben moeite met generaliseren. Leerlingen maken vaak dezelfde soort fouten. Zij hebben meer leermomenten nodig, voordat ze iets snappen.

Op de basisschool: een leerling met een LVB weet bijvoorbeeld dat het niet aardig is om nare opmerkingen te maken over een vriendin op Facebook. Maar dat dit ook geldt voor leerlingen met wie je niet bevriend bent, is niet meteen logisch. Leg uit dat pestgedrag vervelend is, voor elk kind. En op elk sociaal platform. Noem de platforms expliciet. Bespreek ook concreet wat pestgedrag is. Is pesten alleen maar schelden en dreigen? Of ook buitensluiten, zoals vriendschapsverzoeken weigeren? Roddelen? Wat is nog een geintje en waar begint pesten? Help hen de grenzen te leren kennen.

Op de middelbare school: je ziet dat een leerling van 19 jaar een relatie heeft met een meisje van 15. De boodschap zal niet overkomen door tegen hem te zeggen dat 'zij een beetje te jong voor hem is'. Beter is om direct duidelijk te zijn en te vertellen dat een seksuele relatie met iemand onder de 16 jaar valt onder 'kindermisbruik' en verboden is.

2. Leg visueel uit en herhaal

Leerlingen met een LVB zijn communicatief vaak zwak en worden snel overvraagd. Bied uitleg over cyberpesten op verschillende manieren – ook visueel. En herhaal.

Op de basisschool: oefen hoe je online leuk met elkaar omgaat. En ruzies kunt bijleggen. Laat voorbeelden zien en gebruik daarbij educatieve filmpjes over cyberpesten op YouTube (bijvoorbeeld Klokhuis), die aansluiten bij de belevingswereld van deze leerlingen.

Op de middelbare school: als leraar moet je soms niet 5 keer, maar 20 keer dezelfde boodschap herhalen in verschillende situaties. Gebruik voorbeeldfilmpjes, dan blijft de boodschap beter hangen dan als je het alleen maar vertelt.

3. Stel vragen

Je hebt uitgelegd wat cyberpesten is. Maar de kans is groot dat leerlingen met een LVB je uitleg verkeerd hebben begrepen of gedeeltes zijn vergeten. Wat nu?

Op de basisschool en middelbare school: niemand wil dom overkomen, zeker leerlingen die moeilijk leren niet. Een vraag als 'heb je het begrepen' wordt bijna standaard beantwoord met 'ja'. Vraag liever of je duidelijk was. Dan zullen ze sneller aangeven dat ze iets niet snappen. Of zeg tegen de leerlingen 'dat je even niet goed weet of je alles wel hebt gezegd'. Laat de leerlingen op een speelse manier samenvatten.

4. Geef aandacht aan hun online ervaringen

Cyberpesten wil je het liefst meteen aanpakken, maar hoe begin je het gesprek in de klas?

Op de basisschool en middelbare school: vraag niet alleen hoe het thuis was, of op de sportclub, maar ook: hoe was het op internet? Was het op WhatsApp gezellig vandaag? Wat heb je beleefd op Facebook? Stel je niet alwetend op en geef leerlingen de rol van expert. Dit maakt het voor leerlingen leuker om iets met jou te delen. En door vragen te stellen trigger je hen om erover na te denken. Als sociale media een 'gewoon' gespreksonderwerp zijn, is het ook makkelijker te bespreken als er iets misgaat. Leerlingen moeten zich vrij voelen om hun fouten te delen.

Online experimenteren met seks

Ook leerlingen met een licht verstandelijke beperking experimenteren met seksueel gedrag op sociale media. Hoe zorg je ervoor dat LVB-leerlingen hun eigen seksuele grenzen online bewaken en die van een ander respecteren?

Flirten, praten over seks of uit de kleren gaan. Het zijn maar enkele voorbeelden van online seksueel gedrag. “Waar wij vroeger stiekem afspraken achter het fietsenhok, proberen jongeren nu van alles uit via internet”, zegt Jolanda Bergsma, consulente seksualiteit bij MEE Veluwe, een stichting die mensen met een beperking ondersteunt.

Sexting

Een voorbeeld van online seksueel gedrag is sexting: het versturen en ontvangen van naaktfoto’s of seksueel getinte berichten. Slechts 2 tot 5 procent van alle jongeren doet dit. “Sexting is het nieuwe friemelen”, zegt Johannes Dijkstra, teamleider bij Fier, expertisecentrum op het gebied van geweld in afhankelijkheidsrelaties. Toch heeft het aandacht nodig, omdat er gevaren zijn. “Het wordt een probleem als berichten onder dwang zijn gemaakt of zonder toestemming worden doorgestuurd en verspreid.” Voor de lol, uit naïviteit, maar ook uit wraak of als middel om te chanteren. Bij meldpunt Help Wanted werden in 2015 in totaal 721 meldingen gedaan van chantage van jongeren in het algemeen met

naaktfilmpjes of foto's. Een forse stijging ten opzichte van 2014 met 427 meldingen. Het kan slachtoffers voor het leven tekenen. "Bovendien is het doorsturen van dit soort foto's strafbaar", zegt Sanna Maris, projectleider speciaal onderwijs bij Rutgers, het kenniscentrum seksualiteit. "Bij jongeren onder de 18 jaar is er sprake van verspreiding van kinderporno."

Grooming

Een andere online valkuil: grooming. Jolanda Bergsma: "Een volwassene kan zich online voordoen als een leeftijdsgenoot. Zo proberen ze het vertrouwen te winnen, een jongere te verleiden om af te spreken en seks te hebben. Pedofielen hebben de LVB-doelgroep specifiek in het vizier, omdat ze weten dat deze jongeren verminderd weerbaar zijn."
Bij Help Wanted kwamen in 2015 ruim 1500 meldingen van seksueel misbruik van jongeren op internet binnen, zo'n 200 meer dan het jaar daarvoor. Er werd onder andere melding gemaakt van naaktfilmpjes of foto's die ongevraagd op internet waren geplaatst of via de telefoon werden doorgestuurd naar anderen. Ook kwamen er berichten binnen over kinderporno of andere 'onprettige ervaringen'.

Porno

Ook pornografische beelden zijn slechts een muisklik ver weg. Leerlingen komen er makkelijk per ongeluk mee in aanraking. Via sociale media, spam of een pop-up. Of ze gaan uit nieuwsgierigheid bewust op zoek. "Porno geeft echter een eenzijdig beeld. Lichaamsverhoudingen kloppen niet, de manier waarop mensen seks hebben is onwerkelijk. Dit heeft impact op het gedrag en zelfbeeld van LVB-leerlingen – meer dan bij leerlingen zonder beperking. Dus besteed ook hier aandacht aan in de seksuele voorlichting en geef een realistisch tegenbeeld. Niet elke vrouw heeft enorme borsten, niet elke man kan zo lang doorgaan met seksen, niet elke vrouw vindt het leuk om in allerlei ingewikkelde standjes gebogen te worden", zegt Sanna Maris.

Voorlichting

Om LVB-leerlingen weerbaarder te maken is het essentieel om hen goed voor te lichten. "Start daar zo vroeg mogelijk mee. Spreek in de klas over het bewaken van je seksuele grenzen en die van anderen. Heb het met elkaar over sexting, grooming en porno", adviseert Johannes Dijkstra. Dat vraagt om open gesprekken op het niveau van de leerlingen. Risico's benoemen, kansen bespreken en digitale omgangsregels verduidelijken. Met concrete voorbeelden komen, plaatjes en fimpjes gebruiken, situaties naspelen in de klas.
Bergsma: "We zien dat LVB-leerlingen online iets eerder normaal vinden. Neem de openingszin "hé lekker ding" van een jongen die je nog nooit gezien hebt. In weerbaarheidstrainingen die ik aan deze doelgroep geef, laat ik hen visualiseren: stel je loopt door de schoolkantine en een onbekende zegt dat tegen jou. Dan vinden ze het vaak belachelijk!"

7 tips voor leraren

1. Wees je bewust van het belang van goede voorlichting.
2. Zorg dat je meer kennis krijgt over sociale media en seksualiteit: laat je trainen, bijvoorbeeld bij MEE, Fier of Rutgers.
3. Start al op de basisschool met voorlichting.
4. Bed het thema structureel in en bespreek het bijvoorbeeld ook bij lessen biologie of mens en maatschappij.
5. Gebruik concrete werkvormen en lesmaterialen toegesneden op de doelgroep.
6. Blijf herhalen.
7. Zorg dat er schoolbreed beleid komt, zodat alle do's en don'ts helder zijn.

Lesmateriaal

Als houvast voor leraren is er speciaal lesmateriaal op de markt. Zo hebben Rutgers en de CED-Groep een doorgaande leerlijn **seksuele en relationele vorming voor het speciaal onderwijs** ontwikkeld. Sanna Maris: “We hebben de kerndoelen over seksuele vorming en omgaan met anderen vertaald naar concrete leerdoelen. Daaraan zijn lesmaterialen gekoppeld. Een van de hoofdthema’s is online seksueel gedrag en weerbaarheid. Vanaf niveau 9 is het materiaal geschikt voor LVB-leerlingen.” Jolanda Bergsma vertelt dat er volop filmpjes zijn rondom dit onderwerp, bijvoorbeeld op helpwanted.nl. “Als je in een volle klas vraagt wie weleens zoiets heeft meegemaakt, dan zegt niemand wat. Als je aan de hand van een filmpje in gesprek gaat, dan komen de verhalen wel los.”

Duidelijkheid

Wat als het misgaat, ondanks voorlichting? Wat kan een leraar doen? Jolanda Bergsma: “Vaak vertonen leerlingen plotseling ander gedrag. Voor leraren een uitdaging om te observeren en signalen op te pikken.” Als leerlingen weten – mede door goede voorlichting – dat ze met een leraar over sexting en grooming kunnen praten, zullen ze sneller aan de bel trekken. “Zorg als leraar dat leerlingen je vertrouwen”, benadrukt Sanna Maris.

Ook hebben leerlingen er baat bij als scholen duidelijke regels hanteren, vastgelegd in een protocol. Johannes Dijkstra: “Denk aan vragen als: hoe gaan wij om met het verspreiden van naaktfoto’s? Wat zijn onze acties richting de leerling en de ouders? Wanneer doen we aangifte? Bij welke instanties winnen we advies in? En maak helder wat wel en niet getolereerd wordt. Kijk ook naar de context. Waarom gebeurt dit? Want een naaktfoto verspreiden is vaak een symptoom van andere problemen.”

Toon belangstelling

Niet elke leraar voelt zich er prettig bij om het gesprek over online seksueel gedrag aan te gaan. Ook zijn ze niet allemaal even goed thuis in de wereld van sociale media. En hoe kun je het beste doorvragen en doorpakken als je denkt dat er iets aan de hand is? Johannes Dijkstra: “Het gaat erom dat je nieuwsgierig bent en het gesprek aangaat. Toon belangstelling. Vraag wat er online gebeurt. Net als in de echte wereld gaat het om dezelfde regels, waarden en normen.”

Nuttige websites

- **Helpwanted.nl**
  Filmpjes die bij seksuele voorlichting bruikbaar zijn. En tips over het offline laten halen van naaktfoto’s.
- **Chatmetfier.nl**
  Informatie en advies over onder andere sexting, (online) chantage, (cyber)pesten. Mogelijkheid om anoniem te chatten met een hulpverlener.
- **Seksuelevorming.nl**
  Over leerlijnen en lesmaterialen seksuele vorming voor (voortgezet) speciaal onderwijs.
- **Ncj.nl**
  De JGZ-richtlijn ‘Seksuele ontwikkeling’ bevat de juridische kaders bij seksueel gedrag van kinderen en jongeren.

Meer weten?

Spelwijs

Het Mediawijsheid Competentiemodel van Mediawijzer.net vormt de basis voor de toolkit **'Wees wijs, beslis zelf'** van Spelwijs. Het is een interactief lesprogramma dat mede is gebaseerd op de ervaring van de jongeren zelf. Leraren kunnen de lessen ('tools') gebruiken om media-wijsheid op een speelse manier ter sprake te brengen. De lessen bieden handvatten om discussie uit te lokken over het gebruik van internet en sociale media en leerlingen bewust te maken van onveilig mediagebruik. 'Wees wijs, beslis zelf' is eigenlijk gemaakt voor (LVB-)jongeren die verplicht zijn opgenomen binnen justitie of jeugdzorg, maar ook bruikbaar in het (speciaal) onderwijs. De materialen zijn gratis te downloaden of er kan een hardcopy worden besteld.

Workshops Socialmedia-support (sms)

Op basis van een onderzoek naar de problemen met en behoeften aan sociale media van leerlingen en leraren op De Ziep (zie ook pagina 9) maakte Marloes Pampiermole een aantal workshops. De leerlingen leren in deze workshops veilig en verantwoord om te gaan met sociale media. Leraren en groepsassistenten zijn hierbij aanwezig, zodat zij daarna hand-vatten hebben om zelf met leerlingen te oefenen. De workshops bevatten beeldmateriaal en praktische oefeningen. De ontwikkeling van sociale vaardigheden op sociale media zijn daarbij leidraad.

De workshops zijn bedoeld voor jongeren van 12 tot en met 20 jaar met een licht verstandelijke beperking. Ze hebben als thema's veiligheid, privacy en conflicten en duren 45 tot 60 minuten. Idealiter worden ze gegeven in groepjes van 10 leerlingen, maar in een hele klas kan ook. Informatie: **marloespampiermole@stichtingvraagstelling.nl**

Er is meer informatie te vinden over mediawijsheid voor leerlingen met een licht verstandelijke beperking.
Peter Nikken en Mieke Vergeer verzamelden websites, brochures, filmpje, boeken et cetera voor hun onderzoek **Media en kinderen met een LVB**, vanaf pagina 24.

Het NJi heeft een **'Factsheet Media en LVB kinderen'** gemaakt.

Nuttige websites:

- **De tweetfabriek**
- **Landelijk Kenniscentrum LVB**
- **Mijnkindonline.nl**
- **Mediawijzer.net**
- **Sociale media in het speciaal onderwijs**

Colofon

Mediawijsheid voor leerlingen met een licht verstandelijke beperking is een uitgave van **Mijn Kind Online**, een website van **Kennisnet**, in samenwerking met **Mediawijzer.net**.

© Kennisnet, januari 2017

ISBN

Hoofdredactie
Remco Pijpers

Coördinatie & eindredactie
Simone Barneveld

Teksten
Saskia Bogaart, Carla Desain
Hester Otter, Gemma Steeman

Fotografie
Reyer Boxem, Rodney Kersten ,
Anne Carolien Kohler, iStockphoto

Vormgeving
Tappan Communicatie

Mijn Kind Online / Kennisnet
Paletsingel 32
2718 NT Zoetermeer

T 0800 321 22 33
E informatie@mijnkindonline.nl
I mijnkindonline.nl

Postadres:
Postbus 778
2700 AT Zoetermeer